Ausgabe 21 · **Winter 2021**

HOF MEDEWEGE

Neues vom Hof

Sommerferien im Aktivlernstall

Feldsalat
Heiss begehrt im Winter

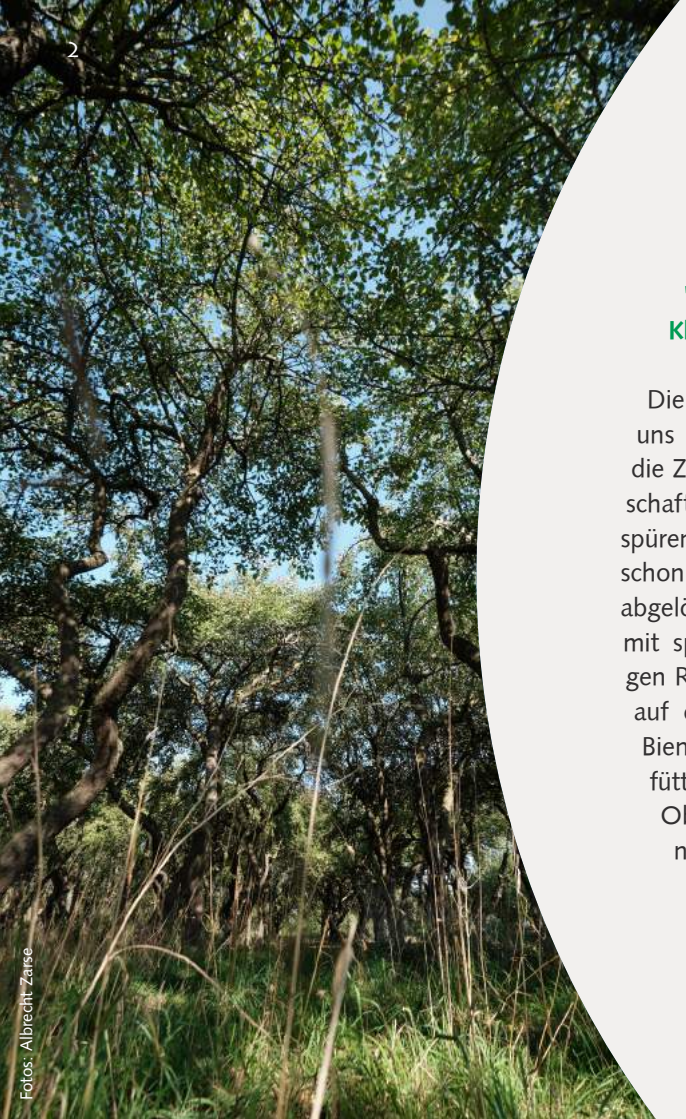
Muttergebundene Kälberaufzucht

Neue Säfte vom Obstbau

Käse, eine Passion

Projekt Apfellehrpfad

Aktuelles, Rezepte und vieles mehr



Fotos: Albrecht Zarse

Liebe Leserinnen & Leser,

Der Gastgeber der Klimakonferenz COP26 in Glasgow, der britische Premier Boris Johnson, verabschiedete die Teilnehmer mit folgenden Worten: "Ich hoffe, dass wir auf die COP26 in Glasgow als Anfang vom Ende des Klimawandels zurückblicken werden."

Die getroffenen Beschlüsse lassen uns nicht wirklich optimistisch in die Zukunft sehen. In der Landwirtschaft, vor allem der ökologischen, spüren wir die Klima-Veränderungen schon lange. Dürre-Jahre werden abgelöst von zu kalten Frühjahren, mit spätem Frost oder sinnflutartigen Regenfällen, die die Pflänzchen auf den Feldern ertrinken lassen. Bienenvölker müssen lange zugefüttert oder umgesiedelt werden, Obsternten fallen deutlich kleiner aus als gewohnt.

Dabei werden wir hier in Norddeutschland noch weitestgehend verschont von den bisherigen Auswirkungen. Weltweit sind viele Millionen Menschen schon jetzt mit Dürren und Hitzewellen konfrontiert oder kämpfen mit heftigen Stürmen und Überschwemmungen.

Das Klima ist einer der wichtigsten Einflussfaktoren auf die Landwirtschaft. Das regionale Klima bestimmt, welche Fruchtarten angebaut, welche Tiere wie gehalten werden können und damit, welche grundsätzlichen Formen der Landbewirtschaftung überhaupt möglich sind. Wenn sich diese grundlegende Konstante dauerhaft ändert, müssen wir uns alle auf veränderte Lebensbedin-

gungen einstellen. Steigende Preise und Lieferengpässe werden dann wohl noch die geringsten Probleme sein.

Wir können nur hoffen, dass es nun nicht mehr nur bei Lippenbekenntnissen bleibt, sondern die Menschheit den Ernst der Lage erkennt und handelt, sodass nach einigen weiteren Jahren der Verschlimmerung endlich eine Stabilisierung der Lage eintreten kann. Oder wie der Generalsekretär der Vereinten Nationen, António Guterres, sich äußerte: „Es ist ein wichtiger Schritt, aber es ist nicht genug. Es ist Zeit, in den Notfallmodus zu gehen."

Wir als Hofgemeinschaft hoffen einen Teil zur klima- und umweltschonenden Lebensweise beitragen zu können, indem wir zum Beispiel die Kleinsten im Kindergarten und die Großen auf unserem Apfellehrpfad sowie bei Hofführungen für die Wichtigkeit einer funktionierenden Umwelt sensibilisieren, auf naturnahe Landwirtschaft setzen und in unserer Produktion auf regionale Rohstoffe zurückgreifen, womit wir Transportwege kurz halten.

