



Zubereitung

1. Frische Eier verwenden: Frische Eier haben ein festes Eiweiß, das sich besser um das Eigelb legt und eine schöne Form beim Pochieren ermöglicht. Teste die Frische, indem du das Ei in ein Glas Wasser legst: Frische Eier bleiben am Boden, ältere Eier steigen auf.

2. Essig ins Wasser geben: Ein Spritzer Essig im kochenden Wasser hilft dem Eiweiß, schneller zu gerinnen und sorgt dafür, dass es kompakt um das Eigelb bleibt. Verwende weißen Essig, um den Geschmack des Eis nicht zu beeinflussen.

3. Das Wasser sanft köcheln lassen: Das Wasser sollte nicht sprudelnd kochen, sondern nur leicht simmern.

Zu starkes Kochen kann das Ei zerreißen und die Form ruinieren.

4. Eier direkt aus dem Kühlschrank verwenden: Kalte Eier aus dem Kühlschrank behalten ihre Form besser beim Pochieren, da das Eiweiß schneller gerinnt. Lass sie jedoch nicht zu lange bei Raumtemperatur stehen, bevor du sie ins Wasser gibst.

5. Wirbeltechnik nutzen: Rühre das Wasser mit einem Löffel oder Schneebesen, um einen kleinen Strudel zu erzeugen, bevor du das Ei hineinlässt. Der Wirbel hilft dem Eiweiß, sich um das Eigelb zu wickeln und eine gleichmäßige Form zu schaffen.



„Ach, wissen Sie, ich möchte mich gar nicht auf Himmel oder Hölle festlegen – ich habe Freunde in beiden.“

Mark Twain

Liebe Kunden und Freunde des Cassenshofes!

Würden die Hühner die aktuelle Weltlage kommentieren, wäre es möglicherweise ein aufgeregt anschwellendes „Pockpockpockpockpock!!“ Da ist es gut, dass sie bei uns ihren eigenen Raum und ihre Komfortzonen haben und sich nur um ihre eigenen Geschäfte zu kümmern brauchen. Für uns ist es immer wieder erholsam, in den Hühnerstall zu kommen und ein gemütliches und vielstimmiges „Boookboookboook“ zu hören, das uns zeigt, dass die Damen entspannt und zufrieden sind. Wie man gut chillen kann, das lässt sich von Hühnern schön lernen. Wenn sie sich in der Spreu aalen, in gemütlicher Geschäftigkeit ihre Wohlfühloase zurechtspicken, in meditativer Ruhe die Lider senken, lässt sich auch oft ein zufriedenes Gurren vernehmen. Sobald sich etwas Interessantes ereignet, wird die Kommunikation lebhafter. Mit einem nach hinten ansteigenden „Bakbakbakbagaaah“ meldet die Henne ihren Nachbarinnen „Ich will dir was erzählen!“ Das kann etwa der Fall sein wenn sie gerade ein

Jetzt frisch

aus unserer Hofküche: 4 Sorten herzhaftes Vollkornbrot



Ei gelegt hat. Gerne stimmen dann auch andere Hühner in das Lamento mit ein. Hühner lieben es überhaupt, miteinander zu tratschen, hier entwickelt sich schnell eine witzige Eigendynamik. So wird aus einer kleinen Bemerkung manchmal ein aufgeregtes Gegacker – bis alle wieder ermüdet sind und kein weiterer Anlass, der kommentiert werden muss, in Sicht ist. Wenn wir mit Schulklassen in unseren Hühnerstall gehen, machen wir die Kinder gerne auf diese verschiedenen Ausdrucksformen der Hühner aufmerksam. Wollen wir, dass für einen Moment Stille im Stall herrscht, pfeifen wir in den Raum. Dann gehen die Häse hoch und die Hennen lauschen erstmal gespannt, ehe sie sich „Pokpokpook“ wieder einander zuwenden: „Hast du das gehört?“

Unsere fleißigen Damen legen gerade anhaltend gut und die Nachfrage ist auch jetzt nach der Weihnachtszeit immer noch hoch. Ende Januar belegen wir wieder einen Stall mit Junghennen, die das Team der Eierproduzentinnen in Richtung Ostern noch verstärken.

TIPP Holen Sie sich jetzt schon mit **Obstzweigen** den Frühling ins Haus!

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

Unser Ladenteam hat sich in der Winterpause gut erholt und ist mit Freude in die neue Saison gestartet. Die Tage werden wieder länger, die ersten Schneeglöckchen spitzen aus der Erde und die Räume werden für den Valentinstag und den Vorfrühling schön dekoriert.

Für jeden Verkaufstag von Donnerstag bis Samstag wird bei uns frisches Vollkornbrot gebacken, mit Getreide aus eigenem Anbau. Dinkel und Roggen stammen aus unserem Lerchenschutzprojekt in Watzum. Neben dem reinen Dinkelbrot haben wir zwei Sorten Mischbrot im Angebot sowie ein Schwarzbrot mit Saaten und Schrot. Der enthaltene Zuckerrübensirup macht dieses Brot besonders saftig und gibt ihm eine feinherbes Aroma. Ob Sie bei uns Ihr Lieblingsbrot finden oder einfach die Abwechslung genießen – wir freuen uns auf Ihren Besuch zum Einkaufen oder entspannten Frühstück mit einem schönen Frühstücksei. Bokbook!

Ihre Familie Voß und Familie Pelka



Cassenshof • Watzumer Landeier • Familie Pelka • 38170 Watzum