

Zutaten

3 kleine Schalotten
2 EL Olivenöl
300 g Risotto-Reis
ca. 1 l Gemüsebrühe
200 ml Weißwein
60 g Parmesan
25 g Butter
Abrieb einer Zitrone
500 g grüner Spargel
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Die Schalotten schälen und fein würfeln. 1 EL Öl in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin glasig anschwitzen. Die Zesten einer halben Zitrone mit einem Zestenreißer ziehen und mit dem Reis dazu geben. Unter Rühren 1 bis 2 Minuten leicht anrösten. Mit dem Wein ablöschen und anschließend etwas Brühe dazu geben. Der Reis sollte mit Flüssigkeit bedeckt sein. Bei schwacher Hitze köcheln lassen und dabei öfter umrühren.

Wenn die Flüssigkeit aufgesogen ist, nach und nach mit der restlichen Brühe aufgießen und dabei umrühren. Insgesamt muss der Reis 15–25 Minuten garen, bis er weich ist. Das kann aufgrund verschiedener Reissorten variieren.

Das untere Drittel des Spargels schälen und in circa 7cm große Stücke schneiden. Anschließend



1 EL Olivenöl in eine große Pfanne geben, erhitzen und den Spargel darin kurz anbraten. Er sollte dabei noch Biss behalten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Parmesan reiben und die restlichen Zesten von einer halben Zitrone ziehen. Das Risotto mit etwas Salz und Pfeffer würzen und die Butter und den Parmesan unterheben.

Zuletzt den Spargel über das Risotto geben und mit der Zitronenzeste bestreuen.



Liebe Kunden und Freunde des Cassenshofes!

„Wenn's keine Freude macht,
ist's auch nicht nachhaltig.“

John Talbott

Die Spargelsaison beginnt! Diese intensive Zeit ist für uns aktuell von gemischten Gefühlen begleitet. Durch den steigenden Kostendruck gegenüber importiertem Spargel ist hierzulande die Spargelanbaufläche seit vergangenem Jahr um 13% zurückgegangen. Höhere Lohnkosten sind für die Arbeiter in diesem anspruchsvollen Job einerseits eine gute Nachricht, aber nur, solange die Kunden diesen sozialen Mehrwert mittragen. Wir haben uns entgegen des Trends für die Zuversicht entschieden, dass unsere Kunden weiterhin unseren Spargel aus langjährigem Bioanbau genießen möchten und legen auch in diesem Jahr eine neue Spargelfläche für künftige Ernten an.

Im Spargelanbau muss man langfristig denken und planen, denn ein frisch bepflanztetes Spargelfeld kann erst im dritten Jahr voll beerntet werden. Wir hatten auf der neuen Spargelfläche eine stark humusfördernde Zwischenfrucht, die vor der Neupflanzung eingearbeitet wird. So haben die Jungpflanzen mit viel natürlichem Stickstoff und einem

Jetzt frisch

Täglich frisch gestochener Inzmühlener Heide Spargel



humosen, lebendigen Boden optimale Startbedingungen. In dem tiefen-gelockerten Boden können sich die Wurzeln gut entwickeln, im Idealfall reichen die Wurzeln später bis zur grundwasserführenden Schicht. Vor allem in der Frühphase der Entwicklung beregnen wir die Anlage aus diesem Grundwasser, das direkt am Feldrand gezogen wird. Die Spargel-reihen haben einen Abstand von 2 m, so dass wir zwischen den Reihen eine mechanische Unkrautbekämpfung durchführen können. Die Spargel-pflanzen setzen wir im Abstand von 25 cm. Mit diesem Abstand haben wir Einfluss auf die spätere Dicke der Stangen. Stehen die Pflanzen enger, werden die Spargelstangen dünner. Unser Ziel ist es, möglichst viele Stangen mit einem Durchmesser von 18–24 mm zu ernten.

Am 1. Mai feiern wir unser beliebtes Spargelfest. Es gibt ein abwechs-lungsreiches Kinderprogramm mit Zauberer Peperoni, einer Hüpfburg und einem liebevoll gestalteten Spielplatz, auf dem Trettrecker zu Erkun-dungstouren locken. Eine bunte Mischung von Kunsthandwerkern hält sowohl Selbstgeschneidertes als auch Schmuck und verschiedene Deko-

TIPP Kaufen Sie Ihren **Spargel fertig geschält** – oder einen Spar(gel)-Schäler dazu aus unserem Hofladen

HOFLADEN & CAFÉ INZMÜHLEN GEÖFFNET DO–SO, 9–17 UHR

rationsartikel für Haus und Hof bereit. In diesem Rahmen werden für Kinder auch kreative Mitmachaktionen angeboten. Unsere Hofküche zaubert an diesem Tag eine Spargelpfanne, Spargelsuppe sowie Kartoffel-spalten mit Bärlauchdip. Zusätzlich gibt es frische Waffeln und beliebte Blechkuchen zum Kaffee. Musikalisch wird uns die Band MaCajun mit schwungvollen Songs durch den Tag begleiten.

In unserem Hofladen gibt es etwa ab Mitte April bis zum 24. Juni ver-schiedene Sortierungen an geschältem und ungeschältem Spargel. Sie erhalten bei uns auch besondere Leckerbissen wie die Spargelspitzen, tagesfrischen Grünspargel und alles rund um ein gelungenes Spargel-menü wie Schinken, Sauce Hollandaise, Heide-Kartoffeln sowie den dazu passenden Wein. Guten Appetit!

*Ihre Familie Pelka
und Familie Voß*

