

„Afrika – So interessant wie der Kontinent ist auch seine
Küche.“

Afrikanische Erdnuss-Suppe mit frischem Brot (Rezept im
Ghanakochbuch, auch das für Maisbrot)

Kenianisches Rindergulasch mit Joghurt, dazu Kokosreis mit
Kardamom

Namibischer Malvapudding mit Vanillesauce