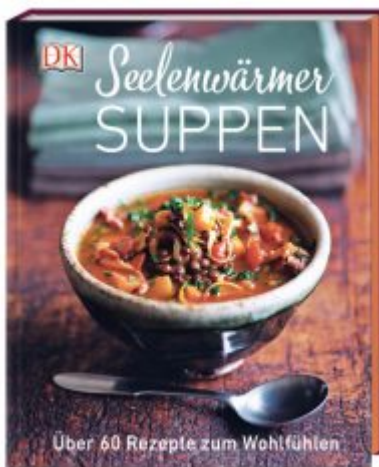


## Sachbuch | Seelenwärmer Suppen

Suppen hatten schon immer das gewisse Etwas, vielleicht liegt es ja daran, dass man eine Suppe langsamer isst, als das Tellergericht: Die Suppe ist heiß, man pustet, man inhaliert Gewürze und Essenzen, der Duft fördert Appetit und Hunger. So werden sie viel eher als jedes noch so wunderbare Gericht zu Seelentröstern und »Seelenwärmern«. **BARBARA WEGMANN** erinnert sich und blättert sich gleichzeitig durch über 60 schmackhafte Rezepte.



Gerade letzte Woche sagte mir ein ganz lieber Mensch, ich solle unbedingt eine Hühnersuppe essen mit meiner Erkältung. Das tat ich und es ging mir besser als die warme Suppe sich wohlig in mir ausbreitete und ich mich dabei an meine Großmutter erinnerte, die auch stets eine Suppe, manchmal »nur« eine Bouillon mit »Fettäugelchen« und Nudeln abends für mich hatte.

Suppen, sie sind Alleskönner: als Eröffnung für ein köstliches Menü, als Schnellgericht zwischendurch, als »Resteverwerter« für all das, was im Gemüsefach schlummert oder als Kreation und Komposition voller Düfte, Aromen, Würzigkeit und Wohlgerüchen. Eine Suppe erfordert meist nur einen »minimalen Aufwand«, lässt sich in der Regel gut einfrieren und ist oft relativ einfach zubereitet.

Das 144-seitige sehr schön aufgemachte Buch birgt Suppenschätze, die relativ bekannt sind, wie zum Beispiel die Karotten-Kürbis-Suppe mit Ingwer und Orangen, mit »wärmender Schärfe und seidig-cremiger Konsistenz.« Natürlich kennt man auch die Französische Zwiebelsuppe, eine Linsen-Speck-Suppe, oder eine Minestrone, was für ein Genuss. Aber dann sind da die kleinen Tricks, wer gibt unbedingt Kokosmilch an eine Blumencremesuppe? Oder Fenchel und Pastis an eine Meeresfrüchtesuppe mit Rouille?

Oder Kaffirlimette an eine Frühlingshühnersuppe?

Neben also Bekanntem, hier und da raffiniert verfeinert, hat das Buch viele ausländische Suppen zu bieten. Aus der malaysischen Küche etwa, Vietnam, Marokko, Thailand oder Japan. Ein kurzer Antext sorgt für Besonderheiten, Herkunft oder schildert ein Stückchen Hintergrund: London Particular – der Name dieser leckeren Suppe aus Erbsen »bezieht sich nämlich auf den dichten, grünlichen Nebel, – ursprünglich als Erbsensuppe, später als »London Particular« bezeichnet – unter dem die Stadt seit Beginn der Industrialisierung im späten 18. Jahrhundert bis zur Einführung des Luftreinhaltegesetzes 1956 oft zu leiden hatte.«

Einfache Suppen, deftige, leichte, feine Suppen, Cremesuppen und vor allem eine kleine Basic-Schulung, was Fonds angeht. All das bietet das Kochbuch mit attraktiven Rezepten. Ich habe mich heute Abend für die Lauch-Kartoffel-Cremesuppe mit Schinken entschieden. Es geht mir wieder besser, dank der Hühnersuppe, also Zeit, mal ein weiteres Rezept auszuprobieren. Und wer weiß, vielleicht finde ich ein Haar in der Suppe, bin verliebt, weil ich sie versalze, muss sie auslöffeln, wenn sie nicht gelingt, aber eines weiß ich nach der Lektüre dieses Buches genau: Alles einmal auszuprobieren, das ist so gut, wie das Salz in der Suppe.

| [BARBARA WEGMANN](#)

**Titelangaben**

[Seelenwärmer Suppen](#)

Über 60 Rezepte zum Wohlfühlen

München: Verlag Dorling Kindersley 2019

ISBN: 9783831038442

16, 95 Euro