

INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
Vorwort.....	7
Die Autorin.....	8
Top 10 – Warum Suppe gut für uns ist.....	10
Basics – Gut vorbereitet ist die halbe Miete!	
Brühe.....	16
Hühnerbrühe	18
Rinder- oder Fleischbrühe.....	20
Gemüsebrühe	21
Fischbrühe.....	24
Pilzbrühe	26
Suppen	
3 Sisters Kürbissuppe.....	28
Tomaten-Gin-Cremesuppe.....	32
Mercimek Çorbası	34
Kubanische Fischsuppe.....	37
Karibische Ochsenschwanzsuppe	39
Berkouksh	43
Rote-Bete-Birnen-Suppe	46
Grün-Grün-Grün sind alle meine Suppen.....	48
Blumenkohl-Käse-Sternanis-Suppe	50
Buddhas Suppe – Congee	53
Hildegard von Bingens Dinkelsuppe	55
Pasta Fazool – Pasta e Fagioli.....	58
Mulligatawny	62