

# Ernährung sichern. Perspektiven schaffen.

Ernährungssicherung und Resilienzstärkung  
Eine Rezeptsammlung aus 11 Ländern





# Ernährung sichern. Perspektiven schaffen.

Weltweit leiden nicht nur etwa 815 Millionen Menschen an Hunger, auch etwa zwei Milliarden Menschen sind von Mangelernährung betroffen. Die Folgen dieses versteckten Hungers – der chronischen Unterversorgung mit wichtigen Nährstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen und Eiweiß – sind fatal. Und sie zeigen sich oft erst, wenn es zu spät ist.

Vor allem während der ersten 1.000 Tage im Lebens eines Kindes kann ein Mangel an Nährstoffen und Mikronährstoffen das Wachstum reduzieren und die geistige Entwicklung behindern. Wer als kleines Kind hingegen eine gute Ernährung bekommt, hat z.B. in der Schule höhere Erfolgschancen und kann im Erwachsenenalter besser für sich selbst und seine Familie sorgen.

Das Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (BMZ) schenkt diesem Thema deshalb verstärkt Aufmerksamkeit und hat im Jahr 2014 das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ ins Leben gerufen. Es wird von der Deutschen Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH durchgeführt und hat das Ziel, Hunger und Mangelernährung in weltweit 11 Ländern zu bekämpfen. Besonders Frauen und kleine Kinder sollen sich jederzeit ausreichend und gesund ernähren können. Gute Ernährung ist die wirksamste Investition für die kommenden Generationen.

Das Projekt unterstützt deshalb Menschen dabei, ihre Ernährung zu verbessern. Sie lernen auf verschiedene Weise, wie sie lokal verfügbare Nahrungsmittel gesund und kostengünstig zubereiten können. Sie erfahren in Kochdemonstrationen, Theaterstücken oder in Rezeptbüchern alles über die Bedeutung einer gesunden und ausgewogenen Nahrung und wie sie diese mit vorhandenen Ressourcen nachkochen können.

Diese Broschüre gibt einen kleinen Einblick in unsere Arbeit und zeigt eine Auswahl an beliebten traditionellen Rezepten aus elf Ländern des Projekts, die reich an Vitaminen, Proteinen und Mineralstoffen sind und von den Menschen vor Ort zubereitet werden können.

# Äthiopien (Tigray)

## Injera mit Linsen und Gemüse und selbstgepresstem Öl

Die meisten Speiseöle in Äthiopien werden importiert – beispielsweise rund 480.000 Tonnen raffiniertes Palmöl im Wert von ca. 540 Mio. US\$ im Jahr 2015. Palmöl ist zwar preisgünstig, kann aber auch negative Auswirkungen auf die Gesundheit haben. Ein regelmäßiger Konsum kann zu Herzerkrankungen und anderen Krankheiten führen.

Deshalb fördert das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ in Äthiopien die Produktion von Speiseöl im Land selbst. Selbst gepresst aus lokal verfügbaren Samen wie Noug, Sonnenblumen oder Sesam, sind die Speiseöle reich an essentiellen Fettsäuren und damit vorteilhaft für die Gesundheit. Das Projekt stellt Ölmühlen bereit und erklärt den Menschen in Trainings, wie sie die Mühlen fachgerecht nutzen.

### Zutaten:

500 g	Linsen (schwarze Linsen oder Berglinsen)
500 g	Karotten
500 g	Mangold
2-3	Zwiebeln mittlerer Größe
4 EL	Sonnenblumenöl, selbst gepresst
500 ml	passierte Tomaten
	Jodiertes Salz
1	Zitrone
1-2	Injerafladen

- 1 Linsen von Schmutz und Steinen befreien, Hülsenfrüchte waschen und für 30 bis 40 Minuten in 2 Liter Wasser kochen.
- 2 Die Karotten waschen, schälen und würfeln.
- 3 Mangold waschen und den Strunk heraus-schneiden. Die Mangoldblätter in große Streifen und den Strunk in feine Würfel schneiden.
- 4 Zwiebeln schälen und fein würfeln. Die Mangoldstrunkwürfel und Zwiebeln mit Sonnenblumenöl glasig dünsten, gelegentlich umrühren. Passierte Tomaten und eine Tasse Wasser hinzufügen. Die Masse etwa 15 Minuten köcheln lassen. Soße hin und wieder umrühren.
- 5 Die vorgegarten Linsen sowie die Karotten und Mangoldblätter in die Tomatensoße rühren, weitere 15 Minuten köcheln lassen. Bei Bedarf etwas Wasser nachkippen und rühren, sodass nichts am Topfboden festbrennt.
- 6 Topf vom Herd nehmen, mit Salz und Limetten-saft würzen. Mit Injerafladen servieren.



