

Einzig ♥ Artig

Landgenuss!

## Hofpost im Mai



*"Und dann muss man ja auch noch  
Zeit haben, einfach da zu sitzen  
und vor sich hin zu schauen."*

Astrid Lindgren

Wie schön, dass du heute diese Zeilen liest!  
Das Zitat von Astrid Lindgren ist schon viele Jahrzehnte alt und doch passt es so gut in unsere heutige Zeit.

Wie oft nehmen wir uns die Zeit, einfach dazusitzen und vor uns hinzuschauen?  
Wie oft erlauben wir uns, mal nichts zu tun?  
Nur da sein und wahrnehmen was um uns herum geschieht.  
Keine Aufgaben erfüllen. Keine Gedanken kontrollieren. Niemand sein müssen.

Es ist nicht immer leicht, doch eine bewusste Pause ermöglicht unserem Körper und Geist einen Reset,  
lässt uns wieder atmen und schenkt uns neue Kraft.

Ich liebe es in der Natur zu sitzen, den Wind auf der Haut zu spüren und nur dem Rascheln der Blätter  
über mir zu lauschen. Es ist, als würde all die Anspannung des Tages davon getragen werden.  
Ein Augenblick so herrlich einfach, natürlich und echt.

Ich wünsche dir wertvolle Pausen, um all die Schönheit um dich herum aufzusaugen  
und wunderschöne Frühsommer-Momente!

Alles Liebe, Elisabeth

## Aus dem Laden

Ein Duft aus sinnlicher Rose und frischem Eisenkraut weht durch unseren Laden - die neue Lieferung von Florex-Schafmilchprodukte aus Österreich ist angekommen!

Ab sofort findest du bei uns eine schöne Auswahl an Schafmilchseifen in den Duftrichtungen "Pfingstrose" und "Eisenkraut", das wohltuende Salzpeeling "Rosentraum" und die pflegende Körperbutter "Lavendel", "Eisenkraut", "Natur" und "Zirbe".

Für ein entspannendes Bad auch an Sommertagen haben wir wunderbare Badekugeln in natürlichen Düften und mit Kakaobutter, Sheabutter, Kokosöl und biologischer Schafmilch - ein Geschenk für Körper, Sinne und Seele.



*Schafmilchseife "Pfingstrose"*



*Schafmilchseife "Eisenkraut"*



*"Rosentraum"-Salzpeeling und duftende Wildrosenknospen im Säckchen*

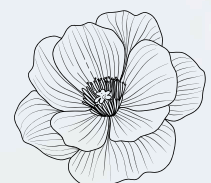


*Pflegende Körperbutter in verschiedenen Sorten*

## Eine kreative Auszeit für die Sinne

"Zeit für dich" - um wahrzunehmen, die Sinne berühren zu lassen & mit den eigenen Händen Schönes zu erschaffen. Genieße wertvolle Momente in entspannter Atmosphäre und kleiner Gruppe auf unserem Hof. Bei Kaffee, Tee und Kuchen den eigenen künstlerischen Ausdruck entdecken, bewusst wahrnehmen und einfach „sein“.

Im Moment haben wir keine Kurse ausgeschrieben. Für einen individuellen Kurs (4-8 Personen) mit abgestimmtem Thema und Termin kontaktiere uns gerne - wir freuen uns auf Dich!  
Eine Übersicht unserer Themen findest du [hier](#).



## Ein kleiner Spaziergang durch die Natur

In diesem Monat nehme ich dich mit auf einen kleinen Streifzug über die Wiese. Alles grünt und blüht in voller Pracht! Ein Genuss für die Augen - und auch für den Gaumen! Einen kleinen Teil dessen, was sich auf der Wiese an Essbarem versteckt, möchte ich dir hier zeigen. Wenn du draußen sammelst, achte darauf, nur eine kleine Hand voll mitzunehmen, nicht direkt an vielbefahrenen Straßen, Hundewiesen oder direkt am Feldrand zu pflücken und nur das mitzunehmen, was du sicher bestimmen kannst. Ganz viel Freude und Genuss mit den Schätzen der Natur!



So klein und zart - das **Gänseblümchen** steckt voller Heilkraft und Geschmack. Alle Pflanzenteile sind essbar, sie schmecken nussig-mild und sind sehr fein in Salaten, Kräuterquark, Suppen oder im Gänseblümchentee.



Eine Pflanze voller Herzen - das **Hirtentäschel**. Essbar ist die gesamte Pflanze: die Blätter schmecken würzig-scharf ähnlich wie Kresse, die Früchte pfeffrig. Besonders schön sind die kleinen Herzen als essbare Dekoration.

Die zarten Blütenblätter des **Rotklee**s eignen sich als hübsche Blütendeko auf Kuchen und Nachspeisen oder können zu einem aromatischen Rotklee-Sirup verarbeitet werden. Junge Blätter schmecken gut in Salaten, grünen Smoothies oder als würziges Pesto zu Nudelgerichten.



Hast du diese kleinen filigranen Blüten schonmal entdeckt? Das ist der **Ehrenpreis**. Es gibt viele Arten und alle oberirdischen Pflanzenteile sind essbar, die Blätter schmecken aber herb bis bitter. Die feinen blauen Blüten sind dafür ganz mild im Geschmack und geben Speisen einen schönen Farbtupfer.

Die Blüten des **Spitzwegerichs** haben einen ganz besonderen Geschmack: sie erinnert an Champignons und passen daher sehr gut zu Pastagerichten oder in feines Risotto. Auch die Blätter können roh in Salaten und Aufstrichen oder gedünstet verzehrt werden.



