

Markedsmelding

Side, 1

Uke 26-27 2011

- Epler, fortsetter m europeiske og gra Mellom Amerika.
- Pærer, Packham og Abate fra Argentina
- Druer, importerer nå fra Egypt og Israel.
- Jordbær, kun norsk vare fra uke 27.
- Appelsiner, sortene Lane Late er nå slutt. Vil kjøpe Valencia late fra Spania og Marocco.
- Sitron, sorten Primofiori er nå slutt, vi lagerføre sorten Verna i denne perioden.
- Moreller, lagefører nå fra Belgia.
- Ananas, topp vare og god tilgang.
- Meloner, Spania er i full gang med årets sesong. Topp vare.
- Plommer, fortsetter med spanske av topp kvalitet.
- Nektariner/fersken, sesongen i Spania er i full gang. Vil også komme noe fra Italia.
- Tomat, kun norsk vare.
- Paprika, topp vare fra Holland.
- Salater, full dekning med norsk vare.
- Asparges, fortsetter med vare fra Peru ut året. Topp kvalitet.
- Avokado, god kvalitet fra Peru og Sør-Afrika.
- Vårløk, herlig norsk vare.
- Hvitløk, fortsatt lite i markedet og prisene forblir høye.
- Sukkererter/sugarsnaps, fortsetter med Kenya, noe mindre tilgang kan gjøre at prisene stiger noe.
- Gulrot, Frankrike er i full gang.



Økern Torghall 4
0580 Oslo
Tlf 23170180
Fax 23170181
E-mail: post@langdalen.no
Internett: www.langdalen.no

Odd Langdalen
Leverandør av gode tradisjoner



Odd Langdalen

Leverandør av gode tradisjoner

Markedsmelding Side 2

Bakt laks m ratatouille



Antall porsjoner:

4

Ingredienser:

800 g laksefilét
3 skiver loff
1 hvitløkbåter
2 ss frisk persille
2 ss frisk basilikum
salt og pepper

Ratatouille:

100 g Zucchini/squash
100 g aubergine
100 g løk
100 g rød paprika
½ rød chilipepper
5 tomater skoldet og rensset for kjerner
1 hvitløkbåter
2 ts frisk timian
¾ dl olivenolje

Fremgangsmåte:

Smør en ildfast form og sett stekeovnen på 180 grader. Skjær fisken i serveringsstykker, legg disse i den ildfaste formen og strø salt og pepper over. Ha loff uten skorpe, hvitløk, persille og basilikum i en foodprosessor og kjøør til en jevn masse. Legg denne massen på toppen av fiskestykkene. Stekes ca 15 minutter ved 180 grader. Skjær ingrediensene til salsaen i små terninger. Ha olje i en panne og tilsett alle ingrediensene unntatt tomatene. Surr til grønnsakene er myke da tilsettes tomatene. La småkoke i 10 minutter og smak til med salt og pepper.



Endelig er de her!

Den norske jordbærsesongen er i gang og tipset under bør dere prøve.

Ingredienser:

500 g jordbær
2 ss balsamicoeddik
2 ss sukker

Fremgangsmåte:

Del jordbærene i to-tre hvis de er store. Drypp og dryss over eddik og sukker. Bland lett og sett kaldt. Sett frem små skåler og eventuelt vaniljeiskuler.

Viktig info.

Alle økologiske varer må bestilles innen kl. 12.00 to dager før leveranse.



Kampanjevarer
Uke 26 - 27

Artnr. 2730
melon
cantaloupe

Artnr.
3000
Rød
paprika

Artnr.
5541
Ruccola

**Bruk rester
- senk varekosten!**

Grønnsak og pastagrateg.

Antall porsjoner: 4

Ingredienser:

300 g brokkoli i buketter el. hva dere måtte ha på kjøp
4 dl kokte pastaskruer
½ rød paprika
1 ts salt
½ ts pepper
4 egg
2 ½ dl matfløte
2 dl revet hvitost

Fremgangsmåte:

Kok brokkolibukettene i lettsaltet vann i 2 minutter og hell av vannet. Bland brokkoli, pasta og paprika skåret i terninger i en smurt ildfast form. Krydre med salt og pepper. Visp sammen egg, matfløte og revet ost. Hell det i formen. Sett formen midt i ovnen og stek ved 200 grader i ca. 20 minutter til gratengen er gylden og fin. Server gratengen nylaget med godt brød til.