RAFIKI

Världen är full av nya kompisar!

Nr 3 · 2012

Cyklisten Bonny

Skolan med egen regering

Det visste du inte om tigern

Barnkonventionen: Barn har rätt att få vara med och bestämma

Du är viktig!

Vad du tycker och tänker är viktigt, väldigt viktigt. Hur känns det när du får vara med och säga vad du tycker? Och när du inte får vara med, utan bara göra det som andra har bestämt? Och vad kan man egentligen bestämma över när man är barn? I detta nummer av Rafiki lyfter vi fram en av de viktigaste artiklarna i Barnkonventionen, som säger att barn har rätt att vara med och bestämma.

På sida 4 kan du läsa om Bonny som bor i Kambodja. Han får bestämma när han ska lägga sig på kvällen. I Mali får eleverna vara med och påverka i skolan. De väljer barn-ministrar och har egen regering! Läs om hur miljöministern gör för att det ska vara rent på skolgården, på sida 8. Och möt Linnea från Sverige som vill att hennes familj ska gå på teater oftare. Läs mer om vad hon och andra elever tycker på sida 10!

Artiklar som handlar om barns inflytande:

ARTIKEL 12
Du har rätt att uttrycka dina åsikter i alla frågor som rör dig. Vuxna ska lyssna och ta hänsyn till dina åsikter.

ARTIKEL 13
Du har yttrandefrihet. Det betyder att du har rätt att söka efter, ta emot och sprida information och tankar.

ARTIKEL 14
Du har rätt att tänka och tycka vad du vill. Du har rätt att följa din övertygelse och att ha vilken religion du vill. Dina föräldrar får vägleda dig, men aldrig bestämma över dina tankar.

ARTIKEL 15
Du har rätt att vara medlem i föreningar och att välja att gå ur föreningar. Du får också delta i möten så länge de är fredliga.

Källa: Barnombudsmannen

ARTIKEL 12

Alla barn har rätt att
få vara med och bestämma

Artikel 12 i Barnkonventionen slår fast att alla barn har rätt till inflytande. Barn har rätt att vara med och påverka sådant som handlar om dem. De vuxna ska lyssna och ta hänsyn till vad barn tycker.
Det betyder att dina åsikter är viktiga och att vuxna som dina föräldrar och lärarna i skolan ska lyssna på dig – även om det kanske inte alltid blir som du vill. Det betyder också att om en myndighet eller domstol håller på med en fråga som rör dig ska du få möjlighet att få säga vad du tycker.

Artikel 12 hänger ihop med artiklarna 13-15 som också handlar om barns rätt till inflytande. Du har rätt att tänka och tycka vad du vill. Dina föräldrar får ge dig råd men de får inte bestämma vad du ska tänka. Du har också rätt att vara med i och gå ur vilka föreningar du vill, t ex scouterna och idrottsföreningar. Du har rätt att säga vad du tycker – men du får inte säga vad som helst, det finns lagar du måste rätta dig efter. Det här är viktiga saker att hålla koll på, så att du vet vilka rättigheter du och andra barn har och kan tala om när det inte stämmer.

© Henry Hahne

Bonny är på väg till en kompis. Den blå cykeln går fort på grusvägen. Här kommer inte många bilar, men både mopeder och motorcyklar kör förbi. Fast allra mest är det cyklar, här verkar alla cykla! Bonny tvärvänder och sladdar in på gården. Vi sätter oss under mangoträdet för det är varmt i solen.

Kambodja

"Det roligaste i skolan är kull!"

Bonny är tio år och går i trean. Han bor med mamma och pappa och storebror Picet i ett litet hus bredvid farfar och farmors hus i Kambodja.

Mamma är hos en granne och pappa är hemma. Pappa odlar ris men just idag grejar han med annat. Familjen har åkrar en bit från huset. För en månad sedan planterade de ris och om några veckor ska de plantera om det som växt upp. Då är det stressigt. Då hjälper alla i familjen till och pappa jobbar hela tiden.

