

## Was haben Kekse mit dem Regenwald zu tun?



Ist dir schon einmal aufgefallen, dass viele Kekse, die du im Supermarkt kaufen kannst, Palmöl enthalten? Vielleicht weißt du auch, dass der Anbau von Ölpalmen, aus deren Früchten das Palmöl gewonnen wird, viele Probleme verursacht. Palmöl ist das billigste Pflanzenöl der Welt und wird deshalb in sehr vielen Produkten verwendet, z.B. in Margarine, Pizza und anderen Fertigprodukten, Kosmetikartikeln und eben auch in Keksen.

Und der weltweite Palmöl-Verbrauch nimmt ständig zu. Deshalb werden immer mehr Palmölplantagen in tropischen Ländern wie Indonesien und Malaysia angelegt, wofür auch große Regenwaldflächen abgeholzt werden. Dies hat schlimme Auswirkungen für die dort lebenden Menschen, viele seltene und gefährdete Tierarten und für unser weltweites Klima.

Leider lässt sich Palmöl auch nicht einfach durch andere Pflanzenöle wie Kokosöl, Soja-, Raps- oder Sonnenblumenöl ersetzen, denn für den Anbau dieser Pflanzen wird sogar mehr Platz gebraucht als für den Anbau von Ölpalmen. Dadurch könnte sich das Problem der Zerstörung von Regenwaldflächen also noch verschlimmern. Deshalb ist es wichtig, den Verbrauch von Palmöl und anderen Ölen zu reduzieren.

Dabei können wir alle mithelfen, indem wir möglichst oft mit frischen Zutaten selbst kochen und backen und auf den Kauf von Fertigprodukten verzichten. Das macht außerdem Spaß und ist auch gesünder! Back doch einfach einmal selbst leckere

## Kekse mit Schokostückchen

**Für etwa 30 Kekse benötigst du folgende Zutaten:**

- 100 g weiche Butter
- 100 g brauner Zucker
- 100 g weißer Zucker
- 1 großes Ei
- 1 Messerspitze gemahlene Vanille (oder 1 Päckchen Vanillezucker)
- 175 g Mehl
- 1 halber Teelöffel Backpulver
- 1 halber Teelöffel Salz
- 100 g Schokolade (Zartbitter- oder Milkschokolade oder gemischt)

Achte beim Einkaufen möglichst auf fair gehandelte, regionale oder Bio-Zutaten.

**Lege dir außerdem folgende Hilfsmittel bereit:**

- |                             |                                |
|-----------------------------|--------------------------------|
| große Rührschüssel          | Teelöffel                      |
| Handrührgerät mit Rührbesen | 2 Backbleche mit Backpapier    |
| Messer und Schneidbrett     | Topflappen oder Ofenhandschuhe |



### Und so geht´s:

Schneide zuerst die Schokolade vorsichtig in kleine Stückchen.

Gib dann die Butter und den Zucker in die Schüssel und rühre sie mit dem Rührgerät schaumig. Schlage das Ei dazu und rühre es kurz unter.

Anschließend gibst du Mehl, Backpulver, Vanille und Salz in die Schüssel und vermengst alles mit dem Rührgerät zu einem glatten Teig. Mische zum Schluss die Schokoladenstückchen unter.

Heize nun den Backofen auf 160 °C Heißluft vor.

Stech mit dem Teelöffel ungefähr walnussgroße Portionen vom Teig ab und verteile sie gleichmäßig auf die beiden Backbleche. Zwischen zwei Teighäufchen sollten immer etwa 5 cm frei bleiben, da die Kekse beim Backen noch verlaufen.

Drücke die Teighäufchen etwas flach, bevor du die Bleche vorsichtig in den heißen Ofen schiebst. Lass dir hierbei eventuell von einem Erwachsenen helfen.

Backe die Kekse etwa 14-18 Minuten, bis sie am Rand leicht gebräunt und in der Mitte noch hell sind.

Nimm die Bleche vorsichtig mit Topflappen aus dem Ofen und lass die Kekse abkühlen, bevor du sie servierst.

### Guten Appetit!



**Tipp:** In einer Vorratsdose bleiben die Kekse bis zu eine Woche lang frisch.