



SOMMARNYHETSBRÄV #26 1, 2 juli 2010

Hej!

Idag får ni färskpotatis, knippmorötter, salladslök, basilika och mangold. Allt är **KRAV**odlat på vår gård i Ramdala.

I fruktlådorna får ni ekologiska äpplen och samt våra egna **KRAV**odlade jordgubbar!

På åkrarna

Livet på åkrarna innebär just nu att hålla ogräset i schack samt vattna så fort det behövs. Vi är så klart glada över att det är strålande sol och värme. Det är, förutom att grödorna växer, också positivt därför att ogräset vi rycker upp torkar och dör samt för att bladmöglet inte frodas i det torra vädret. Bladmöglet kommer, det gör det alltid hos alla potatisodlare, men ju längre det dröjer desto större blir vår potatis. När det kommer klipper vi av blasten och då slutar potatisen att växa.

Mer jordgubbar

Håller vädret i sig är ni välkomna på **självplock**. Ring oss innan så guidar vi er och ser till att ni inte kommer till ett tomt land. Ring 0455-45077 el 0708-254066 (lämna meddelande).

Vi ses om två veckor/ KalleMärta

**GRÖNSAKER
DIREKT**



Kalle och Märta Johansson
0708 25 40 66
kallemarta@gronsakerdirekt.se
WWW.GRONSAKERDIREKT.SE



SOMMARNYHETSBRÄV #26 1, 2 juli 2010

Hej!

Idag får ni färskpotatis, knippmorötter, salladslök, basilika och mangold. Allt är **KRAV**odlat på vår gård i Ramdala.

I fruktlådorna får ni ekologiska äpplen och samt våra egna **KRAV**odlade jordgubbar!

På åkrarna

Livet på åkrarna innebär just nu att hålla ogräset i schack samt vattna så fort det behövs. Vi är så klart glada över att det är strålande sol och värme. Det är, förutom att grödorna växer, också positivt därför att ogräset vi rycker upp torkar och dör samt för att bladmöglet inte frodas i det torra vädret. Bladmöglet kommer, det gör det alltid hos alla potatisodlare, men ju längre det dröjer desto större blir vår potatis. När det kommer klipper vi av blasten och då slutar potatisen att växa.

Mer jordgubbar

Håller vädret i sig är ni välkomna på **självplock**. Ring oss innan så guidar vi er och ser till att ni inte kommer till ett tomt land. Ring 0455-45077 el 0708-254066 (lämna meddelande).

Vi ses om två veckor/ KalleMärta

**GRÖNSAKER
DIREKT**



Kalle och Märta Johansson
0708 25 40 66
kallemarta@gronsakerdirekt.se
WWW.GRONSAKERDIREKT.SE



Knippmorötter

De färska knippmorötterna bör ätas upp snarast och de behöver inte skalas. Skölj av dem och borsta eventuellt av dem med en rotborste. Koka dem i lättsaltat vatten i 5 minuter och ät med smör eller majonäs.

Eller ät dem råa.

Basilika

Vill ni spara basilikan och låta den växa kan ni ha den stående i ett fönster eller på en varm skyddad plats utomhus. Toppa den, dvs nyp blad från toppen. Då hindras den från att gå upp i blom och skjuter i stället iväg fler sidokott.

Bästa **dressingen** gör ni genom att nypa några blad, skölja dem och klippa dem i mindre bitar i ett glas. Håll på olivolja och låt dra i några timmar. Tillsätt en skvätt vinäger, salt och peppar.

Mangold

Mangold är likt färsk spenat. Den kan användas likadant men smakar lite annorlunda. Mangold passar mycket bra ihop med vitlök. Den ska förvaras i kylskåpet i plastpåse och bör användas inom några dagar. Skölj den genom att låta den ligga i kallt vatten i diskhon i någon minut, då lossnar jorden lättare. Låt den rinna av i ett durkslag.

Mangold- och potatissallad

Koka färskpotatis och dela den eventuellt i mindre bitar. Stek under tiden hackad mangold i lite olja. Tillsätt pressad vitlök, salt och peppar. Lägg upp potatisen på ett fat, lägg mangolden ovanpå och toppa med smulad fetaost, färsk parmesan eller grovt riven Västerbottenost.

Färskpotatis

Förvara färskpotatisen, eller sommarpotatis som den heter på fackspråk, i kylskåpet. Då dess skal inte är utvecklat håller den inte så länge och behöver inte skalas. Tvätta den och lägg den i kokande saltat vatten. Koka i ca 15 minuter. De små blir lätt överkokta så ta upp dem och passa noga så att potatisen inte kokar för länge.



Knippmorötter

De färska knippmorötterna bör ätas upp snarast och de behöver inte skalas. Skölj av dem och borsta eventuellt av dem med en rotborste. Koka dem i lättsaltat vatten i 5 minuter och ät med smör eller majonäs.

Eller ät dem råa.

Basilika

Vill ni spara basilikan och låta den växa kan ni ha den stående i ett fönster eller på en varm skyddad plats utomhus. Toppa den, dvs nyp blad från toppen. Då hindras den från att gå upp i blom och skjuter i stället iväg fler sidokott.

Bästa **dressingen** gör ni genom att nypa några blad, skölja dem och klippa dem i mindre bitar i ett glas. Håll på olivolja och låt dra i några timmar. Tillsätt en skvätt vinäger, salt och peppar.

Mangold

Mangold är likt färsk spenat. Den kan användas likadant men smakar lite annorlunda. Mangold passar mycket bra ihop med vitlök. Den ska förvaras i kylskåpet i plastpåse och bör användas inom några dagar. Skölj den genom att låta den ligga i kallt vatten i diskhon i någon minut, då lossnar jorden lättare. Låt den rinna av i ett durkslag.

Mangold- och potatissallad

Koka färskpotatis och dela den eventuellt i mindre bitar. Stek under tiden hackad mangold i lite olja. Tillsätt pressad vitlök, salt och peppar. Lägg upp potatisen på ett fat, lägg mangolden ovanpå och toppa med smulad fetaost, färsk parmesan eller grovt riven Västerbottenost.

Färskpotatis

Förvara färskpotatisen, eller sommarpotatis som den heter på fackspråk, i kylskåpet. Då dess skal inte är utvecklat håller den inte så länge och behöver inte skalas. Tvätta den och lägg den i kokande saltat vatten. Koka i ca 15 minuter. De små blir lätt överkokta så ta upp dem och passa noga så att potatisen inte kokar för länge.