



Zutaten

125 g Salat (Pflücksalat oder eine Salat Mix Mischung)

1 Handvoll Walnüsse

2 EL Zucker

2 große Äpfel

etwas Zitrone

60 ml Apelessig

2 1/2 EL Honig

1/4 TL Zimt

1/4 TL gemahlener

schwarzer Pfeffer

1/4 TL Salz

1 Prise Kreuzkümmel

1 Prise Currypulver

2 EL Olivenöl

Zubereitung

Salat waschen, trocken schleudern und in eine große Schale geben. Den Apfel in Stifte schneiden und in einer kleinen Schale mit etwas Zitronensaft beiseite stellen.

Die Walnüsse grob hacken. In einer Pfanne den Zucker erwärmen, bis er beginnt zu karamellisieren, die Walnüsse dazugeben und kandieren. Anschließend auskühlen lassen.

Für das Dressing alle Zutaten in ein Schraubglas geben und gut durchschütteln.

Nun die Walnüsse und Äpfel mit zum Salat geben, das Dressing darüber geben und genießen.



Liebe Kunden und Freunde des Cassenshofes!

Die Heideblüte geht ins leuchtende Finale und wir haben es auch in diesem Jahr wieder unfassbar genossen, an diesem wunderbaren Platz Erde zu leben, der mit solch einer Farbenpracht im Spätsommer beglückt. Lange Spaziergänge durch die Heide, Fahrradtouren durch die Wälder und manchmal machen wir auch wie die Touristen eine Kutschfahrt zum Wilseder Berg. All das macht für uns diesen besonderen Charme aus, hier zu leben.

Als wunderbaren Gegensatz lieben wir den Spätsommer rund um Watzum. Dort ist das Getreide abgeerntet und die Herbstbestellung der Felder steht bevor. Die Natur und die Erde haben wieder gezeigt, was in ihnen steckt. Unsere Arbeit wurde belohnt mit guten Lebensmitteln in Hülle und Fülle, reich an Energie und wertvollen Inhaltsstoffen. Es lässt uns immer wieder staunen, was aus Boden, Luft und Nährstoffen entstehen kann.

„Träume dir das Leben schön
und mache aus diesen Träumen
eine Realität.“

Marie Curie

Jetzt frisch

Herzhaftes Wanderstullen und fruchtige Beerentorte



Für uns beginnt jetzt eine trubelige Zeit, da wir einige Hühnerställe neu belegen. Dies tun wir häufig im September, so dass die Hennen bis Weihnachten wieder gut eingewöhnt und produktiv sind und wir Sie gut mit Eiern versorgen können. Die alten Hennen werden ausgestellt, Ställe werden ausgemistet, gründlich gewaschen, gereinigt und desinfiziert. Dann können wir die neuen Junghennen begrüßen und eininstallen. Wir setzen sie alle von Hand in die Voliere und begleiten sie in der ersten Zeit intensiv, bis sie mit ihrer neuen Umgebung vertraut sind. Dies dauert pro Stall etwa 10–14 Tage und wird uns im September ordentlich auf Trab halten.

Während wir die letzten Sommer- und Sonnentage genießen, stecken wir parallel schon in den ersten Vorbereitungen für unseren Scheunenzauber und nehmen die ersten Gänsebestellungen entgegen. Unsere Gänse laufen auf großen Wiesen, wo sie nach Herzenslust umherflattern, frisches Gras fressen und im Wasser planschen können. So entsteht allerbestes Fleisch, das aus jedem Menü ein kulinarisches Fest macht.

TIPP Denken Sie bereits jetzt an die **Gänsebestellung** für ein gelungenes Fest!

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

In unserem Hofladen können Sie aktuell erleben, welche reiche Vielfalt die Natur gerade an Früchten hervorbringt. Vieles davon verarbeiten wir in unserer Hofbäckerei zu köstlichen Kuchen und Torten – eine Auswahl, die kaum Wünsche offen lässt. Bei schönem Wetter bieten wir auf unserem Hof eine Vielzahl verschiedener Außensitzplätze, wo Sie frühstücken, Kaffee trinken und den Spätsommer genießen können. Viele Wanderer kommen mit dem Heide-Shuttle oder mit dem Fahrrad vorbei. Und wir freuen uns, dass viele Kunden auch mit dem Pferd zu uns kommen und eine schöne Auszeit auf unserem Hof einlegen.

Lassen Sie sich bei den letzten warmen Sommertagen auf unserem Hof frische Landluft um die Nase wehen und genießen Sie die Spezialitäten, die dieser schöne Fleck Erde uns schenkt. Wir freuen uns auf Sie!

*Ihre Familie Pelka
und Familie Voß*

