

Bioladen Momo
Hans-Böckler-Straße 1
53225 Bonn



DE-ÖKO-013

www.bioladen.com • 0800bioladen.de • momoshop.de

Büro	0228 46 27 65
	0800-bioladen
Thekenfon	54 90 73
Abo-Notfon	54 90 70
Abo-SMS	0151-201 53229
Biometzger	47 83 39
Bistro	9737 9503

Mail Abo / Laden:

abo@bioladen.com

info@bioladen.com

• Bioladen • Gemüseabo • Onlineshop • Biometzger • Bistro • 600 qm • 6000 Produkte • seit 1983 •

Rezepte für ein faires Frühstück

Tomaten-Möhren-Aufstrich

- * 200g Tomatenmark
- * 2-3 mittelgroße Möhren
- * 1 mittelgroße Zwiebel
- * 125g weiche Butter
- * Kräutersalz
- * Kräuter der Provence



Alle Zutaten müssen bei der Zubereitung die gleiche Temperatur haben, damit der Aufstrich schön cremig wird. Also Möhren und Butter zeitgleich vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Möhren gut waschen (nicht schälen) und sehr fein reiben. Mit Tomatenmark, Butter und Gewürzen mischen und mit dem Zauberstab pürieren. Dann die sehr fein gehackte Zwiebel unterrühren. Ein bisschen ziehen lassen und nochmals abschmecken.

Deko-Tip:

Aufstrich in grüne Paprikaschoten füllen, kaltstellen und mit einem scharfen Messer in Scheiben schneiden.

Majorantöpfchen

Brandteig:

- * 125ml Gemüsebrühe
- * 1 Msp Meersalz
- * 35g Butter
- * 75g Weizen

Für den Brandteig die Gemüsebrühe mit Salz und Butter aufkochen, von der Kochstelle nehmen und das fein gemahlene Mehl auf einmal in die Flüssigkeit schütten. Alles rasch mit einem Holzlöffel zusammenrühren, bis die Masse sich als Kloß geformt hat. Erkalten lassen.

- * 125g Butter
- * 3 TL Majoran
- * 1 TL Kräutersalz
- * halber TL Pfeffer
- * 2 EL Petersilie
- * 1 Bund Schnittlauch
- * 1 Msp Paprika
- * 1 Msp Nelken
- * 1 Msp Koriander

Für die weitere Verarbeitung die Butter schaumig schlagen, bis sie ein bisschen weiß wird. Mit dem Brandteig und den Gewürzen zu einer glatten Masse verrühren.

Beide Aufstriche sind ca. eine Woche haltbar. Sie können auch gut eingefroren werden.

Bioladen  wünscht gutes Gelingen!

Fairsprechen „Solidarität ist die Zärtlichkeit der Völker“ Che Guevara

FAIR darf jeder alles nennen, anders als beim geschützten „bio“. Was also ist ein FAIRES Produkt?

Fairer Handel

ist ein komplexes Thema. „Fair“ kann sich jeder auf die Fahne bzw. Tüte schreiben, es gibt weder gesetzlichen Schutz noch -Regelungen.

Bei Google erhalte ich 4,71 Milliarden Treffer. So fair ist die Welt ganz und gar nicht. Aber es gibt seriöse Netzwerke mit einem gemeinsamen Siegel. Und viele Bio-Projekte bemühen sich, den Handel mit der so genannten „Dritten Welt“ anders und besser zu machen: Auch kleine Fairsuche ergeben einen Sinn und sind besser als die tagesordnungsübliche ruinöse bis mortale Ausbeutung. Allein schon die Bezeichnung „Dritte Welt“ bezeugt die ignoranzgeschwängerte Einstellung jener, die aus den „entwickelnden“ Ländern auf die „noch zu entwickelnden“ herabsehen.

Da ist jeder kleine Schritt gegen kolonial anmutende Zustände ein Licht am Horizont.

Geboren ist die Idee Hand in Hand mit der Biobewegung, aus dem Wunsch heraus, Mitmenschen und Umwelt nicht auszubeuten; es anders zu tun; Früchte der 68er. Es geht im Kleinen darum, gerechte Strukturen und soziale Standards zu schaffen wie sie hierzulande noch selbstverständlich sind; im Großen darum, die ruinösen Auswirkungen von Weltwirtschaft, Spekulation sowie die Machenschaften multinationaler Konzerne zu umgehen.