– Jag cyklar till skolan, säger Bonny. Det är inte så långt. Den här veckan börjar jag klockan sju och slutar klockan elva. Det bor många barn i byn. För att alla ska få plats i skolan går hälften av eleverna på morgonen. Den andra hälften går på eftermiddagen. Efter en månad byter man så det blir rättvist. Därför är storebror Picet i skolan just nu.

Bonnys dag börjar tidigt, redan vid fem-tiden. Då går han iväg med korna som ska stå och beta på en äng. Sedan sopar han lite – om inte mamma har gjort det. Innan han tar på sig skolkläderna tvättar han sig. Till frukost äter han ris och grönsaker. Ibland är det "babou", en risgrynsgröt som man äter med lite salt fläsk. Efter frukosten tar han cykeln till skolan.

– Jag gillar att läsa, säger Bonny. Och jag är bra på att skriva. Det är faktiskt inget som är svårt i min skola.
– Vad jag gör på rasten? Jag leker med kompisarna.

Bonny
Bor i: Kambodja
Ålder: 10 år
Gillar: Läsa

På Barnens dag leker man Hela havet stormar på skolgården. Du kan se det på film på www.rafiki.se

Kop och Celia går i klass tre i huvudstaden Phnom Penh.

Mest är det kull. Det är det roligaste med skolan, säger Bonny.

– När jag kommer hem från skolan äter jag lunch. Jag brukar diska och sedan går jag och hämtar korna. Läxorna gör jag på kvällen, så på eftermiddagen cyklar jag till kompisar. Jag gillar att leka och läsa!

Ibland leker Bonny med sin lilla kusin som hans familj tar hand om på dagarna.

– Hennes mamma och pappa åker tidigt på morgonen med en lastbil, berättar Bonny. Sedan jobbar de på en fabrik och kommer inte hem förrän vid åtta på kvällen.

Det är ganska många i byn som jobbar på fabrik, men de flesta håller på med jordbruk.

På kvällen går Bonny och Picet på klubben. Alla barn i byn är väl-

FAKTARUTA:

Hoppar av skolan

I Kambodja börjar nästan alla barn i skolan, både killar och tjejer. Men efter sjätte klass har många slutat. Det är många som inte klarar proven för att få gå i nästa klass. Lärarna har väldigt låg lön och är inte alltid i skolan. De kanske har ett annat jobb också och så får eleverna vara i skolan utan lärare. Av hundra barn är det bara 30 som börjar sjuan. Många elever betalar för extralektioner hos sin lärare för att klara proven. Många jobbar istället för att gå i skolan.

Så här ser husen ut där Bonny bor.

När Barnens dag firats i skolan får eleverna ta med sig ballonger hem!

FAKTARUTA:

Klubb hjälper

I Bonnys by finns en klubb ditt alla barn är välkomna. Här får de extralektioner och behöver inte betala. Till klubben kan de komma flera kvällar i veckan och även på helgen. Klubben är på byns mark och bychefen är med och ser till att det fungerar. Det är lite äldre ungdomar som ställer upp som lärare. De har gått ut alla tolv åren i skolan. Barnen ser till att stolar och bord kommer på plats. Alla barn har med sina vanliga skolböcker. Klubben är ett sätt att ge fler barn chans att klara sin utbildning.

Fundera på:

Vad är du med och bestämmer om hemma hos dig?

komna. Det är lektioner i khmer och engelska. – På söndagar är det en som lär oss om datorer. Då måste farfar starta en generator så datorerna får ström. Det gör vår engelskalärare också. Hans lektion börjar när det blivit mörkt och då måste vi ha lampor. Det bästa med klubben är att prata engelska, tycker Bonny.

Bonny berättar att de lär sig om barns rättigheter på klubben: Äta, leva, att någon bryr sig om, gå till skolan och att ha en bra plats att leva på. Alla har rätt till det.

