

# Wie Domoda, Benachin, Lafidi und Ataya schmecken

Diese Speisen gab es beim dritten Kochabend der Ökumenischen Flüchtlingsarbeit in Kirchdorf

KIRCHDORF (sz) - Die Ökumenische Flüchtlingsarbeit (ÖFA) der Diakonie und Caritas hat in Zusammenarbeit mit dem Integrationsmanagement des Landratsamts Biberach erneut einen interkulturellen Kochabend angeboten. Nach dem syrischen und den afghanischen Kochabend war es bereits die dritte Veranstaltung dieser Art.

Wie die ÖFA berichtet, ging die kulinarische Reise dieses Mal nach Westafrika. Der Kochabend fand in der Michael-von-Jung-Schule in Kirchdorf statt. Vier Männer aus Gambia, Guinea und dem Senegal gaben Einblicke in die landestypische Küche ihrer Heimat. Drei unterschiedliche Gerichte wurden gemeinsam mit den Teilnehmern zubereitet. Sehr bekannte gambische Spezialitäten sind die Speisen Domoda und Benachin.

Domoda ist ein Alltagsgericht in Gambia, welches auf Grundlage von Erdnussbutter hergestellt wird. Es wird zusammen mit Lammfleisch zubereitet und mit Reis serviert, was in Gambia zu fast jedem Hauptgericht dazugehört. Benachin ist ein Reisgericht, bei dem der Reis mit verschiedenem Gemüse und Fleisch zusammen in einem Topf gekocht wird. Benachin heißt in der Wolof-Sprache wörtlich übersetzt „Eintopf“. Aus der Küche Guineas wurde Lafidi zubereitet. Dabei handelt es sich um ein vege-



Vorsichtig hin- und hergießen: So wird grüner Tee an der westafrikanischen Küste zubereitet.

FOTO: PRIVAT

tarisches Gericht, bei dem exotische Gemüsesorten verwendet werden. Beispielsweise Djakatou, welche aussieht wie eine unreife Fleischtomate.

Eine hierzulande eher unbekanntere Zubereitungsart für grünen Tee ist „Ataya“. Diese Art der Zubereitung wird in der westafrikanischen Küstenregion praktiziert. Dabei wird grüner Tee mit Nelken gekocht und aus einem Kännchen aus erhöhter Position eingeschenkt. Anschließend wird

der Tee in einer mehrmaligen Prozedur in eine zweite Tasse hin und zurück geschüttet, bis er schaumig wird. Je öfter man das Hin- und Hergießen wiederholt, desto weniger bitter schmeckt der Tee.

Neben dem gemeinsamen Kochen bot der Abend die Möglichkeit für die Teilnehmer, miteinander ins Gespräch zu kommen und Einblicke in die westafrikanische Kultur zu bekommen. Laut Bericht kamen nicht

nur die präsentierten Gerichte bei den Teilnehmern gut an, sondern auch das gemeinschaftliche Kochen und Miteinander in allen Altersgruppen.

Der westafrikanische Kochabend reiht sich ein in die Serie der interkulturellen Kochabende im Illertal. Für Ende Oktober ist ein multikultureller Kochabend geplant, an dem mehrere Nationalitäten kulinarische Spezialitäten aus ihrer Heimat präsentieren.