



EINE PERLE AM INDISCHEN OZEAN

MEINE HEIMAT MOSAMBIK

*Mosambik hat alles, was einen
touristischen Hotspot ausmacht.*

Es weiß nur kaum jemand.



LUXURY DREAMS

VALUE YOUR TRAVEL TIME

MOSAMBIK – ein Land am indischen Ozean



Fakten

Die Hauptstadt von Mosambik ist Maputo. Das Land hat 10 Provinzen: Maputo, Gaza, Inhambane, Beira, Manica, Nampula, Niassa, Sofala, Tete und Zambezia

Sprache

Portugiesisch ist die offizielle Unterrichts- und Amtssprache; daneben existieren jedoch mehr als 18 Dialekte. Die meisten jungen Leute sprechen zudem Englisch.

Lage

Mosambik ist ein Küstenland am Indischen Ozean im Südosten Afrikas, direkt gegenüber von Madagaskar und grenzt im Norden an Tansania, im Nordwesten an Malawi und Sambia, im Westen an Simbabwe und im Südwesten an Südafrika und Eswatini (Swasiland). Der souveräne Staat ist von den Komoren getrennt.

Fläche: 801.590 km²

Einwohner: 30,4 Millionen (2019)



MOSAMBIK

Mosambik zählt nach wie vor zu den ärmsten Ländern der Welt. Wir haben ein demokratisches, politisches System und unser Präsident wird für 4 Jahre vom Volk - nach ähnlichen Regeln wie die Kanzlerwahl in Deutschland - gewählt. Mosambik wird als Erfolgsbeispiel für den politischen Wandel in Afrika gesehen. Wir haben wichtige Fortschritte sowohl in den sozialen Bereichen wie Bildung und Gesundheit gemacht, aber auch in der Armutsreduzierung.

Trotz der zwei Wirbelstürme Idai und Kenneth, die das Land im Frühjahr 2019 mit katastrophalen Folgen für die Bevölkerung heimsuchten, ist für 2021 wieder mit einer deutlichen Erhöhung des mosambikanischen Wirtschaftswachstums zu rechnen. Die Schätzungen liegen zwischen 8,1 bis 9,9 Prozent Zuwachs. Auch die Verbesserung der Nahrungsmittelsicherheit durch nachhaltige landwirtschaftliche Produktion sowie ländliche Wasserversorgung und Siedlungshygiene stehen im Mittelpunkt der stetigen Entwicklung des Landes.

In Mosambik sind Frauen sehr emanzipiert und auch stark in den Regierungsgremien vertreten - so sind heute 9 Frauen Mitglieder des Ministerrates bei 12 Männern.

Der frühere unabhängige Präsident Samora Machel, der die Ideologie eines sozialistisch-marxistische Systems vertrat, gründete nach dem Kolonialismus im Jahr 1973 mit der Partei Frelimo die Organisation „OMM Organizacao de Mulher Mocambicana“. Diese Organisation tritt für eine Gleichberechtigung der Geschlechter ein. Als Ikone der weiblichen Emanzipierung und Aktivistin für die Befreiung ihres Landes von der Kolonialherrschaft gilt Josina Machel, die spätere Ehefrau des Präsidenten Samora Machel. Heute gilt die Organisation als Bindeglied zwischen der Partei und der Bevölkerung.

Die Wandlung der Frauenrolle -trotz bestehender Polygamie mit Haremsstrukturen in den Familien- verdanken die Mosambikanerinnen auch Graca Machel die als zweite Frau des Präsidenten und später Ehefrau von Nelson Mandela viele weitere Projekte zur Bildung/ Qualifizierung und Emanzipation von Frauen initiiert hat. Die Frauen waren es auch, die in den letzten Jahren maßgeblich das Wirtschaftswachstum gefördert haben. Zahlreiche Projekte der Regierung und außerhalb des Landes habe diese Entwicklung befördert.



