

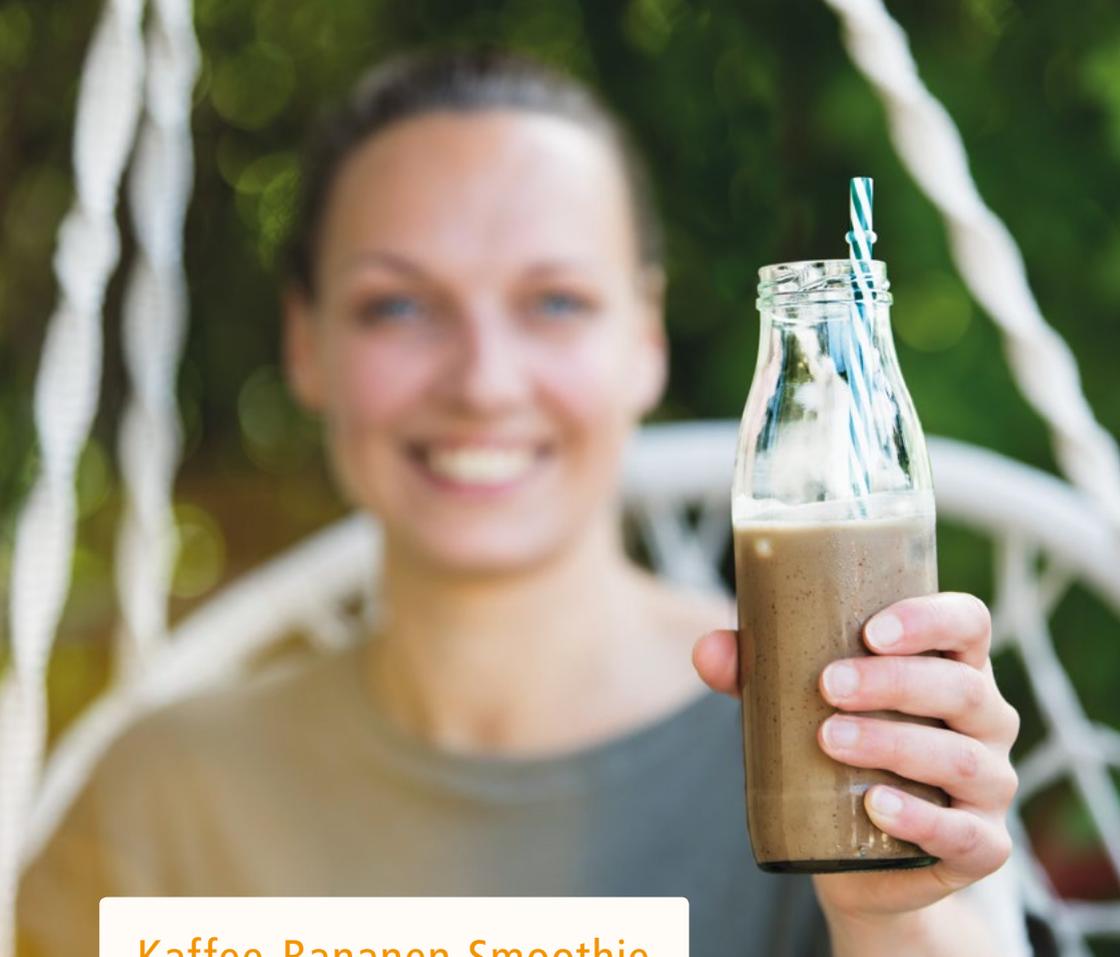


## Wirtschaftliche Perspektiven des Fairen Handels

Die Ziele des Fairen Handels sind die Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen der Menschen am Anfang der Lieferketten sowie die Stärkung ihrer politischen und wirtschaftlichen Position. Der Faire Handel schafft die Grundlage für eine faire und transparente Preisgestaltung landwirtschaftlicher Rohstoffe und handwerkliche Produkte der Produzent\*innen. Aufgrund langjähriger Handelspartnerschaften und dem direkten Austausch mit den Handelspartnern werden diese darin unterstützt, sich wirtschaftlich langfristig zu etablieren. Darüber hinaus umfassen die Leistungen des Fairen Handels stabile Preisvereinbarungen und die Vorfinanzierung. Sie geben den Partnern wirtschaftliche Stabilität und Planungssicherheit. Bei der Preisbildung für die Rohstoffe wird angestrebt, dass sowohl die Kosten einer nachhaltigen Produktion inklusive einer Gewinnmarge gedeckt werden, als auch Investitionen der Kooperativen finanziert werden können – ob in die Kooperative selbst oder in die Verbesserung der Lebensverhältnisse ihrer Mitglieder. Dies wird u.a. durch festgelegte Mindestpreise ermöglicht, die wie ein Sicherheitsnetz wirken und trotz Weltmarktschwankungen nach unten stabil sind.

Neben dem Nutzen für die Produzent\*innen wirken sich die Verbesserungen der wirtschaftlichen Situation durch den Fairen Handel auch auf andere Bereiche der Gesellschaft aus. Vom Ausbau der technischen und sozialen Infrastruktur – z.B. der Wasser- und Energieversorgung oder des Gesundheits- und Bildungswesens – profitieren ländliche Regionen und es entstehen neue Arbeitsplätze. Für zahlreiche Produkte werden gemäß den Fairtrade-Standards zusätzliche Prämien gezahlt, die die Produzentenorganisationen für die Umsetzung von Gemeinschaftsprojekten verwenden können. Die Bauernfamilien bzw. die Beschäftigten auf Plantagen entscheiden gemeinsam in einem demokratischen Prozess, in welche sozialen, ökologischen oder ökonomischen Projekte die Fairtrade-Prämie investiert wird und welche Ziele damit erreicht werden sollen.

