



Zutaten:

1 Gans (küchenfertig, etwa 5 kg),
etwas Salz (oder Pfeffer), 1 Zitrone (Bio),
2 Orangen (Bio, groß), 1 Bd. Majoran,
3 Zweige Salbei, 1 Bd. Suppengemüse,
1 Zwiebel (groß), 1 EL Butterschmalz,
1 EL Tomatenmark, 200 ml Portwein (rot),
1,5 l Geflügelbrühe, 1 Stk. Ingwer (ca.
5 cm)

Für die Bratäpfel:

7 Äpfel (groß, säuerlich, rotschalig),
etwas Zitronensaft, 150 g Haselnüsse
(gehackt), 4 EL Semmelbrösel, 5 EL
Butter, 3 EL Portwein-Feigen-Senf,
7 Scheiben Speck, 2 TL Speisestärke

Zubereitung:

Gans waschen, salzen, pfeffern. Zitrone
und Orangen waschen, mit Schale grob
würfeln. Majoran- und Salbeiblätter mit den
Zitrusfrüchten mischen. In die Gans füllen,
mit Holzspießchen verschließen.

Suppengemüse putzen, waschen, würfeln.
Zwiebel abziehen, würfeln. Alles mit Gänse-
hals und -flügeln in einem großen Topf im
heißen Schmalz anrösten. Tomatenmark
unterrühren, mit anbraten. Mit Portwein ab-
löschen, einköcheln lassen. Brühe oder Fond
angießen. Ingwer dazugeben. Bei kleiner
Hitze ca. 30 Minuten einköcheln lassen (bis
die Sauce zur Hälfte reduziert ist).

Äpfel waschen, je 1 Deckel abschneiden,
Kerngehäuse großzügig entfernen. Äpfel
mit Zitronensaft beträufeln. Nüsse feiner
hacken, mit Bröseln in 2 EL Butter rösten.

Mit Feigensenf mischen, würzen. Masse in
die Äpfel füllen, je 1 TL Butter daraufgeben,
Deckel aufsetzen. Mit je 1 Speckscheibe
umwickeln, mit Küchengarn binden.

5 Stunden vorm Servieren: Backofen auf
150 Grad (Umluft nicht geeignet) heizen.
Gans mit der Brust nach oben auf den
Rost legen, Fettpfanne darunterschieben.
Im Ofen ca. 5 Stunden braten. Äpfel auf
Alufolie um die Gans setzen, die letzten 45
Minuten mitbraten. Die letzten 30 Minuten
Ofen auf 200 Grad heizen.

Zum Servieren: 1 Apfel aufbinden, Speck
entfernen, Apfel grob würfeln. In die Sauce
geben, aufkochen, durch ein Sieb in einen
Topf gießen. Angerührte Stärke einrühren,
aufkochen, abschmecken. Gans zerteilen
und mit Sauce und Bratäpfeln servieren.



Liebe Kunden und Freunde des Cassenshofes!

Was für ein Jahr! Hinter uns liegt ein trockenes Frühjahr mit viel Sonne, ein trockener Sommer mit viel Sonne und ein trockener Herbst mit viel Sonne. Die Natur hat sich einerseits von ihrer schönsten Seite gezeigt, andererseits hat sie uns genau damit in große Probleme gebracht. Es überkam uns eine Sehnsucht nach Landregen, Sprühregen, Nieselregen, einem Schauer, einem Guss, einem Pladdern wie aus Eimern. Es sollte doch bitte einfach nicht mehr ganz so warm sein.

Wir wollten wieder die ganze Bandbreite der Wetterphänomene. Wir spürten selbst: Uns kann man es scheinbar nie recht machen. Auf der anderen Seite wussten wir: Das ist gerade kein gesundes Wetter. Die Natur braucht Abwechslung. Und vor allen Dingen brauchen auch wir für unseren Seelenfrieden Abwechslung. Graue nasse Tage, die dazu einladen sich zurückzuziehen. Das Sofa zu genießen, das Erlebte der letzten Zeit Revue passieren zu lassen und mit sich selbst ins Gespräch zu kommen.

„Beginn damit,
das Nötige zu tun.
Dann tue das Mögliche und
plötzlich tust du das Unmögliche.“
Franz von Assisi

Jetzt frisch

Was zur Gans passt: Rotkohl, Rosenkohl, Steckrüben



Dieses Jahr hat uns wieder einmal deutlich gemacht, dass uns so häufig nicht bewusst ist, wie gut es uns eigentlich geht. Auf welchem hohem Niveau wir jammern und wie vieles für uns selbstverständlich ist, als gegeben angenommen wird. Wir brauchen das Auf und Ab. Die Sonne und den Regen. Das Laute und das Leise. Den Trubel und das Innehalten.

Nun freuen wir uns auf die dunkle Jahreszeit. Auf eine Zeit der Ruhe, der Besinnlichkeit, des Innehaltens, der Dankbarkeit, des inneren Zwiegesprächs. Zeit um uns zu sammeln. Neue Ideen und Ziele zu formulieren. Uns zu fragen: Wo stehen wir? Wo möchten wir hin? Müssen wir den Kurs korrigieren? Wen erreichen wir mit unserer Art des Wirtschaftens? Wen möchten wir erreichen? Zeit um Prioritäten festzulegen. Was hat in unserem Leben welchen Stellenwert und passt dies noch? Zu uns? In unserer Zeit?

Wir werden nicht müde, uns viele Fragen zu stellen. Fragen, die das Leben auf den Kopf stellen. Aber auch Fragen, die weh tun oder beglücken. All das ist möglich und muss sein. Nur so bleiben wir mit uns selbst im Einklang.

TIPP Denken Sie an den **Beifuß** und weitere Begleitkräuter für die Weihnachtsgans.

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

Wir haben uns für das neue Jahr viel vorgenommen. Wir wollen wachsen. Nicht größer werden, sondern in die Breite und in die Tiefe. Wir wollen besser werden und noch mehr auf unseren Bauch hören. Um mit Ergebnissen zufrieden und mit uns im Reinen zu sein. Und wir freuen uns, wenn Sie uns auf unserem Weg weiter begleiten. Neugierig, interessiert und vorurteilsfrei.

Ihnen wünschen wir eine wundervolle Weihnachtszeit mit allem, was für Sie dazugehört. Ruhe und Trubel, Genuss und Geschenke, die von Herzen kommen, Familienleben und Zeit für sich allein mit einem guten Buch, Rotwein und Kerzenschein, Tannenbaum und Weihnachtsgans, Lachfalten und kulinarisches Schwelgen. Lassen Sie sich verzaubern und vergessen Sie nicht: Weihnachten ist nur der Beginn von etwas ganz Wunderbarem. Genießen Sie jeden einzelnen Tag und jede Nacht vom 21. Dezember bis zum 6. Januar. Erst wenn die Raunächte vorbei sind, müssen wir wieder auftauchen und neu gestärkt und reflektiert hinübergleiten in all das Neue. Viel Freude auf der Reise!

Ihre Familie Voß und Familie Pelka

