



**AA**  
Aalen

# Fair schenken

Fair Frühstück |

16.09.2017 | Rathausvorplatz | Marktplatz 30 | 73430 Aalen |  
von 9.00 bis 12.00 Uhr |

Kontakt | [Fairtrade-stadt@aalen.de](mailto:Fairtrade-stadt@aalen.de)



SAM CCA



# Reis



Reis ist ein Getreide wie Weizen oder Hafer. Reis wird getrocknet, durch Dreschen von der äußeren Hülle befreit und anschließend zu Weißreis geschliffen. Er ist nicht nur die älteste Kulturpflanze der Welt, sondern auch Hauptnahrungsmittel für mehr als die Hälfte der Weltbevölkerung. Reis wächst sowohl in Indien und Thailand als auch in den USA und Europa.

## Reis in der Weltwirtschaft

Für viele Kleinbäuerinnen und Kleinbauern im Süden trägt Reis zum Lebensunterhalt bei. Doch sie stehen mehr und mehr unter Konkurrenzdruck von multinationalen Konzernen, die Reispflanzen patentieren oder gentechnisch verändern, also ein Marktmonopol schaffen möchten.

## Fairer Handel mit Reis

Der Faire Handel zahlt den Bauern nicht nur bessere Preise als marktüblich und hilft ihnen

damit, ihre Existenz zu sichern. Er unterstützt sie auch in ihrem Kampf um die Erhaltung der Artenvielfalt, die durch die Patentierungsbestrebungen der Großkonzerne bedroht ist.



## REZEPTVORSCHLAG

### Orientalischer Curry-Reis mit Dörrfrüchten

#### ZUTATEN

- 20 g Jasminreis (Langkornreis)
- 600 ml Wasser
- 2 EL Olivenöl
- 1 kleine Zwiebel, feingehackt
- 1 große Lauchstange, geputzt, in Scheiben
- ca. 2 EL Curry, je nach Schärfe
- 100 ml trockener Weißwein
- 2 EL getrocknete Ananas, gewürfelt

- 2 EL getrocknete Mangos, gewürfelt
- 2 EL Rosinen
- 100g Rahm / süße Sahne
- Nach Belieben Gemüsebrühe Meersalz
- 2 EL geröstete Cashewnüsse

#### ZUBEREITUNG

Rosinen, Ananas und Mangos im Weißwein 30 Minuten einweichen

Reis mit Wasser aufkochen, 2 bis 3 Minuten sprudelnd kochen, dann auf der ausgeschalteten Wärmequelle zugedeckt 30 Minuten oder länger quellen lassen.

Zwiebeln und Lauch im Olivenöl etwa 5 Minuten andünsten, mit Curry bestäuben, eingeweichte Trockenfrüchte zugeben, 5 Minuten köcheln lassen. Reis unterrühren, mit Rahm und Gemüsebrühe auf die gewünschte Konsistenz verdünnen. Mit Salz abschmecken. Mit den gerösteten Cashewnüssen bestreuen.