Die verschiedenen wirtschaftlichen Instrumente des Fairen Handels unterstützen Kleinbauernfamilien und Beschäftigte in unterschiedlichen Ausgangslagen und bieten ihnen neue Perspektiven.



## Kaffee-Bananen-Smoothie

### Zutaten

für 1 Portion (250 ml)

- 1 Espresso\*, abgekühlt
- 1 Banane\*, gefroren,  
in Stücke geschnitten
- 125 g Naturjoghurt\*
- 1 EL Leinsamen
- 1 EL Haferschmelzflocken
- 1 EL Honig\*
- 1 EL Mandelmus\*

### Zubereitung

Alle Zutaten in einen Mixer geben und pürieren. Den Smoothie in einem Glas servieren.

**Tipp:** Schon überreife Bananen einfach mit der Schale einfrieren – sie eignen sich ideal für Smoothies. Gefrorene Banane kurz unter warmes Wasser halten, dann taut die Schale auf und lässt sich schälen.

© Kaffee-Kooperative.de



## Selbstbestimmung im Fairen Handel

Der Faire Handel trägt zur politischen Stärkung der Handelspartner bei. Beispielhaft dafür ist der Kleinbauernverband UROCAL - por La Vida (Für das Leben) in Ecuador. Bereits 1974 schlossen sich die Kleinbäuer\*innen zusammen, um eine größere Durchsetzungskraft gegenüber den großen Agrarkonzernen und der Politik zu erreichen.

Zwischen 1963 und 1990 fanden in Ecuador große Landreformen statt, bei denen es nicht immer um eine gerechte Verteilung von Besitzstrukturen ging, sondern vor allem um eine Erhöhung der Agrarproduktion. Viele Kleinbäuer\*innen und Tagelöhner\*innen waren dadurch existenziell bedroht. In dieser Zeit vertrat UROCAL die Interessen der Kleinbauernfamilien, um ihnen eine Zukunft zu ermöglichen. Heute sind im Kleinbauernverband über 120 Familien zusammengeschlossen, die auf kleinen Flächen Kakao und Bananen nach ökologischen Richtlinien anbauen.

