

Inhalt

Mein pures Glück zum Löffeln	7
Ich erobere meine Suppenwelt	8
Suppen sind Seelentröster	9
Vegane Suppen machen besonders glücklich	9
Kleines Suppen-Know-how	11
Suppen früher und heute	11
Suppe ist nicht gleich' Suppe	12
Klare Suppen	13
Gebundene Suppen	14
Eintöpfe	14
Süße Suppen	15
Kalte Suppen	16
Brühe gut – Suppe gut	17
Brühe aus Gemüseresten	21
Selbst gemachte Instantbrühe	23
Alles, was man zum Suppenglück braucht	27
Notwendiges Suppen-Handwerkszeug	27
Zutaten und Tipps für die Suppenküche	29
Hülsenfrüchte in der Suppenküche	29
Salz	32
Suppen als clevere Resteverwertung	32
Aufbewahrung von Suppen	34
Suppen-Pannenhilfe	34
Die Suppe ist	34
... angebrannt	34
... zu salzig	35
... zu dünnflüssig	35
... zu dickflüssig	35
... zu dunkel	35

... zu hell	36
... zu fettig	36
... zu scharf	36
... zu trüb	36
... total verkocht	36
Suppen-Knigge	37
Hinweise zu den Rezepten	38
 Rezeptteil:	
Für den Familientisch	40
Für feine Feste	52
Für die zünftige Party	70
Für den großen Hunger	84
Fürs Büro und Picknick	98
Für heiße Tage	110
Für Eilige – fertig gekocht in etwa 15 Minuten	122
Für die Seele und zum Wohlfühlen	134
Für kulinarische Weltenbummler	146
Für kleine und große Süßschnäbel	166
Für noch mehr Suppenglück – Einlagen und Beilagen	176
 Suppen rund ums Jahr	 190
Die Autorin	193
Verzeichnis der Rezepte	194