



Újság és információk

Kedves Dobozosok!

Ez a nyár nagyon kiszámíthatatlan, változékony - néha nagyon meleg van, de gyakori viharokkal tarkítva - mely nagyon jó nekünk. Habár Zsámbokon ritkán esik ez eső, akkor is, ha körülöttünk mindenhol zuhog.

Elkezdtek kitalálni, és recepteket keresni illetve kipróbálni az új feldolgozott termékeinkhez. Ugyanis szeretnénk fejlődni ebbe az irányba, feldolgozni, és szószokat, kenyérfeltéteket készíteni zöldségeinkből. Ezekkel kóstoltatás illetve majd a dobozokban találhattok majd.

Két kollégánk, Árpi és Szilárd búcsúzik el most Zsámbokról, a héten tartottuk meg búcsúbullijukat.

Minden jót kívánunk nekik további útjuk során!

A Zsámboki Biokert csapata

Doboz Ajánlat

Termék	egység	menyiség
Bazsalikom	cs	1
Paprika	kg	0.5
újburgonya	kg	1
Sárgarépa	cs	1
Fokhagyma	kg	0.1
Zöldbab	kg	0.5
Mángold	kg	0.7
Salimix	kg	0.2
Paradicsom vagy padlizsán	kg	0.7
Káposzta	db	1
Snidling	cs	1
Összesen:		4400



2 éves csirkék eladók!!! (még 2-3 évig tojnak)

- 1500 ft / db (20 db felett)
- 1400 ft / kg + 400 ft (fagyasztott, lecsupásítva, főzésre készen)

Zsámboki Biokert

Heti Hírlevél
Július 23-24, 2014



Jó étvágyat!



A Nyitott Kertek Box Scheme

A kezdetektől fogva a közvetlen értékesítés volt a Zsámboki Biokert célja. Korábbi tapasztalatainkból okulva tudjuk, hogy nagyon sok előnnyel jár a dobozrendszer és az azzal járó közösségi szerveződés a gazdaság körül. Úgy gondoljuk, hogy erősebbek vagyunk, ha együttműködünk másokkal, így alakult meg a Nyitott Kertek Dobozrendszer - mely három különböző gazdaság együttműködéséből jött létre (Zsámboki Biokert, Gódor Biokertészet, és a Babati Biotangazdaság). A dobozrendszerrel az elkövetkezendő hírlevelekben olvashattok majd. Szeretnénk bemutatkozni egytől-egyig, ki kicsoda a gazdaságban, hogy egy kicsit közelebről is megismerjétek kik vagyunk. Az egyik legnagyobb előnye a dobozrendszernek pontosan az, hogy van egy közvetlen kapcsolat a termelők és vásárlóink, és a város és vidék között, ezt szeretnénk most jobban erősíteni ezekkel a bemutatkozásokkal.

Recept-ajánló

Padlizsánsaláta paradicsommal

Hozzávalók:

2-3 db közepes méretű padlizsán (kb. 60 dkg)
4-5 db zamatos, kemény húsú paradicsom (kb. 50 dkg)
1 evőkanál olívaolaj
1 dl zöldségalaplé (vagy zöldséglevés)
1 teáskanál sűrített paradicsom
1 púpozott teáskanál szárított oregánó
1 csapott teáskanál szárított kakukkfű
1 csapott teáskanál porrá őrölt rozmaring
1 evőkanál vörösborecet
1 evőkanál balzsamecet
só
cayenne-i bors ízlés szerint

A padlizsánt alapos mosás után nagyjából 1 cm-es kockákra darabolom. A paradicsom héját éles késsel bemetszem, 1 percre forró vízbe dobom, meghámozom, és a padlizsánnal nagyjából azonos méretűre darabolom. Az újhagymát egészen apróra kockázom.