UROCAL berät und unterstützt sie auf vielfältige Weise – Fort- und Weiterbildungen im landwirtschaftlichen Bereich sorgen für gesündere Pflanzen, höhere Erträge und damit einhergehend für ein höheres Einkommen. Aber auch die Vermittlung von Wissen zu Themen wie Preisgestaltung und einer wirtschaftlichen Arbeitsweise ist insbesondere in den ländlichen Regionen von großer Bedeutung.

UROCAL erhält einen Mehrpreis für Gemeinschaftsaufgaben im sozialen Bereich. So können die Kleinbäuer\*innen durch gute Ausbildung und die Weitergabe von Kenntnissen ihre Anbaumethoden verbessern. Das Ansehen und Selbstbewusstsein der Produzent\*innen ist durch den Fairen Handel, die langfristigen Handelsbeziehungen und die stabilen Preise gestiegen, wodurch sich ihnen neue Perspektiven eröffnen – z.B. beim Einsatz für die Durchsetzung von Arbeits- und Menschenrechten. Weitere Informationen zum Kleinbauernverband: [www.banafair.de](http://www.banafair.de)



## Frühstückskuchen mit Datteln

### Zutaten

#### für ein Glas

150 g Datteln\*, entsteint, grob gehackt  
100 g Cashewnüsse\*, grob gehackt  
2 Bananen\*, leicht zerdrückt  
1 Zitrone, gepresst  
75 g Butter\*  
50 g Rohrzucker\*  
200 ml Milch\*  
2 große Eier\*  
250 g Mehl  
1 TL Backpulver  
1 TL Natron

### Zubereitung

Ofen auf 180 °C (Gas Stufe 3) vorheizen. Kastenform (Fassungsvermögen 1 Liter) einfetten oder mit Backpapier auslegen. Datteln, Bananen, Zitronensaft und Natron vermischen. In einer anderen Schüssel Butter, Zucker und Eier schaumig rühren. Mehl und Backpulver durchsieben und zusammen mit der Milch unter die Masse heben und glatt rühren.

Anschließend die Bananen-Dattelmischung und ca. 80 g der Cashewnüsse beimengen. Teig in die Kastenform füllen und restliche Nüsse darüber streuen.

Die Backzeit beträgt 75 Minuten. Den Kuchen nach dem Backen noch 15 Minuten in der Form ruhen lassen, dann erst herausnehmen und abkühlen lassen.