LUXURY DREAMS

VALUE YOUR TRAVEL TIME

IM KOFFER MEINES VATERS

Mein Name ist Aida Bahane Manjate, ich stamme aus Mosambik. Seit meinem 11. Lebensjahr lebe ich in Europa. Ende 1997 zog ich von Holland nach Berlin, wo ich bis heute lebe. Ich bin in einer großen Familie mit 3 Brüdern und 4 Schwestern groß geworden. Ich wusste sehr früh, dass ich ebenfalls eine große Familie haben möchte, doch ich habe es nur auf 4 Kinder geschafft.

In Berlin habe ich meine zweite Heimat gefunden. Meine Wurzeln liegen jedoch in Mosambik und so zieht es mich immer wieder dorthin. Was andere vielleicht als Nachteil empfinden, ist für mich vor allem aufgrund meiner Sprachkenntnisse ein Vorteil: die Vielfalt aus unterschiedlichen Kulturen und Traditionen von Mosambik, Holland, Deutschland und Nigeria (mein Ehemann stammt aus diesem wunderschönen Land mit vielen Naturschauplätzen) bereichern sowohl meine kulinarischen Interessen als auch mein Leben insgesamt.

Ich liebe Reisen und finde es hoch spannend, an unterschiedlichen Orten verschiedenartige Menschen und deren individuelle Perspektiven kennenzulernen.

Meine Eltern haben in der mosambikanischen Botschaft gearbeitet und so konnte ich in meiner Kindheit viele unterschiedliche Länder bereisen und in die jeweiligen Eigenheiten eintauchen.

Mein Vater war Politiker und vertrat ein modernes Frauenbild und sein Wunsch war immer, dass auch ich eines Tages nach Mosambik zurückkehre und als Politikerin den Wiederaufbau Mosambiks mitgestalte. Wie das Leben jedoch so spielt, war mir dann aber die Liebe wichtiger als die Politik und ich habe mich entschieden, mein Leben in Europa zu verbringen und als Mutter mein eigenes Familien-unternehmen zu gründen.



LUXURY DREAMS

VALUE YOUR TRAVEL TIME

ERINNERUNG AN MEINE KINDHEIT

Was mir mein Land mitgegeben hat, das ich vor vielen Jahren verlassen habe:

Wir waren als Kinder sehr oft an unterschiedlichen Orten, weil mein Vater als Diplomat in eine andere Stadt oder Land versetzt wurde. Für uns war es völlig normal, nach kurzer Zeit immer wieder umzuziehen. Ich erinnere mich an meine Kindheit in Mosambik noch an sehr viele Dinge. Ich erinnere mich, wie wir auf Bäume geklettert sind, um Obst zu pflücken und uns mit Genuss zu erfrischen.

Eines Tages fiel meine Schwester von einem Baum und brach sich ihr Bein. Ich rannte los, um meine Mutter zu holen, ich rannte dabei so schnell wie nie. Zum Glück war ihr Bein nur verstaucht und wir konnten schon nach wenigen Tagen wieder Kästchen hüpfen, Seil springen und fangen spielen. Manchmal lagen wir auch einfach nur auf dem Rücken im Sand und schauten uns die Wolken an oder zählten die Sterne. Wir verbrachten die meiste Zeit draußen im Freien. Am Wochenende gingen wir mit der Familie und Freunden am Strand spazieren. Es gab immer etwas, mit dem wir uns an der freien Luft beschäftigten und es war nie langweilig.