Vielleicht kommen wir so auch den entscheidenden Schritt weiter: wenn jeder einzelne tut was er kann und wir nicht nur auf die großen Bestimmungen von oben warten.

Mona Schlottmann & das gesamte Team vom Hof Medewege

Fotos: Albrecht Zarse

Besonders das Pferdebemalen und der Ausritt waren ein Highlight für die Reiterinnen.

Fotos: Claudia Scheler

Schatzsuche, Camping-wochenende und vieles mehr

Sommerferien im Aktivlernstall Pferdeglück

Nach der Stallübernahme im Oktober 2020 stand nun der erste Sommer im Aktivlernstall Pferdeglück für mich an. Die Pläne für ein abwechslungsreiches Sommerprogramm waren schon lange in meinem Kopf und nun konnte ich endlich alles umsetzen.

Gleich zu Beginn der Sommerferien gingen die jüngsten Reiterinnen und Reiter mit Pony Paulchen auf Schatzsuche. Die Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren hangelten sich von Hinweis zu Hinweis und mussten zwischendurch so manch knifflige Aufgabe bewältigen. Pony Paulchen stand mit Rat und Tat zur Seite und schnell konnte aufgeklärt werden, wo das Pony seinen Schweif und die Nüstern hat. Als dann die Schatztruhe gefunden war, leuchteten die Kinderaugen und so manches Kind trennte sich nur schwer von Paulchen.

Bereits ein paar Tage später hielten die fortgeschrittenen Reiterinnen Einzug im Stall. Vier Mädchen zwischen 7 und 9 Jahren stellten sich nach einem erfolgreichen Lehrgang der Prüfung zum allerersten Reitabzeichen. Ich gebe zu, dass nicht nur die Mädels am Prüfungstag sehr aufgeregt waren. Auch ich fieberte mit und hoffte, dass alles gut läuft. Geprüft wurden das

Reiten, die Pferdepflege und die Arbeit mit dem Pferd vom Boden aus, was bedeutet, dass ein kleiner Geschicklichkeitsparcours geführt werden muss. Nach zwei Stunden Prüfung hieß es aufatmen! Alle hatten bestanden und ich gratuliere Enola S., Hannah B., Marlitt R. und Romy M. zur bestandenen Reitabzeichenprüfung!

Gleich zweimal fand eine „Ferienreitwoche“ statt. Neben dem täglichen Reiten standen auch Pferdepflege und ein bisschen Stallarbeit auf dem Programm. An den ganz heißen Tagen ging es nach dem gemeinsamen Mittagessen zum Baden – natürlich mit Pony. Das Highlight der Kinder war der Ausritt und das Pferdebemalen am letzten Tag. Eine Woche, die wohl noch länger in den Köpfen bleibt.

Mein persönliches Highlight war das Campwochenende! Zusammen schlugen wir vor dem Pferdestall unsere Zelte auf und bereiteten gemeinsam unser Mittagessen zu. Nach der Stärkung bereiteten die Mädels die Pferde zum Reiten vor.
Am Lagerfeuer mit Würstchen und Stockbrot ging der Tag zu Ende. Bevor alle in die Zelte huschten, ging es natürlich noch auf eine Nachtwanderung und zu den Pferden – Gute Nacht sagen! Am nächsten Nachmittag wurden müde, aber glückliche Kinder wieder von ihren Eltern in die Arme geschlossen.

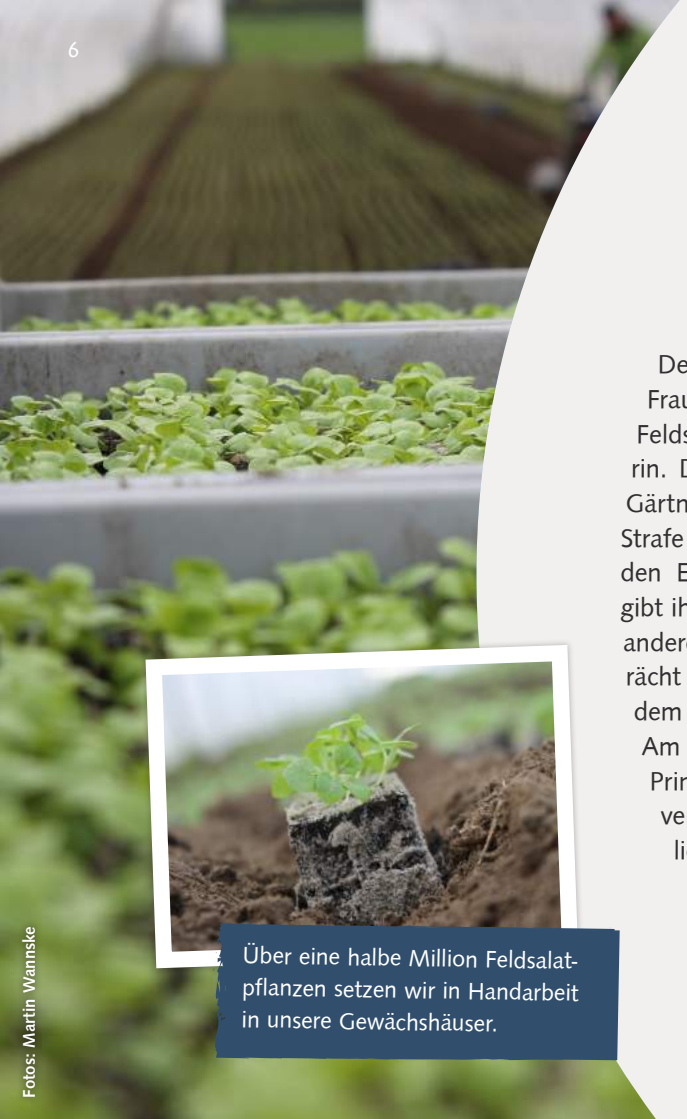
Nun, im Winter ist Zeit um neue Pläne zu schmieden. Eines steht aber fest: Der Sommer 2022 im Aktivlernstall Pferdeglück wird mindestens genauso gut!