Rafiki undrar vad Bonny bestämmer över.

Konstig fråga, tycker Bonny.
– Jag gör som mina föräldrar säger. Men det är klart – på eftermiddagen väljer jag att göra det jag gillar. Och jag går och lägger mig när jag vill!

Om Bonny får bestämma vad han ska jobba med behöver han inte tänka länge.
– Då ska jag bli polis, bestämmer Bonny direkt. Sedan springer han och hämtar pappa som ska titta på när Bonny hoppar mak*.

*Vet du vad mak är? Titta på sidan 15!

Text och foto: Andreas Hallman

Eleverna i regeringen på skolan Lumière läser Rafiki!

Skolan som har egen regering

På skolan Lumière i Mali får eleverna vara med och bestämma. Eleverna har en regering och hälsoministern har sett till att skolan fått en ny, ren servering utan läskiga termiter. Mariam som är utbildningsminister kollar upp om någon elev har problem och behöver extra hjälp. Självklart är sportministern med och ordnar sporttävlingar också!

Vad gör ni i regeringen?
– Vi träffas varje torsdag efter skolan, säger Kadidiatou. Då har vi möte och diskuterar saker som eleverna tycker är viktigt. Jag är premiärminister och leder regeringen. Det är jag som samlar ihop våra åsikter och tar dem till rektorn.

Alla i regeringen har blivit valda av skolans elever.
– Ministrarnas uppgift är att undersöka vad eleverna vill och tycker är viktigt. Till sin hjälp har vi rådgivare som utses i varje klass. Det är viktigt att alla har möjlighet att säga vad de tycker, berättar Kadidiatou som är premiärminister eller statsminister.

Utbildningsminister Mariam:

– Jag ser till att det är lugn och ro så att man kan studera och lära sig saker. Om det är någon elev som bråkar eller som har något problem kan de få hjälp.

Miljöminister Ousmane:

– Mitt ansvar är att se till att skolgården hålls ren och att det är städat i våra klassrum. Eleverna turas om att hålla rent på gården och vi talar om för alla att de inte ska skräpa ner.

Hälsominister Beatrice:

– Om det är någon elev som är sjuk så kan de få hjälp att komma till doktorn. Jag kollar också vad som säljs i kiosken så att det är bra för hälsan. Innan kunde man hitta läskiga grejer bland det som man skulle äta – som flugor och termiter. Det var smutsigt och jätteäckligt! Nu har vi fått en ny servering där det är rent. Om vi inte hade gjort något hade inte det hänt.

Sport/kulturminister Oumou:

– Vi ordnar föreställningar med musik och dans och olika sporttävlingar. Jag gillar basket mest.

Varför behövs det en regering på en skola?

– Innan regeringen startade hade vi elever inte mycket att säga till om, vi hade ingenstans att vända oss.

Vad är demokrati?

– Demokrati, det är förändring. Det är som i en familj: förr var det bara pappan som bestämde, nu sätter man sig och diskuterar. Tillsammans.

– Jag tycker att det är att man får ha rättigheter och skyldigheter utan att de stora kör över en. Barn har mer rättigheter och de vuxna kan inte tvinga barn att gifta sig.

Vad är det att vara en bra kompis?

– Någon som förstår och som kan ge bra råd. Som kan stoppa en om man håller på att göra något dumt. Och som hjälper en att vara på gott humör!

Text och foto: Anna Wendal

Fundera på:

1. **Varför är det viktigt att många är med och bestämmer?**
2. **Vad hjälps ni åt med att bestämma om på er skola?**

Världens första elefant med benprotes!

Foto: Andreas Hallman

Elefanten Chouk fångades i en snara av tjuvskyttar i Kambodjas djungel. Nu har han fått komma till en djurpark där man tar hand om djur som fångats in olagligt. Chouk är den första elefanten i världen som har fått en benprotes. Hans ben skadades svårt av snaran men nu har det läkt. Med hjälp av protesen kan han gå igen! Vill du besöka Chouk finns han på Phnom Tamao i Kambodja.

