



Caroline Sperling
Zertifizierte Ernährungsberaterin
www.ernaehrungsberatung-hund.net
info@ernaehrungsberatung-hund.net
Mobil +49 – 177 – 542 66 91

Rezept Moro'sche Karottensuppe

Der Name der Suppe geht auf den Münchner Kinderarzt Ernst Moro zurück, der die Wirkung von lang gekochten Karotten entdeckte. Er hat diese Suppe zu Beginn des 20. Jahrhunderts zur Bekämpfung von Durchfall entwickelt. Warum sie so wirksam ist, fand man erst deutlich später heraus.

Durchfall (Diarrhöe) entsteht u. a. durch die Einwirkung von Bakterien und/ oder Viren, wie z. B. Coli-Bakterien, Salmonellen, Rotaviren etc. Diese setzen sich im Darm an den Zotten fest und setzen dort Toxine frei. Die in Karotten enthaltene **Oligogalakturonsäure verhindert, dass sich die Bakterien an den Rezeptoren der Darmzotten** anheften können. Können sich die Bakterien nicht an die Darmschleimhaut anheften, bilden sie **keine Giftstoffe** und werden ausgeschieden. Somit wird der Durchfall besser. Um diese Oligogalakturonsäure freizusetzen, ist es wichtig die Karotten möglichst lange zu kochen (min. 1 Stunde).

Uns hat es dieses Rezept schon sehr geholfen, egal ob Zwei- oder Vierbeiner!

Zutaten:

500 g Karotten (Bio)
1 Liter Wasser
Meersalz, eine große Messerspitze

Herstellung:

Die Karotten schälen und in dem Liter Wasser mindestens eine Stunde lang kochen. Während dieser Stunde reduziert sich die Menge von anfänglich 1 Liter auf deutlich unter 1 Liter. Im Anschluss die Suppe durch ein Sieb streichen oder pürieren. Mit Wasser wieder auf die Menge von 1 Liter auffüllen. Zum Schluss einen gestrichenen Teelöffel Meersalz hinzufügen (3g).

Diese Suppe füttert man dann ausschließlich bis eine deutliche Besserung aufgetreten ist, anstelle der normalen Mahlzeit. Verteilen Sie die Suppe auf min. 4-6 Portionen am Tag.

Tipp:

Bei Vierbeinern, die immer wieder zu Durchfall neigen, empfehle ich immer eine Suppe vorportioniert im Gefrierschrank zu haben.

Wichtig: Sollte der Durchfall nicht sehr schnell besser werden, ersetzt sie nicht den Gang zum Tierarzt oder Tierheilpraktiker.

Alles Gute für Sie und Ihr Tier wünscht Ihnen

Ihre

Caroline Sperling