# Benin

## Baobab-Sauce mit Moringa

Die Ernährungssituation in Benin ist seit Jahren prekär. Besonders der ländliche Norden ist stark betroffen. Vielen Menschen fehlt es an wichtigen Nährstoffen und gesunden Nahrungsmitteln.

In Gemeinschaftsgärten unterstützt das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ in Benin daher den Anbau von lokalen, vitamin- und mineralstoffreichen Pflanzen wie Moringa und Baobab. Frauen lernen in Kochkursen, wie sie die Zutaten lecker verwerten können.

Einsatzmöglichkeiten der nährstoffreichen Blätter und Samen in der täglichen Küche gibt es reichlich. Die Frauen können dadurch die Ernährung ihrer Familien nachhaltig verbessern.

### Zutaten:

350 g	frische Baobabblätter
200 g	kleine Fische und/oder Sojakäse
50 ml	Öl (z.B. rotes Palmöl)
250 g	Tomaten
250 g	Zwiebeln
2 Kugeln	lokaler „Senf“ (fermentierte Néré Samen, Parkia biglo bosa)
	Piment/Chili und Ingwer nach Belieben
1 TL	Salz
1 l	Wasser
20 g	getrocknetes Moringablattpulver

- 1 Kleine Fische, Tomaten und Baobabblätter waschen.
- 2 Fische mit Zwiebeln, Piment, Ingwer und Tomaten zerdrücken.
- 3 Die Mischung zusammen mit 1 l Wasser in einen Topf geben, Senf hinzufügen und 5 Minuten köcheln lassen.
- 4 Mit den zermahlenen Baobabblättern (und ggf. Sojakäse) mischen und weitere 10 Minuten kochen lassen.
- 5 Öl hinzufügen und mit Salz abschmecken.
- 6 Abschließend das Moringablattpulver hinzufügen.
- 7 Zusammen mit Mais-/Hirse-/Fonio-/Yam- oder Maniok-Brei servieren.



# Burkina Faso

## Mehlmischung zur schnellen Zubereitung von Getreide- und Hülsenfrüchtebrei

Im Südwesten von Burkina Faso sind nur etwa ein Drittel der Kleinkinder und der Frauen im gebärfähigen Alter ausreichend ernährt. Das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ in Burkina vermittelt deswegen Frauen, wie sie auf Basis lokaler Produkte eine ausgewogene Ernährung für sich und ihre Familien ermöglichen können.

Eine Möglichkeit bietet ein vorgerösteter Brei, der neben Getreide auch proteinreiche Leguminosen und Fett enthält – wie sie vor allem von Schwangeren und Kleinkindern benötigt werden. In Kochdemonstrationen lernen die Frauen, warum eine abwechslungsreiche Ernährung so wichtig ist und wie man den Brei herstellt.



### Zutaten für die Mehlmischung:

600 g	Hirse
80 g	Erdnusskerne
50 g	Augenbohnen (mit Hülse)

### Zutaten für den Getreide- und Hülsenfrüchtebrei:

3 Löffel	Mehlmischung
500 ml	kaltes Wasser
1 Löffel	Zucker
1 halbe	Papaya

- 1 Bohnen mit etwas Wasser stampfen, um die Hülsen zu entfernen.
- 2 Erdnusskerne sowie gewaschene und getrocknete Hirse und Bohnen jeweils ca. 8 Minuten unter ständigem Rühren im Kochtopf rösten.
- 3 Alle drei Zutaten windsichten, um Fremdkörper zu entfernen.
- 4 Hirse mit Erdnusskernen und Bohnen mischen und mahlen.
- 5 Die Mehlmischung in etwa 500 ml kaltes Wasser geben und unter Rühren zum Kochen bringen.
- 6 Zucker hinzufügen und 3 Minuten kochen.
- 7 Den Brei mit einem halben Teelöffel getrocknetem Blattgemüse (z.B. Moringa) oder einer zerdrückten Frucht (z.B. Banane, Papaya, Mango) verfeinern und servieren.