Claudia Scheler

Aktivlernstall
Pferdeglück

Claudia Scheler

Telefon: 0163 662 17 96
Mail: info@claudia-scheler.com
www.das-reitlernsystem.de



Über eine halbe Million Feldsalatpflanzen setzen wir in Handarbeit in unsere Gewächshäuser.

Fotos: Martin Wannske

Feldsalat – Heiss begehrt in der kalten Jahreszeit

Der Mann einer schwangeren Frau klaut auf ihr Verlangen hin Feldsalat im Garten der Nachbarin. Die ist leider eine übellaunige Gärtnerin mit Zauberkräften. Zur Strafe für den Diebstahl nimmt sie den Eltern das Neugeborene weg, gibt ihr den Namen „Rapunzel“ - ein anderes Wort für Feldsalat - und rächt sich in bekannter Manier an dem armen Kind.

Am Ende lebten Rapunzel und ihr Prinz „noch lange glücklich und vergnügt“. Puh! Ein versöhnliches Ende eines an sich unversöhnlichen Märchens, von dem es viele Versionen gibt. Gemeinsam ist ihnen, dass sich am frischen, leckeren und gesunden Feldsalat eine überaus harte Geschichte entspinnt um Heißhunger, Rache und Liebe. Es fasziniert mich, weil ich mir vorstelle, welchen Wert ein knackiger Salat im Herbst und Winter haben kann, sodass die Leute - im übertragenen Sinne natürlich - einen hohen Preis dafür in Kauf nehmen.

Das Märchen ist datiert auf etwa 1852. Die ersten Spuren vom Feldsalat gehen bis in die Jungsteinzeit zurück, das war vor etwa 7.000 Jahren. Noch bis ins Mittelalter sammelte man den Salat wild auf Feldern, wo er heute kaum noch wächst. Nach und nach begann man mit der Kultivierung und heute ist der Feldsalat in vielen Gärten anzufinden.

Ich begann 2016 in der Gärtnerei Medewege und der Feldsalat ist für mich ein Höhe- und Wendepunkt im Jahresverlauf geworden. Wenn die letzten Tomatenpflanzen aus unseren Gewächshäusern verschwinden, gehen wir fast unmerklich über vom üppigen Sommer in den kargen Herbst und Winter, dann beginnt das große Feldsalatpflanzen in unseren Gewächshäusern.

Von Oktober bis November setzen wir in den Großteil unserer Gewächshäuser über eine halbe Million Pflanzen in geduldiger Handarbeit. Die Mühe lohnt: Mehrere tausend Kilo Feldsalat werden wir in den nächsten Monaten ernten. Einen großen Teil davon verkaufen wir in der Vorweihnachtszeit. Feldsalat hält je nach Sorte Temperaturen bis –15 °C stand und ist daher ein idealer Wintersalat. Ernten sollte man ihn aber nicht in gefrorenem Zustand, weil beim Berühren der gefrorenen Blätter die Zellen zerstört werden. Das Ergebnis ist matschiger Salat.

Der zügellose und riskante Appetit der werdenden Mutter aus dem Märchen ist übrigens keine Spinnerei, sondern gute Intuition: Feldsalat enthält große Mengen an Folsäure, wichtig für das Zellwachstum des Kindes in der Schwangerschaft. Aber noch mehr: Der Vitamin C-Gehalt ist der höchste unter allen Salatarten.

Das begünstigt wiederum die Aufnahme des hohen Eisen-Gehalts. Als Baldriangewächs wirkt Feldsalat beruhigend

Fotos: Martin Wannske

Fotos: Martin Wannske

und sorgt für einen guten Schlaf. Die ätherischen Baldrian-Öle geben ihm seinen nussigen Geschmack. Er ist dank Provitamin A auch gut für Haut und Augen. Feldsalat regt den Appetit an und ist wohltuend für den Magen. Eine echte regionale Vitaminbombe, die nicht um die halbe Welt fliegt. Vor dem Verzehr den Salat kurz in Eiswasser tauchen, dann wird er schön knackig. Guten Appetit!.

Martin Wannske

GÄRTNEREI
HOF MEDEWEGE

Wir haben geöffnet
Montag bis Freitag: 09–18 Uhr
Samstag: 09–13 Uhr

Rainer Holst
Telefon: 0385-500 7933
Mail: gaertner@ hof-medewege.de

Feldsalat hält je nach Sorte Temperaturen bis -15°C stand und ist deshalb ein idealer Wintersalat.

Muttergebundene Kälberaufzucht

Auf Dem Hof Medewege

Das liebe Vieh hat sich über den Winter wieder im Stall versammelt. Eine lange und schöne Weidesaison war erst in der ersten Novemberwoche vorüber. Im September wuchsen die Wiesen nochmal stark und bescherten schöne und lange Weidephasen. Dieses Jahr beschenkte uns auch mit reichlich gutem Futter für die Wintermonate. Nun sind alle Rinder in ihr Winterquartier eingezogen und das bedeutet viel Arbeit im Stall für uns Landwirte.

Wir konnten bereits im Sommer in unserem Stall viel verändern: So haben die Rinderställe neue Absperrungen bekommen, die Silageballen einen neuen Lagerplatz und die Werkstatt einen „Herbstputz“.