Kultur

Tempel i Kambodja

Det här templet finns utanför Kambodjas huvudstad Phnom Penh. De mest kända templen i landet ligger på en plats som heter Angkor mitt i djungeln. Där finns flera hundra hinduiska tempel som byggdes på 1100-talet. Templen var viktiga i samhället. Hit kom folket för att be, men det var också här man betalade skatt.

Även idag finns många tempel i Kambodja. Men idag är buddhismen Kambodjas stora religion. Därför är templen buddhistiska.

En del pojkar går i skola i templen. Då kan de bli munkar om de vill.

Foto: Åsa Dahlgren

Historia

Krig i Kambodja

På 1960-1970-talet pågick ett inbördeskrig i Kambodja. De röda khmererna tog makten 1975 och Pol Pot blev landets ledare. Människor som bodde i städer tvingades ut på landet, eftersom ledarna tyckte att Kambodja hade blivit för modernt. De ville att människor skulle arbeta med jordbruk som förr i tiden. Alla som inte höll med ledarna dödades. Människor som hade utbildning dödades också. Totalt var det nästan ¼ av befolkningen som dödades. Många dog även av svält, sjukdomar eller av hårt arbete i arbetsläger. Det gjorde att det fanns väldigt få vuxna människor i landet efter kriget. De flesta som överlevde var barn eller gamla.

Inte förrän långt efteråt fick resten av världen veta att nästan 1,7 miljoner dödats i Kambodja under de fyra år som Pol Pot haft makten. Ungefär 20 år efter folkmordet, 1999, började FN och Kambodjas regering att starta en process mot ledarna av röda khmererna. Det var för att de som dödat så många människor till sist skulle få sitt straff.

Ljus brinner för de som dödats vid Killing fields, eller Dödens fält. Fortfarande hittar man benrester och tänder efter de som dödats. I glasmontern kan man som besökare lägga benrester och tänder som man hittar här, för att visa respekt.

Intervju

Om jag fick bestämma...

Stella

9 år, Varberg

Vem bestämmer hemma?
– Jag tror det är mamma.

Vad bestämmer du över?
– Jag bestämmer över mitt rum, mina saker. Om vi ska åka på utflykt är jag med och bestämmer vart vi ska åka.

Om du fick bestämma – vad skulle du bestämma då?
– Att jag fick göra om mitt rum. Och att det aldrig var något tjafs och bråk. Inget sånt!

Vad skulle du vilja bestämma i skolan?
– Vad man ska göra i skolan på lektionerna.

Vhusomuzi

11 år, Zimbabwe

– Jag har tre äldre bröder och i min familj får alla vara med och säga vad de tycker. Men mina föräldrar bestämmer om de viktigaste sakerna. Jag får bestämma en del och det är okej.
– Jag väljer vilka sporter jag vill vara med i och vilka kompisar jag leker med. Och jag kan välja vilka böcker jag vill läsa. Jag har också kunnat välja vilken skola jag ska gå i.

Matte är mitt favoritämne och får jag bestämma så ska jag jobba som advokat när jag blir stor.

HUR SER BARNS INFLYTANDE UT I OLIKA LÄNDER?

I Indien och Nepal bestämmer rektorn och lärarna ofta allting i skolan. De lyssnar inte så mycket på vad eleverna tycker. Så ska det inte vara. Därför jobbar IM med att eleverna ska få mer inflytande i skolan. Ett sätt är att bilda ett elevråd. Det har du säkert på din skola, men det är väldigt ovanligt i både Indien och Nepal. IM hjälper till att starta elevråd på skolor så att barnen får vara med och bestämma om saker som rör dem. På Srongtsenskolan i Nepal finns ett elevråd som bland annat ger förslag på saker de vill göra eller tycker ska ändras – och rektorn och lärarna lyssnar på eleverna.

