



Supa
festivalos
Suppen
Fest

مهرجان ال شوربة
Soup
Festival
Çorba
Şenliği

Unser
Welts
Suppen
Fest 2025



Rixdorfer Suppenfest



Rezepte
&
Geschichten

unser
Welt's
Suppen





AllerWeltsSuppenfest Nr. 14

Liebe Nachbar*innen, liebe Suppenköch*innen,

das Aller Welts Suppenfest findet diese Jahr zum 14. Mal statt und ist ein echtes Highlight im Kiez geworden. Menschen kommen zusammen, probieren sich durch die unterschiedlichsten Töpfe und kommen ins Gespräch. Ein großer Dank geht an den Komed e.V., für die Organisation und die Erstellung des Kochbuches und an alle Köch*innen, die dieses Fest mit Leben erfüllen!

Dass das Suppenfest dieses Jahr stattfinden konnte, war keinesfalls sicher. Wir als Verband für dezentrale Stadtteilarbeit Rixdorf fanden es aber so wichtig, dass wir kurzfristig die Finanzierung des Festes übernommen haben. Für uns ist es ein wunderbares Beispiel dafür, was entstehen kann, wenn viele Menschen gemeinsam etwas auf die Beine stellen.

So arbeiten auch wir: elf Vereine, die in Rixdorf verwurzelt sind. Jede*r bringt eigene Zutaten mit: Räume für Begegnung, Teilhabe, Bildung, Solidarität, Demokratie- und alles, was Nachbarschaft lebendig macht. Und weil es im Kiez kein klassisches Stadtteilzentrum gibt, machen wir es eben selbst: dezentral, aber gemeinsam.

Ein fertiges Rezept für ein dezentrales Stadtteilzentrum gibt es zwar noch nicht – denn so ein Stadtteilzentrum gab es in Berlin bisher nicht. Aber wir arbeiten dran, genau dieses Rezept zu schreiben.

Umso schöner, dass es für die leckeren Suppen vom Fest schon Rezepte gibt! Mit diesem kleinen Kochbuch könnt ihr ein kleines Stück Rixdorf mit nach Hause nehmen. Viel Spaß beim Nachkochen!

Guten Appetit- und auf viele weitere Suppenfeste!

**Ein angenehmes Zusammensein wünschen euch
Euer Verband für dezentrale Stadtteilarbeit Rixdorf
& Marion, Andrea, Dietrich und das Team vom KoMed e.V.!**



Taiwanesischer Sauerkraut Hot Pot

Der Hot Pot ist ein beliebtes Gemeinschaftessen aus Ostasien, vor allem in Taiwan, China, Korea und Japan. Er besteht aus einem großen Suppentopf, der direkt am Tisch steht, in dem alle Gäste nach beliebigen Zutaten garen können. Die Idee dahinter ist einfach: Zusammenkommen, sich einen heißen Topf teilen und das Essen gemeinsam zubereiten- ein kulinarisches und soziales Erlebnis.

Die Ursprünge des Hot Pots reichen über 1000 Jahre zurück bis in die chinesische Geschichte. Ursprünglich war es ein wärmendes Wintergericht der Mongolen. Im Laufe der Zeit verbreitete sich das Konzept in ganz Asien und entwickelte sich in verschiedenen Regionen weiter- mal scharf, mal ganz mild, mit Fleisch oder vegetarisch, mit Meeresfrüchten oder Tofu.

Für unser Suppenfest haben wir eine besondere Variante kreiert >





Sauerkraut Hot Pot (vegetarisch)

