



### Újság és információk

#### Kedves Dobozosok!

Minden nap fagy nélkül egy bónusz most. Az ős nagyon hamar megérkezett. Levelek barnulnak, és esnek a fáról hamarabb, mint az elmúlt években. Talán az oka az, hogy nagyon korán kezdtük a szezont idén. Bármi legyen is az oka, már nagyon is benne vagyunk az őszben, és búcsúzunk nyári zöldségeinktől - bazsalikom, paprika stb. De ne csüggedtjete - még mindig sok földi jó van kertünkben. A hűvös éjszakák és napos napok kedvezőek leveleseinknek, melyek még pár hónapig megélnek, ha nem lesz hirtelen, kemény fagy. Spenót, rukkola és saláták kibírják az enyhén fagyos időt amíg nappal még meleg van a növekedéshez.

Ezen a héten volt a második Bemutató üzem szakmai napunk. Témája a helyi, bio közvetlen értékesítés volt, nagy érdeklődés volt a Zsámboki Biokert/Nyitott Kertek Doboz rendszer iránt is.

Reméljük, tetszik a dobozok tartalma, és rendeltek továbbra is!

-A Zsámboki Biokert csapata

### Doboz Ajánlat

Termék	egység	mennyiség
Brokkoli vagy karfiol	adag	1
Saláta mix	kg	0,2
Zeller	adag	1
burgonya	kg	1
sárgarépa	kg	1
paprika	kg	0,6
mángold	kg	0,7
fehérgyömb	kg	0,75
mizuna	cs	1
fejtőbab	kg	0,6
Koord. Doboz/lebomló zacskó		100

**Összesen: 4400**



# Zsámboki Biokert

Heti Hírlevél  
Október 1-2, 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 közelebbről 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 Brokkoli krémleves

### Hozzávalók:

20 g vaj  
pár fehérhagyma  
500 g brokkoli  
víz  
160 ml főzőtejszín  
1 csipet só  
1 késhegynyi bors - fehér (őrölt)  
0.5 késhegynyi szerecsendió (őrölt)

A vajat felolvasztjuk, és üvegesre pirítjuk rajta a felkockázott fehérhagymát. Rátesszük a brokkolit. Felöntjük annyi vízzel, amennyi ellepi. Puhára főzzük, majd hozzáadjuk a tejszínt, és összeturmixoljuk, fűszerezzük. Szükség esetén tejjel hígíthatjuk. Visszatesszük a tűzhelyre, és egyet rotyantunk rajta. A szikkadt kenyeret apróra felkockázzuk, és serpenyőben megpirítjuk. Azért kell kissé szikkadt kenyeret használnunk, hogy szépen fel tudjuk kockázni. A pirított kenyérkockákkal megszórva tálaljuk..



# Zsámboki Biokert

Heti Hírlevél  
Október 1-2, 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](mailto:noemi.kabdebo@gmail.com)

Koller Andrea - [andi@humusz.hu](mailto: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.ribizli@gmail.com](mailto:malna.ribizli@gmail.com)

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