

# Hofkunde

Saustarke Einblicke

03/2018

## Sofie Leiders

**Selbst auf einem Nachbarbetrieb des Stautenhofs groß geworden, kann die Mutter von Christoph Leiders rückblickend so einiges über die gute alte Zeit in der Landwirtschaft erzählen.**

Für Arbeiten, die heute mit Hilfe von Traktoren, Maschinen und jeder Menge Technik auf Feld und Hof bewerkstelligt werden können, ging man in den dreißiger Jahren noch mit Ochs, Pferd und jeder Menge Handarbeit auf den Acker.



Sofie Leiders feierte am 1. Dezember ihren 85. Geburtstag

Damals wurde die Größe der Höfe an der Anzahl der Pferde bemessen, meistens waren es schwere Kaltblüter, die den Landwirten auf dem Feld halfen. Aber es gab auch kleinbäuerliche Betriebe, die sich aus Geldmangel mit einem Ochsen begnügen mussten. Die Ochsen kamen auch als Ersatz zum Einsatz, wenn die Pferde in Kriegszeiten an der Front benötigt wurden.

Auf den größeren Betrieben gab es Pferde knecht, Knecht und Jungknecht und einen Melker. In Haus und Hof waren in der Regel ein oder zwei Mägde beschäftigt, die die Bäuerin unterstützten und sich meist noch um die Kinder kümmerten.

Sofie Leiders erinnert sich daran, wie während ihrer Kindheit am Niederrhein

Kartoffeln angebaut wurden:

„Mit einem Kultivator und einer Egge bearbeitete der Bauer zunächst den Acker. Danach wurden Furchen gezogen, um die Kartoffeln in gleichen Abständen zu pflanzen. Wir Kinder mussten natürlich helfen. Unsere Aufgabe bestand darin, 5 bis 10 kg schwere Kisten oder Körbe durch die Reihen zu schleppen. Zur Unkrautbekämpfung diente der sogenannte Igel. Ein kleines, dreieckiges Gerät mit etwa acht Schuffeln, welches von einem Pferd gezogen wurde, um das Unkraut zwischen den Kartoffelreihen zu beseitigen. Auch das Unkraut auf den Rübenfeldern wurde damit bekämpft.“

Die Ernte der Kartoffeln begann etwa im Juli bis August. Zunächst wurden sie mit dem so genannten Hundspflug ausgemacht. Die Kinder, meist Kinder der Bauern, warfen dann die Kartoffeln in aller Frühe aus der ausgepflügten Reihe auf die Dämme. „Zu dieser Arbeit waren wir alle gerne bereit, da wir dafür einige Unterrichtsstunden frei bekamen.“ Mittags kamen dann Frauen aus dem Ort, um die Kartoffeln aufzusammeln. Diese Arbeit wurde kniend verrichtet. Die Kartoffeln kamen in 10 kg Körbe, die so genannten Bratschen. Seitlich stand die Pferdekarre, um darin die Bratschen zu entleeren. Später wurde durch die Einführung des Schleuderroders die mühsame Arbeit des Aufsammelns erleichtert, da dieser die Dämme offen legte und die Kartoffeln flächig verteilte.

Im September wurden die Spätkartoffeln geerntet und in Zentnersäcke verpackt. Großfamilien mit vielen Kindern kellernten 15 bis 20 Zentner ein. Meist war es der Bauer selbst, der die Säcke in niedrige und enge Keller brachte. Kartoffeln waren ein preiswertes und nahrhaftes Lebensmittel.

Das letzte Pferd ging 1962 vom Stautenhof. Bevor Christoph Leiders 1997 auf ökologische Landwirtschaft umstellte, wurde der Stautenhof konventionell bewirtschaftet.