Die schönste Veränderung hat sich bei unseren Kälbchen abgespielt: Wir haben die muttergebundene Kälberaufzucht eingeführt. Die Kälber sind nach wie vor die erste Lebenswoche rund um die Uhr bei ihren Müttern im Stall und kommen dann in ihre Hütten. Hier haben wir nun mehr Platz geschaffen und ein Tor eingebaut, sodass sich die Kälber vor dem Melken bei ihren Müttern satt trinken können. Anschließend legen sie sich selbständig wieder in ihre Hütten. Die Kälber verbringen so mindestens die ersten 3 Lebensmonate in „Teilzeit“ mit ihrer Mutter. In dieser

Zeit erhalten sie neben der Milch auch Heu, Kleegrassilage, Getreideschrot und Wasser, um sich langsam an das Raufutter zu gewöhnen und dann nach 3-4 Monaten von der Milch entwöhnt zu werden. Zu beobachten sind bereits positiv verändertes Sozialverhalten, bessere Gesundheit und höhere Gewichtszunahme der Kälber. Die Mütter prägen einen stärkeren Mutterinstinkt aus und haben sich gut an die Teilzeitbetreuung gewöhnt.

In den meisten Milchviehbetrieben ist es üblich, die Kälber noch am Tag der Geburt von der Mutter zu trennen und dann erst in Einzel- und später in Gruppeniglus zu halten, um sie dort mit Eimern zu tränken. Dieses System unterbindet meiner Meinung nach wesensgemäße und artgerechte Tierhaltung.

In unser Stallkonzept ließ sich, auf Grund von Platzmangel und baulichen Gegebenheiten, nur die Aufzucht in Teilzeit integrieren. Bisher konnten wir bereits beobachten, dass die Kälber scheuer und weniger an uns gewöhnt sind, außerdem lässt sich natürlich auch erkennen, dass die Aufzuchtkosten steigen. Dennoch überwiegen die positiven Aspekte wie Gesundheit, Aktivität, Arbeitserleichterung, Moral und wesensgemäße Haltung. Uns allen ist es in jedem Fall eine Freude, die Kälber so muttergebunden aufwachsen zu sehen.

Wir freuen uns jetzt auf einen gemütlichen Winter und besinnliche Zeiten, um dann wieder kraftvoll in den Frühling zu starten.

Jule Jahn

Fotos: Jule Jahn, (oben) Albrecht Zarse

Landwirtschaft

Fam. Jahn & Weiß

Telefon: 0385-550 91 53
Mail: post@hof-medewege.de

Mobilität – eine Zukunftsfrage

Wenn wir unsere mittlerweile über 600 Kunden pro Woche beliefern, ist es im Grundsatz schon positiv, dass all diese Kunden sich nicht selbst auf den Weg machen und somit Sprit verbrauchen. Bestimmt lässt sich das mit einer Zahl an gespartem Treibstoff beziffern.

Ein weiterer Schritt, in den nächsten Jahren geht es um weitere Mobilitätsschritte, ist der Umbau unserer Liefer-Flotte. Wahrscheinlich erwerben wir in diesem Jahr zum letzten Mal ein Lieferauto mit Verbrennungsmotor und stellen in den nächsten Jahren sukzessive auf E-Motoren um. Klimaneutral zu werden ist eine Herausforderung, der wir uns stellen. Auch lassen wir aktuell unseren Betrieb durchchecken und bilanzieren, an welchen Stellen können wir noch besser werden, CO2 vermeiden, einsparen und kompensieren.

Fest steht: Wir starten im Frühjahr 2022 mit der Belieferung der Schweriner Touren durch ein Lastenrad mit Anhänger, das hat bisher noch kein Biokisten-Lieferservice ausprobiert und wir wissen auch noch nicht, ob es eine praktikable Idee ist, aber wir könnten damit ein halbes Auto im Betrieb ersetzen. Mit viel Glück können Sie unser Lastenrad schon im Dezember 2021 beim Verteilen der Weihnachtsbraten in Schwerin radeln sehen.

Dagmar Kürten
Obotritenring 19
19053 Schwerin

Hofkiste

Telefon: 0385 343 1880
Mail: info@hofkiste.de
www.hofkiste.de

Für all unsere Vorhaben in 2022 haben wir unsere Betriebsflächen erweitert, wir packen unsere Hofkisten jetzt an zwei Standorten am Obotritenring und haben uns damit Kühlflächen und Regalflächen geschaffen, die uns die Arbeitsabläufe vereinfachen.

Die Hofkiste bewegt sich in Richtung klimaneutral und stellt sich gerne der Zukunftsfrage Mobilität.

Dagmar Kürten

Fotos: Mona Schlottmann

Neue Säfte vom Obstbau – und wie es dazu kam

Dieses Jahr stellte uns wieder vor große Herausforderungen. Das Frühjahr 2021 war extrem kalt und nass. Unsere Apfelbäume blühten in voller Pracht und dieses Mal zog wenigstens kein Frost hinein. Es schien also vorerst gar nicht so schlecht für uns und unsere Bäume zu laufen, aber das Warten auf den Sonnenschein, während es immer wieder regnete, zog sich zu lange hin. Die Bienen, Hummeln und alle anderen Bestäuber warteten auch sehnsüchtig, aber leider vergeblich auf die Sonnenstrahlen. Wo war die Sonne nur geblieben?

Es war schon fast zu erwarten, dass die verschiedenen Apfel-Sorten sehr unterschiedlich Früchte ansetzen würden. Viele ein bisschen, einige voll und andere gar nicht und auch Fruchtschorf war dieses Jahr häufig zu finden. Das ist auch der Grund warum Sie wahrscheinlich vergeblich ihren Lieblingsapfel Topaz im Hofladen gesucht haben. Der Befall war zu stark für die Ernte und Lagerung als Tafelapfel. Deshalb wanderte unser Topaz, ohne lange Lagerung, direkt in die Mosterei und ist dort zu leckerem Saft geworden.