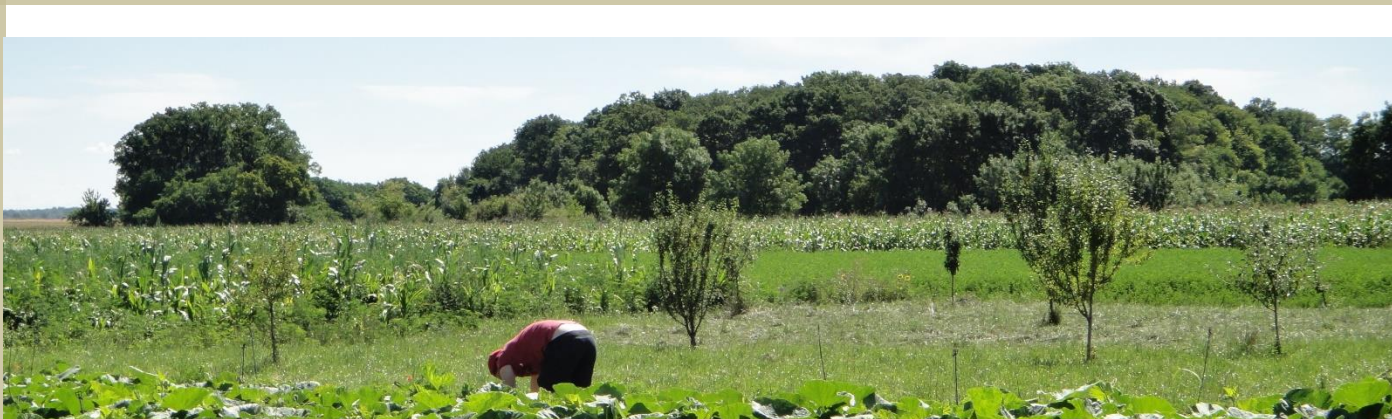
Egy nagyobb serpenyőben kissé felmelegítem az olajat, majd rádobom a szárított fűszereket, aztán a padlizsánkockákat. Kissé sózom, cayenne-i borsal meghintem. Állandó kevergetés mellett kissé átpirítom, majd jöhet a sűrített paradicsom, végül zöldségalaplével engedem fel. Amikor a padlizsán puhulni kezd, egy szűk maréknyi paradicsomot hozzáadok. Így a padlizsán, ami úgy működik, akár a szivacs, nem olajat, hanem finom zöldségleveket vesz magához. Nagyjából 8-10 perc elegendő, hogy minden megpuhuljon.

Ekkor félrehúzó a tűzről, kissé hűlni hagyom, majd összekeverem a maradék paradicsommal, meglocsolom a kétféle ecettel, és még egyszer óvatosan átforgatom. Tálba szedem, ha már szobahőmérsékletű, beteszem a frizsiderbe, és legalább 1 órán át érlelem.



Zsámboki Biokert

Heti Hírlevél
Július 23-24, 2014



Kelenföld dobozrendszer pontos információk:

Humusz-Ház, 1111 Budapest, Saru utca 11
átvételi ideje 16:00-17:45-ig.

Kabdebó Noémi - noemi.kabdebo@gmail.com

Koller Andrea - andi@humusz.hu
[Humusz Ház Terkép](#)

Albertfalva Doboz Rendszer:

1116 Budapest, Szeremley Miklós u. 19. átvétel fél 4-fél 5-ig,
illetve Szécsi Ilkánál 0630 8978351 lehet érdeklődni,
ha később szeretnék átvenni a dobozokat.

Kispest dobozrendszer pontos információk:

Koordinátor: Weszely Gabi 0630 490 67 09,
Schneider Gabriella 0670 2585955

Piac és dobozátvétel 16.00-19.00ig csütörtökönként.

Cím: 1192, Pannónia út és Gutenberg utca sarkon lévő piac, Wekerle telep.

Óbuda Doboz Rendszer:

Koordinátor: Vetier Márta,
email: malna.ribilizi@gmail.com

Szerdánként 16:00-18:00
1037 Toronya u. 33 (Óhegyi Népház)