



AA
Aalen

Fair leben

Fair Frühstück |
20.07.2019 | Rathaus | Marktplatz 30 | 73430 Aalen |
von 9.00 bis 12.00 Uhr |

Kontakt | Fairtrade-stadt@aalen.de



 Hochschule Aalen



SAM CCA



 Aalener
Wochenmarkt
Alle sind Obst & Gemüse aus Regional-Ökonomie



Bananen



REZEPTVORSCHLAG

Bobotie-Hackfleischauflauf | 8 Personen

Zutaten

1 kg Hackfleisch	1/2 TL Pfeffer
2 Zwiebeln	1/2 Tasse Rosinen
3 EL Öl	4 Lorbeerblätter
2 Knoblauchzehen	4 EL Aprikosenmarmelade
1 Scheibe Weißbrot	1 EL Mangochutney
1 Tasse Milch	2 EL Essig
2 Eier	2 TL Curry
1 EL Zucker	3 Bananen
2 TL Salz	

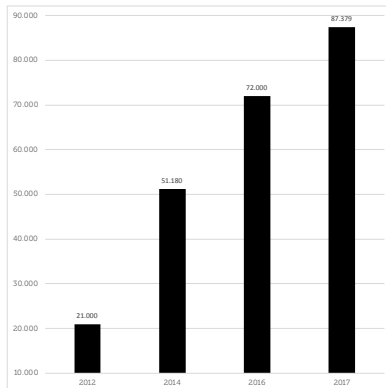
Zubereitung

Das Weißbrot mit 100ml Milch einweichen, ausdrücken und mit dem Hackfleisch vermengen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken und in Öl anbraten. Die Hackfleischmasse dazugeben, mit Curry bestäuben und 10 Min. bei mittlerer Hitze braten. Mit Rosinen, Aprikosenmarmelade, Mangochutney und Essig verrühren und weitere 5 Min. braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse in eine gefettete Form füllen und mit Bananenscheiben belegen.

Eier mit der restlichen Milch verquirlen, salzen, pfeffern und über die Masse gießen. Mit Lorbeerblättern

garnieren. Den Auflauf im vorgeheizten Backofen 30 Min. bei 180°- 200°C überbacken. Mit Chutney zu (gelbem) Reis und Gemüse reichen.

Absatzentwicklung von Fairtrade-Bananen in Deutschland (in Tonnen)



Details

Markteinführung:

1997

Herkunft: Peru,
Dominikanische
Republik, Ecuador und
Kolumbien

Bioanteil: 100%

Marktanteil: 12%

Source: TransFair e.V.

Get the data Created
with Datawrapper