* **Ako raňajkovať druhú májovú sobotu? Vonku a férovo.**

**Radi piknikujete a chcete podporiť férový obchod? Usporiadajte 11. mája spoločne s vašimi susedmi a známymi raňajky zložené z fairtradových a lokálnych výrobkov vo vašom parku, na námestí alebo na inom verejnom mieste. Minulý rok takto raňajkovalo takmer 2 500 ľudí v 41 mestách Česka a tento rok sa pridáva aj Slovensko. Pridajte sa aj vy!**

Myšlienka Férových raňajok je jednoduchá. Zabezpečte vhodné verejné miesto - stačí aj dvor medzi panelákmi alebo školský dvor - a pozvite tam ľudí na spoločné raňajky. Každý účastník si prinesie nejakú dobrotu vyrobenú z fairtradových, lokálnych alebo bio surovín a spoločne s ostatnými si užije príjemné piknikové dopoludnie v miestnom parku alebo na inom verejnom mieste. Uvariť si so sebou môžete fairtradovú kávu, čaj alebo kakao. Hlad pomôže zahnať napríklad bábovka s fairtradovým cukrom, čokoládou alebo hrozienkami. Na pečenie sa dajú použiť aj vajíčka od vášho suseda alebo bio múka. Kuchárskej fantázii sa medze nekladú. Finančné náklady si hradí každý sám. A nezabudnite svoju akciu nahlásiť na [www.ferovasnidane.cz](http://www.ferovasnidane.cz/), aby sa o nej dozvedelo čo najviac ľudí.

**A čo je to ten Fairtrade?** Fairtrade je spôsob obchodu, ktorý dáva príležitosť pestovateľom, remeselníkom a zamestnancom z rozvojových krajín uživiť sa vlastnou prácou za dôstojných podmienok. Férové raňajky vo vašej obci je podujatie na podporu tejto myšlienky a koná sa pri príležitosti Svetového dňa pre Fairtrade 11. mája 2013 po celej Českej republike a Slovensku.

Nákupom fairtradového výrobku (napr. kávy, čaju, kakaa alebo čokolády) získavate ako spotrebitelia istotu, kde a za akých podmienok vami kupovaný produkt vznikol. Koncept Fair Trade zásadne odmieta detskú a nútenú prácu, také výkupné ceny pre pestovateľov, ktoré nepokrývajú ani náklady na vypestovanie, alebo nadmerné zaťažovanie životného prostredia. Fair Trade sa tak snaží prispieť k riešeniu, žiaľ veľmi častých, problémov klasického medzinárodného obchodu.



Fairtradové výrobky dnes kúpite vo vybraných bio-obchodoch, supermarketoch a e-shopoch na Slovensku (napríklad DM drogerie markt, TESCO, Ekoobchod Živica, Biopark, Mall, Bio-obchod, Integra) a tiež v mnohých ďalších menších i väčších obchodoch. Výrobky spoznáte najjednoduchšie podľa modrozeleného certifikačného loga Fairtrade. To označuje, že výrobok bol nezávisle certifikovaný podľa prísnych štandardov organizácie Fairtrade International.

Chýba vám inšpirácia na zaujímavý recept? Jeden vám ponúkame nižšie, mnoho ďalších môžete nájsť na stránke [www.ferovasnidane.cz](http://www.ferovasnidane.cz/). Tam nájdete aj najbližšie miesto, kde sa férové raňajky konajú a všetky ďalšie informácie. Máte vy nejaký obľúbený recept s použitím fairtradových surovín? Podeľte sa oň s ostatnými na webovej stránke [www.ferovasnidane.cz](http://www.ferovasnidane.cz/)!

**Recept na banánokokosový koláč**

Potrebujeme:

* 150 g masla\*\*
* 160 g trstinového cukru\*
* 1 vrecko vanilkového cukru
* 4 vajcia\*\*
* 500 g olúpaných banánov\*
* 2 lyžice rumu alebo ananásového džúsu
* 100 g mletých mandlí
* 250 g polohrubej múky\*\*
* 100 g sušeného kokosu\*
* 2 čajové lyžičky kypriaceho prášku alebo sódy

\* prísady môžu byť fairtradové a/alebo bio, \*\* lokálne a/alebo bio

Postup: Vyšľaháme cukor s maslom a pridáme vajcia. Banány olúpeme a roztlačíme, pridáme k vyšľahanej hmote spolu s rumom alebo ananásovým džúsom. Do vzniknutej zmesy zamiešame múku s kypriacim práškom. Pridáme mleté mandle a cesto premiešame. Pečieme vo forme na bábovku alebo biskupský chlebíček v stredne vyhriatej rúre asi 60 minút.

KONTAKT:

Stanislav Komínek - [stanislav.kominek@nazemi.cz](mailto:stanislav.kominek@nazemi.cz)

[www.nazemi.cz](http://www.nazemi.cz/)