

# Morosche Karottensuppe

## Rezept und Anwendung

Zusammenstellung der Informationen von Miriam Reiser

Die Morosche Karottensuppe ist ein effektives Hausmittel bei Durchfall, welches bei Mensch und Tier wirkt. Wir zeigen ein Rezept und erklären die Wirkung der Karottensuppe nach Moro.

Benannt ist die Morosche Karottensuppe nach seinem Erfinder Ernst Moro. Dieser war als Kinderarzt in Heidelberg beschäftigt und entwickelte 1908 das Rezept der Moro-Suppe.

Dank diesem einfachen Hausmittel gelang es, die Sterblichkeitsrate aufgrund von Durchfallerkrankungen bei Kindern erheblich zu senken. Mittlerweile wissen wir nicht nur, dass die Morosche Karottensuppe auch bei Hunden dieselbe Wirkung hat – sondern auch warum das Hausmittel so wirkt. Wir zeigen ein einfaches Rezept und erklären, worauf es ankommt.



## Morosche Karottensuppe: Zutaten fürs Rezept

Morosche Karottensuppe besteht nur aus Möhren, Wasser und Salz.

Für die Morosche Karottensuppe werden folgende Zutaten benötigt:

- 500 g Karotten
- ca. 1,5 l Wasser
- 1 TL Salz

## Zutaten-Hinweise:

- Wir empfehlen dir, Karotten aus kontrolliertem Bio-Anbau zu verwenden. Damit unterstützt du nicht nur eine umweltfreundlichere Landwirtschaft, sondern vermeidest auch mögliche Pestizid-Rückstände im Essen.
- Verwende Leitungswasser statt Wasser aus Plastikflaschen: Das spart Verpackungsmüll und Transportwege. In den meisten Gegenden Deutschlands ist Leitungswasser problemlos trinkbar – abgekocht sowieso.
- Als Salz kannst du gewöhnliches Kochsalz verwenden: Es muss kein Himalayasalz sein – das hat nur unnötig lange Transportwege zurückgelegt. Stattdessen reicht unbehandeltes Meersalz.

## Morosche Karottensuppe zubereiten: Rezept-Anleitung

Für die Morosche Karottensuppe musst du die Karotten zuerst in Stücke schneiden. Damit die Moro-Suppe effektiv bei Durchfall hilft, müssen die Karotten lange kochen. Wieso das so ist, erfährst du weiter unten. Plane daher eine gute Stunde ein für die Zubereitung:

1. Putzen und gründliches Waschen der Karotten
2. In grobe Stücke schneiden und in einen Kochtopf geben
3. Einen Liter Wasser hinzufügen und dieses zum Kochen bringen
4. Die Karotten sollen eine Stunde lang köcheln
5. Das Kochwasser wird abgossen und die Karotten zu einem Brei püriert
6. Wieder so viel kochendes Wasser hinzufügen, dass am Ende ein Liter Morosche Karottensuppe vorhanden ist
7. Ca. drei Gramm Salz hinzufügen (ACHTUNG bei bestimmten Krankheiten, darf kein Salz hinzugefügt werden) – das entspricht in etwa einem Teelöffel.
8. Alles umrühren – fertig ist die Morosche Karottensuppe.