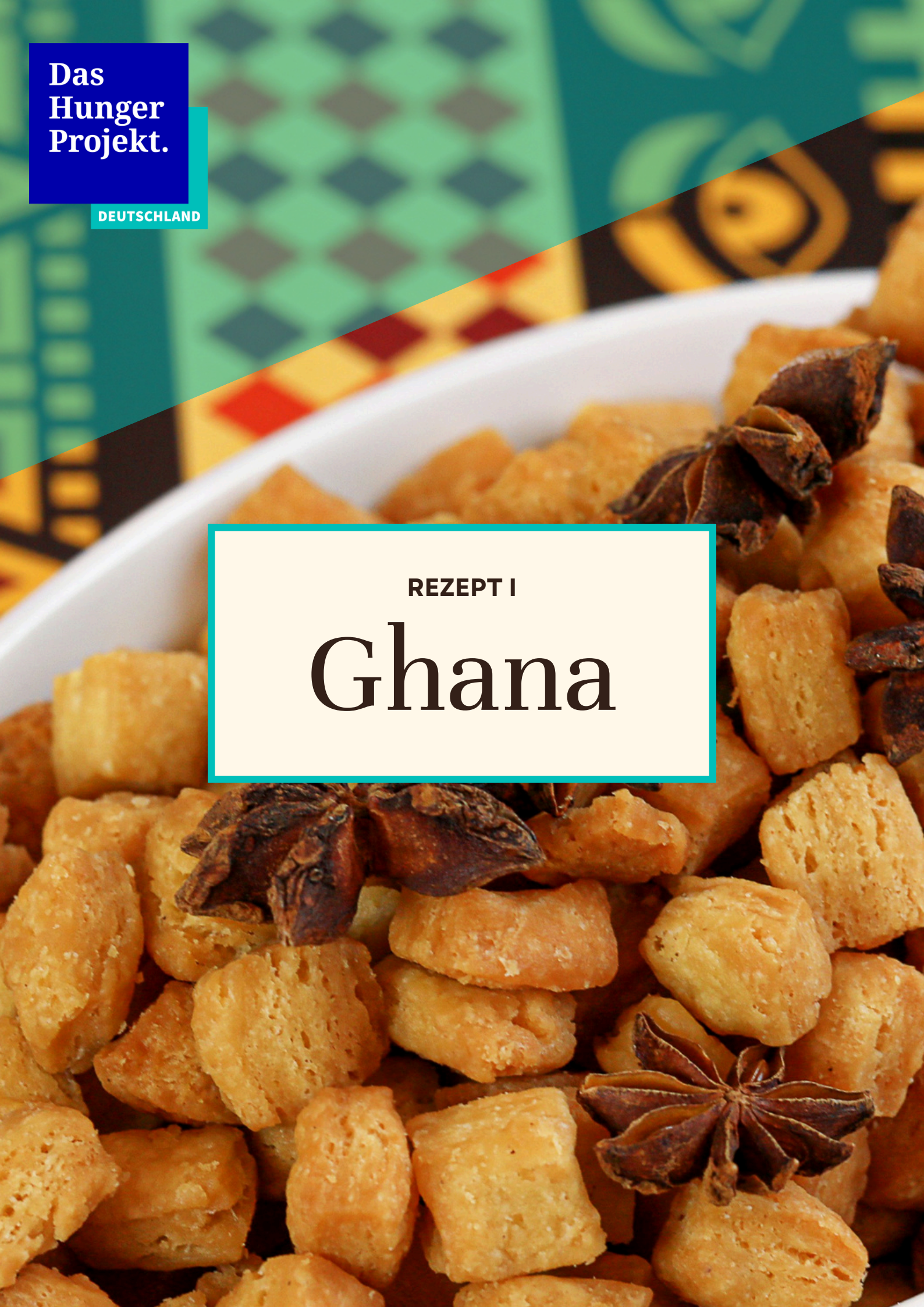


Das
Hunger
Projekt.

DEUTSCHLAND

REZEPT I

Ghana



Achomo, Knusperstücke aus Ghana

ZUTATEN:

- 500 g Weizenmehl
- 100 g Zucker
- 1/2 TL Salz
- 1 TL Backpulver
- 100 g weiche Margarine
- 2 Eier
- 100 ml Milch / Wasser
- Öl zum Frittieren
- 1/2 TL Muskatnuss

ZUBEREITUNG:

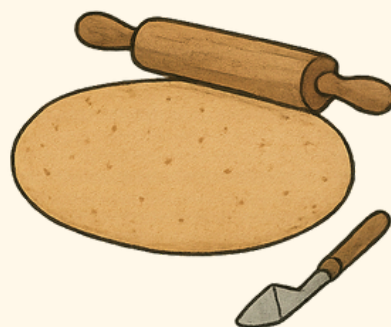
1. Mehl, Zucker, Salz, Backpulver und Muskat in einer großen Schüssel vermengen.

2. Butter einarbeiten bis der Teig krümelig ist. Eier hinzufügen, langsam Milch hinzugeben und zu einem glatten Teig kneten.

3. Teig auf einer bemehlten Fläche etwa 0,5 cm dick ausrollen. Mit einem Messer kleine Rauten oder Würfel schneiden.

4. Öl im Topf auf ca. 170 °C erhitzen. Die Teigstücke portionsweise goldbraun frittieren, dabei ab und zu wenden. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

5. Achomo abkühlen lassen und genießen.



Achomo und Comforts Mehl

Achomo ist in Ghana und vielen Ländern Westafrikas ein beliebter Snack. Die Zubereitung ist einfach und schnell und die Zutatenliste umfasst alltägliche Lebensmittel wie Eier, Salz und Mehl. Doch wie beschwerlich der Weg zu Alltäglichem mancherorts noch ist und wie sich das ändern lässt, das zeigt die Geschichte von Comfort Owusu (58 Jahre). Comfort lebt in der Eastern Region in Ghana unweit des Kwakyeukrom Epizentrums von The Hunger Project Ghana. Sie baut Mais an, den sie als Mehl weiterverarbeitet.

Das Epizentrum hat eine Mühle angeschafft, in der auch Comfort ihr Mais mahlen kann. „Bevor wir diese Maschine hatten, musste ich weit fahren, um meinen Mais zu mahlen. Die Transportkosten stiegen immer weiter an. Mit dieser Maschine hier spare ich viel Zeit und Geld. Meine Situation hat sich seit dem Hunger Projekt deutlich verbessert. Ich nahm an einer landwirtschaftlichen Schulung teil und steigerte den Ertrag von Mais, Maniok und Kochbananen. Ich habe auch schreiben gelernt“, sagt Comfort Owusu.

Da Comfort selbst nicht lange zur Schule gehen konnte, will sie den Kindern in ihrem Dorf eine Ausbildung ermöglichen. Neben ihrem Haus möchte sie eine Schule eröffnen, das Gebäude steht bereits.

Möchten Sie alle weiteren Rezepte & Impact Stories? Eine kurze E-Mail reicht: [hier klicken.](#)

