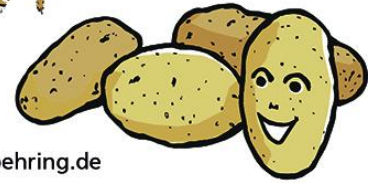
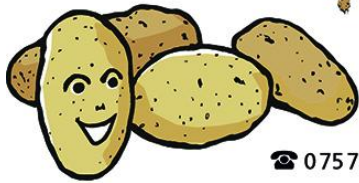


# KARTOFFELPOST



Bauernhof Goehring ☼ Riedbachstraße 3 ☼ 88512 Mengen  
☎ 07576/1658 ☼ hubert-goehring@t-online.de ☼ www.bauernhof-goehring.de

„Von allen Wesen, die da leben, sind nur mir als Mensch gegeben:  
Hände, die ich frei erheben und in Ehrfurcht falten kann.  
Ich nur kann mit meinen Händen Schönes schaffen, Liebe spenden  
und des Himmels Werk vollenden, nach dem großen Weltenplan.“

(Reinhard Bader)



Linsenanbau mit Stützfrucht Hafer

Rulfingen, im April 2018

## Liebe Kund/innen und Freund/innen unseres Hofes,

Geht es Ihnen auch so? Nach diesen langen, kalten und trüben Wintertagen, reichen ein paar Sonnenstrahlen, um glücklich zu sein. Auf dem Hof herrscht große Aufbruchsstimmung. Alle Lebewesen sehnen sich nach Sonne und haben Lust, draußen etwas zu tun. Die Tiere drängen auf die grünenden Weiden. Wir Menschen möchten jetzt einfach gerne die Kartoffeln legen und die Saat in den fruchtbaren Boden bringen...

Wir wünschen Ihnen von Herzen, dass auch Sie die milden Frühjahrsstage fröhlich stimmen und Sie wie im Gedicht beschrieben: mit Ihren Händen Schönes schaffen, Liebe spenden und des Himmels Werk vollenden...

Einen gesegneten und lichten Frühling wünscht Ihnen

*Ihre Familie Göhring*

## Aktuelles aus dem Ackerbau – Frühkartoffeln, Linsen, Lupinen und Hanf aus Rulfingen

Freuen Sie sich auch schon auf die neuen Kartoffeln? Damit wir Ihnen bereits ab Juli frische Frühkartoffeln anbieten können, haben wir bereits im Januar zwei unserer beliebtesten Sorten, Marabel und Princess, in der Scheune vorgekeimt. Nächste Woche werden wir sie legen. Danach säen wir unsere Linsen: die ockerfarbene „Großen“ Alblinse und die leckere grünmarmorierte Linse. Beide haben sich bestens bewährt. Und natürlich bleiben wir auch unserem Hanf treu. Seine Samen verarbeitet der Baltringer Naturdelikatessenhersteller Chiron zu Hanföl und -mehl sowie leckeren Aufstrichen und Pestos. Die gesamte Produktpalette erhalten Sie in unserem Lädlele. Da unsere Erzeugergemeinschaft KONRNKREIS dringend Lupinen für ihren Lupinenkaffee „Cafe Pino“ und die Lupinennudeln benötigt, bauen wie dieses Jahr wieder Lupinen an. Die sind zwar ein wahres Paradies für Bienen, aber eine Herausforderung für uns Bauern. Denn sie mögen keinen nassen und verschlammten Boden. Hoffentlich wird dieses Frühjahr nicht ganz so nass wie die vergangenen!

## Frühling in der Küche: Kartoffel-Kräuter-Waffeln

400 g gekochte Kartoffeln (mehlig)	Kartoffeln schälen und durch die Spätzlepresse drücken.
Ca. 100 g frische Kräuter: Kresse, Schnittlauch, Bärlauch	Kräuter waschen, trocken schütteln und fein schneiden.
4 Eier 200 ml Milch 50 g zerlassene Butter	Eier schaumig rühren, dann mit Milch und Butter verrühren.
250 g Mehl ½ TL Backpulver 50 g Kartoffelstärke ½ TL Salz 1 Prise Pfeffer	Mehl, Backpulver, Kartoffelstärke, Salz, Pfeffer und die durchgedrückten Kartoffeln sowie die gehackten Kräuter miteinander vermischen und dann unter die Eimasse rühren. Waffeln backen.

Im Sommer passen gut Thymian, Majoran, Basilikum. Zu den Kräuterwaffeln passt ein bunter Frühlingssalat oder ein Quarkdipp.

## Tierische News: Geschulte Bauernhoftiere suchen Unterstützer/innen

„Dieses Jahr haben wir ganz viel vor. Nachdem wir seit zehn Jahre erfolgreich mit Kindern mit Handicap arbeiten, kommen seit kurzem auch Klienten aus der Jugendhilfe zu uns. Und ab Mai fördern wir Demenzzbetroffene. Egal ob Jung und Alt, mit oder ohne Handicap – wir Bauernhoftiere nehmen alle, wie sie sind. Anders als ihr Menschen haben wir keine Vorurteile oder Berührungsängste und geben Euch ehrlich, direkt und authentisch Rückmeldung auf Euer Handeln. Damit wir die nötige Gelassenheit und das Vertrauen dafür mitbringen, hat Frau Göhring uns von klein auf im Stall besucht und uns an Rollstühle, Krücken und Co. gewöhnt. Die Kühe haben gelernt, am Führstrick zu laufen. Die Minischweine und Ziegen können Parcours bewältigen. Die Esel haben sich als Zug- und Reittier fortgebildet. Doch trotz unserer professionellen Ausbildung zum Co-Therapeuten wird die Tiergestützte Förderung mit uns Bauernhoftieren noch nicht von den Krankenkassen anerkannt. Statt mit Klienten und uns Tieren zu arbeiten, müssen Frau Göhring und die sozialen Einrichtungen immer wieder mühsam Spenden sammeln, Stiftungsanträge schreiben und Sponsoren suchen. Das frisst viel Zeit und Energie. Deshalb haben wir Ideen gesammelt, wie mehr Menschen oder Unternehmen unsere Arbeit unterstützen können:

- Wir werden dieses Jahr den Verein „Bauernhoftiere bewegen Menschen e.V.“ gründen – vielleicht möchten Sie Mitglied werden?
- Sie können eine einjährige Patenschaft für einen tierischen Co-Therapeuten übernehmen, davon finanzieren wir unser Futter und den Tierarzt für Ihr Lieblingstier – Sprechen Sie uns einfach an!“

