



Bild Annette Boutellier

Burkina Faso

Inhalt

Landesprogramm Burkina Faso	3
Löhne und Preise in Burkina Faso	5
Rezepte aus Burkina Faso	7



Bilder Fastenopfer



Landesprogramm Burkina Faso

Sichere Ernährung und gerechte Landverteilung

Nicht nur in der arabischen Welt demonstriert die Bevölkerung. Seit Februar 2011 geht die Bevölkerung von Burkina Faso immer wieder auf die Strasse um gegen das korrupte Regime und die teuren Nahrungsmittel zu demonstrieren. „Der Präsident entfernt sich immer mehr von der Realität der Menschen. Die Folge ist der zunehmende Reichtum einer Minderheit, welche sich um den Präsidenten gruppiert, und die unglaubliche Armut der Bevölkerung“, fasst Abdoulaye Tarnagada, Fastenopfer-Koordinator in Burkina Faso, die aktuelle Lage zusammen.

Burkina Faso gehört zu den ärmsten Ländern der Welt. Während der Soudure, der alljährlichen Knappheitsperiode, leiden viele Menschen an Hunger. Zwar wurde 2009 ein neues Gesetz verabschiedet, das den privaten Bodenbesitz in ländlichen Gegenden ermöglicht. Bis das Gesetz 2013 in Kraft tritt, bleibt aber noch einiges zu tun. Denn die lokale Bevölkerung und die Zivilgesellschaft wurden nur schlecht über die neuen Möglichkeiten informiert. Zudem gibt es viele Risiken, wie beispielsweise Ungerechtigkeiten bei der Landverteilung und daraus folgende Konflikte.

Die Fastenopfer-Partnerorganisationen unterstützen die bäuerliche Bevölkerung in ihrem Alltag. So werden beispielsweise vermehrt wieder traditionell überlieferte Landwirtschaftsmethoden angewandt um den Boden fruchtbar zu machen. Häufig sind es die Frauen, welche die mühsame Arbeit verrichten müssen. So beklagt sich eine Bäuerin: „Wenn wir den Boden fruchtbar gemacht haben, nehmen uns die Dorfältesten das Land wieder weg und geben es einem Mann. Wir müssen dann auf einem neuen unfruchtbaren Landstück von vorne anfangen.“ Ein Grund mehr für die die Animatorinnen und Animatoren der Partnerorganisationen im Gespräch mit den Dorfgemeinschaften nach Lösungen zu suchen.



Bild Anette Boutellier

Löhne und Preise in Burkina Faso

Warenkorb

Artikel	CFA Francs	Schweizer Franken
1 Stück Seife	350	0.70
1 Softdrink (Coca Cola)	400	0.80
1 Kilo Reis	450	0.90
1 Kilo Mais	200	0.40
1 Kilo Kartoffeln	600	1.20
1 Liter Speiseöl	850	1.70
1 Kilo Mehl	600	1.20
1 Kilo Brot	1040	2.08
1 Kilo Fleisch	1750	3.50
1 Kilo Zucker	650	1.30
1 Kilo Salz	750	1.50
1 Liter Milch	500	1.00
1 Eis	700	1.40
1 Kugelschreiber	100	0.20
1 Schreibblock	500	1.00
1 Schuluniform	6000	12.02
Monatliche Schulgebühren		
öffentliche Grundschule	2'000	4.00
private Grundschule	25'000	50.10
Private Hochschule	85'000	170.34
Gymnasium	15'000	30.06

Wechselkurs: 1 CHF = ca. 499 CFA

1 CFA = ca. 0.20 CHF



Bild Fastenopfer

Rezepte aus Burkina Faso

Yamswurzel-Suppe (Das Grundrezept stammt von Nonnen aus Bobo-Dioulasso (Burkina Faso).

Zutaten:

ca. ½ Kilo Yams	Schwarzer Pfeffer
250 g Zwiebeln	Knoblauch
250 g Lauch	Salz
Gemüsebrühe	Kochsahne
Etwas frischer afrikanischer Chili-Pfeffer	
	Trockener Weißwein (Riesling)

Zubereitung:

Yams schälen und in fingerdicke Scheiben schneiden. Zwiebeln und Lauch in Scheiben schneiden und zusammen mit dem Yams in etwas Gemüsebrühe kochen. Wenn der Yams durch ist, alles abkühlen lassen und ein wenig frische Chili, Knoblauch und schwarzen Pfeffer dazu geben. Alles im Mixer pürieren (ggf. auch mit "Zauberstab"). Dann auf kleiner Flamme erhitzen, Kochsahne dazu bis die Suppe cremig wird und nach Belieben mit Weißwein und Salz abschmecken.

