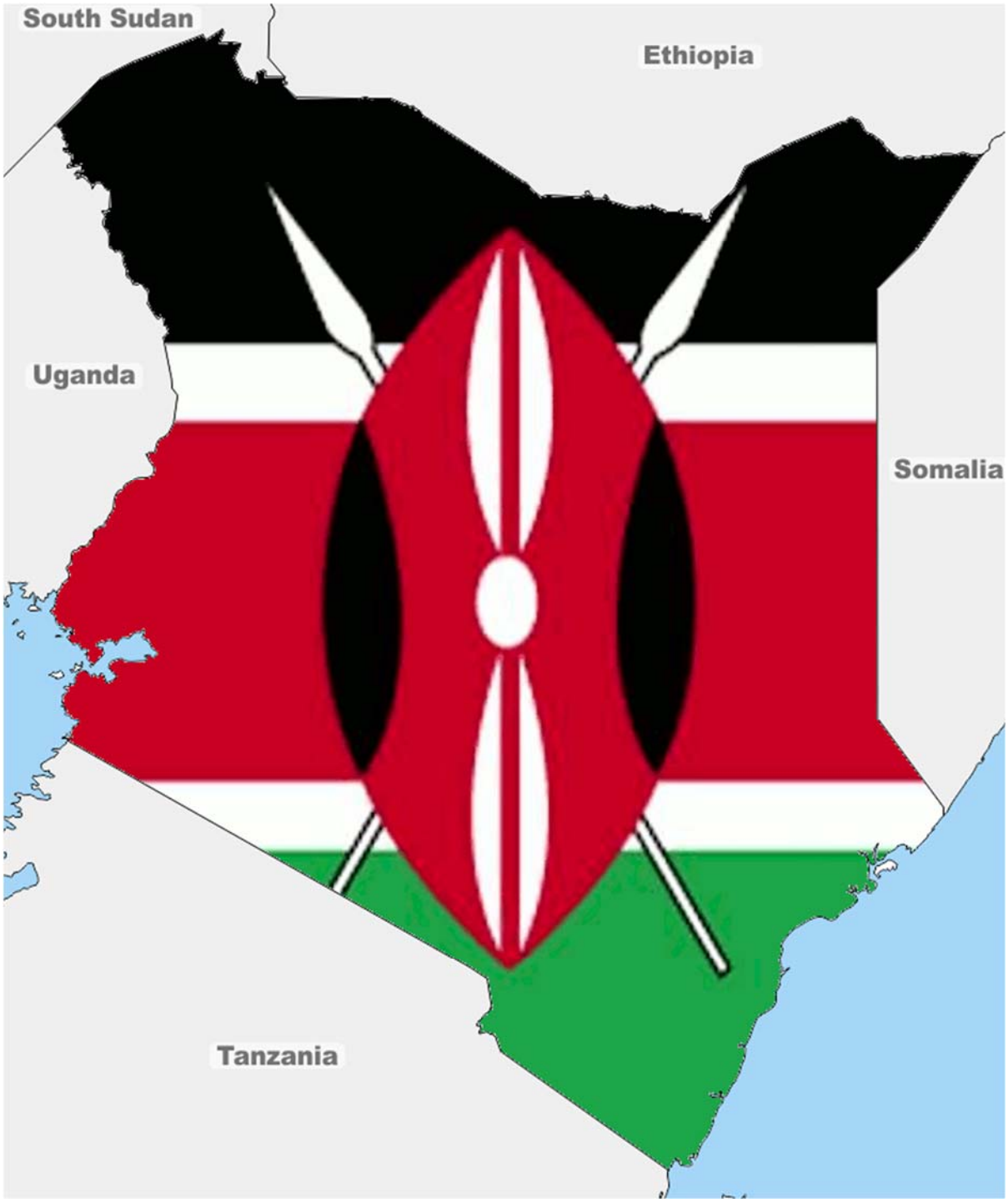
Kolping-Weltgebetstag am 27. Oktober 2020



Einheit für Frieden und ganzheitlichen Wandel


WELTGEBETSTAG

KOLPING
DER GENERALPRÄSES

Liebe Kolpingschwestern und Kolpingbrüder,

am 27. Oktober 1991 wurde Adolph Kolping auf dem Petersplatz in Rom seliggesprochen. Auch in diesem Jahr wollen wir dieses, für unseren Verband so wichtiges Ereignis besonders feiern und uns am Weltgebetstag einerseits an die Ideen und Visionen Adolph Kolpings erinnern, anderseits um seine Heiligsprechung beten. Eine unglaubliche Erfolgsgeschichte können wir festhalten, wenn wir auf Adolph Kolping und sein Werk schauen. Angefangen hat er mit nur 7 jungen Männern in Köln, doch schon sehr bald erfreute sich seine Idee der Gesellenvereine großer Beliebtheit und erfuhr eine enorme Ausbreitung, sodass der Gesellenbund im Jahre des Todes Adolph Kolpings nahezu 25.000 Gesellen zählte. Diese Ausbreitung ging stetig weiter, weil es uns in unserem Verband, den wir heute KOLPING INTERNATIONAL nennen, in der ganzen Welt gelungen ist in allen Gliederungen – vom Nationalverband bis zu den Kolpingsfamilien - immer wieder der Grundidee Adolph Kolpings: „Die Nöte der Zeit zu sehen und adäquat zu handeln“ als Handlungsmaxime zu erkennen. Heute zählen wir im internationalen Kolpingwerk ca. 400.000 Kolpingschwestern und Kolpingbrüder in 60 Ländern und in ungefähr 8.800 Kolpingsfamilien auf allen Kontinenten der Welt. Jeder und jede Einzelne im Verband versucht seinen Teil zur Lösung der kleinen und großen Probleme, sei es der persönlichen, der gesellschaftlichen oder der Probleme in der Kirche beizutragen. So wollen wir individuell und als Verband insgesamt daran mitwirken, dass Armut, Elend und mangelnde Bildung in der Welt bekämpft werden. Durch „Hilfe zur Selbsthilfe“ wollen wir die individuellen Nöte lindern, um dann politisch auch an der strukturellen Lösung der Probleme mitzuarbeiten. Adolph Kolping hat dies in beispielhafter Weise vorgelebt. Ihm folgten innerhalb und außerhalb des Kolpingwerkes viele Männer und Frauen, die sich seiner Idee verschrieben haben und durch die Jahrhunderte hindurch sein Werk fortgesetzt haben und so Mitverantwortung in Kirche, Politik und Gesellschaft übernommen haben. Nicht zuletzt erinnert auch Papst Franziskus daran, dass wir alle unseren Teil der Verantwortung zu tragen haben, damit alle Menschen das gute Leben, dass sie auf dieser Erde führen könnten, auch führen können. Er erinnert uns daran, dass es nicht angehen kann, dass wir in einer - wie er sagt - „Globalisierung der Gleichgültigkeit“ über das Elend der Welt hinwegsehen.

Ich möchte Euch alle sehr herzlich dazu einladen, dass wir auch in diesem Jahr den Weltgebetstag zum Anlass nehmen und eine weltweite Gebetskette knüpfen und so die Anliegen von KOLPING INTERNATIONAL, die Anliegen aller Nationalverbände in der weltweiten Kolpinggemeinschaft und auch die Anliegen jeder einzelnen Kolpingschwester und jedes einzelnen Kolpingbruders im Gebet vor Gott tragen.

Sehr herzlich bedanke ich mich für Euer Engagement und Euer Gebet.

Herzliche Grüße aus Köln.

Msgr. Ottmar Dillenburg
Generalpräses

GASTLAND: KENIA

MOTTO: EINHEIT FÜR FRIEDEN UND GANZHEITLICHEN WANDEL

HINTERGRUNDINFORMATION ZU KENIA

Kenia liegt an der Ostküste Afrikas und grenzt im Osten an Somalia, im Norden an Äthiopien und den Sudan, im Westen an Uganda, im Süden an Tansania und im Osten an den Indischen Ozean. Mitten durch das Land zieht sich der Äquator. Es erstreckt sich über eine Fläche von 582.646 Quadratkilometern. Etwa 80 Prozent der Landmasse ist von arider bis halbarider Savanne bedeckt, die zumeist dünn besiedelt sind und von Gemeinschaften bewohnt werden, die Landwirtschaft und Viehzucht betreiben. Der Tourismus ist einer der wichtigsten Devisenbringer für das Land. Das Land hat ein gemäßigtes Klima, viele Landschaften und eine reiche Tierwelt, die Menschen aus der ganzen Welt anzieht.