So wurden unsere neuen Produkte aus der Not heraus geboren: Da wir schnell mit der Tafelobsternte fertig waren, ging es früher als gewohnt ans Mostsammeln. Dabei kam uns die Idee, verschiedene, kleinere Saftchargen pressen zu

OBSTBAU HOF MEDEWEGE

Johannes & Sophia Schmidt
Hauptstr. 20
19055 Schwerin

Telefon: 0385 593 697 45
Mail: obstbau@hof-medewege.de

lassen. Es entstanden sortenreine Säfte von: Auralia, Boskoop, Graue Französische Renette, Gravensteiner, Holsteiner Cox, Topaz und Goldparmäne.

Außerdem kamen köstliche Mischsäfte hinzu. Im Frühsommer entstanden so Apfel-Rhabarber und ein erfrischender, reiner Rhabarbertrunk. Im Herbst folgten dann Apfel-Birne, Apfel-Möhre, Apfel-Rote Bete, Apfel-Punsch und Apfel-Ingwer. Vielleicht sind Sie neugierig geworden? Dann halten Sie die Augen offen! Sobald die Etiketten fertig sind, können Sie den Saft in gewohnter Flasche und mit stilähnlichem Etikett im Saftregal vom Hofladen entdecken.

Wir danken unseren tollen Mitarbeiter*Innen, für das „an einem Strang ziehen“ und für viel gute Laune, trotz oft schwerer Umstände!

Wir wünschen Euch allen eine gemütliche Winterzeit bei heißem Punsch oder Apfel-Ingwersaft.

Herzliche Grüße von Sophia und Johannes Schmidt

Fotos: Albrecht Zarse

Foto: Dörte Nieland

HOFLADEN
HOF MEDEWEGE

Montag bis Freitag
8:30–18:30 Uhr
Samstag
8:30–14 Uhr

Käse, eine Passion

Dem großen Zufall ist es wohl zu verdanken, dass vor tausenden von Jahren beobachtet wurde, wie sich Milch unter bestimmten Bedingungen in feste und flüssige Bestandteile trennt. Dafür muss sie bei der richtigen Temperatur einem bestimmten Enzym, welches zum Beispiel in Lab aus dem Kälbermagen enthalten ist, ausgesetzt sein.

Nach Überlieferungen war es womöglich so: Hirten füllten ihre Milch in Trinkbehältnisse, welche aus getrockneten Tiermägen bestanden. Durch das darin enthaltene Lab, gerann die Milch und wurde zu einem festen Gebilde, das man länger verzehren konnte, als frische Milch. Die Anfänge der Käseherstellung nahmen ihren Lauf und es entstanden bis zum heutigen Tag wirklich hervorragende Käsesorten. Weltweit gibt es mittlerweile über 5.000. So hat sich Käse immer mehr zu einem Kulturgut entwickelt und ist von unserem Esstisch nicht mehr wegzudenken.
Eine ausgereifte, feine Auswahl von fast 100 Sorten bieten wir Ihnen an unserer Käsetheke im Hofladen an. Darunter:

- **„Junger Hirte“** vom Luisenhof in Mecklenburg Vorpommern – ein junger Schnittkäse aus Schafsmilch mit frisch-aromatisch, vollmundigem Geschmack.
- Der **„Alpe vom Kranichhof“** – ein Schnittkäse aus Kuhmilch mit intensiver Würze, ideal zum Überbacken oder als Raclettekäse. Unser Prinz für unser beliebt bekanntes Käsebaguette.

Der stilvolle **„Cheddar Vintage“**– der populäre Käse aus England. Cheddar wird nach einem ganz speziellen Verfahren hergestellt, dem „Cheddaring“. Dadurch bekommt der Käse eine ganz bestimmte Konsistenz. Unser Cheddar Vintage ist buttrig, milchig süß – säuerlich und würzig. Ein klasse Käse!

Das Faszinierende an allen Käsesorten: Ausgangsstoff ist immer Milch – ein sehr wertvolles, nährstoffreiches Lebensmittel!
Die Herstellung guter, gesunder Milchprodukte fängt immer mit der Milchproduktion an. Deshalb ist eine art- und wesensgerechte Haltung des Milchviehs die Basis um hochwertigen und geschmackvollen Käse und Milchprodukte zu produzieren. Auf dem Hof Medewege halten wir 70 Kühe der Rasse „Deutsches Schwarzbuntes Niederungsrind“.
Diese freundlichen, genügsamen Tiere produzieren unsere Demeter-Milch.
In unserer Milchverarbeitung wird sie handwerklich zu köstlichem Quark und Joghurt, Molkedrinks und Lassis, sowie Salzlakenkäse nach Feta-Art verarbeitet. An der Ladentheke im Hofladen bieten wir Frischkäsevariationen und Feinkostsalate aus den Produkten der Milchverarbeitung an. Und natürlich gibt es frisch gezapfte, leckere Rohmilch.

Dörte Nieland

Fotos: Eberhard Schorr

Jahresrückblick der Imkerei

Dieses Jahr hat sich nahtlos eingereiht in die letzten 5 Jahre, die sich durch extreme Wetter-Bedingungen auszeichneten.

Der Mai war in diesem Jahr so kalt, dass die Bienen mit dem letzten Tropfen Futter aus dem Winter kamen. Viele Völker mussten noch im Frühjahr gefüttert werden. Der Sommer hingegen hat das zum Teil wieder wett gemacht. Meine Bienen konnten verschiedene kleine Trachten sammeln und durch den immer mal wieder fallenden Regen gab es an vielen Standorten ein ausreichendes Nektarangebot.

Dennoch habe ich im Sommer zum ersten Mal Völker aus Medewege abgewandert, weil sie dort im Juni und Juli gehungert haben.

