

# SHEANØDDER - GRYDEN I KOC

Tekst: Lef Rasmussen / Musik: Simon Nielsen © 2014

Savannens guld kaldes sheanødderne ofte. Det er en meget værdifuld nød, som indsamles fra træer på savannen. Heraf udvindes sheanødsrør og sheanødlie. To ingredienser som indgår i mange dyre cremer og sæbe, som også sælges her i Danmark. Kig engang på indholdet på din hudcreme. Indsamling og bearbejdning af sheanødder er en vigtig indkomstkilde for mange kvinder, og Nordghana er storleverandør til verdensmarkedet.



Swing

**Vers** D A7 D D7 G A7

Træ er stårspredd o-ver slet-ten- og kal-des sa - va-nens guld for-di- der  
 Ihm E<sub>n</sub>7 A7 D Ihm E<sub>n</sub>7 A7

fin - des en o - lle in - den - i.  
 D A7 D D7 G A7

Vig-tigt at væ - re på plet-ten- og pluk-ke fra træ - er-nes gre - ne mens  
 E<sub>n</sub>7 D/F# E7/G# A7 trommer

nød-der- ne- end-nu er- gron - ne og re - ne-  
 Omky. G D/F# E<sub>n</sub>7 A7 Ihm E<sub>n</sub>7 D/F# A7

Nød-den skal knæk kes og ker-nens skal ud- O - lle til sæbe og o - lle til hud.  
 Ihm G<sub>n</sub>7/Bb D/F# G E<sub>n</sub>7 D/F# G trommer

Cre-mengør hu-denså fin og smuk som vardet en skin-nen de bar-bie-duk.  
 D Ihm E<sub>n</sub>7 A7 3 D Ihm E<sub>n</sub>7 A7 3

1. Træer står spredt over sletten og kaldes savannens guld fordi, der findes en olie indeni. Vigtig at være på pletten og plukke fra træernes grene mens nødderne endnu er grønne og rene.  
*Nødden skal knækkes og kernen skal ud:  
 Olie til sæbe og olie til hud.  
 Cremen gør huden så fin og så smuk  
 som var det en skinnende barbie-duk.*
2. Nødderne koges i gryder, blandt kaglende høns og baby-fis, kasava samt kolbemaajs og ris. Livet i compounden syder da nødderne lægges til tørre, et arbejde kvinder og børn nu må gøre.  
*Nødden skal knækkes ---*
3. Nødden skal kokkes i skallen så kernen kan melde hus forbi, og føle sig rigtig oliertig. Møllen - forsomt og forfalden skal male til flydende masse. Forst da kan man sige om olien gir kasse.  
*Nødden skal knækkes ---*