Kenia ist in 47 Bezirke aufgeteilt und bei der nationalen Volkszählung von 2019 wurde die Bevölkerung auf 47,6 Millionen geschätzt. Die vorherrschende Religion in Kenia ist das Christentum, zu dem sich schätzungsweise 84,8% bekennen, gefolgt vom Islam, dem etwa 9,7 – 11,1% der Kenianer anhängen. Andere Glaubensrichtungen, die in Kenia praktiziert werden, sind Baha'i, Buddhismus, Hinduismus und die traditionellen afrikanischen Religionen.

In Kenia gibt es 43 ethnische Gruppen, jede mit einer eigenen Sprache. Diese sind in drei große Sprachgruppen unterteilt: Bantu, Niloten und Afro-Asiatische Sprachen. Suaheli (Kisuaheli) ist die Landessprache, während Englisch die offizielle Sprache ist, in der auch unterrichtet wird. Dies ist aus dem Handel zwischen den Küsten-Bantus und arabischen Händlern und anderen Gruppen im fünften Jahrhundert n. Chr. hervorgegangen. Die Suaheli sprechende Bevölkerung (Waswahili) an der kenianischen Küste ist in neun Unterstämme unterteilt - die Miji Kenda. Die Waswahili leben hauptsächlich in den Küstenstädten, und die Mehrheit von ihnen sind Muslime. Zu den wichtigsten ethnischen Gruppen in Kenia gehören: Kikuyu 22 Prozent; Luhya 14 Prozent; Luo 13 Prozent; Kalenjin 12 Prozent; Kamba 11 Prozent; Kisii 6 Prozent; Meru 6 Prozent; andere nicht-afrikanische (asiatische, europäische und arabische) Gruppen 1 Prozent.

Die Geschichte des Landes reicht bis in die Steinzeit zurück. Kenia verfügt über die vielleicht umfassendsten und vollständigsten Zeugnisse über die Evolution des Menschen, was zum Teil auf die große Vielfalt an Umweltfaktoren zurückzuführen ist, die das Überleben und die Entwicklung des Menschen begünstigen. Aufgrund von archäologischen Funden in verschiedenen Teilen des Landes wird die prähistorische Phase in zwei große Abschnitte unterteilt. Der erste Abschnitt umfasst das Paläolithikum (Alt-Steinzeit) und das Mesolithikum (Mittlere Steinzeit) und begann vor etwa 2.000.000 Jahren und endete vor etwa 10.000 Jahren.
Die vorliegenden Fakten deuten darauf hin, dass der Mensch von der Eisenzeit über die vorkoloniale Zeit bis in die Gegenwart Spuren seiner Tätigkeit hinterlassen hat. Die verschiedenen Zeitabschnitte sind durch Werkzeuge dokumentiert, die von einfach bis fortgeschritten reichen (Quyum 2001).

Kenia wurde 70 Jahre lang durch die britische Regierung kolonisiert. Nach dem deutsch-englischen Abkommen von 1890 wurde es ein britisches Protektorat. Zu dieser Zeit war das britische Hauptinteresse nicht, die einheimische Bevölkerung zu kontrollieren, sondern eine Eisenbahn zu bauen, die Uganda mit Mombasa und dem Indischen Ozean verbinden sollte. Die Eisenbahn war aus strategischen und wirtschaftlichen Gründen wichtig: Sie sollte die Hauptverbindung sein, die den Viktoriasee (die Quelle des Nils) mit Uganda, das ebenfalls unter britischer Kontrolle stand, verbindet. Der Bau der Eisenbahn führte zu einer großen Einwan-

derungswelle von Menschen aus Indien, die für die Arbeit an der Eisenbahn angeworben wurden. Andere Einwanderer aus Europa, Australien, Neuseeland und Kanada folgten 1903, als die wirtschaftlichen Interessen größer wurden. Auch europäische Siedler aus Südafrika zogen in das neue britische Territorium.

Daniel N. Sifuna weist in seinem Buch "Development education in Africa: The Kenyan experience (1990)“ darauf hin, dass der Zweite Weltkrieg nicht nur einen wirtschaftlichen Aufschwung, sondern auch einen bedeutenden psychologischen Wandel mit sich brachte, der in der Folge zur Ausbreitung des nationalistischen Denkens in Afrika führte. Zuvor hatten die Europäer die Afrikaner dominiert, indem sie ihre fortgeschrittene militärische und wirtschaftliche Macht demonstrierten. Nachdem sie an der Seite der europäischen Soldaten gekämpft hatten, erkannten viele Afrikaner, dass die Europäer gleichermaßen verletzlich waren.

Für Kenia ebnete der Mau-Mau-Widerstand den Weg für Verfassungsreformen und Entwicklung in den folgenden Jahren. Im Jahr 1955 wurden im ganzen Land verschiedene politische Parteien gegründet, nachdem die Kolonialregierung ihrer Gründung zugestimmt hatte. Im März 1957 wurden Wahlen abgehalten, woraufhin die Rassenschranken in der Regierung aufgehoben wurden. 1960 wurde die Kenya African National Union (KANU) gegründet, die sich für eine starke Zentral-Regierung einsetzte. 1961 wurde auch die Kenya African Democratic Union (KADU) gegründet, die sich für eine quasi-föderale Regierung (Majimbo) einsetzte. Im Mai 1963 fanden die ersten allgemeinen Wahlen mit vollem Wahlrecht statt, aus denen die KANU als Sieger hervorging. Im Juni 1963 erhielt Kenia die innere Selbstverwaltung. Am 12. Dezember desselben Jahres wurde mit einer komplexen (Majimbo-)Verfassung, die den Regionen viel Autonomie zugestand, die Unabhängigkeit erreicht. Am ersten Jahrestag der Unabhängigkeit 1964 wurde Kenia eine Republik, mit Mzee Jomo Kenyatta als Präsident. Nach seinem Tod am 22. August 1978 übernahm der im Februar 2020 verstorbene Daniel Arap Moi gemäß der kenianischen Verfassung die Präsidentschaft. Mwai Kibaki wurde im Dezember 2002 der dritte kenianische Präsident, er regierte von Dezember 2002 bis April 2013. Nun hat das Land mit Uhuru Kenyatta den vierten Präsidenten, der am 9. April 2013 die Nachfolge von Kibaki angetreten hat und bis heute im Amt ist.

In den traditionellen Gesellschaften hatte die Gemeinschaft Vorrang vor dem Einzelnen. Die Mitglieder verdankten einander ihre Existenz, und darin waren sowohl die Vorfahren als auch die heutigen Zeitgenossen eingeschlossen. Die Ehe war hochgeschätzt, ebenso wie Kinder. "Was immer dem Einzelnen geschieht, geschieht der ganzen Gruppe, und was der ganzen Gruppe geschieht, geschieht dem Einzelnen. Deshalb kann der Einzelne nur sagen: 'Ich bin, weil wir sind; und da wir sind, bin ich.‘ (Mbiti 1992). Die Gemeinschaften lebten in Dörfern zusammen, zu denen neben Häusern und Kultstätten auch Felder und Viehställe gehörten. Der Stil der traditionellen Häuser variierte von Gemeinschaft zu Gemeinschaft. Einige Häuser hatten eine runde Form, die kreisförmig oder halbkreisförmig um den zentralen Dorfplatz herum gebaut wurden, während andere eine rechteckige Form hatten. Die Häuser waren in der Regel auf ein gemeinsames Zentrum ausgerichtet. (Mbiti 1992).

Dieses Denken ist die Grundlage der Entwicklungsarbeit von NRO wie Kolping, der Regierung, den Kirchen und anderer Einrichtungen.

Die nachstehende Afrikakarte zeigt, wo Kenia liegt.



DAS KOLPINGWERK KENIA

Lebensgeschichte des Seligen Adolph Kolping

Der Selige Adolph Kolping wurde am 8. Dezember 1813 in Kerpen, einer kleinen Stadt zwischen Köln und Düren, geboren.

Er war das vierte Kind von Peter und Anna Maria Kolping. Sein Vater war Bauer und Schäfer, der nur mit Mühe seine Familie (Ehefrau und fünf Kinder) versorgen konnte.
Sein Vater starb in der Nacht vor Kolpings Priesterweihe.

Adolph Kolping nannte in seinen Erinnerungen an sein Elternhaus drei wichtige Elemente:

1. Eine religiöse Grundhaltung
2. Harte körperliche Arbeit
3. Seine eigene Bereitschaft zum Lernen

Mit 13 Jahren ging Adolph Kolping in Kerpen bei einem Schuhmachermeister namens Meuser in die Lehre. Er arbeitete hier, weil die Familie das Schuldgeld nicht weiterbezahlen konnte. Er arbeitete in verschiedenen Werkstätten in Kerpen, bis er später von namhaften Werkstätten in Köln übernommen wurde.