Die Obstblüte war stark betroffen von der lang anhaltenden Frühjahrskälte, so dass wir einen Obst-Ernteausfall von 90 % zu verzeichnen haben. Das haben wir auch in der Mosterei gemerkt: wir hatten nur 1–2 Tage pro Woche geöffnet und gerade mal 30 % der üblichen Obstmenge zu mosten.

Um aber nicht zu verzagen, sondern den Wandel hin zur blühenden Vielfalt mitzugestalten, haben wir auch in diesem Jahr wieder Streuobstwiesen angelegt. Nach 10-jähriger Pflege werden aus den

dünnen Stengelchen große, gesunde Obstbäume geworden sein, die Bienen, anderen Tieren und Menschen Früchte, Schatten, Lebensraum und Schönheit schenken.

Nun beginnt für mich die Zeit der gedanklichen Nachlese, bevor ich mich der Baumschnittsaison zuwende.
Zeit, mich mit der Situation, die nicht mehr Ausnahme, sondern das neue Normal zu sein scheint, zu beschäftigen und Strategien zu entwickeln, wie ich unter konkreten Klimawandelverhältnissen weiterhin für gesunde Bienen und Bäume sorgen kann – keine einfache Aufgabe.

Ich wünsche Ihnen einen guten Jahreswechsel.

Mirko Lunau

Fotos: Mirko Lunau, (kl.oben) Dieter Schäfer , (kl. unten) Albrecht Zarse

Mosterei & Imkerei

Dr. Mirko Lunau
Dorfstraße 5 b
19067 Cambs-Ahrensboek

Telefon: 0152 33 791 570
Mail: kontakt@mirkolunau.de
www.mirkolunau.de

Hofkiste

Ich koche diese Woche...

Saftige Winter-Muffins mit Möhren, Äpfeln und Ingwer

Keramik von der Galerie „WerkStück" (s. Seite 19)

Zutaten (für 12 Portionen)

150 g Dinkelmehl
150 g Vollkorn-Dinkelmehl
3 EL Geschrotete Leinsamen
2 TL Backpulver
2 TL Winter-Gewürzmischung von Lebensbaum (alternativ: 1 TL Zimt, 1 TL Kardamom, 1/2 TL Anis, 1/2 TL Vanille)
3 TL frisch gehackter Ingwer
1/2 TL Salz
80 g Haselnüsse, gehackt

3 Eier
2 EL Rohrohrzucker
1 Pack Vanillezucker
50 ml Ahornsirup
2 EL Kokosöl, geschmolzen

4 Karotten, geschält und gerieben
2 Äpfel, geschält und gerieben

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

Mehr Rezepte finden Sie unter www.hofkiste.de

Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und eine Muffin-Backform mit etwas Kokosöl einfetten oder Muffin-Förmchen auf einem Backblech platzieren.

In einer großen Rühr-Schüssel das Mehl, die Leinsamen, das Backpulver, die Gewürzmischung, den Ingwer, das Salz und die Nussstücke vermischen.

In einer weiteren Schüssel die Eier, den Zucker, den Ahornsirup und das Kokosöl gut vermischen.

Nun beide Teile zueinander geben und verrühren. Dann die Karotten- und die Apfelstücke unterheben.

Den Teig in die vorbereitete Muffin-Form geben und 25 Minuten im Ofen backen.

Die Muffins in der Backform etwas abkühlen lassen. Schmecken lauwarm am besten!

Guten Appetit wünscht Ihre Hofkiste

Rezept und Fotos: Hofkiste

Der Hof Medewege empfiehlt...

Töpferkurse für Erwachsene im Atelier „WerkStück" in Kirch Stück

- gestalten mit Ton in verschiedenen Techniken
- am gemütlichen Kaminfeuer mit Punsch oder Tee
- donnerstags 15:30–17:00 oder 17:30–19:00Uhr / weitere Termine nach Bedarf
- 20,- €/Pers. zzgl. Material nach Verbrauch

Anmeldung unter 0177-1739157 oder werkstueck@posteo.de

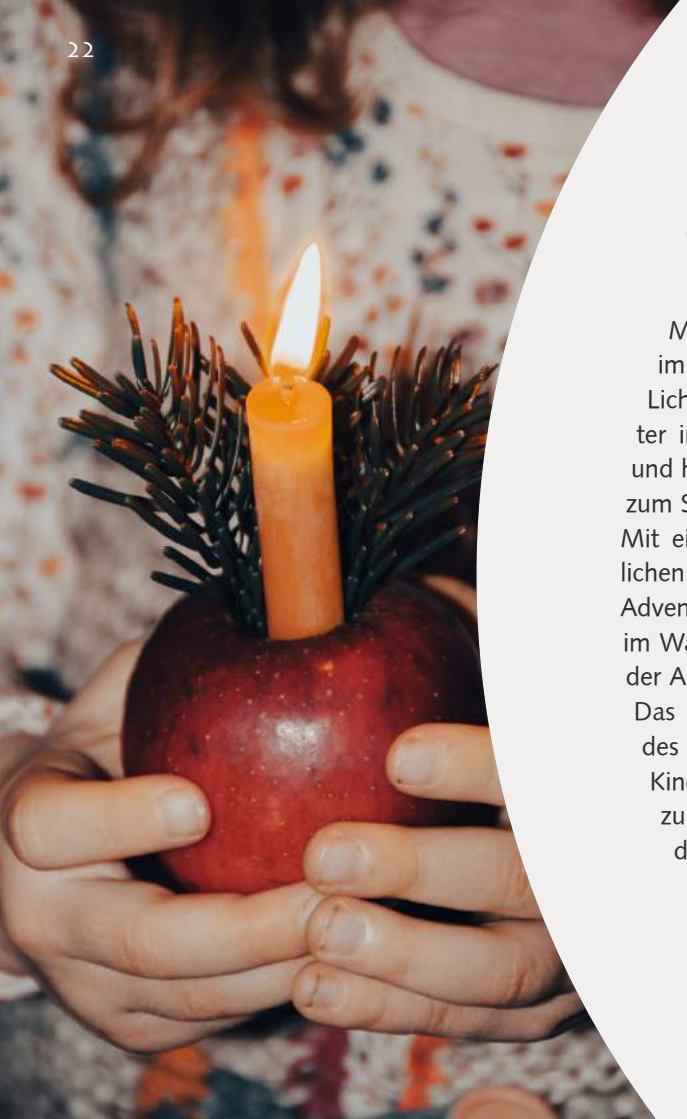
An den Adventswochenenden empfangen wir Sie auch draußen zu Punsch am Feuerkorb.