© GEPA – The Fair Trade Company



## Lieblings-Kaffee mit Schokolade

### Zutaten

#### für ein Glas

1 Tasse Espresso\* („ristretto“ – kurz, stark)  
150 ml Milch\*  
45 g Zartbitter-Schokolade\*  
50 ml Süße Sahne\*

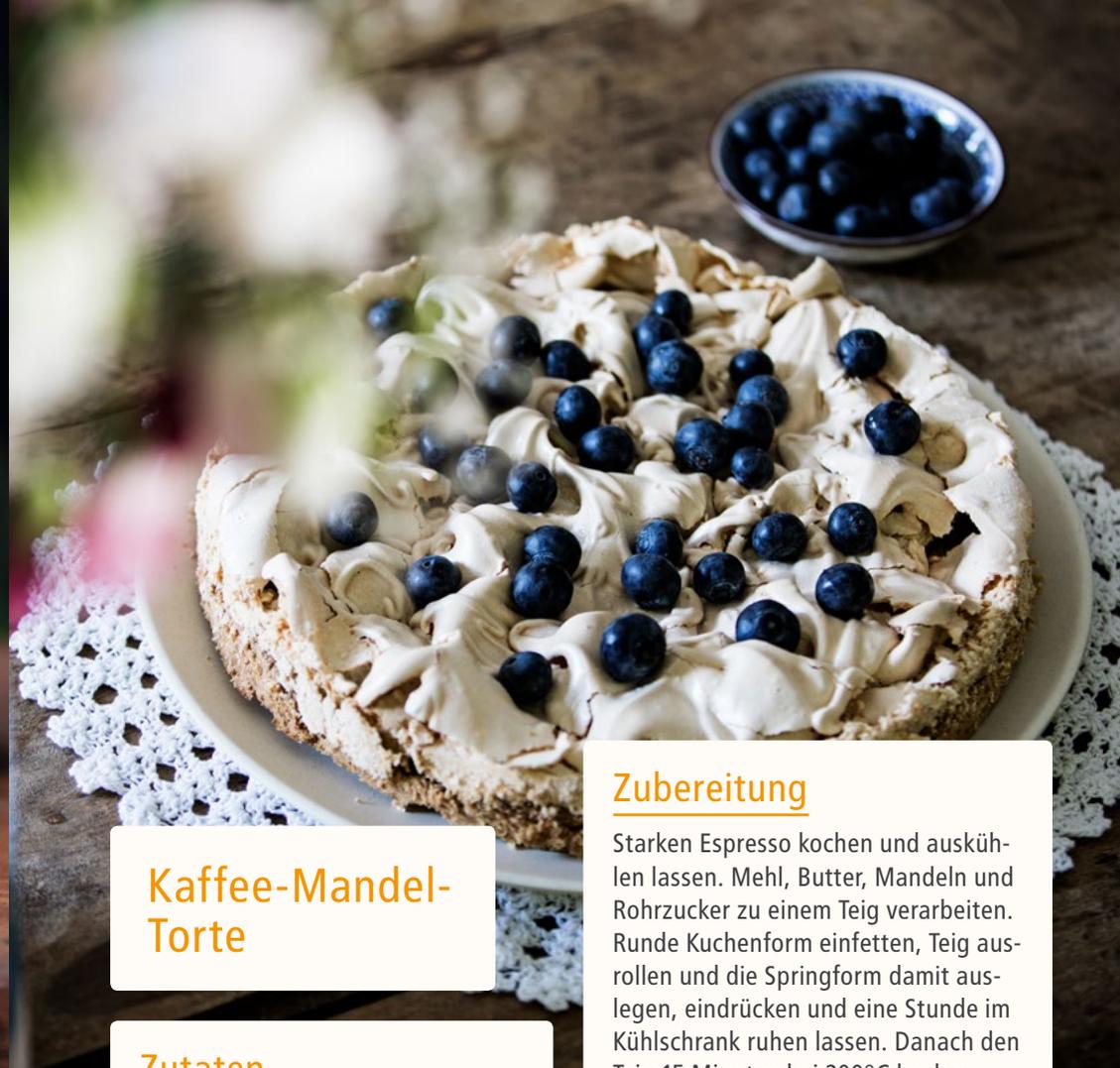
### Zubereitung

Milch in einem kleinen Topf erhitzen und die zerkleinerte Schokolade unter Rühren darin schmelzen. Starken Espresso kochen und Sahne steif schlagen. Heiße Schokolade in ein Glas füllen, den Espresso darauf gießen und mit geschlagener Sahne bedecken.

#### Was ist ein „Ristretto“?

Der Ristretto ist die „verkürzte“ Variante eines Espresso. Er wird mit der gleichen Menge Pulver, aber nur mit etwa halb so viel Wasser zubereitet wie ein Espresso. Ein Ristretto ist damit noch geschmacksintensiver und stärker als der Espresso.