# Indien (Madhya Pradesh)

## Jowar Rabdi (Sorghumbrei)

In dem besonders benachteiligten Bundesstaat Madhya Pradesh stellt eine ausgewogene, gesunde Ernährung für die meisten Menschen eine große Herausforderung dar, obwohl viele vitamin-, protein- und mineralstoffreiche Pflanzen dort angebaut werden können.

Daher hat das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ zusammen mit Indiens Frauen- und Jugendministerin einen Ernährungskalender herausgegeben, der das Bewusstsein über eine gesunde und ausgewogene Ernährung in allen Haushalten stärken soll. Gerade die Sorghumhirse wird in der Ernährung oft vernachlässigt, obwohl sie ernährungsphysiologisch wertvoll ist.

### Zutaten:

60 g	Sorghumhirse
120 g	Joghurt
200 ml	Wasser
1 Prise	jodiertes Salz

### Serviovorschlag:

Das Rezept lässt sich variieren, so kann es entweder als süße oder herzhafte Speise serviert werden.

*Tipp: Anstatt der Sorghumhirse kann auch Mehl aus Mais oder Perlhirse verwendet werden.*

- 1 Wasser und Joghurt mixen, um die Konsistenz von Buttermilch zu erhalten.
- 2 Sorghumhirse in die Buttermilch hinzugeben.
- 3 Unter ständigem Rühren mindestens 10 Minuten erhitzen bis der Brei einen dickflüssigen Zustand erreicht hat.
- 4 Etwas Salz hinzufügen und mit Koriander garnieren.



# Jemen

## Shabeesah (Mehlmischung zur schnellen Zubereitung von Getreide- und Hülsenfrüchtebrei)

Die Ernährungssituation im Jemen hat sich aufgrund des im 2015 ausgebrochenen Bürgerkriegs dramatisch verschlechtert. Besonders betroffen sind Kleinkinder. Im Vergleich zum Jahr 2014 ist die akute Mangelernährung um 200 % gestiegen und mehr als 460.000 Kinder sind stark unterernährt.

Das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ im Jemen zeigt Frauen, wie sie mit lokal verfügbaren Nahrungsmitteln eine ausgewogene Ernährung für kleine Kinder sicherstellen und selbst kochen können.

Shabeesah ist ein Brei, der mit einer angereicherten Mehlmischung aus Getreide und Hülsenfrüchten zubereitet wird. Er enthält vielfältige Zutaten und ermöglicht armen Familien, den Ernährungszustand ihrer Kinder kostengünstig zu verbessern.

### Zutaten für die Mehlmischung:

600 g	Getreide (Hirse, Gerste, Weizen, Mais oder Reis)
150 g	Hülsenfrüchte (Bohnen, Linsen, Nierenbohne oder Erbsen)

### Zutaten für Shabeesah:

250 ml	Wasser
24 g	Mehlmischung (Getreide und Hülsenfrüchte)
5 ml	Öl (oder 5 g Butter)
150 ml	Milch

- 1 Getreide und Hülsenfrüchte windsichten, mit Wasser waschen und trocknen lassen.
- 2 Die Hülsenfrüchte sowie das getrocknete Getreide ca. 8 Minuten unter ständigem Rühren im Kochtopf rösten (jeweils getrennt voneinander aufgrund der unterschiedlichen Größe und für einen besseren Geschmack).
- 3 Die Getreidemischung mit den Hülsenfrüchten mischen und mahlen.
- 4 Mit 250 ml Wasser kochen lassen.
- 5 Die Mehlmischung in das gekochte Wasser geben und unter Rühren ca. 5 Minuten kochen.
- 6 Öl und Milch nach dem Kochen hinzufügen, rühren und servieren.



# Kambodscha

## Bobor Khap Krop Kroeung (angereicherter Reisbrei als Beikost für Kleinkinder)

Obwohl Kambodscha ein sehr ressourcenreiches Land ist, ist Mangelernährung für einen Großteil der Bevölkerung immer noch an der Tagesordnung. Eines der Ziele des kambodschanischen Ernährungsrates ist es daher, die Ernährung von Kleinkindern zu verbessern.

Ein geeigneter Ansatz ist ein angereicherter, nährstoffreicher Brei. Das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ zeigt Frauen eine leicht abgewandelte, schmackhaftere Version dieses Breis auf Basis von Fischpulver und wie sie es lokal herstellen können. Es ist lange haltbar und in der Khmer Küche bisher selten vorhanden. Der Brei wird gut vertragen und ist nicht nur bei den Kindern sehr beliebt.