Fotos: (kl.) Esther Jahn, (gr.) Mona Schlottmann

Galerie „WerkStück"

Esther und Georg Jahn GbR
An der Chaussee 8/10
19069 Kirch Stück
(3 km nördlich von Schwerin)

Dienstag–Samstag
10–18 Uhr



Adventsstimmung im Waldorfkindergarten

Mit dem Sommersonnengold im Herzen tragen die Kinder ihr Licht durch die Michaelizeit, weiter in ihrer Laterne zu St. Martin und hinein in die Adventszeit bis es zum Stern von Bethlehem wird.

Mit einem besonders kleinen, sinnlichen und lichtvollen Fest, dem Adventsgärtlein, erleben wir bei uns im Waldorfkindergarten den Beginn der Adventszeit.

Das Adventsgärtlein, als Vorbote des Weihnachtsfestes, lädt die Kinder und ihre Familien ein, inne zu halten und das Christuslicht, das unsere Herzen erhellt, in die Welt zu tragen.

Eine Spirale, gelegt aus duftenden Tannenzweigen, geschmückt mit goldenen Sternen, funkelnden Edelsteinen und kleinen Zwergenwesen, ist am Boden des abgedunkelten Festraumes zu finden. Eine große, weiße Kerze in der Mitte der Spirale leuchtet.

Die Kinder betreten mit ihren Familien leise den Festraum. Sie lauschen andächtig der Harfenmusik und ihrem Herzenslicht, wie es weit in den Himmel hinauf strahlt, dort zu goldenen Sternenfäden wird, aus denen Maria dem Christkind ein warmes Kleid für den Erdenweg weben kann.

Weihnachtslieder werden angestimmt und begleiten das weitere Geschehen. Der Raum ist umhüllt von einer wohli-

gen und beschützenden Atmosphäre.
Jedes Kind wird nun einzeln eingeladen, bekommt eine Apfelkerze in beide Hände und geht behutsam, eingebettet in Liebe und Anteilnahme aller Anwesenden, seinen ganz individuellen Weg nach innen in die Spirale hinein, wo es in der Mitte seine Kerze an der großen, hellen Christuslicht-Kerze anzünden darf.

Und genau dort, wo ein Stern vom Himmel fiel, stellt es sein Apfellicht in die Tannenzweige. Es schenkt damit der Gemeinschaft sein Licht, denn das Adventsgärtlein erstrahlt mit jedem einzelnen Apfellicht mehr und mehr im vollen Lichterglanz. Es ist ein Strahlen, das tief im Herzen berührt und wer es einmal erlebt und gefühlt hat, wird es lange Zeit als einen sehr besinnlichen Moment in sich tragen.

Das Kindergartenteam

„In der dunklen Nacht ist
ein Stern erwacht,
leuchtet hell am Himmelszelt,
schenkt sein Licht der ganzen Welt.
In der dunklen Nacht ist
ein Stern erwacht."

Waldorf Kindergarten

Hauptstraße 13
19055 Schwerin

Telefon: 0385-555 137
Mail: kindergarten@waldorf-sn.de

Fotos: (links) Jessica Laukant; (rechts) Birgit Eilenberger

MÜHLEN BÄCKEREI

Wir haben geöffnet

Unsere Produkte erhalten Sie wie gewohnt frisch in unseren Filialen, bei der Hofkiste und im Hofladen.

Christian Fries
Telefon: 0385 57 27 380
Mail: info@muehlenbaeckerei.com
www.muehlenbaeckerei.com

In der (Weihnachts-) Bäckerei gibt's so manche Leckerei...

...und eine neue Maschine, um diese einzupacken!

Wir freuen uns über Zuwachs in unseren Produktionsräumen. Ab sofort wird die Konditorei beim Eintüten unseres Feingebäck-Sortiments von einer neuen Verpackungsanlage unterstützt, die wir kürzlich in Betrieb nehmen konnten.

Derzeit tüfteln wir noch mit professioneller Unterstützung an einem tollen, neuen Packungsdesign. Das Gute ist, dass wir durch diese Maschine bald die Möglichkeit haben, unsere aktuelle Verpackung, die bisher aus Plastik bestand, durch eine neue Folie zu ersetzen, die...

- Zu 100 % heim- und gartenkompostierbar ist und sich innerhalb von 180 Tagen zersetzt
- Zu 100 % aus natürlichen, nachwachsenden Rohstoffen besteht
- Keine Schadstoffe enthält, die in die Lebensmittel übergehen könnten
- ABER: für vollen Aromaschutz der Backwaren sorgt

Wir freuen uns über diese tatkräftige Unterstützung für Jens – unseren Keksmeister – und sind voller Vorfreude, euch bald unsere neu und nachhaltig verpackten Kekse präsentieren zu können.