© GEPA – The Fair Trade Company



## Kaffee-Mandel-Torte

### Zutaten

#### für den Teig

140 g Mehl  
140 g Butter\*, zerlassen  
40 g Mandeln\*, gemahlen  
40 g Rohrzucker\*

#### Für die Garnitur:

200 g Puderzucker\*  
2 EL Espresso, stark\*  
4 Eier\*, Eier trennen  
100 g Heidelbeeren

### Zubereitung

Starken Espresso kochen und auskühlen lassen. Mehl, Butter, Mandeln und Rohrzucker zu einem Teig verarbeiten. Runde Kuchenform einfetten, Teig ausrollen und die Springform damit auslegen, eindrücken und eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Danach den Teig 15 Minuten bei 200°C backen. Puderzucker in eine Schüssel sieben. Die vier Eiweiße mit einem Rührgerät steif schlagen und löffelweise den Puderzucker unterrühren, bis eine feste, glänzende Masse entsteht. Zum Schluss zwei Löffel Espresso unterrühren. Masse auf dem Tortenboden verteilen und mit dem Löffel zu Wellen formen. Kuchen 30 Minuten bei 170°C backen.

© TransFair e.V.

## Tipps rund um den Kaffeesatz

Kaffee ist nach Erdöl der meistgehandelte Rohstoff weltweit. 2015 wuchs der Absatz von fair gehandeltem Kaffee in Deutschland auf rund 17.000 Tonnen - und doch macht sein Anteil am gesamten Kaffeemarkt in Deutschland lediglich etwa 4 % aus. Kaffee ist nicht nur lecker, der übrig gebliebene Kaffeesatz lässt sich auf vielfältige Weise wiederverwerten – zum Wegwerfen also viel zu schade! Wir haben hier sechs bewährte Tipps für Sie zusammengestellt:

**Holzmöbel:** Haben Sie Kratzer in dunklen Holzmöbeln? Kaffeesatz etwas anfeuchten und mit einem Lappen oder Schwamm auf die beschädigte Stelle auftragen und einwirken lassen. Die Körnchen setzen sich im Kratzer ab und verschließen ihn.

Für Fortgeschrittene: Mit etwas Essig lässt sich aus Kaffeesatz Holzbeize herstellen. Sie dient zur natürlichen Färbung von unbehandeltem Holz und als Schutz vor Schimmel.

**Peeling:** Kaffeesatz eignet sich aus mehreren Gründen prima als Peeling. Die harten Körner entfernen abgestorbene Hautschüppchen und der Wirkstoff Koffein regt die Blutzirkulation an.

Für Fortgeschrittene: Mit etwas Kokos- oder Olivenöl vermischt pflegt das Peeling zusätzlich. Ganz ohne Mikroplastik!

**Pflegende Haarkur:** Dunkle Haare werden mit Zugabe von Kaffeesatz ins Shampoo glänzender und bekommen einen warmen Branton. Eine Handvoll ausgekühlten Kaffeesatz zum Shampoo dazugeben und Haare wie gewohnt waschen. Wichtig ist, dass dabei auch die Kopfhaut massiert wird, so kann das Koffein bis zu den Haarwurzeln vordringen.

Für Fortgeschrittene: Kaffeesatz direkt einmassieren, mindestens 10 Minuten einwirken lassen und dann ausspülen. Da das Koffein schnell wieder abgebaut wird, ist eine regelmäßige Anwendung zu empfehlen.

**Schonende Reinigungskraft:** Gut für die Grillsaison – angebrannte Grills, Pfannen und Töpfe lassen sich mit Kaffeesatz reinigen. Einfach wie Scheuermilch auftragen, verreiben und abspülen. Wasserablagerungen in Vasen und Flaschen können ebenso schnell entfernt werden. Ein paar Löffel Kaffeesatz mit heißem Wasser aufgießen, kurz stehen lassen, auskippen – fertig!

**Pflanzen und Insekten:** Auch im Garten oder auf dem Balkon findet Kaffeesatz eine umweltschonende Verwendung. Die Zugabe von Kaffeesatz in die Erde von Topf- und Gartenpflanzen wirkt als Dünger und regt das Wachstum der Pflanzen an – Schädlinge wie Schnecken, Blattläuse und Ameisen werden zusätzlich vertrieben.