Während seines Aufenthalts in Köln lehnte er die Möglichkeit ab, ein Mädchen zu heiraten, dessen Vater Schuhmachermeister war. Er entschied sich stattdessen für das Priesteramt. Nach 11 Jahren im Beruf beschloss Adolph Kolping im Alter von 24 Jahren und nachdem er etwas Geld gespart hatte, wieder zur Schule zu gehen, um sich auf seinem Weg zum Priestertum für das Seminarstudium zu qualifizieren. Man stelle sich einen 24-Jährigen vor, wie er mit Jungen und Mädchen in der Schule sitzt - und genau das musste Adolph Kolping tun.

1837 ging Kolping auf das Marzellengymnasium, an dem er 1841 nach drei Jahren seine Abschlussprüfung mit Bravour bestand.

Er studierte Theologie in München und Bonn und wurde am 13. April 1845 in der Kölner Minoritenkirche zum Priester geweiht. Zur Erinnerung: Sein Vater war die Nacht zuvor gestorben - das heißt, er erhielt die Todesnachricht am Tag seiner Priesterweihe.

Seine erste Anstellung fand Kolping als Kaplan und Katechet in Wuppertal-Elberfeld.

1849 gründete Kolping die Kolpingbewegung - den Gesellenverein. Das war eine Bewegung junger Handwerker, ihr Motto lautete "beten, lernen, ernsthaft, aber vor allem fröhlich arbeiten".

Mit der Zeit breitete sich die Bewegung in Deutschland, Europa und anderen Kontinenten wie Afrika, Asien und Amerika aus.

Die Geschichte des Kolpingwerkes in Kenia

Das Kapitel Kenia wurde 1978 mit der Gründung des Kolpingwerkes Kenia aufgeschlagen, einer gemeinnützigen katholischen Laienbewegung, Mitglied des Internationalen Kolpingwerkes und Gemeinschaft afrikanischer Kolping-Verbände (AKA, Association of Kolping in Africa).

Als katholische kirchennahe Organisation ergänzt sie die sozioökonomischen Programme der katholischen Kirche und fördert die Soziallehre. Sie befasst sich mit der ganzheitlichen Entwicklung der menschlichen Person und strebt danach, die spirituellen, sozialen und wirtschaftlichen Fähigkeiten ihrer Mitglieder und der Gemeinschaft im Allgemeinen zu verbessern. Gegenwärtig arbeitet das Kolpingwerk Kenia in verschiedenen Groß-Regionen, die Zonen bzw. Metros genannt werden, in Kisumu, Homa-Bay, Nyeri, Nairobi und Mombasa.

Vision:

Eine nachhaltige gemeinnützige katholische Organisation zu sein, deren Mitglieder Wachstum und ganzheitliche Entwicklung verwirklichen.

Mission

Förderung der nachhaltigen Entwicklung der Mitglieder durch Ausbildung, wirtschaftliche und soziale Befähigung, spirituelle Nahrung und Orientierungshilfe aus den Lehren der katholischen Kirche.

Werte

1. Verantwortung
2. Integrität
3. Engagement
4. Zuverlässigkeit
5. Professionalität
6. Zusammenarbeit

Die erste Kolpingsfamilie in Kenia:

Der "Geburtsort" der ersten Kolpingsfamilie und des späteren Kolpingwerkes Kenia ist das Dorf Giciiki, Standort Gatuanyaga im östlichen Unterbezirk Thika des Bezirks Kiambu, Gemeinde Kilimambogo in der Erzdiözese Nairobi.

Der verstorbene Elmar Hausmann wurde von Seiner Eminenz Kardinal Otunga mit der Instandsetzung eines verlassenen Missionshospitals in Kilimambogo beauftragt, das von den Nigerianischen Schwestern des Unbefleckten Herzens Mariens 1978 wiedereröffnet wurde. Elmar Hausmann begann zunächst mit einer kleinen Gruppe, um sich über die Ideale Adolph Kolpings auszutauschen und gründete am 16.8.1978 die erste Kolpingsfamilie. Es wurden weitere Kolpingsfamilien in der Gemeinde Kilimambogo gegründet. Später breitete sich Kolping Kenia auf die Gemeinde Mang'u, die Zentralregion und die Westregion aus. Bei der Gründung gab es Kolping Kenia in nur zwei Regionen, nämlich in der West- und der Zentralregion, aber Kolping Kenia ist wie oben erwähnt heute in 5 Regionen tätig. Kolping Kenia orientiert sich an den Strukturen der katholischen Kirche und gründet Kolpingsfamilien in Außenstellen, Pfarreien, Diözesen und in Großstädten.

Pfarreien in Kenia umfassen in der Regel auch mehrere Außenstationen, weitgehend eigenständige Gemeinden, die sich um eine lokale Kirche gruppieren und von dem Pfarrzentrum aus betreut werden. In diesen Stationen entstehen Kolpingsfamilien. Sobald eine Pfarrei gefunden ist, in der die Mitglieder Interesse an den Grundlagen Kolpings haben, wird ein Ausschussmitglied oder ein Beauftragter des Kolpingbüros eingeladen, um einen Vortrag über das, was Kolping beinhaltet, zu halten. Wenn die Mitglieder Interesse zeigen, müssen sich 10 Mitglieder finden, die zusammenkommen und eine zukünftige Kolpinggruppe bilden. Diese Gruppe sollte Wahlen abhalten, damit ein Ausschuss gebildet werden kann, der den Ausbildungsprozess leitet. Die zukünftige Gruppe wird von Zeit zu Zeit besucht und erhält weitere Schulungen über Kolping. Die angehende Gruppe kann ein Projekt ihrer Wahl starten, um den Zusammenhalt der Gruppe zu stärken. Die zukünftigen Mitglieder bzw. die zukünftigen Gruppen durchlaufen eine einjährige Anwartschaft, bevor sie als Kolpingsfamilie aufgenommen werden.

Wie Kolping Kenia arbeitet

Die Organisation arbeitet mit organisierten Gruppen, die als "Kolpingfamilien" bezeichnet werden und in elf katholischen Diözesen Kenias verbreitet sind. Diese Gruppen werden offiziell als "Familien" bezeichnet, weil sie ein familienähnliches Leben führen und leben sollen, in dem keine menschenbezogene Blutsverwandtschaft herrscht, sondern geschwisterliche Liebe, unabhängig von Rasse oder Stamm. Die Projekte von Kolping Kenia erreichen und fördern alle Mitglieder der Gemeinschaft. Es gibt 146 Kolpingsfamilien in Kenia und ca. 6.246 Mitglieder, auch wenn zurzeit nicht alle Mitglieder aktiv sind.

Das Kolpingwerk Kenia ist in fünf Zonen unterteilt. Diese werden auch als "Metropolitanregionen" bezeichnet, da sie weitgehend der kirchlichen Gliederung folgen. Sie lauten wie folgt;

1. Metropolitanregion Nairobi, welche Nairobi, Machakos und Nakuru umfasst, sowie die Diözesen Ngong und Kitui
2. Metropolitanregion Nyeri, welche die Diözesen Nyeri, Embu, Meru, Nyahururu, Marsabit, Isiolo, Maralal und Murang'a umfasst
3. Metropolitanregion Kisumu, die Kisumu, Eldoret, Kakamenga und Bungoma umfasst, Diözesen Kitale, Lodwar und Siaya.
4. Region Homabay, die die Diözesen Kericho, Kisii und Homabay umfasst.
5. (v) Metropolitanregion Mombasa, die die Diözesen Garissa, Malindi und Mombasa umfasst.

Dabei ist das Kolpingwerk Kenia noch nicht in allen Diözesen der jeweiligen Region vertreten. Kolping startete seine Aktivitäten in Mombasa und wurde 2008 zur METRO (Metropolitanregion) erklärt.

Interventionen

Das Kolpingwerk Kenia hat unter anderem Programme zur Verbesserung der Lebensbedingungen im ländlichen Raum durchgeführt, wobei die ländlichen Gemeinden durch verschiedene Projekte gestärkt wurden. Dazu gehört auch die Ausbildung durch verschiedene Workshops zu Themen, die für die örtlichen Gemeinden relevant sind. Die Gemeinden haben auch durch Hilfe beim Kauf von Werkzeugen und landwirtschaftlichen Inputs wie Bienenstöcke, Wasserpumpen, Setzlinge, Milchziegen, Milchkühe, Wassertanks, vertikale Pflanzsäcke usw. profitiert. Neben vielen anderen Projekten hat Kolping Kenia Mitglieder in nachhaltiger Ressourcenbewirtschaftung in allen Bereichen der Landwirtschaft geschult. Dieser Aspekt ist integraler Bestandteil des gesamten Programms.

Das Programm zur Sicherung des Lebensunterhalts hat folgende Ziele:

Oberziel: Den Kolpingsfamilien werden Fähigkeiten vermittelt, mit denen sie ihre Ernährung sichern, die Armut bekämpfen und ihre wirtschaftliche Lage verbessern können.