Helena Fries

Fotos: (gr. & rechts kl.) Mühlenbäckerei; unsplash.com

Fotos: Albrecht Zarse, (Apfelschild) tokati

Projektbericht: Apfel-Lehrpfad

Unsere Bundesfreiwilligen planten zusammen mit den Obstbauern einen Apfel-Lehrpfad – gefördert wird das Projekt von der NUE (Norddeutsche Stiftung für Umwelt und Entwicklung). Initiative und die meisten Grundtexte kamen noch von Wolf Dietrich Kloth (ehemaliger Obstbauer) – als Abschluss seines Beruflichen Lebens in Medewege und auf den Streuobstwiesen.

In Zusammenarbeit mit der Medienagentur tokati wurde für die Sortenportraits ein Layout entwickelt. Besucher erfahren viel: Welche Sorte eignet sich besonders für den eigenen Garten? Wann sollte der Apfel geerntet werden? Welcher Apfel gibt unserem Apfelsaft die besondere Würze? Welcher Apfel ist der Lieblingsapfel der Obstbauern?

Die Apfelbäume stehen an verschiedenen Stellen auf dem Hof und sind über ein zusätzliches Sortenschild erkennbar. Die Schilder werden noch 2021 gedruckt und aufgestellt.

Peter Zimmer

Wir wünschen Ihnen ein gesundes Jahr 2022!

24. September 2022
Hoffest
ab 11 Uhr

Wir sind auch auf Facebook und Instagram!

Urlaub auf dem Bauernhof

Verbinden Sie z. B. einen Konzertbesuch mit Ihrem Urlaub: Bleiben Sie ein paar Tage in einer Ferienwohnung oder im Gästezimmer.

Saal, Café und Catering

Wir begleiten Ihre Veranstaltung in unserem Saal, zu Hause oder zu geschäflichen Anlässen: Ob Tagungen, Seminare, Workshops oder Familienfeiern, wir sorgen für die Verpflegung mit hofeigenen Bioprodukten in Demeter-Qualität.

Öffnungszeiten

Hofcafé & Bistro
(November bis Februar)
Mittwoch bis Sonntag
12:00 – 18:00 Uhr

Hofladen Medewege
Montag bis Freitag
08:30 – 18:30 Uhr
Samstag
08:30 – 14:00 Uhr

Mehr über den Hof Medewege und Aktuelles finden Sie auf www.hof-medewege.de

HOF MEDEWEGE

Fotos: Albrecht Zarse, Anika Mester (BMEL)

HOF MEDEWEGE

www.hof-medewege.de

Ihr direkter Kontakt zum Hof

Postanschrift: Hof Medewege OHG, Hauptstraße 12, 19055 Schwerin | ohg@hof-medewege.de

Öffentlichkeitsarbeit: Mona Schlottmann | pr@hof-medewege.de | 01575 240 52 40

Aktivlernstall Pferdeglück, Claudia Scheler	info@claudia-scheler.com	0163-66 21 796
Bildhauerei, Malerei, Biografiearbeit, Mechthild Breme	mec.breme@posteo.de	0385-557 49 00
Filzatelier, Martina Zinkowski	martina.filzatelier@gmx.de	0176-231 80 791
Flussbettnerei, Peter Zimmer	pz@flussbettnerei.net	0385-6767 1622
Gärtnerei, Rainer Holst	gaertner@hof-medewege.de	0385-500 79 33
Hofcafé & Bistro, Norina Jahn	mail@cafe-hof-medewege.de	0385-592 39 93
Hof-Ferien, P. Zimmer, Matthias Baerens, Nicolai Jahn	hof-ferien@hof-medewege.de	0385-6767 1622
Hofkiste, Dagmar Kürten	info@hofkiste.de	0385-343 18 80
Hofladen, Dörte Nieland	laden@hof-medewege.de	0385-591 89 29
Holz- und Bautenschutz, Frank Schneeberg	frankschneeberg47@gmail.com	0385-593 6182
Imkerei, Mirko Lunau	kontakt@mirkolunau.de	0152-3379 1570
Kulturverein, Hofführungen, Kinderbauernhof P. Zimmer, N. Jahn	hofkultur@hof-medewege.de	0385-6767 1622
Landwirtschaft, Fam. Jahn & Weiß	post@hof-medewege.de	0385-550 91 53
Mühlenbäckerei, Christian Fries	info@muehlenbaeckerei.com	0385-581 06 15
Obstbau, Johannes & Sophia Schmidt	obstbau@hof-medewege.de	0385-593 697 45
Psychotherapie & Malatelier, Claudia Holst	c.holst@posteo.de	0385-593 21 55
Solidarische Landwirtschaft, Katrin John	gaertner@hof-medewege.de	0385-500 79 33
Waldorfkindergarten	kindergarten@waldorf-sn.de	0385-555 137

Impressum

Ausgabe 21 – Winter 2021

Herausgeber + Redaktion
Hof-Medewege OHG
Hauptstraße 11–15, 19055 Schwerin
Postanschrift: Hauptstraße 12

Layout + Satz
tokati Medienagentur | tokati.de

Druck
dieUmweltDruckerei GmbH

Fotonachweis
Titelbild ©Claudia Scheler

Diese Broschüre wurde klimaneutral auf mit dem Umweltzeichen Euroblume ausgezeichnetem Papier gedruckt.

WALDORF SCHWERIN ideenreich ins leben

HOF-FERIEN

LANDWIRTSCHAFT, ACKERBAU, VIEHZUCHT

OBSTBAU

HOF MEDEWEGE

Hofkiste

MELIMALUM

GÄRTNEREI HOF MEDEWEGE

MÜHLEN BÄCKEREI MECKLENBURGS BIO-BACKSTUBE

CAFÉ HOF MEDEWEGE