

Infoblatt- Morosche Karottensuppe

Morosche Karottensuppe

Die **Morosche Karottensuppe** geht auf **Professor Ernst Moro** zurück, der 1908 in der Heidelberger Kinderklinik deren Wirkung gegen Durchfall (Diarrhöe) entdeckte. Erst in jüngerer Zeit konnten **Professor Josef Peter Guggenbichler** und **Professor Johann Jurenitsch** den Wirkmechanismus genauer erklären.

Wirkungsweise

Durchfall entsteht häufig durch die Einwirkung von **Bakterien und Viren**, wie z. B.:

- **Kolibakterien**
- **Salmonellen**
- **Rotaviren**

Diese Krankheitserreger **haften sich an den Darmzotten an** und setzen dort **Toxine** frei, die die Darmfunktion stören.

Die Karotte enthält **Oligogalakturonsäure**, eine Verbindung, die verhindert, dass sich Bakterien an den Rezeptoren der Darmzotten festsetzen. **Langes Kochen** ist entscheidend, damit diese Substanz optimal aufgespalten wird und ihre volle Wirkung entfalten kann.

Anwendung

- Die Suppe wird **ausschließlich gefüttert**, bis sich der Durchfall bessert.
- Zur geschmacklichen Verbesserung kann **etwas Hühnchen** mitgekocht werden, jedoch **keine erhitzten Knochen** verwenden.
- Sollte sich der Durchfall **nicht bessern oder verschlimmern**, ist eine **fachliche Abklärung** erforderlich, um weitere Ursachen auszuschließen.

Rezept

Zutaten:

- 500 g Karotten, geschält
- 1 Liter Wasser
- Ca. 3 g Salz (etwas mehr als eine Messerspitze)

Zubereitung:

1. Karotten mit Wasser in einen Topf geben.
2. **Mindestens 1 Stunde kochen** (Deckel weglassen).
3. Karotten danach **durch ein Sieb passieren oder pürieren**.
4. Gesamtmenge auf **1 Liter** mit Wasser auffüllen.
5. Salz hinzufügen und gut umrühren.

Tipp:

- Suppe kann **vorgängig gekocht und in Eiswürfelformen oder Behältern eingefroren** werden, um jederzeit verfügbar zu sein.
- Vor dem Füttern leicht erwärmen.