Für Fortgeschrittene: Getrockneten Kaffeesatz in einer feuerfesten Schale anzünden. Der Geruch vertreibt Wespen, Bienen und Stechmücken. Wichtig: Aufgrund der Raumentwicklung sollte brennender Kaffeesatz nur im Freien angewendet werden und ist von Kindern und Haustieren fernzuhalten!

**Gerüche ade:** Nach der Verarbeitung stark riechender Lebensmittel wie Zwiebel oder Knoblauch bleibt an den Händen unerwünschter Geruch. Etwas Kaffeesatz in den Händen reiben schafft Abhilfe. Ein Schälchen mit Kaffeesatz im Kühlschrank oder Auto eliminiert ebenfalls unangenehme Gerüche.





## Zukunftschancen durch Fairen Handel

Die globalen Ziele für nachhaltige Entwicklung (Sustainable Development Goals, kurz: SDGs) wurden im September 2015 auf dem UN-Nachhaltigkeitsgipfel in New York verabschiedet. Sie umfassen Ziele wie Armut bekämpfen, Hunger beenden, Geschlechtergerechtigkeit herstellen, menschenwürdige Arbeit fördern, nachhaltige Produktions- und Konsumentenmuster etablieren, Klimawandel bekämpfen und den Aufbau einer globalen Partnerschaft fördern. Die SDGs beziehen alle Länder mit ein und es werden soziale, ökonomische und ökologische Aspekte von Nachhaltigkeit und Entwicklung benannt. Fairer Handel und nachhaltiger Konsum rücken damit noch stärker in den Fokus.

Bereits seit ihren Anfängen kämpft die Fair-Handels-Bewegung für die Umsetzung einer sozial-ökologischen Transformation, fordert nachhaltige Produktions- und Konsummuster und setzt sich gegen Armut und Hunger, ungerechten Welthandel und für Geschlechtergerechtigkeit ein. Gemeinsam mit Verbraucher\*innen, der Zivilgesellschaft, Wirtschaft und Politik kann der Faire Handel einen Beitrag zum Erreichen der SDGs leisten.

Zum 25-jährigen Jubiläum hat der Verein TransFair im Mai 2017 einen Zukunftskongress veranstaltet und gemeinsam mit Partner\*innen sowie Persönlichkeiten aus Politik, Wissenschaft und Wirtschaft Zukunftsvisionen entwickelt. Die Ergebnisse finden Sie im Herbst auf [www.fairtrade-deutschland.de](http://www.fairtrade-deutschland.de).



## Bunte Quinoa-Schale

### Zutaten

#### für 2 Portionen

#### Für die Avocado-creme:

- 1 Avocado, reif
- 1/2 Limette\*, gepresst
- 1 Zweig Basilikum, gehackt
- 50 ml Milch\*
- 1 TL Chilipulver\*

#### Für Quinoa und Brokkoli:

- 100 g Quinoa\*
- 1 Zweig Minze
- 1/2 Limette\*, gepresst
- 100 g Brokkoli, geschnitten
- 1 TL Sesam\*

#### Für den Cashew-Möhrensalat:

- 2 Möhren
- 2 EL Cashewkerne\*, geröstet
- 2 EL Balsamico bianco
- 5 Zweige Koriander
- Salz\*, Pfeffer\*, Olivenöl\*

### Zubereitung

Backofen vorheizen (220 °C, Ober-/Unterhitze). Avocado-Fruchtfleisch in einer Schüssel zerdrücken. Saft einer halben Limette, Basilikum, Milch, Olivenöl, Salz und Chilipulver hinzufügen und zu einer cremigen Masse verarbeiten. Quinoa etwa 15 Minuten in Salzwasser bissfest kochen und abgießen. Mit kleingehackter Minze, Salz, Olivenöl, halber Limette und Limettenabrieb abschmecken. Brokkoli-Röschen in Olivenöl wenden, salzen, auf ein Blech geben, mit Sesam bestreuen und etwa 12 Minuten goldbraun backen. Möhren hobeln, mit Salz, Essig, und Olivenöl marinieren. Cashewkerne und Korianderblätter unterheben. Alle Komponenten in einer Schale nebeneinander anrichten.

