

Entdecke:

Burkina Faso

step by step • pas à pas • Schritt für Schritt • Tag für Tag

Tag 20

1

Essen in Burkina Faso

Menschen in Westafrika ernähren sich ganz anders als wir. Das hängt auch mit dem Klima zusammen. Die wichtigsten Nahrungsmittel sind verschiedene Hirsearten, eine davon heißt Sorghum; dazu Mais, Nüsse, Kartoffeln und Yamswurzeln (Kurze Info: <https://de.wikipedia.org/wiki/Yams>) sowie Reis. Gemüse, das auch in Burkina Faso wächst, z.B. Auberginen, Maniok und Okraschoten, die ähnlich wie grüne Bohnen schmecken, wird gerne zur jeweiligen Erntezeit gegessen.

Ein Gericht, das in ganz Burkina Faso bekannt ist und gerne gegessen wird, heißt Tô. Tô, das ist ein fester Brei aus Mais- oder Hirsemehl. Dieses Nationalgericht wird gerne mit Soße gegessen. Die Soße wird je nach Region unterschiedlich zubereitet. Zutaten können sein: verschiedene Gemüsesorten, manchmal etwas Fleisch und viele Gewürze, die richtig scharf sind, um dem Tô Geschmack zu verleihen. Fleisch ist in Burkina Faso richtig teuer. Deshalb essen die Burkiner es nur bei ganz besonderen Anlässen. Hühnerfleisch ist dabei besonders beliebt. Die Hühnchen werden

in Glaskästen gegrillt. Weil diese die Form eines Fernsehgerätes haben, nennen die Burkiner diese Hühnchen liebevoll „Poulet télévisé“. Zudem gibt es eine einheimische Hühnerrasse mit sehr langen Beinen, sie wird genannt „Poulet bicyclette“. „Poulets bicyclette“ sind besonders schnell, sie „flitzen“ mit Vorliebe in ihrem Gelände umher und werden auf Fahrrädern transportiert.

Weitere Leibgerichte sind Brochettes (Fleisch am Spieß), Rindfleisch und in manchen Gegenden Fleisch von Wildtieren sowie Fisch. Eine burkinische Spezialität ist das Alocó (frittierte Kochbananen).

Hibiskustee, genannt Bissap, ist das beliebteste Getränk des Landes. Zubereitet wird es aus den Blütenblättern der „afrikanischen Malve“, der Roselle. Zudem gibt es Säfte aus Ingwer und Tamarinden (Kurze Info: <https://de.wikipedia.org/wiki/Tamarinde>). „Dolo“ heißt das einheimische Bier, das aus Hirse hergestellt wird. Es ist sehr preiswert und wird deshalb sehr oft gekauft und genossen. Das ist nicht immer ohne Risiko.



© missio | Jörg Böhling



© missio | Jörg Böhling

Entdecke:

Burkina Faso

step by step • pas à pas • Schritt für Schritt • Tag für Tag

Tag 20

2

Werde kreativ!

1. Erkläre und gestalte: „Poulet télévisé“ und „Poulet bicyclette“.
2. Gestalte ein Werbeplakat für „Poulet télévisé“ und „Poulet bicyclette“.
3. Du bist ein burkinischer Koch und besitzt ein kleines Restaurant. Entwirf eine „kleine“ Speisekarte mit Gerichten, von denen du denkst, dass deine Landsleute sie gerne annehmen.
4. Entwickelt miteinander das Spiel „Poulet bicyclette“: Die Hühner laufen um die Wette. Dabei sammeln sie möglichst viele Körner ein, die im Raum verteilt sind. Spielt dann miteinander.
5. Recherchiere über die „afrikanische Malve“. Gestalte dann die Seite eines Heilpflanzen-Lexikons.



© missio | Jörg Böhling



© missio | Jörg Böhling