„Ich habe schöne familiäre und nachbarschaftliche Erinnerungen an diese Zeiten, bedingt durch mehr Ruhe und weniger Hektik. Wenn ich aber heute die moderne Technik in Feld und Stall erlebe, kann ich über diese Entwicklung nur staunen und sehne mich nicht mehr zurück in die so genannte gute alte Zeit.“ *Anika*

Stautenhof  
MEIN BIOHOF

### Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag:

9:00 bis 18:30

Samstag: 8:00 bis 14:00 Uhr

Montag: geschlossen

Heilig Abend von 8:00 bis 12:00 Uhr geöffnet

### Kontakt:

info@stautenhof.de

www.stautenhof.de

### Metzgerei:

Telefon: 02156/91 15 53

Fax: 02156/91 15 54

Bestellungen Metzgerei:

metzgerei@stautenhof.de

Telefon: 02156/91 15 53

Naturkostladen:

Telefon: 02156/10 93 83

Bistro/Bäckerei/

Tischreservierungen:

Telefon: 02156/91 15 55

### Termine:

Unsere Hofführungen finden an jedem 1. Samstag im Monat statt.

### Termine und Schwerpunkte:

02.02.: Metzgerei-Führung

02.03.: Schweine

06.04.: Tag der E-Mobilität

# Weihnachtsbräuche

## So schön und so unterschiedlich

Das Weihnachtsfest ist nach Ostern und Pfingsten das dritthöchste christliche Fest und wird in vielen Ländern gefeiert. Mancherorts werden die Liebsten bereits am 6. Dezember, dem Nikolaustag beschenkt, anderswo findet die Bescherung erst einen Monat später am Tag der Heiligen Drei Könige statt. Und in weiteren Ländern wird die komplette Adventszeit gefeiert.

In Deutschland zündet man an den vier Sonntagen vor Heilig Abend jeweils eine weitere Kerze am Adventskranz an, backt Weihnachtskekse und schmückt Haus und Hof mit reichlich Deko und Lichtern. Man bummelt über die hübschesten Weihnachtsmärkte in der Region und sucht Geschenke für seine Liebsten aus. Kurz bevor das letzte Türchen am Adventskalender geöffnet ist, wird der

Christbaum aufgestellt und mit Kugeln und Kerzen reich geschmückt. Traditionell werden an Heilig Abend Karpfen, Gans oder Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen aufgetischt und man besucht gemeinsam die Messe, bevor der Weihnachtsmann oder das Christkind die Geschenke unter den Christbaum legen.

Unsere Nachbarn in den Niederlanden feiern bereits am 5. Dezember Sinterklaas, den Nikolaustag, mit kleinen Geschenken, Überraschungen, Gedichten und allem Drum und Dran. Die Weihnachtszeit endet am 6. Januar, wenn die Heiligen Drei Könige von Haus zu Haus ziehen und singen. Als Dank werden sie von den Familien bewirtet.

Das Weihnachtsfest der Franzosen ähnelt unserem sehr. Nur werden die Geschenke mancherorts erst am 1. Weihnachtsfeiertag ausgepackt. Es finden Krippenumzüge statt und auf den Tisch kommen mit Maronen garnierter Truthahn oder ein Festmahl aus Austern, Pasteten, Truthahn und Champagner.

In Polen beginnt die Weihnachtszeit am ersten Advent und mit ihr die Fastenzeit. Diese endet an Heilig Abend, wenn der



erste Stern am Himmel steht und es wird ein Festmahl aufgetischt. Es wird immer ein Gedeck mehr aufgelegt, als Gäste erwartet werden, um auch einem unerwarteten Gast einen Platz anbieten zu können. Bevor das traditionell 12-gängige Menü beginnt, teilt jeder Gast eine Oblate mit den anderen und wünscht alles Gute für das kommende Jahr.

In Italien wartet man am längsten auf die Geschenke, denn die Hexe Belfana, die hier für die Geschenke zuständig ist, rutscht erst am Dreikönigstag durch den Kamin und legt die Geschenke in die Schuhe. Weihnachten wird in Italien als großes Familienfest gefeiert, an dem man mehrgängige Menus, z.B. mit Truthahn und Lamm genießt. *Michael*

# Goldene Milch

## Kaum ein Getränk hat es geschafft, die Kollegen auf dem Stautenhof in kürzester Zeit in zwei Lager zu spalten.

Goldene Milch oder Kurkuma Latte.

