



Zutaten (2 Port.):

1 kg Gänsebrust
3 Zweige Rosmarin
3 Zweige Thymian
1 Glas Geflügelfond
(Gänsefond)
Salz und Pfeffer
Butter

Zubereitung:

Die frische Gänsebrust mit Salz und Pfeffer einreiben und auf ein mit Alufolie ausgelegtes Backblech legen. Auf die Gänsebrust und aufs Blech jeweils einen Zweig Rosmarin und Thymian legen. Dann in den kalten Backofen schieben, auf 150° stellen und alle 15 Minuten um 5° erhöhen – bis 180° und dann noch weitere 30 Minuten braten. Zwischendurch kann man die Zweige von der Brust nehmen und daneben legen. Vom Gänsefond 1/4 abmessen und die Gans während der Garzeit ab und zu damit bepinseln. Den Rest Gänsefond mit 1 Zweig Rosmarin und Thymian auf die Hälfte einkochen.

Die fertige Gänsebrust aus dem Backofen nehmen und das Fett abgießen. Die Zweige aus dem Fond nehmen, einen Teil der gesammelten Flüssigkeit zum Fond geben, ein kleines Stück kalte Butter dazugeben, mit dem Rührbesen fix zu einer guten Sauce verrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Brühe würzen.

Während der Saucenzubereitung die Gänsebrust im ausgeschalteten Backofen ruhen lassen.

Dazu Apfelrotkohl und Kartoffelklöße reichen.

„Am Ende wird alles gut. Wenn es nicht gut ist, ist es noch nicht das Ende.“
Oscar Wilde



*L*iebe Kunden und Freunde des Cassenshofes!

Unser Scheunenzauber am 5. November in Inzmühlen hat uns in eine entspannte, vorweihnachtliche Vorfreude versetzt. Wir sind jetzt auf Bratäpfel, Weihnachtskekse, Glühwein und Gänsebraten eingestellt. Unsere Weihnachtsgänse stehen dafür in den Startlöchern.

Auf unseren Feldern kehrt nun langsam die Winterruhe ein. Auf unserem Betrieb in Watzum werden im November die letzten Zuckerrüben gerodet. Nach dem Roden werden die Rüben zunächst am Feldrand in sogenannten „Mieten“ bis zu ihrem Abtransport in die Zuckerfabrik zwischengelagert. Dies kann durchaus einige Wochen dauern, denn die Rübenkampagne in der Zuckerfabrik dauert bis ins neue Jahr hinein an. Um die Rüben in der Miete vor Frost zu schützen, werden sie mit einem Rübenfließ zugedeckt. Gleich nach der Ernte wird das Feld mit dem Pflug oder dem Grubber bearbeitet. In das frisch bereitete Saatbett wird Winterweizen ausgesät. Die jungen Weizenpflanzen

Jetzt frisch

Wintergemüse - vielseitig und delikat



erblicken im späten Herbst noch das Licht der Welt. Der Grundstein für die Weizenernte im Sommer des darauffolgenden Jahres ist damit gelegt.

Sind die Rüben in der Zuckerfabrik angelangt, werden sie dort zunächst gewaschen und klein geschnitten. Anschließend wird aus den Rübenschnitzeln der Zucker herausgekocht. Es entsteht flüssiger oder fester weißer Zucker aus heimischem Anbau, der in seiner Beschaffenheit und Qualität dem Rohrzucker aus Übersee in nichts nachsteht. Er gelangt als brauner oder weißer Zucker in den Supermarkt oder auf unseren Hof zurück, wo wir leckere Marmeladen und Kuchen damit für Sie kochen und backen.

Für uns beginnt jetzt die zweite Saison nach der Spargel-Saison, die uns zusätzlich zu den Hühnern auf Trab hält. Die Gänse werden jetzt bis spätestens Weihnachten nach und nach geschlachtet. Dabei bemühen wir uns, dass jeder Besteller die optimale Gans für sein Menü erhält. Neben den ganzen Gänsen bieten wir auch Teile an. Hierbei müssen wir allerdings auf das richtige Verhältnis achten: Jede Gans hat eine Brust und zwei Keulen. Für Verwirrung sorgt gelegentlich die Tatsache, dass die Brust aus

TIPP Tarnen Sie Ihr erstes **Gänseessen** als Probeessen und gönnen sich den Genuss schon vor dem Fest!

WINTERÖFFNUNGSZEITEN: HOFLADEN & CAFÉ MI-SO, 8-18 UHR

zwei Brustfilets besteht, die durch einen Knochen miteinander verbunden sind. Da gern mehr Keulen als Brüste bestellt werden, würden von einigen Gänsen nur die Brüste übrig bleiben. Oft heißt es, die Keule sei saftiger als die Brust. Allerdings kommt es hier auch auf die Zubereitung an. Wagen Sie sich doch in diesem Jahr mal an die Brust und genießen Sie dieses feine Fleisch, nicht umsonst spricht man von Brustfilet. Wir selbst schätzen dieses Fleisch auch, weil wir kein Freund von Knochen auf dem Teller sind.

Wer das Gänseessen außer Haus genießen möchte, kann auch bei einigen Restaurants in der Region eine unserer Gänse auf dem Teller finden. Rufen Sie uns gerne an, wenn Sie Wert darauf legen, eine Gans aus hiesiger Freilandhaltung zu genießen. Wir nennen Ihnen die Restaurants, die wir beliefern.

Wir freuen uns, wenn Sie unseren Hofladen besuchen, sich von unserer Gänsehaltung überzeugen oder einfach unseren Hof kennenlernen möchten!

Ihre Familie Vofß und Pelka