Programmspezifische Ziele:

1. Aufbau von Kapazitäten in der Landwirtschaft innerhalb der Kolpingsfamilie



2. Ausbildung von Kolpingsfamilien in modernen nachhaltigen Produktionsmethoden



3. Erleichterung eines angemessenen Technologietransfers durch Demonstration und Anwendung





4. Kolpingsfamilien in spezifischen Fertigkeiten für die in ihrer Region angebauten Pflanzen ausbilden





5. Vermittlung der Kolping-Spiritualität in allen Ausbildungsmaßnahmen



Andere Projekte

Kolping Kenia führt eine Reihe von Einkommen schaffenden Projekten durch, die zur Deckung der laufenden Kosten des Verbandes beitragen sollen.

1. Konferenzzentrum, gelegen in Lang'ata am Stadtrand von Nairobi

2. Gästehaus entlang des Kilimani-Gebiets in Nairobi

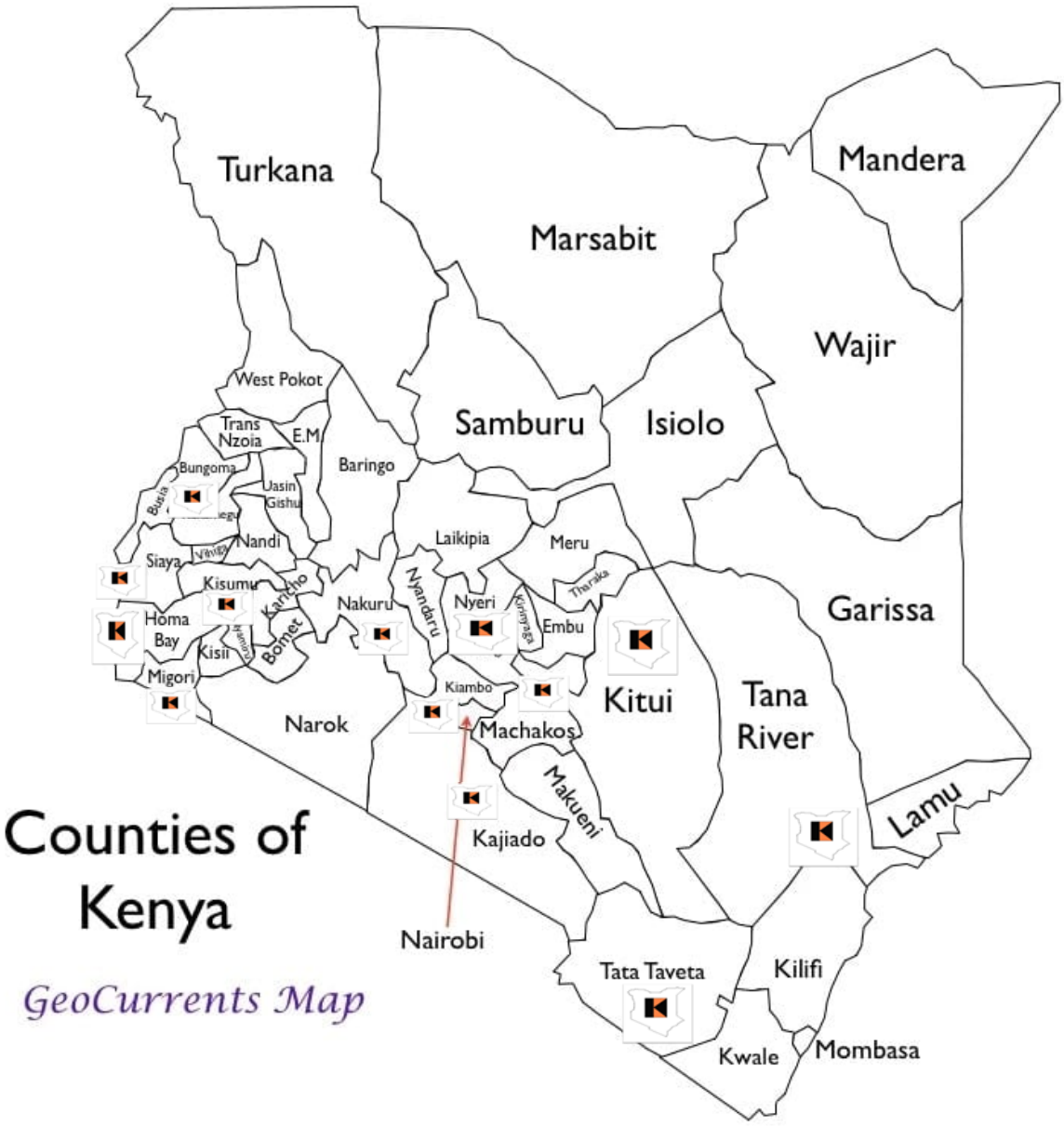


3. Mietshäuser in Santak und Hostels in Mathare in Nairobi

4. Berufsausbildungszentrum in Kilimambogo, Thika



Diese Projekte sind Einkommen schaffende Maßnahmen des Kolpingwerkes Kenia zur finanziellen Unterstützung einiger Kolpingaktivitäten in Kenia. Die Projekte sollen sowohl Einkommen für die Verwaltung des Verbandes als auch Überschüsse erwirtschaften, die in Ausbildung zur Existenzsicherung an Kolpinggruppen in verschiedenen Regionen fließen.
Die folgende Karte zeigt, wo Kolping Kenia tätig ist


Turkana
Marsabit
Mandera
Wajir
West Pokot
Samburu
Isiolo
Trans Nzoia
E.M
Baringo
Bungoma
Busia
Uasin Gishu
Laikipia
Meru
Nandi
Siaya
Kisumu
Nakuru
Nyandaru
Nyeri
Tharaka
Kirinyaga
Embu
Garissa
Homa Bay
Kisii
Bomet
Migori
Kiambo
Kitui
Tana River
Narok
Machakos
Makueni
Kajiado
Lamu
Nairobi
Tata Taveta
Kilifi
Kwale
Mombasa
Counties of Kenya
GeoCurrents Map

Mitgliederliste Kolpingwerk Kenia

Region	Mitglieder 2019	Mitglieder vor 2019	Anzahl Kolpings-familien	Beitritte im Jahr 2018
Mombasa	227	216	7	
Nairobi	531	1. 680	35	98
Nyeri	461	1.135	21	
Kisumu	1.346	1.875	46	
Homa Bay	560	1.340	37	
SUMME	**3.125**	**6.246**	**146**	