BARNKLUBBAR

Erikshjälpen jobbar med barnklubbar i Kambodja och flera andra länder. Där får barnen vara med och ta del i de beslut som fattas och som påverkar dem.

Linnea

14 år, Vetlanda

Vem bestämmer hemma?
– Hemma bestämmer vi en del tillsammans hela familjen, men det mesta bestämmer mamma och pappa.

Vad bestämmer du över?
– Bland annat vad jag har på mig för kläder, hur jag ska möblera i mitt rum, vilka fritidsaktiviteter jag ska gå på och vilka kompisar jag träffar. Jag bestämmer även när och hur jag ska göra läxor och plugga inför prov.

Vad är du med och bestämmer över?
– Jag får vara med och bestämma vad vi ska äta för middag ibland, men ofta hinner mamma laga maten innan vi hinner önska något, haha. Mina föräldrar låter mig även komma med förslag och idéer på hur vi ska inreda hemma, eller vart vi ska åka på semester.

Om du fick bestämma – vad skulle du bestämma då?
– Då skulle jag göra så att familjen åkte på teater och musikal mycket oftare, för det tycker jag är kul att titta på. Jag skulle också bestämma att vi åkte och såg en balettföreställning… eller fler, om det är kul!

Vad skulle du vilja bestämma i skolan?
– Jag skulle göra teater eller drama till ett obligatoriskt ämne, mest för att det är så fruktansvärt roligt, men också för att man lär sig att prata inför folk. Däremot skulle man inte få betyg eller omdömen i det ämnet för då skulle man inte våga vara sig själv och spela ut ordentligt.

Wilmer

9 år, Varberg

Vem bestämmer hemma?
– Mamma.

Vad bestämmer du över?
– Mitt rum, min dator och min mobil. När jag ska titta på TV. Och min fotboll!
Jag får också vara med och bestämma lite över hur mycket jag ska få i veckopeng. Och om vi ska bygga om huset.

Om du fick bestämma – vad skulle du bestämma då?
– Slippa gå i skola. Hur mycket veckopeng jag skulle få. Och att det inte regnar ute, säger Wilmer och ler underfundigt och pekar mot fönstret där regnet öser ner.

Vad skulle du vilja bestämma i skolan?
– Jag vill kunna bestämma vilka läxor vi ska ha.

Stewart

8 år, Zimbabwe

– I min familj bestämmer mamma det mesta eftersom pappa inte är hemma så mycket. Han jobbar i guldgruvan och är borta flera dagar i rad. Jag får bestämma vilka jag ska leka med både hemma och i skolan. Och jag får välja vilka sporter jag vill. Jag älskar att spela fotboll!

Jag önskar att jag kunde bestämma vilken skola jag ska gå i. Den jag går i nu är inte så bra. Här får alla gå men om vi hade haft mer pengar kunde jag gått i en bättre skola inne i stan.

Det du alltid undrat om tigern

Hej tiger, är det verkligen sant att du är utrotningshotad?
– Det är tyvärr alldeles sant. För hundra år sedan fanns över 100 000 tigrar i världen, i många länder från Turkiet i väst, via Kazakstan till östra Ryssland, Kina och Korea. I söder fanns det tigrar i Iran, Pakistan, Indien, Malaysia och den indonesiska övärlden. Bara i Indien fanns det 40 000 stycken. Sorgligt nog finns det bara lite över 3 000 av oss kvar idag. På vissa platser är tigrarna redan helt utrotade.

Men hur kan ett så stort och starkt djur som du vara utrotningshotat?
– Det finns flera orsaker, men människan ligger bakom dem alla. Många av de områden där tigrar förr levde är idag försvunna. Skogar har blivit åkrar där människor odlar eller områden där människor bor och lever. När människorna flyttar närmare tigrarna så händer det att tigrar dödar boskap. Då hämnas en del människor genom att lägga ut gift som tigrar dör av. Trots att man inte får jaga utrotningshotade djur så skjuter tjuvjägare tigrar i hemlighet.