Mein It-Getränk seit gut drei Jahren an kalten Herbst- und Winterabenden. Und nicht nur, weil Kurkuma so unfassbar gut für unseren Körper ist, sondern, weil es mir richtig gut schmeckt.

### Wissenswert:

Kurkuma ist eine wunderbare Heilpflanze. Auch wenn die meisten Kurkuma als Zutat in Curry kennen, ist ihnen nicht bekannt, welche gesundheitlichen Wirkungen das Gewürz auf unseren Körper hat.

Die Wunderwurzel Kurkuma wird gerne in der traditionellen chinesischen und indischen Heilkunde verwendet. Sie gilt dort als Heilmittel gegen Entzündungen. Kurkuma entgiftet, reguliert und wirkt zudem immunstärkend. In der westlichen Medizin wird Kurkuma mittlerweile ebenfalls verwendet, denn Studien haben belegt, dass das im Kurkuma enthaltende Kumin

genauso wirksam ist wie entzündungshemmende und schmerzlindernde Medikamente – nur ganz ohne Nebenwirkungen.

Kurkuma wirkt sich positiv auf Gelenke, Leber, Herz und Kreislauf aus. Doch nicht nur das: Ein regelmäßiger Verzehr von Kurkuma soll Alzheimer vorbeugen, den Blutdruck und die Blutfettwerte senken und Gedächtnis und Hirnfunktionen verbessern.

Soweit zu den gesundheitlichen Benefits, jetzt geht's an die goldene Milch:

### 1 Portion goldene Milch

100ml Wasser

1 TL Kurkumapulver  
(oder frisch geriebene Wurzel)

1 TL natives Kokosöl

1 Stück Ingwerwurzel (daumengroß,  
geschält und fein gerieben)

250 ml Kuh- oder Pflanzenmilch  
(Hafer- oder Mandelmilch)

1 EL Honig  
(oder anderes Süßungsmittel)

je eine gute Prise schwarzer Pfeffer,  
Zimt, Kardamom & Muskatnuss

Das Wasser mit Kokosöl, Kurkuma, Ingwer und schwarzem Pfeffer aufkochen und etwa 10 Minuten köcheln lassen, bis eine leicht flüssige Paste entsteht.

Die Paste in eine Tasse heiße Milch einrühren und je nach Geschmack mit Zimt, Kardamom und Muskatnuss abschmecken und nach Belieben süßen.

Mengenmäßig kann man sich mit der Paste auch langsam an die richtige Dosierung herantasten. Die Paste lässt sich bis zu drei Tage aufbewahren. Bitte auf Hände und Küchenutensilien achten – Kurkuma verfärbt Plastik, Holz und Hände.



Sollten Sie neugierig geworden sein, mixen Sie sich doch mal eine goldene Milch und sagen Bescheid, wie sie geschmeckt hat. Oder fragen Sie im Bistro nach einer Kurkuma Latte. *Anika*

**Wir bieten aktuell eine Kurkuma-Latte-Ingwer-Gewürzmischung in Bio-Qualität an.**

# Unser Rezeptvorschlag zu Weihnachten:

## Therasas liebste Rehkeule – in Weißwein geschmort

Im Land & lecker Kochbuch vom WDR, das auch im Hofladen erhältlich ist, findet man unter anderem auch das Rezept für Leiders liebste Lammstelzen. Zu Weihnachten wandelt Theresa das Rezept ab und verwendet eine Rehkeule.

