



Tanja Haß  
Barf-Beratung  
„gesund beginnt im Mund“

## ***Karottensuppe nach Moro***

Das Rezept hat der Ordinarius der Heidelberger Kinderklinik Professor Ernst Moro 1908 nach Hausmitteln kreiert. Damit sanken bei Kindern die Sterbe- und Komplikationsraten infolge Durchfallerkrankungen drastisch.

Die Zubereitung gehörte lange zum Standard auf pädiatrischen Stationen, verlor dann aber durch Antibiotika und Antidiarrhoika an Bedeutung. Googelt man heute nach Moro'scher Karottensuppe, wird sie vor allem in Abhandlungen und Foren der Tiermedizin gewürdigt.

Nach Angaben von Guggenbichler, der sich seit Jahren für die antibiotikasparende Renaissance der Suppe einsetzt, ist die Wirkung durch Studien und In-vitro-Tests belegt.

Eine Arbeitsgruppe um Guggenbichler und den Wiener Pharmakologen Professor Johann Jurenitsch hat den Wirkmechanismus aufgeklärt: Beim Kochen entstehen saure Oligogalakturonide, die den Rezeptoren des Darmepithels ähneln und an pathogene Darmkeime andocken.

Sie fungieren wie Analoga, die die Rezeptoren der Keime blockieren und so deren Adhäsion an die Darmwand verhindern. Folglich werden die Erreger ausgeschieden, so Guggenbichler auf Anfrage der "Ärzte Zeitung".

**Und so wird die Suppe zubereitet:**

**500 g geschälte Karotten in einem Liter Wasser eine Stunde kochen, dann durch ein Sieb drücken oder im Mixer pürieren, mit gekochtem Wasser wieder auf einen Liter auffüllen und drei Gramm Kochsalz zugeben.**