



Höstlig Grönsakskasse den 9 oktober 2021

Både sommar och höst

Visst är det underbart med det gröna skafferiets alla färska grönsaker, som finns att skörda långt in på hösten, och faktiskt till en del under hela vintern. I alla fall hos oss på Näsets Gröna.

Kål av olika slag klarar sig ute i landen även i minusgrader och vi brukar skörda exempelvis grönkål långt fram på våren (april). Rotfrukter klarar sig också länge och vi föredrar att "lagra" dessa i jorden växande frukter på odlingsplatsen. Vi skördar alltså inte förrän de ska konsumeras. Som alltid, färskt, fräscht, gott och näringsrikt.

Om det blir riktigt kallt kan täckning med duk, gräs eller halm säkra hållbarheten. Den klassiska lagringen av rotfrukter är som bekant annars i stuka eller i en sval matkällare och till en del använder vi även dessa "sparformer".

Laga, spara, lagra, frysa

Det finns fler sätt att hålla sig med härodlat mat under nära nog hela året. Så, OM du inte äter upp allt matkassen nu, kan till exempel paprikan skäras i bitar och frysas in (utan förvällning). Samma sak med tomater som är underbara att ha som smaksättare till vinterns pizza, köttfärssås med flera maträtter. Bönor, kål med mera kan förvällas och frysas in. Och rotfrukterna håller sig som de är en tid vid lagring i sval.

Allt väldigt fint att ha till matlagningen när det blir mörkare och kallare utanför stugknuten. Eller hur?

Grönsakskassens innehåll 9/10:

Tomater	150 g
Sallat, huvud	1 st
Gurka	1 st
Betor, små gula, röda, cirkel	10 st
Mangold	150 g
Purjolök	1 st
Scharlottenlök	5 st
Vitlök	1 st
Gul lök, färsk "höstprimör"	2 st
Rotselleri (beroende på storlek)	1-2 st
Palsternacka och rotpersilja	1-2 st
Svartrötter	2 st
Grönkål	250 g
Brysselkål	100 g
Broccoli	100 g
Brytbönor	100 g
Paprika (kan frysas in)	5 st
Chili (varierande styrka)	5 st

Dessutom:

Utöver innehållet i din förbeställda kasse med grönsaker, så erbjuder vi på plats på lördag den 9 oktober **fler grönsaker** som majrova, palmkål, störskärvaxbönor, squash med mera. Begränsad tillgång, så först till kvarn gäller. Dessutom är du välkommen ut till **persiljeodlingen** för självplock. Passa gärna på att frysa in för vinterbehovet av denna nyttiga och goda krydda.

Vi har även självplock av alltjämt väldigt fina sommarblommor. Passa på att göra dig en riktigt stor och fin somrig höstbukett som står sig länge.

Varmt välkommen till "Eftermiddag på Näsets Gröna" lördagen den 9 oktober 2021, kl 14-17! Och, kaféet är öppet med underbart fikabröd" (dock ej lunchmat denna gång).

Vi har mer på gång

Vi har fler aktiviteter på gång i höst. Anteckna gärna söndagen den 14 november och lördagen den 11 december. Vid dessa spännande "events" gäller förbokning för deltagande. Vi återkommer med information och håll särskilt koll på vårt nyhetsbrev och inte minst på vår hemsida.

Matglada oktoberhälsningar år 2021, från Sven och Elisabeth, Näsets Gröna

Hemsida: www.nasetsgrona.se Följ oss även på Instagram + Facebook

Tel: 070-672 06 32, Mail: info@nasetsgrona.se Södra Ekhamn Näset 500, 741 91 Knivsta

HÄRODLAT HEMBAKAT HEMLAGAT HÅLLBART