### Zutaten:

150 g	Reis
100 g	Fischpulver
150 g	Kürbis (1 kleines Stück); alternativ: Süßkartoffeln
150 g	Moringa (1 kleiner Bund)
1	Hühnerei
1 EL	Pflanzenöl

### Herstellung von Fischpulver

Es werden kleine Süßwasserfische verwendet, die in Reisfeldern, Bächen und offenen Wasserstellen vorkommen oder auf lokalen Märkten verkauft werden. Die Fische werden gewaschen und in einer Pfanne geröstet, um das Risiko eines Bakterienbefalls zu verringern. Schließlich werden sie zerkleinert und zermahlen. Das fertige Fischpulver hält sich, auch ohne Kühlung, bis zu 4 Monate.

### Herstellung des Breis

- 1 Kürbis waschen, schälen und in drei Stücke teilen. Moringa waschen und Blätter zerkleinern.
- 2 Kürbis in der Pfanne mit ein wenig Wasser garen. Abkühlen lassen.
- 3 Reis mit Kürbiswasser zu einem weichen Brei verkochen.
- 4 Auf niedriger Flamme das Fischpulver und den Kürbis hinzufügen und kräftig verrühren.
- 5 Die geschnittenen Moringablätter hinzufügen unditerrühren (der Brei sollte halbfest werden, d.h. nicht mehr vom Löffel laufen).
- 6 Ein leicht verrührtes Ei hinzufügen und zusammen mit dem zugegebenen Öl noch einmal kräftig rühren. Servieren.



# Kenia

## Githeri (traditioneller Eintopf aus Mais und Bohnen)

Wie in den meisten Teilen der Welt nehmen die Dürren auch in Kenia immer mehr zu. Familien, die von ihren Viehherden leben, sind oft ohne Wasser und deshalb in prekären Situationen. Hunger und Mangelernährung sind die Folge. Die örtlichen Regierungen möchten deshalb Flüsse für bewässerten Ackerbau nutzen, um Mais und andere nährhafte Produkte anzubauen. Ackerbau ist allerdings für viele Familien Neuland.

Das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ unterstützt deshalb besonders Frauen in der richtigen Bewirtschaftung und in der richtigen Ernährung der Kinder: Githeri ist eine einfache, aber nährhafte Mahlzeit, die in nahezu ganz Kenia verzehrt wird. Eine Kombination aus Bohnen und Mais liefert hochwertige Proteine für die oft mangelhafte Ernährung vieler Kenianer.

### Zutaten:

- |     |  |
|-----|--|
| 2-3 | Ähren (oder 2 Tassen)<br>Mais, frisch vom Maiskolben oder gefroren |
| 2   | Tassen gekochte Bohnen jeglicher Art (z.B. Augenbohnen)            |
|     | Einheimische Blätter und Kräuter                                   |
|     | Sautierte Zwiebeln   |
|     | Salz und Pfeffer   |

- 1 Mais und Bohnen für mehrere Stunden in Wasser eingelegen und anschließend köcheln.
- 2 Zwiebeln bei niedriger Hitze kurz anbraten.
- 3 Mais, Bohnen, einheimische Blätter und Kräuter sowie sautierte Zwiebeln in einen großen Topf geben und so viel Wasser dazu geben, dass diese gerade so bedeckt sind.
- 4 Bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen.
- 5 Hitze reduzieren, Salz und Pfeffer hinzufügen und bei niedriger Hitze etwa 8-10 Minuten köcheln lassen bis das Gemüse und die Bohnen gar sind.
- 6 Nach Belieben kann das Gericht auch als Stew mit Fleisch, Kartoffeln oder Maniok sowie als Curry zubereitet werden.



# Malawi

## Maniok mit Spinat, Erdnussmehl und Fisch

Die Ernährung in Malawi ist überwiegend auf das Hauptnahrungsmittel Mais beschränkt. Unter der einseitigen Ernährung leiden vor allem Kinder und Frauen. Das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ in Malawi zeigt deswegen Alternativen zum Mais, damit sie sich von Produkten, die lokal verfügbar sind, ausgewogen und gesund ernähren können.

Eine solche Möglichkeit bietet die einheimische und an Trockenheit angepasste Pflanze Maniok. Sie bietet in Kombination mit lokal erhältlichem Erdnussmehl, Spinat und kleinen getrockneten Fischen wichtige Mikronährstoffe, die insbesondere für Schwangere und Kinder bis zum zweiten Lebensjahr sehr wichtig sind.