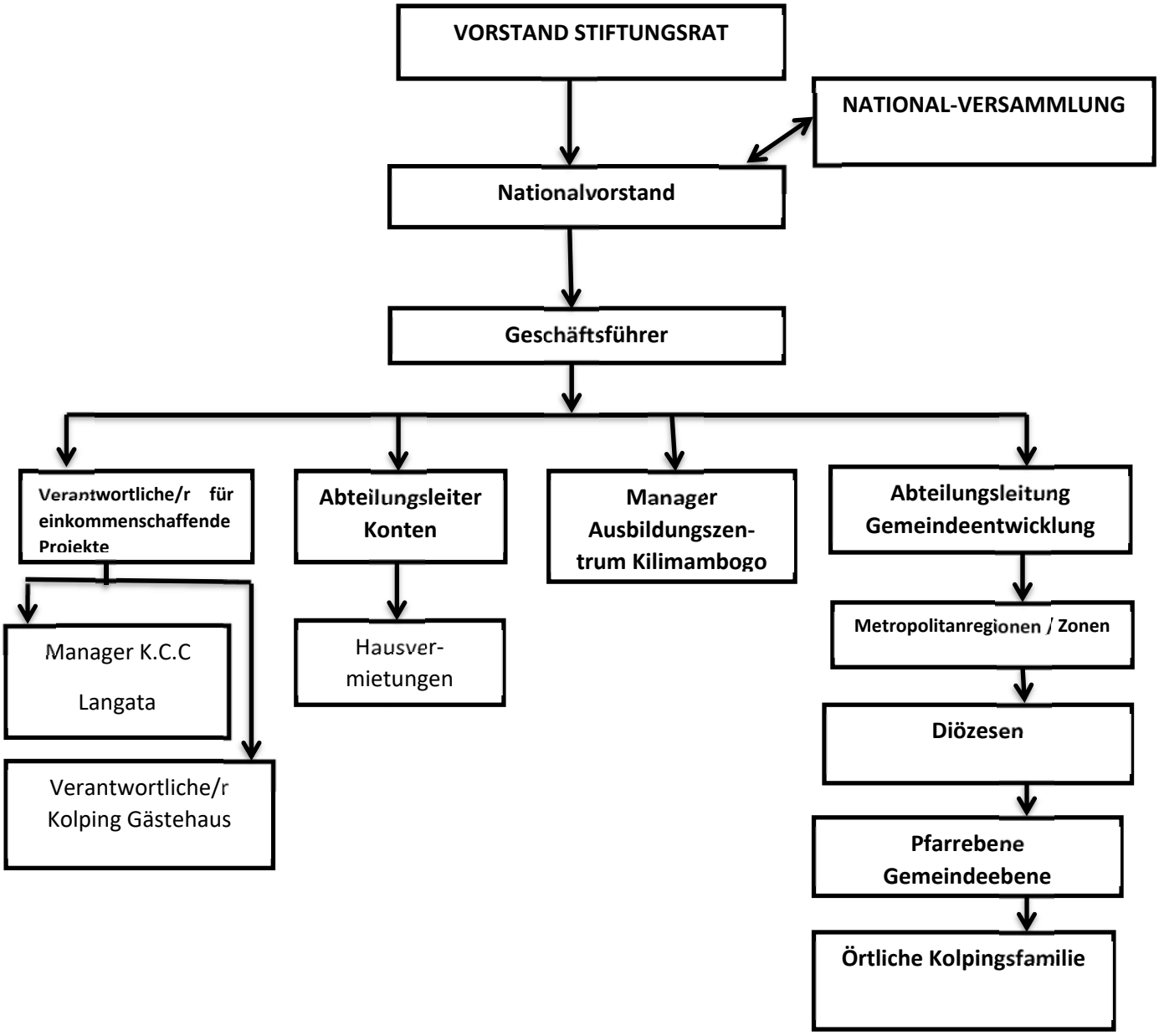
MITGLIEDER DES STIFTUNGSRATES

1. John Kardinal Njue – Vorsitzender
2. Bischof James Maria Wainaina
3. Bischof John Oballa Owaa
4. Erzbischof Antony Muheria
5. Mr Francis Onjalla
6. Mr Dominic Mbugua

VORSTANDSMITGLIEDER DES KOLPINGWERKES KENIA (NATIONALVERBAND)

1. Nelly Odek – Vorstandsvorsitzende
2. Damasus Ndegwa – stellv. Vorstandsvorsitzender
3. Fr Caroli Achok – Nationalpräses
4. Fr John Kamangara – stellv. Nationalpräses
5. Gerald Wambua – Kassierer Nationalvorstand
6. Millicent Wairimu – Frauenvertreterin
7. Job Murabula – Jugendvertreter

ORGANIGRAMM KOLPINGWERK KENIA (KOK)



Heilige Messe
Thema: EinHeit für Frieden und Entwicklung

Einzug

Eröffnungslied:

GL 477 „Gott ruft sein Volk zusammen“ oder „Wir sind Kolping“

Begrüßung durch ein Mitglied der Kolpingsfamilie:

Liebe Schwestern und Brüder, das Kolpingwerk Kenia hat in diesem Jahr den Kolping Weltgebetstag vorbereitet. Stellt Euch nun vor hier stünde eine Kolpingschwester oder ein Kolpingbruder aus Kenia zur Begrüßung. In seinem Namen lese ich jetzt nämlich die Begrüßung vor.

Liebe Brüder und Schwestern, im Namen von KOLPING KENIA heiße ich euch alle-in diesem Haus des Herrn willkommen. Wir sind versammelt, um als Mitglieder einer internationalen Familie zu beten, um den XXIX. Jahrestag der Seligsprechung ADOLPH KOLPINGS weltweit zu begehen. Wir sind versammelt, um - im Auftrag Adolph Kolpings - an "der Entwicklung des Reiches Gottes in der Welt" mitzuarbeiten. Dieser Auftrag kann nur erfolgreich verwirklicht werden, wenn es in unseren Ländern und in der Welt Einheit und Frieden gibt. Vor diesem Hintergrund wollen wir heute Gottesdienst feiern, beten und über unser Thema nachzudenken: ***"Einheit für Frieden und Entwicklung".*** Die Spiritualität des Kolpingwerkes von Kenia (KOK) ruht auf vier Säulen, nämlich Gebet, Arbeit, Familie und Gesellschaft. Diese Säulen können nur dann funktionieren, wenn es eine Einheit unter den Einwohnern der verschiedenen Regionen unseres Landes und darüber hinaus gibt. Wo Einigkeit herrscht, herrscht Frieden, und als Ergebnis werden alle gemeinsam auf ihre eigene Fortentwicklung hinarbeiten. In Kenia gibt es eine sogenannte „Brückenbau-Initiative“. Wir sind aufgerufen, uns an der Brückenbau-Initiative, die eigentlich ein Mittel zur Wiederherstellung des Friedens unter den Kenianern ist, zu beteiligen. In Kenia gilt dieser Auftrag ganz konkret, in allen anderen Ländern der Welt im übertragenen Sinne. Lassen Sie uns in der Tat Brücken zwischen unseren Familien bauen, sowohl auf lokaler als auch auf internationaler Ebene, um die Vision und Mission des Kolpingwerkes zum Erfolg zu führen. Ich heiße euch alle noch einmal zu dieser besonderen Eucharistiefeier willkommen. Seien wir nun bereit und heißen auch den Zelebranten NN willkommen, der mit uns diese Hl. Messe feiert.

Begrüßung

P: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Hl. Geistes.

A: Amen

P: Die Gnade unseres Herrn Jesus Christus, die Liebe Gottes des Vaters und die Gemeinschaft des Heiligen Geistes sei mit euch.

A: Und mit Deinem Geiste!

Bußakt:

P: Meine Brüder und Schwestern, lasst uns unsere Sünden bekennen und uns so darauf vorbereiten, die heiligen Geheimnisse zu feiern.

Stille

Schuldbekenntnis

Vergebungsbitte

Kyrie: GL 155

Gloria: GL 172

Tagesgebet:

P: Allmächtiger, ewiger Gott, der du die Menschen liebst. Erfülle uns mit der Liebe, die uns dein Geist gibt. Lass uns unser Leben so gestalten, dass wir unserer Berufung gerecht werden, mache uns zu Zeugen deiner Wahrheit für alle Menschen und hilf uns, alle Gläubigen zusammenzubringen in der Einheit des Glaubens und der Gemeinschaft des friedlichen Miteinanders.

A: Amen

Wortgottesdienst

1. Lesung: Ezechiel 36: 24-28

Lesung aus dem Buch Ezechiel

24 Ich nehme euch heraus aus den Nationen, ich sammle euch aus allen Ländern und
ich bringe euch zu eurem Ackerboden. 25 Ich gieße reines Wasser über euch aus, dann
werdet ihr rein. Ich reinige euch von aller Unreinheit und von allen euren Götzen. 26 Ich
gebe euch ein neues Herz und einen neuen Geist gebe ich in euer Inneres. Ich beseitige das Herz von Stein aus eurem Fleisch und gebe euch ein Herz von Fleisch. 27 Ich
gebe meinen Geist in euer Inneres und bewirke, dass ihr meinen Gesetzen folgt und
auf meine Rechtsentscheide achtet und sie erfüllt. 28 Dann werdet ihr in dem Land
wohnen, das ich euren Vätern gegeben habe. Ihr werdet mir Volk sein und ich, ich
werde euch Gott sein.

Wort des lebendigen Gottes

A: Dank sei Gott.

Antwortpsalm: Psalm 23 (22) (oder GL 37 „Der Herr ist mein Hirt“)

Kv Der Herr ist mein Hirt, nichts wird mir fehlen. – Kv
[1]Der Herr ist mein Hirt, nichts wird mir fehlen. /
[2]Er lässt mich lagern auf grünen Auen *
und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.
[3]Meine Lebenskraft bringt er zurück. *
Er führt mich auf Pfaden der Gerechtigkeit, getreu seinem Namen. – (Kv)
[4]Auch wenn ich gehe im finsteren Tal, *
ich fürchte kein Unheil;
denn du bist bei mir, *
dein Stock und dein Stab, sie trösten mich. – (Kv)
[5]Du deckst mir den Tisch *
vor den Augen meiner Feinde.
Du hast mein Haupt mit Öl gesalbt, *
übervoll ist mein Becher. – (Kv)
[6]Ja, Güte und Huld *
werden mir folgen mein Leben lang
und heimkehren werde ich ins Haus des Herrn *
für lange Zeiten. – Kv

2. Lesung: Korinther 1, 10-13

Lesung aus dem ersten Brief des Apostels Paulus an die Gemeinde in Korinth.

Seid alle einmütig. Ist denn Christus zerteilt?

[10]Ich ermahne euch, Schwestern und Brüder, im Namen unseres Herrn Jesus Christus: Seid alle einmütig und duldet keine Spaltungen unter euch; seid vielmehr eines Sinnes und einer Meinung! [11]Es wurde mir nämlich, meine Brüder und Schwestern, von den Leuten der Chloë berichtet, dass es Streitigkeiten unter euch gibt. [12]Ich meine damit, dass jeder von euch etwas anderes sagt: Ich halte zu Paulus –ich zu Apóllos – ich zu Kephas – ich zu Christus. [13]Ist denn Christus zerteilt? Wurde etwa Paulus für euch gekreuzigt? Oder seid ihr auf den Namen des Paulus getauft worden?