Ein kleines Geschmackswunder ist der **Gundermann**. Er passt sehr gut zu herzhaften Gerichten, z.B. zur Kartoffel, aber auch zu Süßspeisen, hier sehr fein in Kombination mit Erdbeeren. Die Blätter überzogen mit Zartbitterschokolade schmecken nach "Wiesen-After-Eight". Gundermann aufgrund seines Geschmacks nur sparsam dosieren!



## Inspiration

Die ersten lauen Abende im Freien warten auf uns und dazu möchte ich ein leichtes unkompliziertes Sommer-Rezept mit dir teilen:



### *Faltenbrot mit Knoblauch-Kräuterbutter*

Teig:

600g Mehl  
40g Hefe  
½ TL Zucker  
2 TL Salz  
300g lauwarmes Wasser  
50g Öl

Kräuterbutter:

ca. 120g Butter  
2 Knoblauchzehen  
1 halbe Zwiebel  
1 TL Salz  
2 Hand voll Garten- und Wildkräuter, z.B. Basilikum, Petersilie, Schnittlauch, Duftrose, Giersch, Brennnessel, Gundermann, Löwenzahnblätter und -blüten, Gänseblümchen, Rotklee, Spitzwegerich,...



Zuerst das Mehl mit Hefe, Zucker und Salz vermengen, anschließend lauwarmes Wasser hinzufügen und erst zum Schluss das Olivenöl. Alles gut verkneten, bis ein glatter Teig entstanden ist.

Für die Kräuterbutter die gesammelten Pflanzen waschen, abtupfen und fein schneiden. Blüten müssen nicht zwingend gewaschen werden, sie werden leicht matschig. Kräuter unter die weiche Butter geben, etwas Salz hinzufügen und kräftig zusammenkneten. Den Teig dünn zu einem Rechteck ausrollen, mit der Kräuterbutter gleichmäßig bestreichen und in ca. 6-7cm breite Streifen schneiden. Die Streifen werden anschließend dicht in eine gefettete Form ziehharmonika-ähnlich in Falten gelegt und ca. 15 Minuten gehen gelassen. Bei 200°C etwa 25-30 Minuten backen und noch lauwarm genießen!



### Termine und Veranstaltungen bei uns am Hof

#### **“Scheunen-Gottesdienst”**

Sonntag, 14.06.2026 um 10 Uhr

Veranstalter: Evangelisch-Luth. Kirchengemeinde Neutraubling

*Tipp!*

#### **“Scheunenkonzert mit French Kiss Chanson”**

Freitag, 19.06.2026 um 19:30 Uhr

Veranstalter und Tickets: Kulturforum Schloss Alteglofsheim

*Tipp!*

#### **"Yoga für Erwachsene"**

montags 19:00-20:30 Uhr

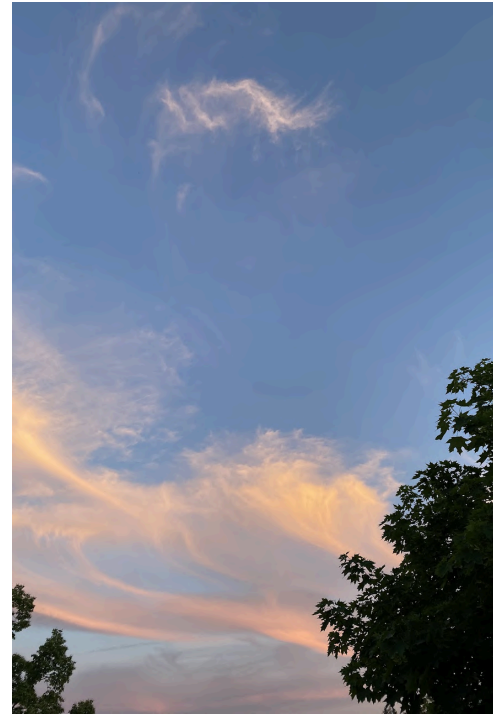
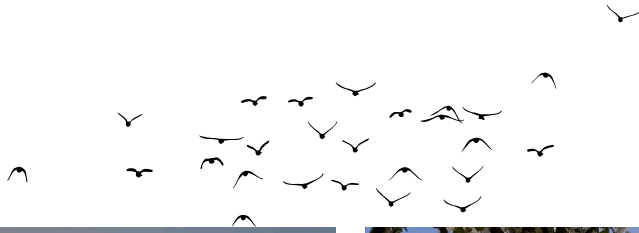
dienstags 17:45-19:00 Uhr und 19:15-20:45 Uhr

Anmeldung: Antonia Markgraf

#### **"Physio-Yoga"**

mittwochs 10:00-11:00 Uhr und 17:30-18:30 Uhr

Anmeldung: Birgit Aumer (Tel.: 0160/97740407)



*Was lässt dich staunen?*





## Kontakt

Wir freuen uns über deinen Besuch bei uns am Hof!

Falls du Fragen zu einem Produkt oder einem Angebot hast, schreib uns gerne eine Nachricht.

Und falls der Weg zu uns für dich zu weit ist, schicken wir dir gerne unsere Werkstücke auch nach Hause!

Übrigens kannst du bei uns auch einen GUTSCHEIN bestellen - dieser gilt jedoch nur für unseren Hofladen "Einzigartig Landgenuss".

### **Unser Hofladen ist geöffnet:**

**Freitag von 14-18 Uhr**

**Samstag von 10-14 Uhr**

**und gerne auch nach Vereinbarung**



Elisabeth Homeier | Landshuter Str. 33 | 93087 Alteglofsheim | Tel: 09453/9817  
info@einzigartig-landgenuss.de | [www.einzigartig-landgenuss.de](http://www.einzigartig-landgenuss.de) |