In den Anfängen dieser Solidaritätsbewegung handelten wir vor allem die klassischen „3-Welt-Waren“ wie Kaffee, Tee, Bananen, Zuckerrohr, Honig. Es gab noch kein „bio UND fair“, das kam erst viel später; denn ein Kleinbauer konnte es sich nicht leisten diesen Aufwand (Kontrollen, Zertifikate, Schadstoffanalysen) zu finanzieren, allerdings ebenso wenig die Plantagen mit Pestiziden zu verseuchen.

Persönliche Gesundheitsinteressen stehen nicht an erster Stelle: Jahrelang haben wir uns mit derber Nicaragua-Kaffee-Röstung die Magenschleimhäute fairätzt, aus Solidarität mit Kleinbauernkooperativen in Latein-Amerika. Finanzielle Interessen stehen ebenfalls nicht im Mittelpunkt. Der faire Handel setzt sich dafür ein, dass für Kaffee und Tee, Kakao und Schokolade, Bananen, Exoten und Gewürze gerechte Preise bezahlt werden. Um ein menschenwürdiges Dasein zu ermöglichen. Denn das ist keineswegs selbstverständlich.

Zu einem Produkt, dass den Namen „fair“ verdient, gehören Kriterien wie Vorfinanzierung, Mindestpreis- und Abnahmegarantien, Verbot von Kinderarbeit,

Entlohnung die ein menschenwürdiges Leben ermöglicht, Vereinigungsfreiheit der ArbeiterInnen, Zugang zu Schulen, zu medizinischer Betreuung und nicht zuletzt unabhängige Kontrollen dieser Standards.

Das **„Forum Fairer Handel“** ist das Deutsche Netzwerk zum Thema. Hier sitzen viele Pioniere der Bewegung an einem Tisch. Akteure wie Transfair, Banafair, Weltladendachverband oder GePa sind dort Mitglied. Sie alle arbeiten mit dem „offiziellen“ FairTrade-Logo und dem dahinter stehenden Zertifizierungssystem, entsprechend den o.g. Kriterien. Details findet Ihr auf deren Websites.

In einer Studie hat dieses Forum die Standards weniger Siegel verglichen: Das „Hand-In-Hand“-Projekt von Rapunzel, die „Rainforest Alliance“ und „Chiquita“. Das Rapunzel-Projekt könnt Ihr guten Gewissens weiterhin unterstützen. Es erfülle die Bedingungen zwar nicht vollständig, sei aber auf dem richtigen Weg. Rainforest habe zwar Standards, die teilweise mit nachhaltig betitelt werden dürften, dies habe aber nichts mit fairem Handel zu tun. Nach deren Kriterien werde auch ein Teil der Chiquita-Bananen produziert. Laut deren so genannten Nachhaltigkeitsberichtes werden 40 bis 60 Kilo Pestizide pro Hektar benötigt, das ist ganz und gar kein Fortschritt; ebenso das Versprechen ortsübliche Mindestlöhne zu zahlen, das ist keine Garantie für eine menschenwürdige Existenz.

Ich will keine Abmahnung riskieren, halte ich mich lieber ein wenig zurück in meiner persönlichen Beurteilung :-)

Jeden Falles könnt Ihr Euch darauf verlassen, dass wir auch hier die Spreu vom Weizen trennen. Ob und welches Bio oder wie weit Fair, wir kennen unsere Pappenheimer und unterstützen glaubhafte Projekte von authentischen Menschen. Und da hat Chiquita nun mal ganz schlechte Karten.

„Eure Almosen könnt ihr behalten- wenn ihr gerechte Preise zahlt“

Es geht nicht darum, Geld oder Ware zu spenden. Im Gegenteil, Geschenke zerstören dort die regionale Wirtschaft und schaffen neue Abhängigkeiten. Ziel ist- auch- der gegenseitige Nutzen auf Basis eines partnerschaftlichen Umgangs auf Augenhöhe.

Solchen Umgang suchen wir Momos nicht allein bei unseren Partnern in der südlichen Hemisphäre. Ob bei Momo intern, im Umgang mit Euch, unseren nettesten Kunden, als auch bei unseren Vorlieferanten steht genau dies im Mittelpunkt.



ViSDP: www.bioladen.com

momo-raoul - 09/2014