



Curry à la banane Fairtrade

Ingédients

2-3 cuillères à café d'huile d'olives
1 oignon coupé en dés
3 cuillères à café de coriandre
(décoration)

Ingédients Fairtrade :

5 bananes (plutôt vertes)
2 cuillères à café de Curry
400 ml de lait de noix de coco
1 tasse de riz Basmati

Préparation

- Cuire le riz et couper les bananes en rondelles de 2 à 3 cm d'épaisseur.
- Faire chauffer l'huile dans une poêle à rebord élevé et laisser frire les rondelles de bananes des deux côtés jusqu'à ce qu'elles soient dorées.
- Placer les rondelles sur une assiette recouverte de papier absorbant.
- Maintenant placer les rondelles d'oignon dans la même poêle à feu doux en remuant de temps en temps pendant environ 10 minutes.
- Rajouter les rondelles de banane dans la poêle et ajoutez le curry.
- Incorporer la moitié du lait de coco. Bien mélanger le tout, puis laisser mijoter 10 minutes.
- Ajouter du sel et du poivre selon votre goût et le reste du lait de coco.
- Laisser mijoter le tout jusqu'à ce que la sauce épaississe. Servir le plat sur le riz, saupoudrer de coriandre et servir.



FAIRTRADE
L'ÉTATZEBUERG



Pour les travailleurs dans les plantations de bananes Fairtrade, **un salaire minimum est fixé**. Les comités de travailleurs bénéficient aussi d'une **prime de développement** spécifique, dont l'utilisation est votée démocratiquement. Elle peut servir à financer des projets communautaires (écoles, centres de santé...) ou être partiellement distribuée aux travailleurs. Le mouvement Fairtrade exige **le respect des droits sociaux des travailleurs**, notamment la liberté d'association et de négociation collective. Comme dans l'ensemble des cahiers des charges Fairtrade, **le travail des enfants est strictement interdit**.

Choisir des **bananes certifiées FAIRTRADE**, c'est promouvoir des salaires équitables et justes pour les travailleurs et s'engager pour une économie durable fondée sur le respect des droits humains et de l'environnement.