



Nehme ein möglichst frisches Ei, denn je älter ein Ei, desto dünnflüssiger wird sein Eiweiß. Dadurch zerfließt es beim Pochieren schneller und statt eines kompakten Eis erhältst du kleine Eiweißfetzen.

Du solltest zudem einen möglichst großen Topf wählen, sodass das Ei später vollständig von Wasser bedeckt ist. Schlage das Ei am besten nicht direkt über dem heißen Wasser auf, sondern zunächst in einer Tasse. Dadurch wird das Umfüllen in den Topf erleichtert und Eiweiß und Eigelb werden besser zusammengehalten.

Einen Topf bis zur Höhe von ca. 4 – 5 cm mit Wasser und etwas Essig befüllen und das Ganze erhitzen. Hierbei kommt es jetzt auf die richtige Temperatur an. Wenn das Wasser zu kalt ist, trennt sich das Ei sofort. In zu heißem Wasser wird das Eiweiß zu schnell fest und das Eigelb kann nicht nachgaren. Das Wasser sollte

also nicht kochen und kurz vorm Simmern sein. Damit es leichter ist, kannst du das Wasser zunächst einfach zum Kochen bringen und anschließend die Temperatur senken.

Bevor du das Ei ins Wasser gibst, solltest du das Kochwasser mit einem Löffel kräftig umrühren, sodass in der Mitte ein Strudel entsteht. Gib das Ei in die Mitte des Strudels. Der Wasserstrudel hält das Eiweiß zusammen und sorgt dafür, dass es sich schneller um das Eigelb legt.

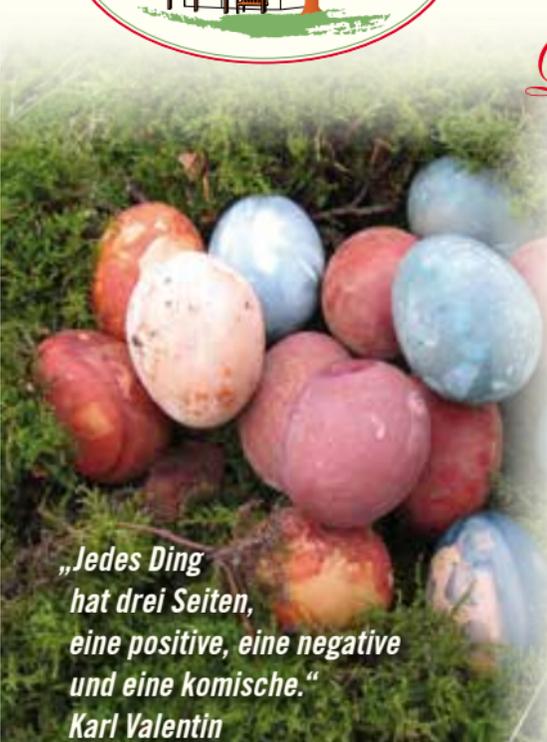
Anschließend heißt es nur noch warten. Das Ei sieht im Topf zunächst etwas fransig aus, doch mit der Zeit verfestigt es sich zu einem schön pochierten Ei. In der Regel kannst du es bereits nach 2 – 4 Minuten aus dem Wasser fischen, je nach gewünschtem Härtegrad. Lass es anschließend noch kurz auf einem Küchentuch abtropfen.



### Liebe Kunden und Freunde des Cassenshofes!

Zu Ostern wird uns immer wieder die Frage gestellt, ob wir denn auch weiße Eier haben. Zu allen anderen Zeiten finden unsere Kunden gut, dass unsere Hühner braune Eier legen. Wir haben unsere Hühner schon mit Engelszungen besprochen, zu Ostern doch mal eine Ausnahme zu machen und auch weiße Eier anzubieten – aber es nützt nichts. Und einen kurzfristigen Mitarbeiterinnenwechsel möchten wir denn doch nicht vornehmen.

Was macht man nun also mit einem braunen Ei zu Ostern? Man färbt es. Natürlich sehen die Farben dann nicht ganz so leuchtend aus. Aber wir selber kennen es nicht anders und empfinden die braunen Eier immer als natürlich. Die Bezeichnung „braun“ ist allerdings sehr pauschal ausgedrückt. In Wirklichkeit sind unsere Eier sehr vielfältig – von wegen „sie gleichen sich wie ein Ei dem anderen“. Jedes Ei hat seine eigene kleine Besonderheit. Mal einen anders schattierten Ring, mal kleine dunkle Flecken, mal eine dunkle Spitze, eine raue oder geriffelte Oberfläche und



„Jedes Ding hat drei Seiten, eine positive, eine negative und eine komische.“  
Karl Valentin

# Jetzt frisch

## Frühblüher in vielen leuchtenden Farben



*natürlich viele verschiedene Braunschattierungen, die dafür sorgen, dass man in jeder Schachtel jedes Ei wiedererkennen kann, wenn man genau hinschaut. Und all dies kommt zustande, obwohl alle Hühner derselben Rasse angehören, das gleiche Futter bekommen und mit denselben Wetterbedingungen konfrontiert werden.*

*Manchmal bekommen wir die Rückmeldung, dass sich der Geschmack unserer Eier verändert hat. Wir haben sowohl in der Lüneburger Heide einen Hühnerstall, als auch in Watzum bei Wolfenbüttel. Natürlich versuchen wir die Eier direkt dort zu verkaufen, wo sie gelegt werden. Das gelingt nicht immer für jedes Ei. Um alle Kunden zuverlässig mit Eiern versorgen zu können, tauschen wir uns zwischen den Standorten aus. Warum können nun die Eier trotz gleichen Futters und derselben Rasse unterschiedlich schmecken?*

*In der Heide haben wir den typischen leichten Heideboden, der sehr sandig ist. In Watzum ist der Boden sehr schwer und lehmig, tonig. Das sorgt dafür, dass auch das Gras unterschiedliche Nährstoffe enthält. Da die Hühner draußen viel Gras fressen, mag es sein, dass man den Eiern dies anmerkt.*

**TIPP** Färben sie Ihre Eier mit Zwiebelschale, Rotkohl oder Rote Bete. Herrlich natürlich!

**HOFLADEN & CAFÉ MO-SO, 8-18 UHR**

*Bei den Bio-Eiern haben wir seit ein paar Monaten einen Partnerbetrieb in der Nähe von Bad Fallingb. Hier gibt es Unterschiede in der neuen Stalleinrichtung. Die Hühner müssen sich viel mehr bewegen, um an das Futter, das Wasser und an die Nester zu kommen. Das ist gut für ihre Fitness und wirkt sich auch auf die individuelle Eiqualität aus. Mehrmals pro Woche sind wir vor Ort, begutachten die Hennen, das Futter und den Auslauf und beraten bei Problemen. So können wir für deren Qualität garantieren.*

*Sie sehen, die Eiqualität mit ihren Merkmalen wie Größe, Dotterfarbe und -größe, Konsistenz von Eigelb und Eiklar, Geschmack und Geruch ist von vielen verschiedenen Faktoren abhängig, deren Wechselspiel auch für uns sehr komplex ist. Aber das Wissen, dass nur ein zufriedenes, gesundes Huhn gute und geschmackvolle Eier legt, ist eine gute Orientierungshilfe.*

*In diesem Sinne – lassen Sie sich Ihr Osterei schmecken!*

*Ihre Familie Voß*



Unser Hofladen in Hamburg-Othmarschen: Cassens Hofläden • Waitzstraße 17 • 22607 Hamburg