### Für 4 Personen

8	kleine Schalotten
5	Knoblauchzehen
2 Zweige	Rosmarin
1 Handvoll	gemischte Kräuter (z.B. Petersilie, Schnittlauch und Thymian)
1	Rehkeule (mit oder ohne Knochen)
2 EL	Olivenöl
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
200 ml	Weißwein
8	Cocktailtomaten

### Zubereitung:

- Den Backofen auf 180°C vorheizen. Die Schalotten und den Knoblauch schälen. 4 Schalotten und 2 Knoblauchzehen in feine Würfel schneiden, die restlichen halbieren.
- Den Rosmarin und die restlichen Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Rehkeule waschen und trocken tupfen. Das Olivenöl in einem Bräter erhitzen und Schalotten- und Knoblauchwürfel darin andünsten. Das Fleisch dazu geben, rundum anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Weißwein ablöschen.
- Rosmarin und Kräuter mit in den Bräter geben und die Rehkeule im Ofen auf der untersten Schiene etwa 2 ½ Stunden garen. Dabei die Rehkeule alle 45 Minuten wenden und mit etwas Schmorsud übergießen.
- Die Cocktailtomaten waschen, abtropfen lassen und 10 Minuten vor Ende der Garzeit mit in den Bräter geben.
- Den Schmorsud nach Belieben mit etwas in kaltem Wasser angerührter Speisestärke binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rehkeule mit der Sauce servieren.

Dazu passen am besten Spätzle und ein grüner Salat.

## Guten Appetit!



**Christoph Coßmann** ist Mitarbeiter auf dem Stautenhof. Außerhalb seiner Tätigkeit als Landwirt ist er in seiner Freizeit im Oberbergischen Kreis als Jäger unterwegs. In dieser wunderschönen Gegend gibt es zahlreiche Wildarten, mit denen er sich in vielen Stunden auseinandersetzen durfte. Bei abendlichen Ansätzen auf dem Hochsitz erlebt er viele schöne und spannende Stunden. „Ich fühle mich der Natur in diesen besonderen Momenten sehr nahe“, schwärmt Christoph.

### Wir freuen uns, Ihnen Wildfleisch von Christoph Coßmann auf dem Stautenhof anbieten zu können.

Sie haben die Möglichkeit, zwischen Reh- und Rotwild zu wählen. Auf Anfrage gibt es Wildkaninchen, Hasen und Fasane. Das Wildfleisch wird tiefgekühlt angeboten, da die Abschüsse in der Natur nicht planbar sind.

### Informationen zu Reh- und Rotwild:

#### Rotwild



Das Rotwild ist der „typische Hirsch“ und sehr großbrahmig. Das Fleisch vom Rotwild hat eine braunrote Farbe und einen wildtypischen Geschmack. Das bekannte und oft zubereitete Hirschgulasch stammt meist vom Rotwild.

#### Reh



Das Reh ist wesentlich kleiner, dementsprechend auch die Teilstücke (ähnlich der des Lammes). Das Fleisch vom Reh hat eine feine Faserstruktur, ist dunkelrot, aromatisch und fettarm. Rehe sind die kleineren Verwandten der Hirsche und als Festbraten sehr beliebt. In der Küche kommen vor allem der Rehrücken und die Keulen zum Einsatz. Hals und Brustfleisch schmecken gut als Ragout.

Besuchen Sie uns auch auf Facebook und Instagram.



# Winter in der Landwirtschaft

## Es passiert mehr als man denkt

Die Linden vor unserem Hofladen färben ihre Blätter gelb und lassen sie fallen. Das läutet den Herbst ein. Die Temperaturen sind noch außergewöhnlich hoch, aber der Rhythmus der Jahreszeiten wird früher oder später seinen Tribut fordern. „Auch wenn der Winter am Niederrhein auf einen Donnerstag im Februar fällt, wird er sicher kommen“, so der Landwirt, der gebürtig aus Sibirien kommt und ganz andere Winter gewohnt ist. Dass der Winter kommt, ist gut und wichtig, denn vieles in der Natur ist auf die kalte Jahreszeit angewiesen. Mit dem Herbst kehrt Ruhe ein, der Winter bereitet einen Neuanfang vor.

