

Heilende 5-Elemente-Küche



© supposito.at/Miguel Dieterich

mehr Storys



Gansl und Co.
Trotz Herbstküche schlank bleiben

Andere Länder, andere Sitten
So unterschiedlich frühstückt die Welt

Star-Diät
Die magische Krautsuppe

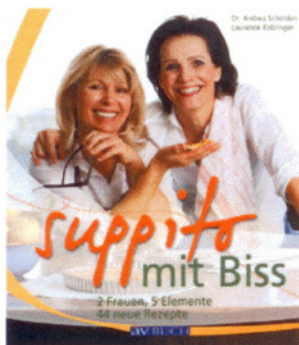
Frisch und gesund
1. freshii Restaurant Europas eröffnet

Gesunde Gerichte von der Suppenmanufaktur Suppito. Die besten Rezepte.

Seiten: **1** | **2**

Die Erfolgsstory startete vor drei Jahren. Damals verwirklichten zwei Frauen ihren Lebenstraum. Die Idee von der Wohlfühlküche Suppito nach den 5 Elementen wurde zum Bestseller. Pro Woche kochen Andrea Scholdan (früher Ärztin) und Laurence Kolbinger (früher Galeristin) 1.000 Liter Suppe und Eintöpfe im Einklang mit den 5 Elementen.

Die Fangemeinde der beiden Suppenköniginnen, die ihre Manufaktur in der Nähe des Naschmarktes eröffneten, wird immer größer. So bereisen Kühltaschen mit Suppito-Schmankerln mittlerweile die ganze Welt. „Manchmal gehen Gläser bis München oder Zürich. Auch in die USA haben wir schon geliefert“, erzählt das kulinarische Erfolgsduo.



„Suppito mit Biss“, 44 Rezepte aus der erfolgreichen Suppenküche. Erschienen im av-verlag um 19,90 Euro. Von Andrea Scholdan und Laurence Kolbinger.

Das zweite Kochbuch

Und so lag es auf der Hand, ein neues Kochbuch zu schreiben. In Suppito mit Biss (erschienen im av-verlag, um 19,90 Euro) zeigen die beiden Köchinnen, dass sie mehr als nur gesunde Suppen kochen können. „Die Suppen standen bei uns immer im Vordergrund. Aber seit Anbeginn setzen wir die 5-Elemente-Kochkunst auch für vollwertige Mahlzeiten ein“, erklären die Powerfrauen.

Heilen mit Biss

Ihre Rezepte haben ein Ziel: Unseren Körper stark zu machen. So findet man im neuen Kochguide 44 Rezepte für Sugos, Currys oder die Zubereitung ihres legendären Reisfleisches. Der Tipp der beiden 5-Elemente-Expertinnen: Essen Sie einmal täglich ein Gericht, in dem Zutaten aus allen 5 Elementen enthalten sind! Bestes Beispiel dafür ist das Gemüsecurry. „Dieses Curry hebt die Stimmung, stärkt und nährt. Kaum wird es bei uns gekocht, ist es auch schon wieder vergriffen. Es gehört zu unseren Bestsellern“, erzählen die Expertinnen.

Und noch eines ist den Buchautorinnen wichtig: Keine Angst vor der 5-Elemente-Küche. Im Kochbuch bekommen Neulinge einen schnellen Einführungskurs. Infos unter: www.suppito.at