I vilka områden trivs ni tigrar bäst?
– Vi gillar stora vildmarksområden där vi har gott om plats att ströva omkring. Vi tycker om klippor och bergstrakter också. När skog och djungel försvinner på många håll i världen, så blir det svårare för oss tigrar att hitta varandra. Vi måste ju träffas för att kunna para oss, så att det föds nya tigrar.

Vi är det största kattdjuret som finns i världen idag!

Hur många ungar får en tiger?
– Tigerhonorna bär tigerungar i magen i 104 till 106 dagar, sedan föds mellan två och fem ungar. Det första halvåret diar de, sedan får de lära sig äta och hitta mat på egen hand. När ungarna är två år gamla är de vuxna nog att klara sig själva.

Hur stor kan en tiger bli?
– Stora! Vi är ju det största kattdjuret som finns i världen idag! En bengalisk tiger-hane kan väga upp till 270 kg, men allra störst är den sibiriska tigern som kan väga så mycket som 320 kg. Honorna brukar vara lite mindre. De väger mellan 125 och 160 kg. Den minsta tigern heter sumatratiger. En tigers kropp kan vara mellan 140 och 280 centimeter lång. Mät upp det i klassrummet så ser du hur stora vi är! Bara min svans kan bli mellan 60 och 109 cm lång.

Vad äter tigrar?
– Helst stora djur, som hjortar, grisar och oxdjur. Det händer att tigrar dödar tama kor och det har hänt att de dödar människor. Men om man jämför så är det många fler tigrar som dödas av människor, än människor som dödas av tigrar.