Wort des lebendigen Gottes

A: Dank sei Gott.

Ruf vor dem Evangelium

Halleluja, Halleluja.

Die Kirche des Herrn ist ein einziges Leuchtfeuer, das über die ganze Welt erstrahlt. Es bleibt auf ewig bestehen.

Halleluja

Evangelium: Johannes, 17, 20-26

P: Der Herr sei mit Euch.

A: Und mit deinem Geiste

Aus dem Heiligen Evangelium nach Johannes

„Sie sollen eins sein, wie wir eins sind: Sie sollen vollendet sein in der Einheit“

20 In jener Zeit erhob Jesus seine Augen zum Himmel und betete: Heiliger Vater, ich
bitte nicht nur für diese hier, sondern auch für alle, die durch ihr Wort an mich glauben.
21 Alle sollen eins sein: Wie du, Vater, in mir bist und ich in dir bin, sollen auch sie in
uns sein, damit die Welt glaubt, dass du mich gesandt hast. 22 Und ich habe ihnen die
Herrlichkeit gegeben, die du mir gegeben hast, damit sie eins sind, wie wir eins sind,
23 ich in ihnen und du in mir. So sollen sie vollendet sein in der Einheit, damit die Welt
erkennt, dass du mich gesandt hast und sie ebenso geliebt hast, wie du mich geliebt
hast. 24 Vater, ich will, dass alle, die du mir gegeben hast, dort bei mir sind, wo ich bin.
Sie sollen meine Herrlichkeit sehen, die du mir gegeben hast, weil du mich schon ge-
liebt hast vor Grundlegung der Welt. 25 Gerechter Vater, die Welt hat dich nicht erkannt,
ich aber habe dich erkannt und sie haben erkannt, dass du mich gesandt hast. 26 Ich
habe ihnen deinen Namen kundgetan und werde ihn kundtun, damit die Liebe, mit der
du mich geliebt hast, in ihnen ist und ich in ihnen bin.

P: Evangelium unseres Herrn Jesus Christus

A: Lob sei dir, Christus.

Predigt

Credo (GL 3, 4)

Fürbitten

P: Liebe Brüder und Schwestern, wir sind heute hier zusammengekommen, um die Mysterien unserer Erlösung zu feiern. Lasst uns deshalb den allmächtigen Gott darum bitten, dass die ganze Welt aus diesen Quellen der Segnungen und des Lebens schöpfen kann

1. **Für den Frieden:**
   Ewiger Vater, König des Friedens, wir kommen vor Dein Angesicht und bitten Dich: Hilf uns mit unserem friedlichen Miteinander als Kolpingbrüder und -schwestern in den verschiedenen Teilen der Welt, allen Menschen den Frieden vorzuleben, der die Welt menschlicher macht, sie rettet und mit der Kraft des Heiligen Geistes stärkt.
   Lasset zum Herrn uns beten.
   A: Herr erhöre gnädig unser Gebet

2 . Für die Einheit:
Himmlischer Vater, wir kommen zu dir, um deinen Namen zu preisen und zu verherrlichen. Wir beten für die Einheit in der Welt und bitten Dich: Segne uns, damit wir immer mehr zur Einheit miteinander finden, bringe uns alle als weltweite Familie zusammen, denn wir glauben, wo zwei oder mehr in deinem Namen versammelt sind, bist du mitten uns.
Lasset zum Herrn uns beten.
A: Herr erhöre gnädig unser Gebet.

3. Für Wachstum und Entwicklung:
Gott unser Vater, du hast den Seligen Adolph Kolping berufen und ihn beauftragt, sich für die geistige und physische Entwicklung deines Volkes einzusetzen. Pflanze auch heute in die Herzen deines Volkes den Eifer, sich Kenntnisse und Fähigkeiten anzueignen, die es befähigen, die Grundpfeiler der Entwicklung in unseren verschiedenen Ländern aufrechtzuerhalten, nämlich Gerechtigkeit, Nachhaltigkeit, Produktivität, Befähigung, Zusammenarbeit und Sicherheit. Hilf den Mitgliedern von KOLPING KENIA durch diese Kenntnisse und Fähigkeiten auch dazu beitragen, die „Big Four Agenda“ zu erreichen, nämlich Ernährungssicherheit; erschwinglichen Wohnraum; Produktion und erschwingliche Gesundheitsversorgung für alle.
Lasset zum Herrn uns beten.
A: Herr erhöre gnädig unser Gebet.

4. Für die Verantwortlichen in der Regierung:
Gott der Weisheit und Gerechtigkeit, hilf mit deinem Geist des Rates und der Stärke den Präsidenten und Regierungschefs unserer Länder. Mögen sie immer danach streben die Wege der Rechtschaffenheit, Gerechtigkeit und Barmherzigkeit zu gehen. Gewähre ihnen, dass sie durch deinen mächtigen Schutz in die Lage versetzt werden, unsere Länder mit Ehrlichkeit und Integrität zu führen.
Lasset zum Herrn uns beten.
A: Herr erhöre gnädig unser Gebet.

5. Für die Verantwortlichen im Kolpingwerk:
Gott himmlischer Vater, durch die Gemeinschaft im Kolpingwerk hast du es uns ermöglicht, nicht nur mit Worten, sondern auch mit Taten und gutem Beispiel Zeugnis zu geben. Gib den Verantwortlichen von KOLPING INTERNATIONAL, den Kolpingvorständen in allen Ländern und auf den verschiedenen Ebenen und allen Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen in der ganzen Welt, dass sie alle die Kolpinggemeinschaft zu einer größeren Ausweitung führen können. Verleihe ihnen die Weisheit, die sie verdienen, so wie sie dir dienen.
Lasset zum Herrn uns beten.
A: Herr erhöre gnädig unser Gebet.

6. **Für die Kolpingpräsides und geistlichen Leiterinnen und Leiter:**
Herr Jesus Christus, du bist der Hohepriester. Du hast den seligen Adolph Kolping berufen, den Menschen als Priester zu dienen. Wir danken dir, dass du Priester und Seelsorgerinnen und Seelsorger berufen hast, dir als Präses und geistliche Leiterinnen und Leiter in unseren Kolpingsfamilien auf allen Ebenen zu

dienen. Mögest du sie motivieren, alle Kolpingsfamilien durch Wort und Tat zur Vollendung der Erlösung zu führen.
Lasset zum Herrn uns beten.
A: Herr erhöre gnädig unser Gebet.

P: Herr, wir bitten Dich um Deine Gnade, sei mit den Menschen, die zu Dir rufen, damit sie das, was sie auf Deinen Wunsch hin versuchen, durch Deine Großzügigkeit erhalten. Durch Christus, unseren Herrn.
A: Amen.

EUCHARISTIEFEIER

Gabenbereitung: GL 187 „Wir weihn der Erde Gaben“

- Gabenprozession:
- Kolpingbanner
- Brot und Wein
- Bibel
- Satzung von KOLPING INTERNATIONAL
- Werkzeug
- Von den Kolpingsfamilien gefertigte Produkte

P: Betet, Brüder und Schwestern, dass mein Opfer und euer Opfer Gott, dem allmächtigen Vater, gefalle.
A: Der Herr nehme das Opfer an aus deinen Händen zum Lob und Ruhm seines Namens, zum Segen für uns und seine ganze heilige Kirche.

Gabengebet:

P: Gott, erhöre die Gebete deines Volkes, das sich hier versammelt hat, um den XXIX. Jahrestag der Seligsprechung Adolph Kolpings zu feiern. Wir bitten Dich, Herr, nimm unsere Gaben an und erhöre – auf die Fürsprache des Seligen Adolph Kolping - unser Gebet um Barmherzigkeit. Möge dieses Sakrament deiner Liebe uns Zeichen der Einheit und Band der Nächstenliebe sein, durch Christus, unseren Herrn.

A: Amen.

P: Der Herr sei mit euch.
A: Und mit deinem Geiste.
P: Erhebet die Herzen.
A: Wir haben sie beim Herrn
P: Lasset uns danken dem Herrn, unserm Gott.
A: Das ist würdig und recht.

Hochgebet (Für die Einheit der Christen)

P: In Wahrheit ist es würdig und recht, dir, Herr, Heiliger Vater, immer und überall zu danken durch deinen geliebten Sohn Jesus Christus. In ihm hast du uns zur Erkenntnis der Wahrheit geführt und uns zu Gliedern seines Leibes gemacht durch den einen Glauben und die eine Taufe. Durch ihn hast du seinen Heiligen Geist ausgegossen über alle Völker, damit er Großes wirke mit seinen Gaben. Er wohnt in den Herzen der Glaubenden, er durchdringt und leitet die ganze Kirche und schafft ihre Einheit in Christus.

