

APRIL 2022 KW 16

# HOFPOST

  
HOFGUT  
RENGOLDSHAUSEN

## Liebe Kundinnen und Kunden!

**„Wie ist das klein, mit dem wir ringen, was mit uns ringt, wie ist das groß!“  
(R.M.Rilke, Der Schauende)**

Wer, wie wir, auf dem Hof und mit der Natur lebt, arbeitet stark in immer wiederkehrenden Naturkreisläufen. Diese sind in unseren Breiten in Frühling, Sommer, Herbst und Winter gegliedert. Unsere Arbeit spiegelt sich darin wieder in Zeiten der Aussaat, Pflanzung, Pflege und Ernte. Dies ist ein tragender Rhythmus, der nicht nur unsere Arbeit, sondern auch uns selbst tief prägt. So erlebe ich meine Zeit nicht nur als ein lineares Geschehen, das in einem unveränderbaren, immer gleichbleibenden Takt in eine - wie auch immer vorgestellte - Zukunft strebt.

In dieser Zeit des Frühlings können wir die erneuernde Kraft der Natur um uns mit allen Sinnen wahrnehmen. In glücklichen Momenten fühlt sich dann alles wie bei einem Tanz an, in dem ich mich getragen fühlen lassen kann. Ein Ringen ist dann nicht mehr nötig!

In diesem Sinne wünschen wir uns allen ein schönes Osterfest!



AUSBlick - INFOS

## Vorankündigung! Save the Date!

Großes Jubiläums-Hoffest auf dem Hofgut Rengoldshausen

Reisen Sie mit uns durch 800 Jahre Hofgeschichte. Am 25.06. & 26.06.2022 feiern wir 90 Jahre biologisch-dynamische Landwirtschaft und 800 Jahre Bestehen der Hofstelle. Wir halten Sie auf dem Laufenden!

## Eigene Produkte

Eigene Produkte: Rote Bete, Möhren, Pastinaken, Kartoffeln, Eier, Milch, Wurst, Fleisch, Chicorée, Schnittlauch, Dill, Basilikum, Koriander, Lauch, Minigurken, Eichblattsalat rot und grün, Kopfsalat, Bataviasalat, Topfkräuter: Koriander, Salbei, Basilikum, Ruco-la, Majoran, Thymian

## Jungpflanzenmarkt

Am 06. & 07. Mai 2022 von 9:00 - 18:30 und 9:00 - 14:00 Uhr auf unserem Hofgut. Das Hofcafé wird dann ebenfalls geöffnet sein!



## HofCafé

Ab 22.04.2022 öffnet unser HofCafé wieder seine Türen für Sie!  
Öffnungszeiten: Mittwoch - Freitag 9:00 - 18:30 Uhr



PRODUKT DER WOCHE

## Hafer Drink glutenfrei

Besonderheiten:

Mild-cremig und satt nach Getreide:  
So schmeckt der glutenfreie Voelkel Haferdrink aus nähr- und ballaststoffreichem Bio-Vollkornhafer von heimischen Mühlen.  
Das beliebte Getreidemilchgetränk verursacht geringere CO<sub>2</sub>-Emissionen als Kuhmilch und macht besonders in der Glasflasche ökologisch Sinn.  
Denn die Belastung des Recyclingsystems ist deutlich weniger als eine Getränkekartonver-

packung und kann bis zu 50 Mal neubefüllt werden, bevor sie als Glasbruch dem Materialkreislauf neu zugeführt wird.  
Die beste Wahl auch für das geschmacklich unverfälschte Genusserelebnis unseres Haferdrinks. Von Natur aus vegan und laktosefrei.

Zutaten: Natürliches Mineralwasser, allergenfreier Vollkorn-HAFER\* 10%, Sonnenblumenöl\*, Meersalz.



## Pastinaken-Lauch-Auflauf mit roten Linsen

### Zutaten:

2 Stangen Lauch  
2 Pastinaken  
150 g rote Linsen  
1 EL Gemüsebrühe  
400 ml Tomatenpassata  
Öl 2 Knoblauchzehen

1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, Oregano, Rosmarin, Paprikapulver, evtl. Hefeflocken

Pastinaken schälen und würfeln und mit den Linsen ca. 5 min in der Gemüsebrühe kochen. Den Lauch in Ringe schneiden und in Öl mit Knoblauch und Zwiebel andünsten.

Die abgetropften Linsen und Pastinaken zu dem Lauch geben und mit Tomaten ablöschen. Gut würzen und in eine gefettete Auflaufform geben.

Im vorgeheizten Ofen ca. 30 min backen. Mit grünem Salat servieren.

Guten Appetit!

Wir wünschen Ihnen ein gute Woche!  
Ihr Team der Grünen Kiste!