

MEDIENINFORMATION

Kontakt: Julia Wüst (PR), Katharina Weisl (Marketing), AVIAREPS Tourism GmbH, Josephspitalstraße 15, 80331 München, E-Mail: gambia@aviareps.com, Tel.: +49 (0) 89 / 55 25 33 828.

16. Februar 2015

So schmeckt Gambia

Beim 3. Food & Beverage Festival präsentiert die *lächelnde Küste* Afrikas seine kulinarische Vielfalt

Beim zweitägigen **Food & Beverage Festival** in Gambia steht die nationale Küche des kleinen Landes im Fokus. Am **20. und 21. Februar** präsentieren lokale Kochgrößen kulinarische Höhepunkte. Wer die gambische Küche allerdings nicht nur probieren möchte, sondern gerne selbst den **Kochlöffel schwingt**, besucht am besten einen **Kochkurs bei Ida Cham**.

Wer einen **Kochworkshop** bei Ida Cham bucht, beginnt den Tag mit einer Verwandlung: Die Besucher schlüpfen in **bunte afrikanische Kleider** um auf dem **Fischermarkt von Tanji** fangfrischen Fisch sowie frisches Obst und Gemüse für ein Domada – ein Eintopf mit Fisch und Gemüse in dickflüssiger Erdnusssoße – zu besorgen. Der Marktbesuch ist nicht nur ein



besonderes Einkaufserlebnis – vom Verhandlungsgeschick der Gambianerin kann man sich als Europäer noch eine Scheibe abschneiden – sondern lädt auch zum Fotografieren ein: buntbemalte Fischerbote, Frauen, die anmutig Waren in Schüsseln auf dem Kopf balancieren, Fischer, die am Strand ihre Netze flicken. Ein Potpourri aus Farben und Gerüchen.

Zurück in Chams Haus geht es im schattigen Innenhof des Anwesens ans Zubereiten. Dabei erfahren Besucher nicht nur **Wissenswertes über die gambische Küche** und ihre **speziellen Zutaten**, sondern bekommen auch einen **Einblick in das gambische Alltagsleben**. Cham studierte in London Tourismus und arbeitete viele Jahre in namhaften Hotels in Gambia, bevor sie sich 2008 mit ihrem Homecooking-Projekt Yabouy selbständig machte. Die Kurse laufen gut und Cham unterstützt inzwischen im Auftrag des Gambia Tourism Board Kommunen dabei, ähnliche Kochprojekte mit Einheimischen auf die Beine zu stellen. Gegessen wird der **Domada** am Ende des Kurses traditionell gemeinsam aus einer großen Schale.



Beim **Food & Beverage Festival** am 20. und 21. Februar 2015 im [Green Mamba Gardens/Jakarlo Bar and Restaurant](#) in Kololi werden neben Domada eine Vielzahl gambischer Spezialitäten wie Yassa, Benachin oder Fufu serviert. Der Eintritt beträgt 100 Dalasi (etwa 2 Euro). Neben afrikanischen Gaumenfreuden sorgen **Sänger** wie Jaliba Kuyateh, Badibunka, Bai Babu, und Cess Ngum für die passende Stimmung.

Weitere Infos zum Homecooking Yabouy mit Ida Cham: <http://www.gambiahomecooking.com/>

Für Bilder und weitere Presseinformationen zu Gambia wenden Sie sich bitte an Julia Wüst.
Email: jwuest@aviareps.com, Telefon: +49 (0) 89 / 55 25 33 411.

Allgemeine Informationen zu Gambia finden Interessierte unter www.visitthegambia.de

Über Gambia

Gambia, die „Smiling Coast“ Westafrikas, wird fast komplett vom Senegal umschlossen und ist eines der wenigen englischsprachigen Länder Afrikas. Die Lebensader des kleinen Staates ist der Gambia River, der auf einer Länge von 480 Kilometer das Land durchquert. Über den internationalen Flughafen von Banjul (Hauptstadt) ist der 80 Kilometer lange Küstenabschnitt Gambias – die touristische Hauptregion des Landes – schnell erreichbar. Dort befindet sich die Mehrzahl der Touristenhotels nach internationalen Standards, während die Unterkünfte im Landesinneren eher einfachere Ökolodges sind. Die Trockenzeit von November bis Mai ist die Hauptreisezeit, doch auch während der Regenzeit von Juni bis Oktober kann vor allem die Küstenregion gut bereist werden.