

Hartige Bananenkoekjes door eethuis Splinter

Fee is al 20 jaar kok en mede-eigenaar van eethuis Splinter in Leiden

Fee over Fairfood: *“Eigenlijk is het gewoon een kwestie van bewust zijn, je constant af vragen waar komt het vandaan, door wie is het gemaakt en heeft de natuur (en dat is tenslotte ook de mens) er onder geleden. Een tweede punt is eigenlijk dat je jezelf verantwoordelijk voelt, jij bent tenslotte onderdeel van deze aardkloot en het maakt wel degelijk uit of je dit uitdraagt”.*

Ingrediënten:

(voor 16 koekjes)

- 1 kilo oké bananen
- 500 gram maismeel
- 1 ui, fijngehakt
- 1 theelepel verse gember, geraspt
- 2 theelepels chilisaus
- Zout
- Zonnebloemolie (om te frituren)



Bereiden:

Prak de bananen. Doe alle ingrediënten in een kom, en meng ze goed. Verhit de zonnebloemolie.

Neem een eetlepel beslag en laat die, met behulp van een tweede lepel, in de hele olie glijden. (als het beslag te dun is maismeel bijvoegen)

Niet te veel tegelijk. Goud-bruin laten worden en uit laten lekken op keukenpapier.

Tip: Serveer met wat chilisaus om de koekjes in te dippen.

Wat is er aan de hand in de bananensector?

Het telen en verwerken van de bananen gebeurt op zeer milieuvriendelijke wijze. Water raakt vervuild door het gebruik van pesticiden en door arbeiders die gedwongen zijn het water als rioolsysteem te gebruiken. Oorspronkelijke begroeiing wordt weggevaagd. Daarnaast worden grote hoeveelheden plastic gebruikt om de bananen mee te verpakken, wat zorgt voor enorme bergen afval. In veel landen wordt dit plastic verbrand.

Meer faire recepten of faire producten kijk op www.fairfood.org