Während wir Menschen uns auf Weihnachten und Neujahr freuen, passiert auf den Feldern ersichtlich nicht viel, doch noch viel Wichtiges. Das Wintergetreide bekommt den für den Fruchtansatz benötigten Kältereiz. Ohne diesen würden im Frühjahr keine Ähren gebildet werden. Auch wird im geringen Maße Wurzelwachstum

betrieben und Nährstoffe aufgenommen. Im Herbst und Winter sollte es viel regnen, damit die Böden für den Sommer das Wasser speichern. Bei überdüngten oder nicht bepflanzten Äckern besteht die Gefahr der Auswaschung von Nährstoffen ins Grundwasser. Somit könnte Nitrat ins Trinkwasser gelangen, was nicht gut für die menschliche Gesundheit ist. Deshalb bleibt kein Acker vom Stautenhof über den Winter brach liegen. Es werden Winterweizen, Wintergerste sowie Zwischenfrüchte angebaut.



Weil wir unsere Legehennen- und Schweineställe nicht beheizen, wird es darin deutlich kühler. Das finden die

Tiere besser als Hitze. Doch auch hier würde der Wandel der Jahreszeiten stattfinden, wenn der Landwirt nicht eingreifen würde. Die Legehennen brauchen Tageslichtlängen von 16 Stunden, um Eier zu legen. Deswegen wird in den Ställen der Tag künstlich mit Licht verlängert.

Auch bei den Sauen kommt etwas aus dem natürlichen Rhythmus zu Tage. Die Sauen „möchten“ nicht im Winter Ferkel bekommen, weil die Aufzucht dieser sehr aufwändig und risikoreich wäre. Wir versuchen während des ganzen Jahres die besten Haltungsbedingungen für unsere Sauen zu schaffen, damit diese sich wohl fühlen und weiter regelmäßige Ferkel bekommen.

Im Februar, März und April wird die Geduld beim Erwarten des Frühlings mit vollem Umfang belohnt. Die Hecken kleiden sich in weiße Tracht. Die Schafe bekommen ihre süßen Lämmer. Der Bauer freut sich darauf, wieder ackern zu dürfen. Und der Imker schaut den Bienen bei ihren ersten Flügen zu. *Waldemar*

## Ganz schön platt!

*Sagt eine Kerze zur anderen: „Was machst du heute Abend?“ Sagt die andere: „Ich gehe aus.“*

# Elektro-Autos aufgepasst

## Acht Lademöglichkeiten auf dem Gelände des Stautenhofs.



Im Frühjahr 2017 haben wir uns dazu entschlossen einen Elektro-Golf als Betriebsfahrzeug zu kaufen. Das Auto ist bei uns sehr beliebt. Gerade bei Kurzstrecken und Überlandfahrten überzeugt es durch seine Spritzigkeit

und für uns ausreichende Reichweite. Wir planen unsere Elektromobilität auch im Bereich der Landwirtschaft weiter auszubauen, weil wir davon überzeugt sind, dass bei einer umweltverträglichen Stromerzeugung dies der richtige Weg ist.

Um unsere Fahrzeuge und die Elektro-Fahrzeuge unserer Kunden aufladen zu können, haben wir vier Ladesäulen für acht E-Autos in Betrieb genommen.

**Die Stationen befinden sich auf dem Parkplatz vor der Holzhalle und können von Dienstag bis Samstag in der Zeit von 7.00 bis 19.00 Uhr genutzt werden. Für unsere Kunden bieten wir den Strom natürlich kostenlos an.**

Die Ladesäulen mit Typ2 Steckern beziehen Ökostrom aus unseren Photovoltaikanlagen und haben 22kW Ladeleistung.

Sollte die Sonne einmal nicht scheinen, nutzen wir selbstverständlich Ökostrom der Firma Lichtblick.

## Ausblick:

Lesen Sie vor Ostern über Deko- und Basteltipps mit Naturmaterialien und was mit Frühlings-erwachen auf dem Acker und im Stall so alles passiert.

## Impressum:

### Herausgeber:

Stautenhof  
Darderhöfe 1, 47877 Willich  
www.stautenhof.de

Fotos: Anika Launert, AdobeStock

Texte: Stautenhof

Gestaltung: die-druckberatung.de  
500 Exemplare

Druck auf Recyclingpapier,  
ausgezeichnet mit der Euroblume