*Mosambik ist Afrikas Juwel mit wundervollen Landschaften,
herrlichen Stränden und mehr ...*



LUXURY DREAMS

VALUE YOUR TRAVEL TIME

KULINARISCH FANTASTISCH

Einblicke in ein noch weitgehend unberührtes Reiseziel in Afrika - MOSAMBIK

Unsere Esskultur ist der portugiesischen sehr ähnlich, es gibt jedoch auch typische mosambikanische Gerichte und ist somit in der Gesamtheit sehr vielfältig. Die Hauptmahlzeiten am Mittag und am Abend beginnen fast immer mit einer Suppe. Darauf folgen Hauptspeise und Nachspeise. Sehr beliebt sind bei uns kleine Häppchen, wie z. B. „Samusa de Carne oder Peixe“, das sind Teigtaschen mit Fleisch oder mit Fisch, „Rissoes de Camarao“ dies sind panierte Teigtaschen mit Shrimps, „Coxinhas de Frango ou de Peixe“, leckere panierte Knödel mit Hähnchen, Fleisch oder Fisch und viele weitere Delikatessen. Wir tendieren mehr zu lokalen Lebensmitteln vom Markt – die sind frisch und unterstützen die heimischen Bauern.

Essen ist für uns wie eine Kunst, der Tisch ist farbenfroh und man sitzt nie allein am Tisch. Es ist Tradition, dass wir immer unter Menschen sind und uns über jeden Gast egal ob Nachbar, Freunde oder Familie freuen. Eine Einladung ist nicht nötig, denn bei uns sind Sie immer willkommen.



LUXURY DREAMS

VALUE YOUR TRAVEL TIME

KULINARISCH FANTASTISCH

Häppchen

Diese Leckereien dürfen auf keiner Party oder in gemütlicher Familienrunde fehlen.



Rissoles



Samusa



Coxinhas

Eintöpfe

Probieren Sie auch unsere Matapa. Das ist in Mosambik eine traditionelle Speise und wird als Eintopf aus Maniokblättern mit Meeresfrüchten, Erdnüssen und Kokosmilch gekocht. Ich finde es sehr lecker, doch die Vorbereitung dauert sehr lange und man muss es lange kochen. Doch die Mühe lohnt sich. Wir essen Matapa meistens am Wochenende mit der ganzen Familie und Freunden.



Matapa mit Kokosnuss
und Erdnussmilch



Matapa mit
Meeresfrüchte



LUXURY DREAMS

VALUE YOUR TRAVEL TIME

KULINARISCH FANTASTISCH

Meeresfrüchte

Nach mosambikanischer Art

Unsere Tische sind bei den Mahlzeiten in der Regel vielfältig gedeckt: es gibt Salate, gekochtes Gemüse, Brot, Reis und oft Maniok (eine der Kartoffel ähnliche Wurzel) oder Chima, das ist gekochtes Maismehl, welches als Püree angerichtet wird. Wir essen gerne scharf und bevorzugen verschiedene Dips aus frischen Peperoni, Zwiebeln, Knoblauch, Zitronen sowie Olivenöl und Salz. Auch grillen wir gerne, vor allem Garnelen, Fisch, Hühnchen und Fleisch sowie regionales Gemüse.



Wurzeln und Blätter der Maniok.Pflanze - diese pflanzt jeder Haushalt in Afrika. Sie wächst fast überall und hat viel Vitamin B6.



Garnelen



Riesengarnelen mit Salat und Chili Chili-Dipisouce



Krabben mit Kokosnuss-Sauce



Dieser Dip fehlt nie auf dem Tisch. (Chili, Knoblauch, Salz, grüne Zwiebel, Olivenöl und Zitrone)



Krabbenbrühe



LUXURY DREAMS

VALUE YOUR TRAVEL TIME

KULINARISCH FANTASTISCH

Exotische Getränke auf den Straßen von Maputo

Mosambikaner sowie Touristen genießen die gesunden Säfte, die sowohl an den Stränden als auch an den großen Straßen in Mosambik verkauft werden. Die Säfte sind super erfrischend und lecker. Für durchschnittlich 1 EUR erhalten Sie diese Erfrischungen von strahlenden jungen Menschen, die Ihnen einen besonderen Drive-through Service bieten und Ihnen alle nur erdenklichen Sonderwünsche und Trinkvarianten erfüllen. Und damit sind sie sehr erfolgreich, denn viele können damit ihre Familie ernähren.



