



### Zutaten (4 Port.)

2 Fenchelknollen  
(vorzugsweise klein und zart)

3 Orangen  
(unbehandelt)

2 El duftender Honig  
Rosa Beeren  
(nach Belieben)

Fleur de sel

Cayennepfeffer

Olivenöl (ggf. Agru-  
mato-Orangenolivenöl)



### Zubereitung

Fenchelgrün abschneiden, fein hacken, beiseite stellen; Fenchelknolle in möglichst dünne Segmente schneiden (sie sollten noch zusammenhängen!). Olivenöl in einer schweren Pfanne erhitzen und Segmente bei mittlerer Hitze von beiden Seiten leicht anbraten und anbräunen. Schale einer Orange abreiben und vor dem ersten Wenden über die Fenchelspalten geben, danach einen Esslöffel Honig darüber träufeln. Fenchelspalten wenden und karamellisieren lassen. Fenchelspalten immer wieder wenden, ggf. noch etwas mehr Honig zugeben (die ganze Pfannenfläche sollte leicht „blubbern“). Dann mit im Mörser fein zerstoßenem rosa Pfeffer sowie Fleur de Sel und etwas Cayennepfeffer bestreuen, wenden und die Hitze hochdrehen. Mit dem Saft zweier Orangen ablöschen, unter ständigem Wenden der Segmente dicklich einkochen lassen (die Stücke sollte leicht glasig sein). Auf einem Teller mit filetierten Orangenspalten dekorieren, mit der Sauce beträufeln, mit Fleur de Sel sowie mit dem Fenchelgrün bestreuen und kühl stellen. Ggf. mit Orangenolivenöl beträufeln.



### Liebe Kunden und Freunde des Cassenshofes!

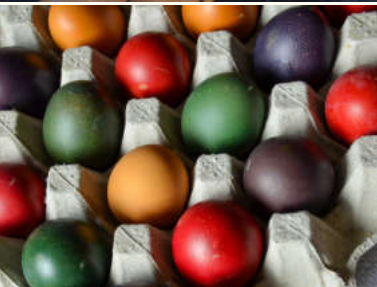
Der beginnende Frühling kribbelt in den Fingern, die Vorbereitungen für die kommende Spargelsaison sind in vollem Gange. Im Laufe des März ziehen wir die Spargeldämme und decken sie mit Folie ab, damit die Frühlingssonnenstrahlen die Erde erwärmen. Stechmesser, Körbe und Handschuhe werden zusammengestellt, damit wir alles parat haben, wenn die Ernte startet. Beim Sichten unserer Bestände an Verpackungsmaterial stellen wir fest, dass wir noch immer einen Schwung Plastiktüten aufzubrauchen haben. Seit fünf Jahren wollen wir schon umstellen auf umweltfreundlichere Verpackungen, aber bis 20.000 Tüten verbraucht sind, dauert es seine Zeit...! Doch bald ist es soweit und wir hoffen, bis dahin auch für die Kunststoffwannen für den geschälten Spargel eine brauchbare Alternative gefunden zu haben, die mit der Feuchte des Produkts umgehen kann und sich dennoch in kürzerer Zeit biologisch abbaut. Leider werden die Spargelpreise auch dieses Jahr steigen, u. a. durch steigende Lohnkosten,

„Gott schläft im Stein,  
atmet in der Pflanze, träumt im Tier  
und erwacht im Menschen.“

Rabindranâth Tagore

# Jetzt frisch

## S-Eier und Hefezöpfe versüßen das Warten auf Ostern



deshalb sind wir gespannt, wie sie Saison sich entwickeln wird. Wir sind noch guten Mutes, da nach wie vor viele Hotels und Restaurants aus der Umgebung bis nach Hamburg seit 10–15 Jahren zu unseren treuen Kunden zählen. Sie wissen die Qualität unseres Heidespargels zu schätzen, der auf dem leichten Boden ein sanftes und bekömmliches Aroma entwickelt. Unsere Eltern wussten, dass die Erde hier ausgesprochen schmackhaften Spargel hervorbringt und haben 1995 mit dem Anbau begonnen, der zu einer schönen Erfolgsgeschichte wurde. Und mit etwas Glück können wir dann zu Ostern die allererste Ernte im Hofladen anbieten.

Unsere Kinder lieben die Osterzeit mit den farbigen Eiern. Eigentlich feiern sie das ganze Jahr Ostern, weil das Eierbemalen so viel Spaß macht. Ab Mitte März können Sie bei uns im Hofladen auch handgefärbte gekochte Eier von unseren Hühnern kaufen. Wir verwenden dafür gerne Zwiebelschalen oder Rotkohlsud. Auf den mal cremefarbenen, mal kräftig braunen Natureiern kommen die Farben dann immer unterschiedlich zur Geltung. Die Kinder bemalen ausgeblasene Eier, damit wir die kleinen

**TIPP** Frühblüher zaubern Farbe ins Haus – und danach ausgepflanzt in Ihren Garten im kommenden Jahr!

HOFLADEN & CAFÉ INZMÜHLEN GEÖFFNET MI–SO, 8–18 UHR

Kunstwerke länger aufheben und Osterzweige damit dekorieren können. Zum Glück gibt es fürs Ausblasen praktische Geräte, die eine große Unterstützung sind, wenn man so viele Eier auspusten muss wie wir!

Im Moment haben wir im Hofladen viele S-Eier im Angebot, weil unser Partnerbetrieb Hermes in Parsau vor wenigen Wochen neue Junghühner eingestallt hat, die jetzt fleißig zu legen beginnen. Im Hofladen finden Sie auch viele Deko-Eier in allen Varianten und weitere schöne Utensilien, mit denen Sie sich auf die Osterzeit einstellen können.

An den Ostertagen von Karfreitag bis Ostermontag bieten wir im Pferdestall ein großes Osterbuffet an. Wenn Sie sich von uns verwöhnen lassen wollen, melden Sie sich gerne an unter Tel. 04188-899640. Auch an den übrigen Wochenenden bis zum 7. Mai freuen wir uns auf Ihren Besuch – unsere Frühstücksfrauen zaubern immer wieder neue Leckereien für Sie!

*Ihre Familie Voß und Familie Pelka*