Adalu (Bohnen-Bananen-Eintopf)

Zutaten:

500 g braune nigerianische Bohnen (notfalls auch Schwarzaugenbohnen)	2 rote Paprika (in Würfel geschnitten)
2 Kochbananen	2 Tomaten (in Stücke geschnitten)
250 g getrockneter Flußfisch	1 Brühwürfel (zerdrückt)
¼ l Palmöl	½ TL Chili-Pfeffer
50 g getrocknete, gemahlene Krabben (crayfish)	Etwas Salz
	2 Zwiebeln (gehackt)

Zubereitung:

Die Bohnen waschen, in einen großen Topf geben und in einem Liter Wasser ca. 30 Min kochen, bis sie weich sind. Kochbananen in je 6 Stücke schneiden und zusammen mit dem Trockenfisch in einem Topf mit Wasser bedecken und für 10 Min kochen. Übriggebliebenes Wasser aus beiden Töpfen abgießen und aufbewahren. Kochbananen und Fisch zu den Bohnen geben. Palmöl in einem Topf erhitzen; wenn es zu rauchen beginnt, zuerst Zwiebeln zugeben, dann Paprika und Tomaten. 2-3 Min schmoren lassen, dann gemahlene Krabben (crayfish) und Chili-Pfeffer zugeben und vom Feuer nehmen. Die Pfannenmischung in den Bohnentopf geben, den zerdrückten Brühwürfel untermischen und mit Salz abschmecken. Alles unter vorsichtigem Rühren leicht köcheln lassen, eventuell etwas vom aufbewahrten Wasser zugeben um die typische "Eintopf-Konsistenz" zu erreichen. Heiß servieren.

Crayfish-Stew (scharfe Tomatensauce)

Zutaten:

500 g Rotbarschfilet (in große Stücke geschnitten)	1 Brühwürfel (zerdrückt)
500 g frische Tomaten (geviertelt)	1 Tasse Erdnußöl
500 g rote Paprikaschoten (geviertelt)	½ TL schwarzen Pfeffer
50 g getrocknete & gemahlene Krabben (crayfish)	½ TL Chili-Pfeffer
2 Zwiebeln (gehackt)	etwas Salz

Zubereitung:

Rotbarsch mit Salz und schwarzem Pfeffer einreiben und in größere Stücke schneiden. Paprika und Tomaten zusammen im Mixer pürieren. Das Öl in einer Pfanne heiß werden lassen und den Rotbarsch darin goldbraun anbraten. Rotbarsch-Stücke herausnehmen (auch kleine Stückchen abschöpfen), das Öl weiter auf hoher Flamme lassen. Die Zwiebeln zugeben und sofort das Paprika/Tomatensauce zugeben. Gemahlene Krabben (crayfish), Chili-Pfeffer und Salz zugeben. Fisch hineinlegen und alles zusammen fünf Minuten in abgedeckter Pfanne schmoren lassen. Gelegentlich vorsichtig umrühren, es darf etwas anbrennen - das gehört zum Geschmack! Zusammen mit Reis servieren.

Jolof-Reis (Roter Reis)

Zutaten:

500 g Langkorn-Reis	2 Zwiebeln (gehackt)
500 g Huhn oder Rindfleisch (in große Stücke geschnitten)	1 Brühwürfel (zerdrückt)
8 frische Tomaten (5 püriert und 3 in Würfel geschnitten)	1 Tasse Pflanzenöl (Sonnenblumen- oder Erdnußöl) 2
70 g Tomatenmark	½ TL schwarzen Pfeffer
rote Paprikaschote	½ TL Chili-Pfeffer
50 g getrocknete Krabben (crayfish)	
gib'ts im Afro- oder Asienladen	
	Etwas Salz

Zubereitung:

Fleisch oder Huhn mit Salz und schwarzem Pfeffer einreiben und in größere Stücke schneiden.

Reis aufsetzen.

Die Paprikaschoten und 5 Tomaten zusammen im Mixer pürieren. Tomatenmark mit 1 Tasse Wasser verdünnen.

Das Öl in einer Pfanne heiß werden lassen und Huhn bzw. Fleisch darin gut anbraten.

Huhn bzw. Fleisch herausnehmen (auch kleine Stückchen abschöpfen) und warm stellen, das Öl weiter auf hoher Flamme lassen. Die Zwiebeln zugeben und sofort das Tomatenmark und anschließend das Paprika/Tomatenpüree zugeben. Ca. 5 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen und gelegentlich umrühren. 3 frische in Würfel geschnittene Tomaten hinzugeben. Getrocknete Krabben (crayfish) in der Kaffeemühle zu Pulver mahlen und zum Abschmecken ebenso zugeben wie Brühwürfel, Chili-Pfeffer und Salz. Wenn der Reis noch etwas fest ist, das Wasser abgießen, den Reis in den Saucentopf geben und mischen. Bei niedriger Hitze ca. 5 Minuten unter gelegentlichem Umrühren den Reis zu Ende garen. Er darf aber etwas "Biß" behalten. Huhn bzw. Fleisch auf den Reis legen und servieren. Dazu paßt jede Art von Salat

Bananen- Kokosnusspudding

Zutaten:

250 ml Kokosnussmilch
3 Eier
200 ml Milch
1 TL Vanillezucker
3 reife Bananen

Zubereitung:

Alle Zutaten kommen in den Mixer und werden püriert. Backofen auf 150 Grad vorheizen.

Ein Backblech mit Butter bestreichen und die pürierte Masse einfüllen. Ca. 30 Min backen, dann den Pudding herausnehmen und in Stücke schneiden. Warm oder kalt servieren.