### Zutaten:

1 kg	Maniok
2	Tomaten
100 g	Spinat
1	Zwiebel
50 ml	Öl
50 g	Erdnussmehl
1-2	handvoll kleine Fische

- 1 Maniok schälen und in 5 cm breite Scheiben schneiden.
- 2 Den Maniok in einen Topf mit kaltem Wasser geben und ca. 15-20 Minuten kochen. Er sollte noch bissfest sein. Salz erst hinzufügen, wenn das Wasser kocht.
- 3 Tomaten, Spinat und die Zwiebel waschen, zerkleinern und in Öl kurz andünsten.
- 4 Salz, Erdnussmehl und die Fische („Usipa“) hinzufügen und kurz andünsten.
- 5 Wasser abgießen und die Spinat-Tomaten-Usipa Mischung unter den Maniok rühren und servieren.



# Mali

## Süßkartoffelpüree mit Amarantblättern

Kriegerische Auseinandersetzungen und Dürren verhindern im Norden Malis zunehmend, dass sich Menschen ausreichend und gesund ernähren können. Frauen und kleine Kinder sind besonders stark davon betroffen. Deshalb unterstützt das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ in Mali über 30.000 Menschen dabei, sich auf kommende Krisen vorzubereiten und sie besser bewältigen zu können.

Landwirtschafts- und Ernährungsberater zeigen Menschen, wie sie ihre Viehbestände erhalten oder Hausgärten mit Obst und Gemüse anlegen. So können sie mit ihrer eigenen Produktion die Ernährung der Familie verbessern, indem die Versorgung mit wichtigen Mikronährstoffen sicherstellen. Süßkartoffelpüree mit Amarant ist eines der Lieblingsrezepte der Frauen und reich an wichtigen Nährstoffen.

### Zutaten:

160 g	geschälte Süßkartoffeln
250 g	frische Milch
18 g	gemahlene Erdnusskerne
2	Eier
50 g	Amarantblätter
1 Glas	Wasser

- 1 Die geschälten Süßkartoffeln in Würfel schneiden und in den Topf geben.
- 2 Amarantblätter, Wasser, frische Milch und Salz hinzufügen.
- 3 Die Mischung kochen und zu Brei pürieren, sobald die Süßkartoffeln gar sind. Beim Pürieren Öl und gemahlene Erdnusskerne hinzufügen.
- 4 Mischung ca. 5 Minuten köcheln lassen.
- 5 Das Püree kann mit gekochten Eiern gegessen werden.



# Sambia

## Süßkartoffelkuchen

Trotz des wirtschaftlichen Wachstums der letzten Jahre ist die Ernährungssituation in Sambia seit Jahrzehnten schwierig. Besonders in der Trockenzeit von Dezember bis März mangelt es speziell in den ärmeren ländlichen Haushalten an ausreichenden und gesunden Nahrungsmitteln.

Deshalb unterstützt das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ in Sambia Familien dabei, sich vielseitiger zu ernähren. So fördert das Projekt den Anbau und Verzehr von Vitamin A-reichen Süßkartoffeln.

Süßkartoffeln besitzen viele gesunde Inhaltsstoffe wie zum Beispiel Kalium, Zink, Kalzium und Karotinoide. Essbar sind auch deren spinatähnlichen Blätter. Ernährungsberater informieren die Familien über den Anbau und die Verarbeitung der nährstoffreichen Pflanzen.

### Zutaten:

2 ½ Tassen Mehl  
3 TL Backpulver  
180 g Butter oder Margarine  
150 g Zucker  
3 mittelgroße Eier  
250 ml Vollfettmilch  
100 g Kartoffelbrei aus  
frischen Süßkartoffeln

- ❶ Ofen auf 170° C vorheizen.
- ❷ Mehl und Backpulver vermischen.
- ❸ Separat warme Butter oder Margarine mit dem Zucker vermengen bis die Masse leicht und luftig ist.
- ❹ Eier schlagen und zu der Butter-Zucker-Masse geben.
- ❺ Süßkartoffelbrei hinzufügen und zu einer gleichmäßigen Masse vermengen.
- ❻ Abwechselnd die Mehlmischung und Milch hinzugeben und so lange rühren, bis sich ein einheitlicher Teig ergibt.
- ❼ In eine Kuchenform geben und bei 190° C im Ofen für ca. 45 Minuten backen. Zum Testen steckt man ein Holzstäbchen senkrecht in die höchste Teig-Erhebung und versenkt es bis zur Hälfte. Kleben noch rohe Teigreste am Holz, muss der Kuchen noch länger backen.



