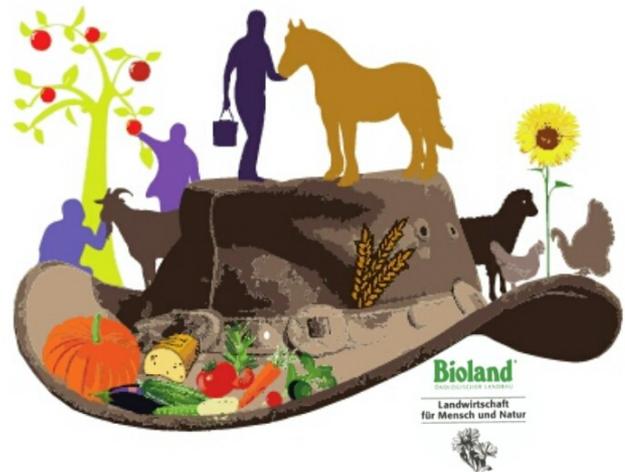




T h e r e s i a h o f b l ä t t l i K W 3 3

## Liebe Leserinnen und liebe Leser



Gegen Ende dieser Woche feiert das Christentum eines ihrer bedeutendsten Feiertage: *Mariä Himmelfahrt*. Bei den katholischen Christen folgen anschließend die 30 Marienstage und enden am Namenstag Mariä, dem 8. September. Seit dem 9. Jahrhundert sind die Gottesdienste mit Kräuterweihen bekannt. Was daher rührt, dass anstelle Maria, die Mutter Jesu, nicht ihr Leichnam, sondern Lilien in ihrem Grab vorzufinden waren. Und der Legende nach, soll es damals dort nach wundervollen Kräutern geduftet haben.



Kein Wunder, finde ich, der August ist tatsächlich eine optimale Zeit für die Kräuterernte. Denn Bohnenkraut, Salbei, Majoran oder auch Oregano und Thymian lassen sich nach ein paar warmen Sonnentagen gut trocknen und entwickeln daher auch ein kräftiges Aroma. Johanniskraut oder die Blüten der Kamille eignen sich in diesem Monat hervorragend zur Zubereitung von Wildkräutertee. Und wer natürlich das Beste aus den Aromen der Kräuter holen möchte, kann diese in Öl einlegen. Wichtig

\*\*\*\*\*

### Kontakt:

Peter:

Tel.: 07762 – 512 32  
Fax.: 07762 – 512 31  
Mobil: 0175 – 16 65 668  
E-Mail: peter@theresiahof.de

Manuela:

Tel.: 07762 – 535 70 60  
Mobil: 0174 – 212 22 58  
E-Mail: manuela@theresiahof.de



## T h e r e s i a h o f b l ä t t l i K W 3 3

dabei ist, dass die Kräuter ganz mit der Flüssigkeit bedeckt sind, da sonst das Konservieren nicht von langer Dauer sein würde. Ich empfehle Ihnen für die Zubereitung hochwertiges Olivenöl und eine zusätzlich scharfen Zutat wie Chili und/oder auch Knoblauch unterzumischen. Wer es etwas milder bevorzugt, lässt die Schärfe einfach weg. Probieren Sie es mal aus! Nichts schmeckt traumhafter im Herbst, als ein Zitronen-Basilikum-Knoblauch-Öl, auf einen frischen Tomatensalat mit Balsamico und etwas Kräutersalz.

\*

In dieser Ausgabe möchte ich nun mal eine nennenswerte Neuigkeit aus unserer Backstube berichten. Dem ein oder anderen ist bestimmt schon aufgefallen, dass unser Dinkel-Brot inzwischen etwas dunkler wirkt. Das liegt an der Verwendung von dem Dinkel Oberkulmer Rotkorn. Und bei unserem Buurebrot verzichten wir seit Neuestem bewusst auf den Weizenanteil und stiegen hier ebenfalls um auf das Ur-Dinkel. Dass Weizen ungesund ist, ist inzwischen bekannt durch die Medien. Und auch unser hofeigener Arzt, bestätigte mir Anfang dieser Woche, dass dieses Getreide für viele Krankheiten verantwortlich sein kann. Unter anderem Gelenkbeschwerden, Diabetes, Stoffwechselerkrankungen, Müdigkeit und ungezügelter Appetit und demzufolge dann die Fettleibigkeit, wie auch Herzbeschwerden, durch den Anstieg von dem Cholesterinwert. Ein großes Plus für die nicht mit Weizen gekreuzte Mehlsorte, ist ebenfalls der Bestand von der ursprünglichen Proteinzusammensetzung. Überzeugen Sie sich selbst davon und probieren Sie die beiden neuen Brotsorten. Denn da sie unser Häuptling vor jedem Markt in der Frühe bäckt, sind sie zu Beginn des Marktes sogar noch warm. Und dann kann man die Liebe, die in der Luft liegt, schmecken.

\*

Uns Theresianern steht in den nächsten Tagen eine Weiden-Exkursion bevor, bei der wir gemeinsam über unsere zu bewirtschaftenden Grundstücke spazieren werden.

\*\*\*\*\*

### Kontakt:

Peter:

Tel.: 07762 – 512 32  
Fax.: 07762 – 512 31  
Mobil: 0175 – 16 65 668  
E-Mail: peter@theresiahof.de

Manuela:

Tel.: 07762 – 535 70 60  
Mobil: 0174 – 212 22 58  
E-Mail: manuela@theresiahof.de



## T h e r e s i a h o f b l ä t t l i K W 3 3

Bei dieser Gelegenheit würde die Kartoffelernte weiter gehen. Auch hier würden wir uns sehr über Ihr persönliches Feedback freuen. Machen Sie Salzkartoffeln aus ihnen und servieren Sie dazu frischen Kräuterquark und einen gemischten Salat. Wer den Quark selbst herstellen möchte, lässt über Nacht einen (Soya-) Naturjoghurt in einem Sieb mit einem Spültuch dazwischen, abgedeckt im Kühlschrank abtropfen. Am nächsten Tag hat sich das Wasser abgesetzt in der Schüssel unter dem Sieb. Nun kann man frisch geschnittene Kräuter nach Belieben hinzugeben und mit ein wenig Salz abschmecken. Die Lammrauchwürste sind übrigens auch sehr beliebt zu dem Gemüse. Der Phantasie sind hier natürlich keine Grenzen gesetzt.

\*

Ich wünsche Ihnen eine schöne Woche. Bis bald.

Herzliche Grüße vom

# Theresiahof

*Manuela*



\*\*\*\*\*

### Kontakt:

Peter:

**Tel.:** 07762 – 512 32  
**Fax.:** 07762 – 512 31  
**Mobil:** 0175 – 16 65 668  
**E-Mail:** peter@theresiahof.de

Manuela:

**Tel.:** 07762 – 535 70 60  
**Mobil:** 0174 – 212 22 58  
**E-Mail:** manuela@theresiahof.de