



Förderverein der
Katholischen Frauenbewegung
Österreichs

Beteiligen kommt von teilen.



Laxmi Kisku und Yamuna Mardi gehören zur nord-indischen, indigenen Bevölkerung der Adivasi. Viele Jahrhunderte lang galten Adivasi als „unberührbar“, und bis heute werden sie diskriminiert, ausgesgrenzt und um ihre Rechte gebracht. Doch die kfb-Partner*innenorganisation SEEDS* sät den Samen, durch die Adivasi-Frauen **wirkungsvoll für ihre Rechte eintreten und politische Mitsprache einfordern können.**

Bitte unterstützen Sie sie dabei!

VIELEN DANK!

Mit 30 Euro eine lokale Anlaufstelle für Frauen mit häuslicher Gewalterfahrung unterstützen.

Mit 50 Euro einen Workshop für 50 Männer zum Thema gendergerechter Haushalt finanzieren.

Mit 100 Euro weiblichen Gewaltopfern den Aufbau eines kleinen Gemüsestands ermöglichen.

Jetzt online
Zukunft
spenden!





TOMATO LENTIL RASAM
with 1 tablespoon turmeric
and coriander ale
, add 3 tbs
spiced tomato
re and salt
aked. Mash
n a pan. When it is
lentil -

Mit jedem Löffel Zukunft spenden!

Tomaten-Linsen-Rasam*

(FÜR 1-2 PERSONEN)

ZUBEREITUNG

1. 1 EL Kreuzkümmel ohne Öl anrösten und mit 5 Pfefferkörnern und 4 Knoblauchzehen mischen und beiseitestellen.
2. 3 EL gelbe Linsen mit zwei Tassen Wasser, 5 würfelig geschnittenen Tomaten, 1 EL Kurkuma und Salz weichkochen und pürieren.
3. 1 EL Öl in einer Pfanne mit 1 EL Senfkörner erhitzen. Wenn die Körner aufplatzen, das Tomaten-Linsenpüree zufügen, mit der vorbereiteten Gewürzpaste (siehe 1.) und 1 EL Zitronensaft mischen. Alles für zwei Minuten köcheln lassen.
4. Zum Schluss eine Handvoll Koriander hacken und dazugeben.

Fertig!

* traditionelle, südindische Suppe