

# Barszcz mit Pilz-Pierogi

Süß. Säuerlich. Tiefrot. Barszcz czerwony ist polnische Rote-Beete-Suppe, die traditionell mit selbstgemachten Pilzpiroggen als Einlage serviert wird. Das klassisch polnische Weihnachtswessen kommt bei uns immer am ersten Weihnachtstag auf den Tisch und ist die für mich beste Variante der in Osteuropa beliebten Borschtsch. Wir servieren sie daher nicht nur zu Familienfeiern, sondern den gesamten Winter über. Und es ist tatsächlich viel einfacher als es klingt. Schwiegermama darf es nicht wissen, aber laut meinem Freund, sind meine Barszcz mit Pierogi die mit Abstand beste, die er je hatte. Überzeugt euch selbst.

---

# Pekingsuppe

Scharf. Aromatisch. Reichhaltig. Chinesische Pekingsuppe entführt dich in fernöstliche Geschmackswelten. Klassischer Weise besteht die traditionelle Speise dabei aus einer kräftigen mit Essig gewürzten Brühe, einer Fleisch- sowie Gemüseeinlage und Eierstich. Besonders authentisch schmeckt für mich eine selbst angesetzte Hühnerbrühe mit Chinakohl, Sojasprossen, Bambussprossen und Hähnchenfleisch. Klingt verlockend? Dann wag dich an die vielleicht leckerste chinesische Suppe überhaupt.

---

# Miso-Suppe

Authentische Miso-Suppe wie aus Japan, kannst du dir ganz einfach selber zubereiten. Alles was du brauchst, ist ein kräftiges Dashi (z. B. Katsuobushi aus Bonitoflocken), Seidentofu, getrocknete Wakame-Algen und Shiitake-Pilze und etwas Frühlingszwiebel. Das Ergebnis? Kräftige Aromen, wohltuende Wärme und natürlich ganz viel Umami.

---

# Miesmuschel-Suppe

Raffiniert, fruchtig, aromatisch: In den kalten Monaten kommt bei uns des Öfteren eine mediterrane Miesmuschelsuppe auf den Tisch. Denn die wärmt nicht nur von Innen, sondern erinnert uns mit ihrem intensiven Tomatengeschmack an wärmere Tage. Du kannst sie dabei als Auftakt eines Meeresfrüchte- bzw. Fischmenüs servieren (hierfür halbe Menge verwenden) oder sie mit einem Stück Weißbrot als Hauptgang reichen.

---

# Vegane Miso-Suppe

Kräftiges Dashi, milde Enoki-Pilze, weiches Seidentofu und würzige Wakame-Algen: vegane Miso-Suppe ist ebenso einfach wie köstlich. Wir lieben sie vor allem mit selbstgemachtem Shiitake-Dashi, denn das ist extra kräftig. Was die Suppeneinlage betrifft, sind deiner Fantasie dann keine Grenzen gesetzt.

---

# Gazpacho

Du suchst nach einer leichten Suppe? Dann entscheide dich für Gazpacho! Erfrischend, samtig und fruchtig, kühlt die kalte Tomatensuppe nicht nur deinen Gaumen, sondern verwöhnt dich auch mit intensiven Aromen. Während die Gazpacho in ihrem Heimatland als wahrer Klassiker gilt, sieht man die spanische Tomatensuppe hierzulande noch verhältnismäßig selten. Sei Teil unserer kleinen Suppen-Revolution und tisch deinen Gästen diese Köstlichkeit auf.

---

# Weißer Tomatensuppe

Intensives Aroma, aber zarte Farbe? Genau damit verführt dich eine weiße Tomatensuppe. Jeder Löffel eine pure Geschmacksexplosion, beweist dieses Süppchen, das auch klassische und einfache Gerichte mit der richtigen Technik zu wahren Hinguckern werden. Probier es aus und lass dich überraschen!

---

# Süßkartoffel-Kokos-Suppe

Cremige Süßkartoffelsuppe mit einem Hauch Kokos und knackigen Zuckerschoten. Na, läuft dir bei dem Gedanken auch schon das Wasser im Mund zusammen? Sollte es! Denn diese Komposition ist

ein wahrer Gaumenschmeichler. Ob an kalten Tagen oder als exotisches Highlight an lauen Sommerabenden: Dieses Süppchen schmeckt einfach immer!

---

## **Feine Blumenkohl-Suppe**

Mit einer feinen Blumenkohlsuppe wird es sofort wohlig warm ums Herzs. Mild und aromatisch verwöhnt sie den Gaumen und kitzelt mit einer dezenten Muskatnote die Geschmacksnerven. Meine wohl liebste Wintersuppe schmeckt nach zu Hause, ganz viel Liebe und herzlichen Winterabenden im Kreise der Liebsten. Das musst du probiert haben!

---

## **Champignon-Creme-Suppe**

Würzig. Cremig. Aromatisch. Diese Champignonsuppe gibt dir das Gefühl, auf einem Waldspaziergang zu sein, den Regenduft in der Luft zu riechen und das Sonnenlicht durch zahlreiche saftig-grüne Tannen zu spüren. Denn: Mit seinem vollmundigen Aroma vermag es euch in andere Welten zu versetzen. So als habe Mutter Natur persönlich für euch gekocht. Als Pilzeinlage eignen sich dabei besonders Champignons, Pfifferlinge, Steinpilze, und Kräutersaiblinge.

---

# **Brokkoli-Creme-Suppe** mit **Mandelstiften**

Grün. Cremig. Wohltuend. Brokkoli-Creme-Suppe ist ebenso leicht wie lecker. Und sie steht in nur 20 Minuten heiß und dampfend auf dem Tisch. Tütchen? Fehlanzeige! Mit frischen Zutaten zaubert ihr im Handumdrehen ein feines Cremesüppchen, das nur so vor Vitaminen strotzt und dabei weniger unter 500 Kalorien pro Portion hat. Klingt verlockend? Ist es auch.

---

# **Möhren-Ingwer-Suppe** mit **Orangensaft**

Dieses Gefühl, wenn ihr an kalten Tagen eine heiße Suppe vom Löffel schlürft und fühlt wie es in euch plötzlich mollig warm wird. Dafür ist diese farbenfrohe Möhrensuppe genau das Richtige. Denn: Die Ingwer-Schärfe heizt euch auf eine angenehme Art zusätzlich ein und gibt euren Wangen wieder Farbe.