**Tipp:** Avocado wird schnell braun. Wird das Gericht nicht sofort verzehrt: Avocadokern in der Avocado-creme platzieren und in einem separaten Gefäß gut verschlossen kalt stellen.

© TransFair e.V.

## Schichtsalate für die Mittagspause



orientalisch

### Zutaten

für 2 Portionen

1 Glas Kichererbsen\*, vorgekocht  
2 Handvoll Salat, beliebig  
6 Radieschen, in dünne Scheiben geschnitten  
1 Paprika, geschnitten  
1/2 Avocado, in Streifen geschnitten  
6 Cocktailtomaten, halbiert  
4 EL Sesam\*, geröstet

Für das Dressing:

2 EL Sesampaste  
1 EL Olivenöl\*  
4 EL Joghurt\*  
Saft einer Zitrone  
Salz\* und Pfeffer\*

### Zubereitung

Salat und Gemüse waschen und nach Belieben klein schneiden oder raspeln. Dressing-Zutaten in einer Schüssel verrühren. Alle Komponenten nacheinander in ein Einmachglas schichten, mit Dressing und geröstetem Sesam garnieren.

**Tipp:** Das Gefäß nicht bis zum Rand befüllen, dann lässt sich das verschlossene Glas mit Salat und Dressing durch Schütteln gut mischen.

© TransFair e.V.

asiatisch

### Zutaten

für 2 Portionen

100 g Reismudeln oder Reis\*, gekocht  
2 Handvoll Sojasprossen  
1 Gurke, geschnitten  
1 rote Paprika, geschnitten  
1 Mango\*  
2 Frühlingszwiebeln, geschnitten  
1 Handvoll Cashewnüsse\*, geröstet  
2 Korianderzweige, gezupfte Blätter

Für das Dressing:

5 EL Sojasoße\*  
2 EL Sesamöl\*  
1 EL Honig\*  
1 cm Ingwer, gerieben  
1 Knoblauchzehe, gepresst  
Saft einer Limette\*  
Chilipulver\*, nach Belieben schärfen

### Zubereitung

Reismudeln oder Reis kochen. Salat und Gemüse waschen und nach Belieben klein schneiden. Dressing-Zutaten in einer Schüssel verrühren. Alle Komponenten nacheinander in ein Einmachglas schichten, mit Dressing und Cashewnüssen garnieren.

**Tipp:** Sojasprossen lassen sich in wenigen Tagen selber züchten – einfach mit Saatgut und Sprossenglas aus einem Drogerie-Markt.

© TransFair e.V.



## Herbstliche Linsensuppe

### Zubereitung

Koriandergrün zupfen, klein schneiden, ein paar Blätter für später aufbewahren. Koriander, Zwiebeln und Knoblauch in Kokosöl bei nicht zu hoher Temperatur glasig braten. Mit etwas Salz bestreuen. Möhren, Kürbis und Linsen hinzugeben, kurz anschwitzen und mit Gemüsebrühe ablöschen. Nach 10 Minuten Kokosmilch hinzufügen. Zugedeckt weitere 5-10 Minuten leicht köcheln lassen bis alles weich ist. Mit Gewürzen abschmecken und pürieren. Mit Koriander bestreut servieren.