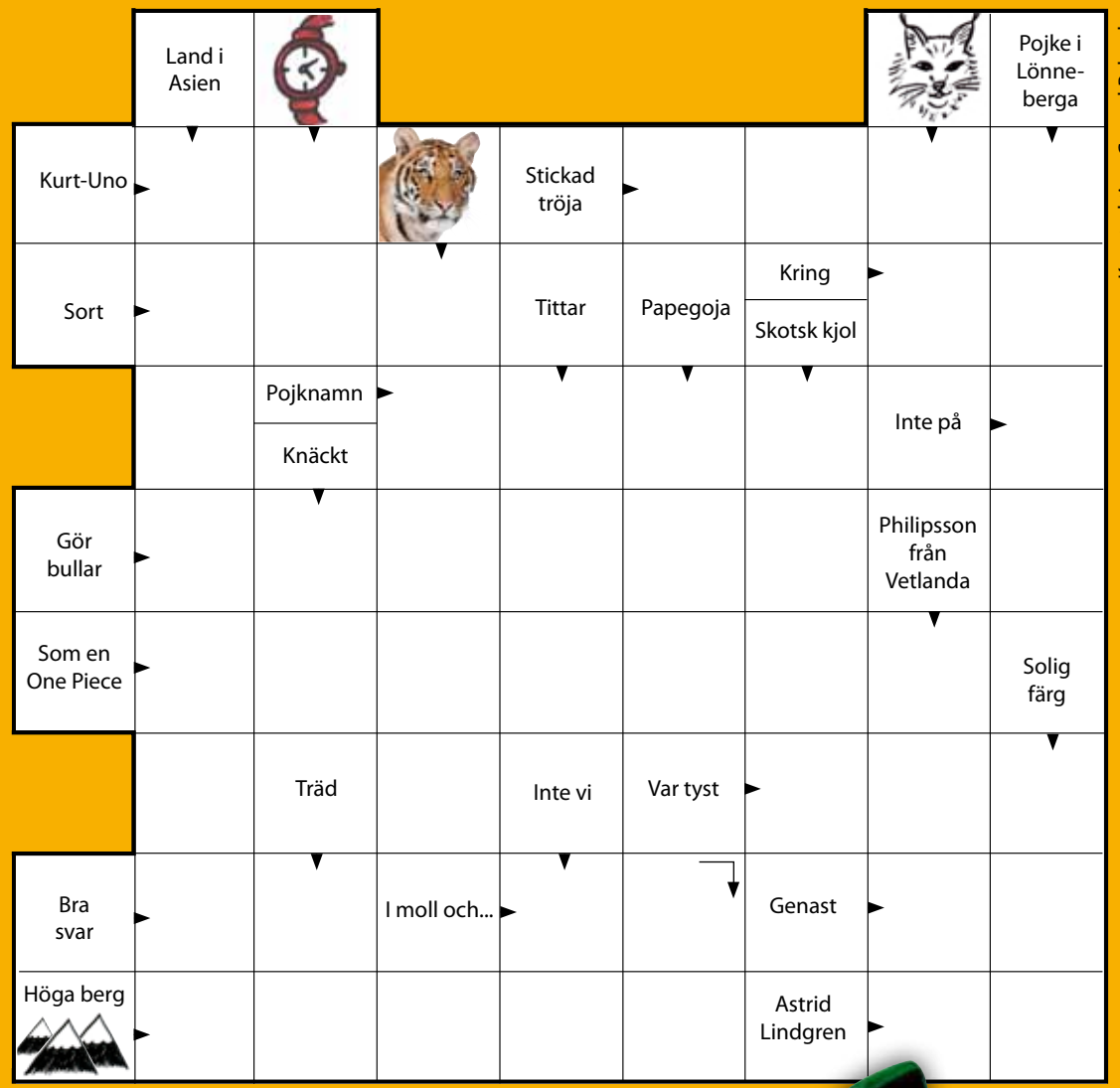
Hur kan tigrarna bli fler igen?
– Flera organisationer jobbar med att hjälpa tigrar. En av dem är WWF; Världsnaturfonden. De jobbar med tigrar i Indien, Ryssland, Kambodja och Indonesien. Man skapar tigerreservat och jobbar även med att se till att skogarna där vi lever hänger ihop med varandra. Om skogarna har blivit avskurna från varandra till exempel genom att man har huggit ner för många träd, så jobbar man för att plantera nya igen.

Källa: Världsnaturfonden WWF (www.wwf.se) och Nationalencyklopedin (www.ne.se)

Text: Johanna Lindberg

Foto: Istockphoto/Eric Isselée

Krysset



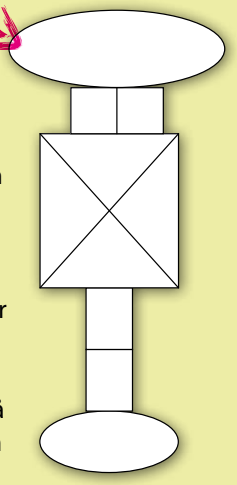
Konstruktion: Gunnel Rylander

Kan du lösa Rafikikrysset?

Du kan vinna en elefant!
Senast den 8 oktober vill vi ha din lösning. Om du inte vill klippa sönder tidningen kan du ta en kopia på sidan. **Skicka lösningen till** ”Rafiki-kryss 3/2012”, Erikshjälpen, Box 1, 570 15 Holsbybrunn.
Glöm inte namn och adress! Den 11 oktober presenterar vi vinnarna på www.rafiki.se

Mak

Så här kan man spela mak! Bonny som du kan läsa om på sida 4 har lärt Rafiki hur man gör.



