

Die meisten Laoten sind Selbstversorger

Insgesamt 80 Prozent aller Laoten leben von der Landwirtschaft, viele davon als Selbstversorger. Fast jeder, der einen Garten hat, pflanzt darin auch Essbares an: Kokosnüsse, Mangos, Kräuter, diverse Gemüsesorten. In fast jedem Dorf gibt es einen kleinen Teich, in dem Fische gezüchtet werden. Trotzdem wird Fisch und ein großer Teil der Früchte aus Thailand importiert. Dank den Programmen des Internationalen Reisforschungsinstitutes auf den Philippinen (IRRI) und der Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit (DEZA) der Schweiz muss Laos seit 2001 keinen Reis mehr importieren. Allerdings konnten die Menschen im Hochland bisher kaum von der wirtschaftlichen Entwicklung profitieren, weshalb der Schwerpunkt dieser Programme zurzeit auf der Verbesserung der Reisproduktion der Bergregionen liegt.³

Erster Supermarkt eröffnet

Bisher hat es McDonalds noch nicht nach Laos geschafft, auch KFC, Dunkin' Donuts, Baskin Robbins und wie sie alle heißen prägen das städtische Leben in Laos noch nicht. Zwei kleine Supermärkte im Zentrum haben bis vor kurzem vor allem die ausländischen Experten mit westlichen Luxusnahrungsmitteln wie Nutella, Cornflakes, Oliven, Pastasauce und Käse versorgt. Vor zwei Jahren eröffnete etwas außerhalb des Stadtzentrums im International Trade Exhibition & Convention Center (ITECC) der erste Supermarkt der laotisch-französischen Kette Tang Frères. Hier gibt es abgepacktes Obst, eingeschweißtes Fleisch in der Kühltheke, lange Spaghetti aus Italien und Sahne. Die überwiegende Zahl der Einkäufer sind jedoch Ausländer, die in Laos leben und die neu entstehende Mittelschicht. Westliche Nahrungsmittel, bzw. importierte Nahrungsmittel zu westlichen Preisen, können sich bei einem durchschnittlichen Monatseinkommen von 30 bis 50 US-Dollar nicht viele leisten. Bisher gab es Supermärkte dieser Größenordnung

nur im thailändischen Nachbarort Nong Khai. Die meisten importierten Lebensmittel aus Thailand, China und Vietnam sind durch den Import jedoch deutlich teurer als in den Nachbarländern.

Mit der Entwicklung des Landes gehen auch Veränderungen der Essgewohnheiten einher. Mehr Nahrungsmittel sind erhältlich, darunter viele Luxusnahrungsmittel, bisher vor allem für die städtische Bevölkerung. Das Essen wird länger konservierbar dank steigendem Wohlstand, der auch Kühlschränke und importierte Konserven ermöglicht. So gibt es für die einen nicht genug, die anderen können zwischen Pasta oder Pizza wählen.

Tam Mak Hung – Papayasalat mit Erdnüssen

Für 6 Personen

Ein unvergessliches Gericht aus Hühnerhaut, die mit einer Garnelen- und Fischpaste bestrichen, dann gedämpft und mit einer fein gewürzten Ingwer-Soja-Sauce serviert wird. Im Allgemeinen reicht man dieses Gericht als Beilage oder als »himmlische« Unterbrechung zwischen größeren Gängen.

Zutaten

2 Messbecher in dünne Streifen geschnittene grüne Papaya	3 EL geröstete Erdnüsse
5 kleine Knoblauchzehen	1 EL Fischsoße
6 grüne und rote Chilischoten	1 EL Palmzucker oder Kokoszucker
2 lange Bohnen	1 EL Zitronensaft
3 Cocktail-Tomaten, halbiert	1 EL kleine getrocknete Shrimps
	½ EL Tamarindensaft

Geben Sie den Knoblauch und die Chilischoten in einen Mörser und stampfen sie sie grob.

Schneiden Sie die Bohnen in kleine Stücke. Zusammen mit den Tomaten geben Sie die Bohnen in den Mörser.

Fügen Sie die Erdnüsse hinzu. Die Erdnüsse sollten nur grob gestampft werden. Würzen Sie den Salat mit Zucker, Fischsoße, Zitronensaft und Tamarindensaft. Fügen Sie die getrockneten Shrimps und die Papaya-streifen hinzu und stampfen Sie alles im Mörser, bis es gut vermischt ist. Schmecken Sie ab. Der Salat soll süß-sauer, salzig und scharf schmecken.

Servieren Sie den Papayasalat mit gegrilltem Hähnchen oder mit gegrillten Schweinespießen und Gemüsebeilagen wie lange Bohnen, Wasserspinat oder Chinakohl.

Literatur

- 1) URL: www.welthungerhilfe.de
- 2) Millenium Development Goals Progress Report Lao PDR der Vereinten Nationen und der Laotischen Regierung, Januar 2004.
- 3) Eine Welt. Das DEZA-Magazin für Entwicklung und Zusammenarbeit. Nr. 3/2003