



### Zutaten (4 Pers.)

4 große Kartoffeln  
mit Schale  
3–4 Äpfel  
1 rote Zwiebel  
10 frische Thymianzweige  
200 g Speckwürfel  
150 g geriebener Käse  
(Gouda oder Edamer)  
etwas Butter, Zucker,  
Salz und Pfeffer  
optional dazu  
Sourcreme

### Zubereitung

Kartoffeln waschen, in einen Kochtopf geben und mit kaltem Wasser übergießen, bis sie knapp bedeckt sind. Das Wasser salzen, anschließend aufkochen und die Kartoffeln je nach Größe 20–30 Minuten wie Pellkartoffeln garen.

Den Ofen auf 175 °C vorheizen. Äpfel und Zwiebeln würfeln. Den Speck, die Äpfel und Zwiebeln in eine beschichtete Pfanne geben und kurz heiß anbraten. Währenddessen den Thymian darüber zupfen.

Kartoffeln halb aufschneiden und in eine Auflaufform setzen. Die Apfel-Zwiebel-Speckmischung in eine Schüssel geben, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken, dann den Käse hinzufügen und untermischen.

Nun die Kartoffeln befüllen. Obenauf auf die Kartoffel einen Klecks Butter setzen und für 15 Minuten im Ofen backen.



### Liebe Kunden und Freunde des Cassenshofes!

Das Getreide in Watzum haben wir inzwischen gut eingebracht – mit gewissen Abstrichen aufgrund der feuchten Witterung. Weizen, Dinkel und Roggen haben wir auf dem schweren, fruchtbaren Boden im Rahmen unseres Lerchenschutzprojektes angebaut, bei dem wir sogenannte „Lerchenfenster“ in den Feldern freihalten, die der bedrohten Feldlerche Lebens- und Brutraum bieten. Zuletzt haben wir den Weizen geerntet. Einen Anteil der Ernte haben wir direkt zur Mühle gefahren. Hier werden die Körner gemahlen und es entsteht ein Mehl mit Naturschutz-Mehrwert. Dies liefern wir an regionale Bäckereien und Cafés. Auch in unserem Hofladen backen wir mit diesem Mehl.

Auf dem leichten Sandboden in der Heide gedeihen unsere Kartoffeln. Unsere Felder haben sehr unterschiedliche Böden. Teilweise sind diese sehr hell und sorgen für saubere, helle Kartoffeln. Andere Äcker sind bei uns dunkler und nährstoffreicher. Der Nachteil ist, dass die dunklen Bodenpartikel stark an der Schale haften. Um die frischen Kartoffeln

„Wenn wir in den gegenwärtigen Augenblick investieren, dann investieren wir in die Zukunft.“  
Thich Nhat Hanh

# Jetzt frisch

## Bunte Kürbisse und würzige Pilze als Herbstboten



feldn mit ihrer noch zarten Schale sauber zu kriegen, verraten wir Ihnen einen Trick, den wir von unserer Urgroßmutter Mimi gelernt haben: Wir geben die Kartoffeln in einen Eimer mit Wasser, stellen diesen in ein großes Waschbecken und rühren das Ganze ordentlich mit einer Glasflasche durch. Nach wenigen Minuten ist nicht nur der Dreck, sondern auch die zarte Flatterschale der Knollen abgerieben. Dann können die blanken Kartoffelchen nach Belieben weiterverarbeitet werden – gebraten oder gedünstet und in Butter geschwenkt sind die geschmackvollen goldgelben Linda-Nuggets ein herbstlicher Hochgenuss!

Aktuell ernten wir noch kleine Mengen der zartschaligen Linda, die nicht lagerfähig sind und am besten rasch verzehrt werden. Per Roder mit dem sprechenden Namen „Wühlmaus“ holen wir die Knollen an die Erdoberfläche und sammeln sie dort von Hand ab. Gegen Ende September kommt dann die große Kartoffelernte. Bis dahin ist die Schale so fest, dass die Kartoffeln lagerfähig sind. Dank des modernen Kartoffelrodgers eines befreundeten Landwirts können wir unsere 10 ha Kartoffeln in nur

**TIPP** Genießen Sie den herrlichen **Heide-Spätsommer** mit der in diesem Jahr prächtigen Heideblüte!

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

zwei Tagen ernten – und die schonende Erntemechanik ergibt sogar eine bessere Qualität der Knollen als mit unserem alten Roder.

Die Heideblüte ist in diesem Jahr eine wahre Pracht, der viele Regen hat den Pflanzen gutgetan. So haben wir auch wieder viele Besucher bei uns auf dem Hof, die dieses Naturwunder auf ihren Wanderungen im Naturschutzgebiet genießen und bei dieser Gelegenheit gerne bei uns Rast machen. Besonders beliebt ist unser Frühstücksbuffet an den Wochenenden, das sich bei milder Witterung noch wunderbar draußen genießen lässt. Aber auch den Pferdestall haben wir wieder für einen stimmungsvollen Frühstücksgenuss für Sie hergerichtet. Ab September zaubern wir für Sie allerlei herzhaft und süße Herbstgenüsse mit Birnen und Walnüssen, Ziegenkäse und Honig, Kürbis-Variationen, Rote-Bete-Carpaccio und vieles mehr... lassen Sie sich überraschen. Und natürlich haben wir zum Kaffee auch allerlei köstliche Kuchen und Torten. Wir freuen uns auf Sie!

*Ihre Familie Voß und Familie Pelka*



Cassenshof • Watzumer Landeier • Familie Pelka • 38170 Watzum