

Eine sommerliche Vorspeise: der Kichererbsensalat.

(Fotos: Kolping International, Schricke)

# Salat mit Kichererbsen

Leichte und leckere Vorspeise aus Südafrika

Zu einer kulinarischen Weltreise lädt Kolping International mit der Aktion „Eine-Welt-Dinner“ ein. Passende Rezepte stellt Sigrid Stapel regelmäßig in der Kirchenzeitung vor – zusammen mit einem Kolping-Projekt im jeweiligen Land.

Zutaten: Für einen Kichererbsensalat für sechs Personen braucht man folgende Zutaten: 350 Gramm getrocknete Kichererbsen (alternativ eine große Dose Kichererbsen), zwei Lorbeerblätter, eine große Avocado, drei Paprikaschoten (rot, dann sieht es schöner aus), zehn Esslöffel Olivenöl, sechs Esslöffel Limetten- oder Zitronensaft, sechs Esslöffel schwarze Oliven

ohne Kerne, zwei Esslöffel gehacktes Koriandergrün, zwei Teelöffel gehacktes Zitronengras, Salz, Pfeffer.

Zubereitung: Die getrockneten Kichererbsen zwölf Stunden in kaltem Wasser einweichen. Anschließend abspülen und mit Wasser bedeckt und einem Lorbeerblatt eine Stunde köcheln lassen. Danach das Wasser abgießen und das Lorbeerblatt entfernen.

Die Paprikaschoten säubern und in klei-

ne Stücke schneiden, ebenso die Avocado. Die Oliven halbieren. Die Kichererbsen, Paprika, Avocado und Oliven werden gemischt.

Für das Dressing Olivenöl, Limetten- oder Zitronensaft, Koriander, Zitronengras, Salz und Pfeffer gut vermischen und über das Gemüse geben. Guten Appetit wünscht

SIGRID STAPEL,

REFERENTIN FÜR ENTWICKLUNGSPOLITISCHE BILDUNGSARBEIT BEI KOLPING INTERNATIONAL

- [www.kolping.net](http://www.kolping.net)
- [www.eineweltdinner.de](http://www.eineweltdinner.de)



## TISCHGEBETE

Vor dem Essen:

Segne uns, Herr. Dies sind deine Gaben, die wir dank deiner reichen Fülle empfangen, durch Christus, unseren Herrn.

Nach dem Essen:

Wir danken dir für deine Wohltaten, allmächtiger Gott, der lebt und herrscht in Ewigkeit. Amen.

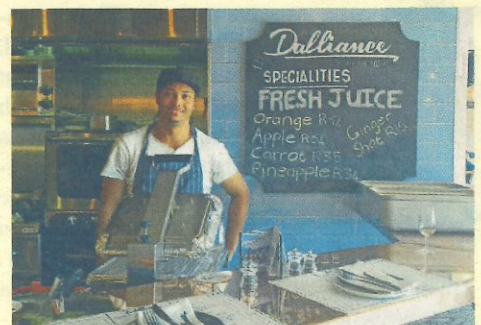
## Perspektive für Jugendliche aus den Townships

Das soziale Erbe der Apartheid ist nach wie vor eine schwere Bürde für Südafrika. Noch immer leben 40 Prozent der Bevölkerung unter dem Existenzminimum. Die Arbeitslosigkeit beträgt rund 55 Prozent. Etwa 2,5 Millionen Menschen gehen im sogenannten „informellen Sektor“ einer unsicheren Beschäftigung nach. Die Zahl der unvollständigen Familien ist groß – vor allem durch das Wanderarbeitersystem, das die Männer zwingt, in die Städte zu ziehen und dort den Lebensunterhalt zu verdienen. In etwa 40 Prozent der schwarzen Familien ist eine Frau alleiniges Familienoberhaupt. Die Arbeitslosigkeit unter Jugendlichen ist besonders groß. 57 Prozent der jungen Leute haben keine feste Beschäftigung. Eine der Ursachen ist die mangelnde Schulausbildung. Mit der sozialen geht starke seelische Verarmung einher: Viele Jugendliche sind noch nie umarmt worden, kennen gegenseitigen Körperkontakt nur in Form von Prügeleien und Gewaltangriffen.

Früher wohnte der 25-jährige Clint in einem der Armenviertel Südafrikas. Um seine Hoffnungslosigkeit zu ertragen, betäubte er sich mit Drogen. Die Wende kam durch Kolping: In unserem Trainingscenter konnte Clint eine Ausbildung zum Koch machen.

Mittlerweile arbeitet er in einem Nobelrestaurant in Kapstadt und ist zum ersten Mal im Leben richtig glücklich: „Mein Traum ist es, die Welt kennenzulernen, neue Gewürze zu entdecken und andere Arten, das Essen zuzubereiten. Denn irgendwann möchte ich mein eigenes Restaurant eröffnen mit Gerichten aus aller Welt.“

In Südafrika unterhält Kolping ein Projekt, das sich um Jugendliche aus den Townships von Kapstadt und Dysseidsdorp kümmert. Zunächst erlernen sie grundlegende Kompetenzen wie Umgangsformen oder Konfliktfähigkeit. Dann erfolgt eine praxisorientierte Kurzausbildung im Beruf. Auch Vorstellungsgespräche werden trainiert, damit die Jugendlichen später eine Arbeit oder Lehrstelle finden. SIGRID STAPEL



Clint hat eine Arbeit in einem Restaurant gefunden.