

## Hausmittel Morosche Karottensuppe

### Zutaten:

- 500 g Karotten
- 1 Liter Wasser
- 1 Teelöffel Salz

### Zubereitung:

Die Karotten zerkleinern und anschließend mit dem Wasser aufkochen lassen. Salz dazugeben und mindestens eine Stunde lang kochen lassen. Beim Kochen des Gemüses bilden sich Zuckerstoffe, die der Struktur der Darmzotten sehr ähnlich sind. Die Krankheitserreger legen sich an diese Zuckerstoffe und werden mit ihnen ausgeschieden. Das in der Suppe enthaltene Wasser und das Salz helfen dem Körper, den Verlust an Flüssigkeit und Mineralstoffen auszugleichen.