- Rita så här i sanden.
- Starta i den mindre ovalen.
- Kasta en liten sten i första rutan.
- Hoppa på ett ben direkt till den andra rutan (hoppa över den som stenen ligger i).
- Hoppa sedan i varje ruta till den stora ovalen där man sätter i två fötter och vänder.
- På tillbakavägen plockar du upp stenen. Då måste du stå på ett ben i rutan innan och sedan hoppa i mål.
- Nu kastar du stenen i nästa ruta. Hoppa hela vägen. Ta upp stenen och hoppa i mål. Och om stenen hamnar utanför eller du hoppar i fel ruta så är det kompisens tur.
- När du har kastat stenen i alla rutor och kommit i mål är du klar.

Men Bonny och kompisarna i Kambodja vänder sig om och kastar stenen baklänges och kör ett varv till!

RAFIKI
Världen är full av nya kompisar!

Rafiki nr 68 (3/2012) •
Alla barn har rätt att få vara med och bestämma

Rafiki betyder kompis på språket swahili. Skoltidningen passar för barn i de tidigare skolåren och tar på ett enkelt sätt upp barns vardag runt om i världen, visar på likheter och olikheter och lyfter barns rättigheter.

Prenumerationspris per år (4 nr) inkl frakt och moms.

1 ex	**per utgåva**	**50 kr**
30 ex	**per utgåva**	**250 kr**
100 ex	**per utgåva**	**800 kr**

Tidningen kommer i januari, mars, augusti och oktober.

Har ni frågor eller önskar annat antal tidningar än ovan är ni välkomna att höra av er på 0383-46 74 50 eller läs mer på www.rafiki.se.

Erikshjälpen och **IM** står bakom Rafikiprojektet. Informatörer är ute i skolor och berättar om barns lika värde och skapar kontakt mellan barn i Sverige och i andra länder. Arbetet bygger på barnkonventionen. Tillsammans med skolklasser gör Rafiki insatser för barn som inte har det så bra. Då får barn i Sverige se att det går att förbättra världen.

Rafiki stöds av Sida genom Svenska Missionsrådet.
Erikshjälpen och IM arbetar för barn och vuxna runt om i världen. En av våra viktigaste uppgifter att se till att barn får gå i skola. De får också bra mat och sjukvård.

Kontakta gärna våra informatörer för besök, ring 0709-37 33 06 eller 0709-37 33 08.

Utgivare:
Erikshjälpen och IM
E-post: rafiki@rafiki.se
www.rafiki.se
Ansv.utgivare: Bengt Swerlander
Redaktion: Camilla Sköld, Åsa Bengtsson, Andreas Hallman, Bitte Arréhn, Johanna Lindberg och Henry Hahne.

ISSN 1401-4335 *
Layout & tryck: Prinfo Bergs (svanenmärkt tryckeri)

ERIKSHJÄLPEN
Individuell Människohjälp
www.erikshjalpen.se
www.manniskohjalp.se

Baka en rytande god TIGERKAKA

Du behöver:

150 gram smör
2,5 dl strösocker
3 ägg
3 dl vetemjöl
1 tsk bakpulver
1 dl mjölk
2 msk kakao
1 msk vaniljsocker

Gör så här:

1. Vispa smör och socker mjukt, lägg i äggen ett i taget under omrörning.
2. Blanda mjöl och bakpulver och rör ner tillsammans med mjölken. Rör till en jämn smet.
3. Häll en fjärdedel av smeten i en skål och blanda i kakaon i den. Blanda resten av smeten med vaniljsocker.
4. Smörj och bröa en sockerkaksform. Häll hälften av den ljusa smeten i formen. Häll över all den mörka smeten och avsluta med den ljusa.
5. Dra med en kniv rakt genom smeten i formen en gång, så blir kakan tiger-randig.
6. Grädda i 175 grader i nedre delen av ugnen i ca 40 minuter.

Bjud en kompis och servera kall mjölk till!
Grrrrrrr…ymt gott!

Goda luncher som kan köpas i Kambodja. Vill du smaka på en rätt får du den för ca 16 kronor. Och du blir garanterat mätt!

Missa inte Rafiki Special till FN-dagen