



## Ursuppe

November 2011

... *Back to the Roots* ...

**Zutaten:** für 2 Urgesteine und 2 Suppenlöffel

4 Kartoffeln, in Würfel geschnitten

4 grosse Karotten, in feinen Scheiben

4 Stengel Stangensellerie, in feine Würfel geschnitten

4 Schwarzwurzeln, in feine Stengel geschnitten

Liebstockel, Peterli, Zwiebeln, Knoblauch, 1 kl. Stück Ingwer, 1 Lorbeerblatt

Paprika, weisse Pfefferkörner, wenig Curry

ca. 2 Liter Bouillon

### Zubereitung

... Die Zwiebeln und die Knoblauchzehen in feine Streifen schneiden und in Olivenöl andünsten ... Das Gemüse und die Kräuter zugeben und mitdünsten

... Das Ganze mit der Bouillon ablöschen und würzen ... Die Suppe auf kleinem Feuer ca. 20 bis 25 Minuten köcheln lassen ...

### Tipps:

... Wandern Sie durch nächtliche Gefilde, bis Sie kalte Füsse haben ... Schauen Sie schon längst erloschenen Sternen nach und besinnen Sie sich auf Ihre Wurzeln ... Klopfen Sie die Erdschollen von Ihren Stiefeln, bevor Sie die heimelige Stube betreten ... Zaubern Sie mit einem Urknall eine warme Atmosphäre herbei und servieren Sie unendlich lang die Suppe nach uralter Sitte ... Wünschen Sie weitere Suppenrezepte oder heisse Ohren wenden Sie sich an folgende Adresse: [info@koifischer.ch](mailto:info@koifischer.ch)

### Links

[www.youtube.com/watch?v=gbXtd5JuheY](http://www.youtube.com/watch?v=gbXtd5JuheY)

[www.youtube.com/watch?v=TVQsJpVQHZY&feature=related](http://www.youtube.com/watch?v=TVQsJpVQHZY&feature=related)

[www.youtube.com/watch?v=cNAaevYgNzk](http://www.youtube.com/watch?v=cNAaevYgNzk)

[www.youtube.com/watch?v=PS12JTP4v9c](http://www.youtube.com/watch?v=PS12JTP4v9c)

[www.youtube.com/watch?v=fvo-acpCZiw](http://www.youtube.com/watch?v=fvo-acpCZiw)

[www.youtube.com/watch?v=OAXCqezZ9U8](http://www.youtube.com/watch?v=OAXCqezZ9U8)

[www.youtube.com/watch?v=aFdTzMJKLW0](http://www.youtube.com/watch?v=aFdTzMJKLW0)

[www.youtube.com/watch?v=BshxCijNEjY&ob=av2e](http://www.youtube.com/watch?v=BshxCijNEjY&ob=av2e)

HOTLINE: [info@koifischer.ch](mailto:info@koifischer.ch)

