Nichts wärmt mehr als eine feine Suppe. Das wissen auch zwei Selfmade-Suppen-Expertinnen aus Wien: Andrea Scholdan und Laurence Koblinger haben ihre Leidenschaft zum Beruf gemacht und servieren außergewöhnlich Heißes!

Text: **Andrea Penz**

Löffelweise

„Wir hatten den Traum eine Wohlfühlküche zu schaffen, die nicht nur alle Sinne befriedigt, sondern auch den Körper stärkt."
Andrea Scholdan und Laurence Koblinger
www.suppito.at

Teil 1 der neuen Serie zum Sammeln

Ihr Traum, eine Wohlfühlküche zu schaffen, die nicht nur alle Sinne befriedigt, sondern auch den Körper stärkt, ist für Andrea Scholdan und Laurence Koblinger vor drei Jahren Wirklichkeit geworden. Mit „suppito", einer kleinen, aber feinen Suppen-Manufaktur etablierten sich die beiden Wienerinnen mittlerweile im Herzen Wiens: „Wir kochen für all jene, die sich etwas Gutes tun möchten, aber keine Zeit und Geduld haben, täglich selbst am Herd zu stehen", erzählt die ehemalige Galeristin Laurence Koblinger. Pro Woche kocht sie mit ihrer Kollegin 1000 Liter Suppe und Eintöpfe im Einklang mit den fünf Jahreszeiten. „In jeder steckt eine Menge Liebe und Leidenschaft", lacht Andrea Scholdan. Die ausgebildete Ärztin ist seit Jahren auf die 5-Elemente-Lehre (Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser) der Traditionellen Chinesischen Medizin spezialisiert und bringt ihr Wissen nun auch in ihre Rezepte ein.

Bei der Suppenwerkstatt ist es nicht geblieben, die beiden Suppen-Expertinnen haben bereits ihr zweites Buch geschrieben. Neben köstlichen Rezepten findet man darin Tipps, wie man Gerichte auch ohne Konservierungsmittel haltbar machen kann, oder Ratschläge rund um Gesundheit, Bekömmlichkeit und ausgewogene Ernährung.

Literweise
1000 Liter Suppe und Eintöpfe kocht das dynamische Suppito-Duo pro Woche.

5 Elemente à la suppito
Profi-Tipps für Ihre Suppenküche

- **Verwenden Sie möglichst hochwertige, biologische, regionale und frische Produkte.**
- **Verwenden Sie ausschließlich frisch gemahlene Gewürze.**
- **Kochen Sie laktosefrei (d. h. ohne tierische Milchprodukte) und glutenfrei (Produkte ohne Klebereiweiß).**
- **Hie und da Tiefkühlprodukte zu verwenden, um ohne Einkaufsstress trotzdem liebevoll eine warme Mahlzeit zuzubereiten, ist vollkommen in Ordnung.**
- **So machen Sie Suppen und Eintöpfe 4 bis 6 Wochen haltbar: Die fertige, kochende Suppe in eine saubere Glasflasche oder Schraubglas füllen und mit einem Metalldeckel verschließen. Sofort in eiskaltem Wasserbad ca. 40 Min. abkühlen, anschließend in den Kühlschrank.**

Buchtipp
Die Suppen, die Ihnen diese beiden Damen in ihrem Buch einbrocken, löffeln Sie garantiert gerne aus.

suppito: 2 Frauen, 5 Elemente und 44 Suppen
Dr. Andrea Scholdan, Laurence Koblinger
avBUCH
www.avbuch.at