



Zutaten

750 g grüner Spargel
250 g Kirschtomaten
2 1/2 EL Olivenöl
Salz + Pfeffer
Zitronenzeste
(fein geschnittene
Schale einer Zitrone)
4 EL gehobelter
Parmesan



Zubereitung

Ofen auf 200 Grad (Umluft: 180 Grad) vorheizen. Spargel waschen, die holzigen Enden abschneiden und ggf. das untere Drittel der Stangen schälen. Tomaten waschen.

Spargel und die Tomaten in eine rechteckige Auflaufform geben. Salzen, pfeffern und mit Olivenöl beträufeln und gut vermengen, so dass der Spargel und die Tomaten mit dem Olivenöl benetzt sind.

Spargel auf mittlerer Schiene ca. 15–20 Minuten backen.

Im Anschluss die Zitronenzeste und den Parmesan darüber geben.



„Wenn einer allein träumt,
ist es nur ein Traum.

Wenn viele gemeinsam träumen,
ist das der Anfang einer
neuen Wirklichkeit!“

Hélder Camara

Liebe Kunden und Freunde des Cassenshofes!

Aufgeregt, aber auch voller Vorfreude starten wir in den April. Nach drei Monaten der Umstrukturierung, Renovierungsarbeiten und Neuorganisation öffnen wir am 4. April wieder unseren Hofladen und das Hofcafé. Wir haben einige neue Gesichter im Team und freuen uns sehr auf den frischen Wind, den die neuen MitarbeiterInnen mit ihrem Elan und eigenen Ideen hereinbringen.

Und wir freuen uns auf Ihren Besuch! Sie werden entdecken, dass unser Angebot übersichtlicher geworden ist, aber dass wir keine Abstriche an der Qualität gemacht haben. Wir freuen uns, einen Ort geschaffen zu haben, an dem große wie kleine Menschen in die authentische Atmosphäre eines Hofes eintauchen können, auf dem gute Lebensmittel erzeugt werden und wo man sich rundum wohlfühlen kann. In letzter Zeit sind wir auch verstärkt mit kleinen Videos auf Facebook und Instagram unterwegs und erfahren schönes Feedback für unsere kleinen anschaulichen Einblicke in unseren Arbeitsalltag.

Jetzt frisch

Köstlicher Bio-Spargel direkt vom Feld



Wir freuen uns auch auf den ersten Spargel, den wir je nach Sonneneinstrahlung irgendwann zwischen dem 8. und 18. April erwarten. Über den Folien haben wir auf einigen Dämmen Minitunnel aufgebaut, die zusätzlich helfen, die Erde aufzuwärmen. Hier holen wir die ersten aufsprossenden Spargelstangen ganz klassisch von Hand aus der Erde. Wenn der Spargel dann in Fahrt kommt, werden wir für die größeren Ernteeinsätze unseren neuerworbenen Spargelvollernter einsetzen. Dieser deckt vollautomatisch die Folie vom Damm ab, siebt die Erde mitsamt der Spargelstangen durch und füllt hinten den Damm wieder auf, der dann mit der Folie gleich wieder abgedeckt wird.

Diese Bewirtschaftung ist trotz des hohen Kunststoff-Einsatzes relativ nachhaltig, da wir die Folien sehr lange verwenden. 10–12 Jahre oder länger sind sie bei uns im Einsatz und damit deutlich länger als der 8-jährige Bewirtschaftungszyklus eines Spargelfeldes. Wenn die PE-Folien dann endgültig ausgedient haben, werden sie gereinigt und über den Maschinenring einem sortenreinen Kunststoff-Recycling zugeführt.

TIPP Frieren Sie jetzt frische **Bärlauchbutter** für das ganze Jahr ein.

HOFLADEN & CAFÉ INZMÜHLEN WIEDER GEÖFFNET AB 4. APRIL DO–SO, 9–17 UHR

Am 1. Mai feiern wir zwischen 11 und 18 Uhr wieder unser traditionelles Spargelfest, zu dem wir Sie herzlich einladen! Den frisch gestochenen Spargel können Sie dann als köstliche Spargelsuppe oder bunte Spargel-Gemüsepfanne genießen, wahlweise mit gebratener Hähnchenbrust. Der Klassiker Bratwurst vom Grill darf natürlich auch nicht fehlen. Duftende Waffeln, die beliebten Eierlikörschnitten und Apfelstreusel locken zum Kaffee. Dazu rocken Die Melker mit ihren schmissigen und launigen Songs aus dem Bauernalltag. Peperoni bezaubert mit seinen Kunststücken die kleinen Gäste und zahlreiche Marktstände erfreuen mit liebevoll handgefertigten schönen Produkten für Haus und Garten. Die naturkundigen Leute vom Hegering informieren anschaulich über das Wildleben in Wald und Feld und haben wieder eine schöne Mitmachaktion im Programm. Genießen Sie einen bunten und erlebnisreichen Frühlingstag bei uns auf dem Hof – wir freuen uns auf Sie!

Ihre Familie Vofß und Familie Pelka



Cassenshof • Watzumer Landeier • Familie Pelka • 38170 Watzum