Einfach, gesund und lecker:
Kokosnuss mit Strohalm



Sauer-Suss und frisch:
Cashew-Juice on Ice



Ein Genuss:
Zuckerrohr pur

Mein persönlicher Lieblingscocktail

Ich mag sehr kalten Cashew-Saft, aber auch in Kombination mit Orangensaft, Ananassaft oder frischer Karottensaft kann daraus ein toller Cocktail entstehen. Leider habe ich noch keinen Cashew-Saft oder die Cashew-Früchte in Deutschland kaufen können.

Als Cocktail mit Alkohol mag ich gerne als weitere Zutaten Gin, Zitronensaft und ein/zwei Ingwer Stücke.



LUXURY DREAMS

VALUE YOUR TRAVEL TIME

KULINARISCH FANTASTISCH

Unbewusst nachhaltig
Wenig Plastik, wenig Müll.

In der ganzen Stadt gibt es viele Märkte, auf denen frisches Gemüse und Obst angeboten wird. Die Düfte sind einzigartig. Tomaten sind sehr saftig und Paprikas parfümieren die Wohnung. Alles ist frisch und geschmackvoll. Die meisten Mosambikaner nutzen für Ihren Einkauf Bambustaschen, da die Verkäufer aus Kostengründen keine Plastiktüten anbieten.

Ich persönlich gehe gerne auf die traditionellen Märkte. Die Produkte sind natürlich und gesund und voller Vitamine. Außerdem unterstütze ich damit auch kleine und mittlere Unternehmen, die meist im Besitz von Frauen sind.



Die Preise sind ziemlich gut und meist bekommt man immer noch etwas geschenkt. Sie können auch über den Preis verhandeln. Ich finde es großartig im Vergleich zu modernen Supermärkten.

Wer frischen Fisch möchte, ist auf einem der vielen Fischmärkte richtig. Diese befinden sich meist in der Nähe vom Hafen. Viele Fischer verkaufen ihre frischen Waren aber auch am Strand, denn von dort starten Sie früh morgens noch vor Sonnenaufgang und bringen am Abend ihren Fang direkt zu den Familien.



Auf dem Fischmarkt gibt es immer frischen Fisch und Meeresfrüchte. Dieser kann dort gekauft und mitgenommen oder in den sogenannten „Baracas“ gegessen werden. Hier bereitet ein Mitarbeiter den Fisch in einer Snackbar zu und bringt ihn an den Tisch. Sie können auch Beilagen bestellen – probieren Sie die traditionellen Xima, meist aus Maismehl oder Maniok hergestelltes Püree. Im Hintergrund gibt es immer Live-Musik und Tanz. Andere Händler verkaufen ihre Kunst.



KULTUR

Marrabenta ist der bekannteste mosambikanische Traditionstanz

Es gibt kaum Mosambikaner, die nicht diesen Tanz beherrschen. Man fängt als kleines Kind an Marrabenta zu tanzen. Diese moderne Tanzmusik ist in „Lourenéo Marques“, das heute Maputo genannt wird, in den 1950er Jahren entstanden und vereint Elemente aus der mosambikanischen und portugiesischen Musik.



Kunsthandwerksmarkt von Maputo

Der berühmte Kunstmarkt von Maputo ist jeden Samstag und Sonntag geöffnet, es gibt fast keinen Touristen, der diesen Ort nicht besucht hat. Hier kann jeder in die Kultur und das Leben eines Mosambikaners – zumindest ein wenig – eintauchen. Außer Kunst gibt's auch kleine Imbissstände und Bars, wo man lokales Essen verzehren und exotische Cocktails genießen kann. Livemusik ist immer dabei. Ich liebe diesen Markt. Es ist ein Platz, wo sich unterschiedlichen Leute treffen und viele verschiedene Sprachen gesprochen werden.



LUXURY DREAMS

VALUE YOUR TRAVEL TIME