© Weltladen Schongau

### Zutaten

#### für 4 Personen

2 Zwiebeln, geschält, klein gehackt  
4 Knoblauchzehen, geschält, klein gehackt  
1/2 Bund frisches Koriandergrün  
2 Esslöffel Kokosöl\*  
300 g Möhren, geputzt und in Scheiben geschnitten  
300 g Hokkaidokürbis, mit Schale, in kleine Würfel geschnitten  
200 g rote Linsen\*  
1,5 l Gemüsebrühe  
200 ml Kokosmilch\*  
1 TL Currypulver\*  
1 TL Koriandersamen, gemörsert  
1 TL grüner Kardamom\*, gemörsert  
1 TL Kreuzkümmel\*, gemörsert  
Salz\* und Pfeffer\*

Dieses tolle Rezept kommt vom Weltladen Schongau – hier wird immer wieder in netter Runde gekocht, sich über den Fairen Handel ausgetauscht und gemeinsame Aktionen geplant. Weitere leckere Rezepte aus Schongau finden Sie hier: [www.weltladen-schongau.de](http://www.weltladen-schongau.de).

## Gemeinsam mehr bewegen!

Der Faire Handel in Deutschland blickt bereits auf über 40 Jahre Geschichte zurück und hat nicht nur in den Produzentenländern positive Auswirkungen, sondern auch in den Konsumentenländern. Die Studie „Verändert der Faire Handel die Gesellschaft“ vom CEval-Institut untersuchte erstmals die Wirkungen des Fairen Handels auf die Gesellschaft in Deutschland. Damit die gesellschaftlichen Veränderungen im Sinne einer gerechten Globalisierung verstärkt werden können, besteht die Herausforderung für die Zukunft im noch stärkeren Austausch und der Nutzung von Synergien. Neben unserem Einkaufsverhalten gibt es viele Möglichkeiten, sich für den Fairen Handel zu engagieren. Informieren Sie sich über aktuelle Kampagnen, machen Sie mit bei Aktionen in Ihrer Stadt und vernetzen Sie sich mit unterschiedlichen Akteuren aus Schulen, Universitäten, Weltläden, Cafés, Organisationen und Unternehmen, um auch selbst neue Perspektiven kennen zu lernen. In gemeinsamen Aktionen schaffen wir mehr Bewusstsein für einen nachhaltigen Konsum und stärken auch die Gemeinschaft vor Ort.

### Aktiv in der Stadt:

Mit der Kampagne **Fairtrade-Towns** werden Menschen aus der Zivilgesellschaft, der Politik und dem Handel über ihr gemeinsames Engagement zusammengebracht. Die Fairtrade-Towns-Kampagne setzt den Fairen Handel auf die lokale

Agenda, bietet viele Austauschmöglichkeiten und unterstützt Kommunen darin, das faire Beschaffungswesen voranzubringen. Informieren Sie sich unter:

[www.fairtrade-towns.de](http://www.fairtrade-towns.de)

### Aktiv im Weltladen:

**Weltläden** sind die Fachgeschäfte für Fairen Handel. Neben einem attraktiven Produktsortiment leisten Weltläden Bildungsarbeit und führen politische Kampagnen durch. Ob im Verkauf, in der Öffentlichkeitsarbeit oder im Einsatz an Schulen – Weltläden bieten viele Möglichkeiten des gesellschaftlichen Engagements. Fragen Sie nach in einem der bundesweit rund 800 Weltläden und engagieren Sie sich für mehr Gerechtigkeit im Welthandel.

[www.weltladen.de](http://www.weltladen.de)

### Bildungsarbeit:

Die Kampagnen der **Fairtrade-Schools** und **Fairtrade-Universities** verankern das Thema Fairer Handel bei Schüler\*innen sowie Studierenden und schaffen ein Bewusstsein für nachhaltige Entwicklung. Insbesondere junge Menschen haben viele kreative Ideen für Aktionen und möchten mit ihrem Engagement etwas bewegen.

Am 29. September ruft TransFair e.V. mit dem **„Coffee Fairday“** zum bundesweiten Aktionstag auf! Weitere Informationen finden Sie auf:

[www.fairtrade-deutschland.de](http://www.fairtrade-deutschland.de)