Darum preisen wir jetzt und in Ewigkeit dein Erbarmen und singen mit den Chören der Engel das Lob deiner Herrlichkeit.

Sanctus: GL 199 „Heilig ist Gott in Herrlichkeit“

P: Ja, du bist heilig, großer Gott, du bist der Quell aller Heiligkeit. Darum bitten wir dich:

Sende deinen Geist auf diese Gaben herab und heilige sie, damit sie uns werden Leib und Blut deines Sohnes, unseres Herrn Jesus Christus.

Denn am Abend, an dem er ausgeliefert wurde und sich aus freiem Willen dem Leiden unterwarf, nahm er das Brot und sagte Dank, brach es, reichte es seinen Jüngern und sprach:

Nehmet und esset alle davon: Das ist mein Leib, der für euch hingegeben wird.

Ebenso nahm er nach dem Mahl den Kelch, dankte wiederum, reichte ihn seinen Jüngern und sprach:

Nehmet und trinket alle daraus: Das ist der Kelch des neuen und ewigen Bundes, mein Blut, das für euch und für alle vergossen wird zur Vergebung der Sünden. Tut dies zu meinem Gedächtnis.

Geheimnis des Glaubens.

A: Deinen Tod, o Herr, verkünden wir, und deine Auferstehung preisen wir, bis du kommst in Herrlichkeit.

P: Darum, gütiger Vater, feiern wir das Gedächtnis des Todes und der Auferstehung deines Sohnes und bringen dir so das Brot des Lebens und den Kelch des Heiles dar. Wir danken dir, dass du uns berufen hast, vor dir zu stehen und dir zu dienen. Wir bitten dich: Schenke uns Anteil an Christi Leib und Blut und lass uns eins werden durch den Heiligen Geist.

Gedenke deiner Kirche auf der ganzen Erde und vollende dein Volk in der Liebe, vereint mit unserem Papst N, unserem Bischof N und allen Bischöfen, unseren Priestern und Diakonen und mit allen, die zum Dienst in der Kirche bestellt sind.

Gedenke (aller) unserer Brüder und Schwestern, die entschlafen sind in der Hoffnung, dass sie auferstehen. Nimm sie und alle, die in deiner Gnade aus dieser Welt geschieden sind, in dein Reich auf, wo sie dich schauen von Angesicht zu Angesicht.

Vater, erbarme dich über uns alle, damit uns das ewige Leben zuteilwird in der Gemeinschaft mit der seligen Jungfrau und Gottesmutter Maria, mit deinen Aposteln, dem Seligen Adolph Kolping und mit allen, die bei dir Gnade gefunden haben von Anbeginn der Welt, dass wir dich loben und preisen durch deinen Sohn Jesus Christus.

Durch ihn und mit ihm und in ihm ist dir, Gott, allmächtiger Vater, in der Einheit des Heiligen Geistes alle Herrlichkeit und Ehre jetzt und in Ewigkeit.

A: Amen.

Vater unser

Friedensgruß

Agnus Dei

P: Lamm Gottes, du nimmst hinweg die Sünde der Welt.

A: Herr, erbarme dich unser.

P: Lamm Gottes, du nimmst hinweg die Sünde der Welt.

A: Herr, erbarme dich unser.

P: Lamm Gottes, du nimmst hinweg die Sünde der Welt.

A: Herr, gib uns deinen Frieden.

Lieder zur Kommunion: GL 470 „Wenn das Brot, das wir teilen“
GL 392 „Lobe den Herren“

Gebet nach der Kommunion

P: Es bedarf der Liebe, um Dinge zu verbinden, sie glücklich vollenden zu können und zu krönen. Möge der Friede Christi, zu dem ihr berufen seid in einem Leibe, in euren Herzen regieren.
Lasset uns beten:
Herr, erfülle uns mit dem Geist der Liebe. Bringe durch die Kraft dieses Opfers all diejenigen in Liebe und Frieden zusammen, die an dich glauben. Durch Jesus Christus, unseren Herrn. Amen.

Gebet um die Heiligsprechung des Seligen Adolph Kolpings:

Guter Gott!

Du hast uns den Seligen Adolph Kolping als Fürsprecher und Vorbild geschenkt. Sein Leben war erfüllt von der Sorge für junge Menschen in religiöser und sozialer Not.

Sein Anliegen war es Arbeit, Familie und Gesellschaft im Licht unseres Glaubens zu verstehen. Gegenseitige Hilfe in Gemeinschaft verstand er als die Erfüllung christlicher Nächstenliebe.

Wir bitten dich: Lass uns im Internationalen Kolpingwerk heute mitwirken an der Überwindung von Armut, Ungerechtigkeit und Hoffnungslosigkeit. Hilf uns, mutig für das menschliche Leben und den Schutz von Ehe und Familie einzutreten, um so Salz für die Erde und Licht für die Welt zu sein.
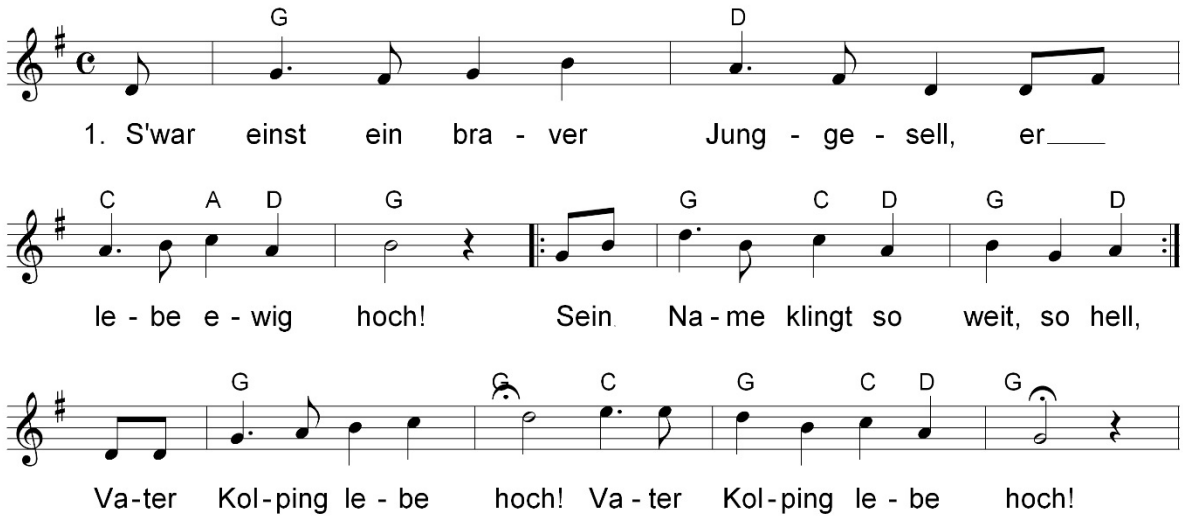
Erfülle unsere Hoffnung, Adolph Kolping in der Gemeinschaft mit der ganzen Kirche in allen Sprachen und Nationen als Heiligen verehren zu dürfen. Lass uns durch Glauben, Hoffnung und Liebe an der Vollendung deines Reiches in dieser Welt mitarbeiten.

Darum bitten wir dich, durch Christus, unseren Herrn. Amen!

Schlusssegen

Schlusslied

Kolpinglied



2. Er machte Schuhe blank und fein,
   als er die Welt durchzog.
   /: Doch blieb sein Herz stets fromm und rein.:/
   /: Vater Kolping lebe hoch! :/

3. Der Schuster ward ein Priester dann,
   Gott war es, der in wog.
   /: Hört, welch ein Werk er da ersann! :/
   /: Vater Kolping lebe hoch! :/

4. Er wollt Gesellenvater sein,
   das Handwerk liebt er noch.
   /: Er gründet den Gesell'nverein. :/
   /: Vater Kolping lebe hoch! :/

5. Vater Kolping ehre jedermann,
   der solch ein Werk ersann.
   Ihr Brüder reichet euch die Hand!
   Ihr Schwestern reichet euch die Hand!
   /: Vater Kolping lebe hoch! :/



Wir würden uns freuen, wenn Kolpingsfamilien den Weltgebetstag auch als Zeit der Begegnung nutzen und dabei die Idee des EINE-WELT-DINNERS aufgreifen. Dazu haben wir ein paar Rezepte herausgesucht, die sich einfach und mit in Deutschland gut erhältlichen Zutaten nachkochen lassen. Informationen zur Aktion „EINE-WELT-DINNER" finden Sie hier: http://eineweltdinner.de/

Cessbaar mit Pilipili ya Papaya
(Kochbananenküchlein mit Papaya-Chili-Sauce)
(ergibt ca. 20 kleine Pancakes)
2 Kochbananen (Plantain)
2 Zwiebeln
2 rote Paprikaschoten
1/2 frische Chilischote
3 EL Milch
100 g Schmand
3 Eier
100 g Maismehl
Sonnenblumenöl
Salz

Zubereitung:
Kochbananen schälen und klein würfeln. Eine der Zwiebeln, Chili und die Paprikaschoten ebenfalls klein würfeln. Zusammen mit Milch und Schmand im Hochleistungsmixer pürieren. Eier zufügen und weiter mixen, alles in eine Schüssel geben. Die andere Zwiebel fein würfeln und zu der Mischung geben. Maismehl zufügen und alles mit einem Kochlöffel vermengen. Sonnenblumenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Mit einer kleinen Schöpfkelle Teig in die Pfanne geben und je Seite für ca. 2 Minuten goldbraun ausbacken. Die fertigen Pfannkuchen auf ein Küchentuch legen und nach Wunsch salzen. Am besten warm, mit Pilipili ya papaya servieren.