# Togo

## Beignet de Soja (Sojakrapfen)

Leguminosen wie Bohnen, Linsen, Soja oder Kichererbsen haben einen hohen Eiweißgehalt und können auch auf kleinen Anbauflächen große Erträge liefern. Während Soja im Norden von Togo eine große Rolle spielt, ist das Produkt im Süden noch eher unbekannt.

Daher unterstützt das Projekt „Ernährungssicherung und Resilienzstärkung“ in Togo rund 8.000 Frauen beim Anbau, der Lagerung und der Verarbeitung von Soja. In Kochgruppen erfahren sie ergänzend mehr zum Nährwert von Soja. Besonders beliebt und auch schnell gemacht sind Sojakrapfen.

Einige Frauen haben bereits den Marktwert erkannt und ein kleines Geschäft aufgebaut. Damit verdienen sie um die 5 Euro am Tag. Das zusätzliche Einkommen kommt der ganzen Familie und ihrer Ernährung zugute.

### Zutaten:

150 g	Sojabohnen
150 g	Weizenmehl/ Stärkemehl
1	Zwiebel
2	Knoblauchzehen
	Geriebener Ingwer Öl

- 1 Sojabohnen im Kochtopf mit heißem Wasser bedecken und 25 Minuten ziehen lassen.
- 2 Bohnen für 10 Minuten mit kaltem Wasser abschrecken und das Wasser im Sieb abtropfen lassen.
- 3 Sojabohnen von der Sonne trocknen lassen.
- 4 Getrocknete Sojabohnen mahlen und mit einer Weizen- oder Stärkemehlmischung im Verhältnis 1 zu 1 vermengen (in Togo wird überwiegend Maniokstärke verwendet, Mais- oder Reisstärke sind auch möglich).
- 5 Mit Wasser vermischen bis eine geschmeidige Masse entsteht und verkneten.
- 6 Die klein geschnittene Zwiebel, geriebener Knoblauch, geriebener Ingwer, eine Prise Salz hinzufügen und wenn notwendig, Wasser hinzugeben.
- 7 Das Öl erhitzen und den Teig in kleinen Mengen hineingeben.
- 8 Braten bis die Krapfen braun werden.







#### **Herausgeber:**

Deutsche Gesellschaft für  
Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Sitz der Gesellschaft  
Bonn und Eschborn

Friedrich-Ebert-Allee 36, 53113 Bonn

T +49 228 4460 3303

F +49 228 446080 3303

E [info@giz.de](mailto:info@giz.de)

I [www.giz.de](http://www.giz.de)

Globalvorhaben Ernährungssicherung  
und Resilienzstärkung

#### **Verantwortlich:**

Michael Lossner  
[nutritionsecurity@giz.de](mailto:nutritionsecurity@giz.de)

#### **Design**

creative republic, Frankfurt am Main

#### **Bildnachweis:**

© GIZ/Julian G. Albert, Jörg Böhling,  
Evi-Kornelia Gruber, Mehret Haile, Angelika Jakob,  
Silke Könighofer, Marcus Lieberenz, Abinet Shiferaw,  
Nora Wagner, Klaus Wohlmann  
© shutterstock: Seiten 5, 11, 21, 23, 25, 26

#### **URL-Verweise:**

Für Inhalte externer Seiten, auf die hier verwiesen  
wird, ist stets der jeweilige Anbieter verantwortlich.  
Die GIZ distanziert sich ausdrücklich von diesen  
Inhalten.

Die GIZ ist für den Inhalt der vorliegenden  
Publikation verantwortlich.

Oktober 2017

Deutsche Gesellschaft für  
Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Sitz der Gesellschaft  
Bonn und Eschborn

Friedrich-Ebert-Allee 36 + 40  
53113 Bonn, Deutschland  
T +49 228 44 60-0  
F +49 228 44 60-17 66

Dag-Hammarskjöld-Weg 1 - 5  
65760 Eschborn, Deutschland  
T +49 61 96 79-0  
F +49 61 96 79-11 15

E [info@giz.de](mailto:info@giz.de)  
I [www.giz.de](http://www.giz.de)