



### Zutaten (4 Pers.):

1 Kleiner Kopf Wirsing  
Salz  
500 g Hackfleisch (halb  
und halb)  
2 Scheiben Weißbrot  
2 Zwiebeln  
2 Eier  
Pfeffer

### Für die Béchamelsauce:

3 EL Butter  
2 EL Mehl  
200 ml Milch  
200 ml Sahne  
150g geriebener Hartkäse  
(z. B. Parmesan)  
Fett für die Form

### Zubereitung:

Das Weißbrot in etwas Wasser oder Milch einweichen. Den Wirsing putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. In kochendem Salzwasser etwa 4 Minuten blanchieren, abtropfen lassen und gut ausdrücken. Die Zwiebeln schälen und fein hacken. Das Hackfleisch mit eingeweichtem Brot, Eiern, Zwiebeln, Salz und Pfeffer vermengen.

Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Auflaufform einfetten.

Für die Soße die Butter zerlassen. Das Mehl darin unter Rühren anschwitzen. Die Milch und die Sahne zufügen und zum Kochen bringen. Unter Rühren etwa 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hälfte des Käses dazugeben und in der Soße schmelzen lassen. Wirsing, Hackfleisch und Soße in die Auflaufform schichten. Mit dem restlichen Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad etwa 45 Minuten backen.

## Liebe Kunden und Freunde des Cassenshofes!

Jetzt im Herbst und im kommenden Winter schauen wir uns gerne in der Region um. Wir besuchen andere Hofläden, tauschen uns mit Berufskollegen intensiv aus und probieren Torten in den vielen schönen Hofcafés. Wir bekommen neue Ideen, manchmal auch Bestätigung, aber auf jeden Fall immer einen neuen Blickwinkel. Uns wird bewusst, wie stark sich unser Betrieb, aber auch generell die Landwirtschaft verändert hat. Vieles wird mehr hinterfragt, einiges wird wieder so gemacht, wie es vor vielen Generationen schon üblich war und das Wirtschaften mit und für die nächsten Generationen steht im Fokus.

Seit zwei Jahren heizen wir wieder mit Holz – so wie früher. Das macht unabhängig vom Heizöl und ergibt eine ganz andere Form der Wärme. Dabei kann es auch mal kalt werden, wenn keiner geheizt hat. Wärme ist nicht mehr selbstverständlich, sondern ein Zustand, der mit Aufwand erreicht wird. Und unser Holz heizt uns nicht nur ein, wenn

„Im Leben geht es nicht darum, sich zu finden. Im Leben geht es darum, sich zu erschaffen.“  
George Bernard Shaw

# Jetzt frisch

## Nüsse, Maronen, Orangen und Granatäpfel



es verbrennt, sondern auch, wenn man die Bäume fällt, zerkleinert, zum Hof transportiert, spaltet und aufschichtet. Bei uns wird Wärme wieder handgemacht.

Auch auf dem Acker wird wieder vieles gemacht wie früher. Die Unkrautbekämpfung findet teilweise von Hand statt, da keine Maschine so akkurat arbeiten kann, wie der Mensch, der den direkten Kontakt zum Boden hat. Wir düngen wieder vermehrt organisch, mit dem Mist unserer Hühner. Das macht einen auffallenden Unterschied in der Qualität des Bodenlebens, die wir in den letzten Jahren deutlich steigern konnten.

Es steht für uns wieder mehr im Fokus, die natürlichen Kreisläufe zu stärken und mit ihnen zu wirtschaften. Das bedeutet, statt Masse vorrangig Qualität zu erzeugen. Bei neuen Betriebszweigen wachsen wir lieber langsam und durchdacht als in großen Schritten. Und wenn wir unser Handwerk dann gelernt haben, schaffen wir auch den Spagat zwischen Qualität und Menge.

**TIPP** Bestellen Sie jetzt Ihre **Weihnachtsgans** oder genießen Sie zum **Martinstag** einen Gänsebraten!

**HOFLADEN & CAFÉ MO-SO, 8-18 UHR**

Unsere Kartoffeln sind nun eingelagert. Auf Nachfrage gibt es die leckeren Knollen aus unserem Bioanbau auch in großen Mengen, die sich im kühlen Keller bis zum Frühjahr halten.

Nun wird es auch Zeit für Clementinen, Orangen und alle Sorten von Nüssen. Schon mal Maronen probiert? Wirklich ein Gedicht! Wir bereiten die süßlichen Früchte der Edelkastanie gerne im Backofen zu. An der Oberseite werden sie kreuzförmig eingeritzt und bei rund 200 Grad gebacken, bis die Schale sich nach außen biegt. Besonders lecker sind sie auch in einer Wildsauce. Die geschälten Maronen werden mit Zwiebeln, Pilzen und Weintrauben kurz und scharf angebraten, mit Glühwein abgelöscht und unter die Wildsauce gemengt. Es ergibt sich ein wunderbar herbstlicher Geschmack.

Schauen Sie sich in unseren Hofläden um und folgen Sie uns auf dem Pfad des Genusses!

*Ihre Familie Voß*



Unser Hofladen in Hamburg-Othmarschen: Cassens Hofläden • Waitzstraße 17 • 22607 Hamburg