Pilipili ya Papaya
1 unreife Papaya (ca. 200 Gramm)
200 ml Wasser
Kleine Rote Chilies (5 – 10 Stück)
2 Knoblauchzehen
200 Gramm Tomatenmark
50 ml Olivenöl
Salz und Pfeffer

Zubereitung:
Unreife Papaya schälen, Kerne entfernen und mit einer Raspel fein raspeln. Mit 200 ml Wasser in einen Topf geben und eine Viertelstunde bei mittlerer Hitze weichkochen. Gelegentlich umrühren. In der Zwischenzeit die Chilis halbieren, die Kerne entfernen und fein hacken. Knoblauchzehen schälen und durch eine Presse drücken. Knoblauch und Chilis mit dem Olivenöl pürieren. Das Knoblauch-Chili-Öl mit dem Tomatenmark zu den Papayas in den Topf geben und einmal aufkochen. Die Hitze reduzieren und für ca. 15 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer nachwürzen.
Sollte etwas übrigbleiben, in ein Schraubglas geben und mit Olivenöl bedecken. So hält sich die Papaya-Chili-Sauce ca. eine Woche bis 10 Tage im Kühlschrank. Sie schmeckt auch sehr gut zu Fleischgerichten.

Mchuzi wa Samaki
(Fischfilets auf Currysauce)
Zutaten für vier Personen:



400 Gramm Fischfilets (z.B. Seebarsch)
1 Teelöffel Kreuzkümmel, gemahlen
1 Teelöffel Koriander, gemahlen
1 Teelöffel neutrales Öl

Für das Currygewürz:

30 Gramm Ingwer, geschält und gerieben
3 Knoblauchzehen, geschält und zerdrückt
1 Teelöffel Kreuzkümmel, gemahlen
1 Teelöffel Koriandersamen, gemahlen
1 rote Zwiebel
Saft einer Zitrone
1 Teelöffel Currypuder
1 rote Chili (Samen heraustrennen)

Für die Soße:

400 ml Kokosmilch
400 ml passierte Tomaten
2 Teelöffel Garam Masala

Zubereitung:
Für die Currypaste alle Zutaten bis auf die Zwiebel in der Küchenmaschine zu einer Paste verarbeiten. Nur ganz wenig Wasser dazugeben. Die Zwiebel klein schneiden. Kreuzkümmel- und Koriandersamenpulver mit etwas Öl vermischen, den Fisch damit auf beiden Seiten bestreichen und auf jeder Seite drei bis vier Minuten anbraten. Das Öl soll schön heiß sein, damit sich die Poren des Filets schließen und der Fisch nicht austrocknet. Fertige Filets warmstellen.
Etwas Öl in eine Pfanne geben. Nachdem es heiß geworden ist, kommt die Currypaste dazu und wird kurz angebraten. Die klein geschnittene Zwiebel dazugeben und bei ständigem Umrühren glasig werden lassen. Danach die passierten Tomaten hinzufügen und nach etwa drei bis vier Minuten auch noch die Kokosmilch. Bei kleiner Flamme etwa fünf Minuten köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren des Fischcurrys das Garam Masala in die Sauce einrühren.
Das Fischfilet auf der Currysauce servieren oder die Filets in mundgerechte Stücke teilen und in die Sauce geben. Traditionell wird Ugali, ein Getreidebrei aus Maismehl, zu diesem Gericht gereicht. Es geht aber auch Reis.

Kuku Paka mit Kokosnussreis
(kenianisches Kokosnuss-Hähnchen)
(4 Personen)

Hähnchen und Marinade

8 kleine Hähnchenschenkel; enthäutet, im Gelenk zerteilt oder ein Hähnchen von 1,5 kg zerteilt
2 Essl. frisch geriebener Ingwer
6 Knoblauchzehen; fein zerdrückt

1	Teel.	Salz
0,5	Teel.	gemahlene Chilis
1	Essl.	Zitronensaft; frisch gepresst

Sauce

250	Gramm	Tomaten; enthäutet, gehackt
2	Teel.	Tomatenmark
2	mittlere	Zwiebeln gehackt
2		scharfe rote Chilischote; entkernt, gehackt
2	Essl.	Kokosraspeln
		Salz
1	Essl.	gemahlener Kreuzkümmel
3	Essl.	Öl; zum Anbraten
400	Gramm	Kokosmilch (gut geschüttelt)
		Wasser; nach Bedarf
4	Essl.	gehacktes Koriandergrün
		Zitronensaft; zum Abschmecken

Alle Zutaten für die Marinade verrühren und die Hähnchenteile damit einreiben. Zugedeckt im Kühlschrank etwa 1,5 - 3 Stunden marinieren lassen.
Für die Sauce Tomaten, Zwiebeln, Chili, Kokosraspeln, Salz und Kreuzkümmel in den Mixer geben und zu einer Paste verarbeiten.
Das Öl in einem ausreichend großen Topf erhitzen, die Tomaten-Paste sofort hineingeben und unter Rühren etwa 7-8 Minuten eindicken lassen, das Wasser soll am Schluss verdunstet sein. Die Hähnchenteile einlegen, die Hitze etwas reduzieren und eine Minute umrühren. Den Deckel locker auflegen und etwa 15 Minuten unter gelegentlichem Rühren braten. Am Ende soll das Hähnchen leicht gebräunt sein (war es bei mir eher nicht, aber gut von der Paste umhüllt).
Kokosmilch und nach Bedarf wenig Wasser zugeben, umrühren und zum Simmern bringen. Zugedeckt weitere 15-20 Minuten sanft garen. Die Herdplatte abschalten, Koriander einrühren und das Gericht mit Salz und Zitronensaft abschmecken.
Hierzu kann man Kokosnuss-Reis servieren. Reis in gewohnter Weise zubereiten jedoch das Wasser durch Kokosmilch ersetzen und nur eine Prise Salz verwenden.

Gebratene Kochbanane

Zutaten:

Pro Person eine Kochbanane (je dunkler die Kochbananen sind, desto süßer schmecken sie), Pflanzenöl, Honig

Zubereitung

Die Kochbananen in Scheiben schneiden, das Öl erhitzen und die Bananenstücke goldgelb anbraten.
Anschließend mit Honig beträufeln. Warm servieren.



Mandazi
(kenianische Donuts)
Portionen: 20 Stück
Zutaten
450 g Mehl Type 405
5 EL Zucker
1 TL Backpulver
½ TL Kardamom
½ TL Salz
1 Päckchen Trockenhefe
80 g Butter
240 ml Milch
1 Ei
1 l Sonnenblumenöl zum Frittieren
2 EL Puderzucker zum Bestäuben

Anleitungen
1. alle trockenen Zutaten in die Schüssel der Küchenmaschine geben und vermischen.
2. die Butter schmelzen, mit der Milch und dem Ei verrühren und zu den trockenen Zutaten geben.
3. mit der Küchenmaschine 10 Minuten kneten bis der Teig reißend vom Knethaken fällt, der Teig sollte leicht klebrig sein ansonsten noch etwas Mehl zugeben, ein Kugel formen und anschließend abgedeckt 1,5 Std. bei Raumtemperatur stehen lassen. Der Teig sollte sich in dieser Zeit verdoppelt haben.
4. den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche ausrollen ca. Bleistift dick und in Stücke Teilen. Die Teigstücke abgedeckt 15 Minuten ruhen lassen, in dieser Zeit Speiseöl in einem Topf erhitzen.
5. die Teigstücke in das heiße Fett geben und goldbraun frittieren, danach auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.
6. die Mandazi mit Puderzucker bestäuben und am besten lauwarm genießen.

Hierzu reicht man schwarzen Tee mit braunem Zucker.