BRÜHE FÜR 3–4 PORTIONEN

2 EL Sesamöl

1 Stange Zitronengras

- leicht angedrückt

1 Zwiebel, fein gewürfelt

2 Knoblauchzehen gehackt

1 Stück Ingwer (ca. 3 cm)

- in Scheiben

1 TL Paprikapulver (edelsüß)

3 Pigmentkörner

1 TL Sternanis

1,5 Liter Gemüsebrühe

200 g frisches oder milchsauer
vergorenes Sauerkraut

1 EL Sojasauce

Salz, Pfeffer

+ optional Chiliflocken
nach Geschmack

IDEEN ZUM SELBERGAREN

Tofuwürfel / Glasnudeln

Shiitake- oder Champignonscheiben

Pak Choi / Chinakohl

Karottenstreifen / Brokkoliröschen

Maiskolbenstücke

Frühlingszwiebeln / Frische Kräuter

- z.B. Koriander, Petersilie

Zum Bestreuen: geröstete Zwiebeln

oder Sesam Mungokeimlinge

Sojabohnen / Enoki Pilze



1. Sesamöl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer darin glasig anschwitzen.
2. Zitronengras, Paprikapulver, Pigment und Sternanis hinzufügen und kurz mitrösten, bis sie duften.
3. Gemüsebrühe angießen, Sauerkraut dazugeben und alles 20 Minuten leicht köcheln lassen.
4. Sojasauce einrühren, mit Salz, Pfeffer und optional Chiliflocken abschmecken. Die Hitze reduzieren.
5. Miso Paste in etwas Brühe auflösen und unter die Suppe mischen. Nicht mehr kochen lassen, damit die Miso-Vitalstoffe erhalten bleiben.

TIPP

Stellt die Brühe auf einen Rechaud oder einen kleinen Herd, damit sie am Tisch weiterköcheln kann – so bleibt sie heiß und das gemeinsame Essen besonders gemütlich.

IDEEN ZUM SELBERGAREN

Die Gäste können ihre Lieblingszutaten direkt im heißen Topf garen oder auf einem Extrateller mit Brühe übergießen.

Zwiebelsuppe französische Art

FÜR 4 PORTIONEN

500g Zwiebeln
1 großer EL Mehl
50 g Butter
0,25l Weißwein
- nach Geschmack
Muskatnuss
ca. 1 L Hühnerbrühe
Salz, Pfeffer

Baguette
1 Knoblauchzehe
30 g Butter
geriebener Hartkäse



Berliner
Büchertisch

1. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Butter in einem Topf zerlassen und die Zwiebeln darin goldgelb anschwitzen. Wenn sie leicht glasig sind, das Mehl unterrühren.
2. Weißwein und Pfeffer dazugeben und mit der Brühe aufgießen. Noch etwas Salz und Muskatnuss dazugeben und zugedeckt 20 Minuten köcheln lassen, bis die Zwiebeln gar sind.
3. Das Baguette in Scheiben schneiden, mit Butter bestreichen und mit einer halbierten Knoblauchzehe einreiben. Kurz in den Backofen mit Grillfunktion geben, bis die Scheiben goldbraun und knusprig sind.
4. Die Zwiebelsuppe in kleine Schälchen verteilen, die Baguette-Scheiben darauflegen und mit geriebenem Käse bestreuen. Kurz im Ofen überbacken.
VEGANE VARIANTE: Margarine nutzen und Käse weglassen





Suppen-Bücher für Kinder

... viel Spaß beim
Lesen!

Suppe ist fertig!

Susanne Straßer

In diesem Pappbilderbuch ab 2 Jahren bereiten Tiere wie Pferd, Ziege, Hund und Eichhörnchen gemeinsam eine Suppe zu – jeder mit seiner eigenen Zutat.

Jetzt bin ich dran (Originaltitel: Pumpkin Soup)

Helen Cooper

Dieses Bilderbuch erzählt von einer Katze, einem Eichhörnchen und einer Ente, die zusammen Kürbissuppe kochen. Als die Ente plötzlich die Rührschüssel übernehmen möchte, entsteht ein Streit, der die Freundschaft auf die Probe stellt.

Die wundersame Suppe des Monsieur Lepron

Giovanna Zoboli

Monsieur Lepron ist berühmt für seine außergewöhnliche Suppe. Nachdem niemand sein Rezept nachkochen kann, eröffnet er eine Gemüsesuppenfabrik. Doch was dann passiert, ist ein modernes Märchen mit einer wunderbaren Botschaft.

Suppe, satt, es war einmal

Kristina Andres

In dieser Geschichte lässt ein Mädchen hungrige Wölfe in ihr Haus, die nach „Suppe“ verlangen. Sie serviert ihnen täglich Suppe und erzählt ihnen Geschichten, bis schließlich immer mehr Wölfe unter ihrem Bett Unterschlupf suchen.

Die wilden Zwerge – Der Kochtag

Meyer, Lehmann, Schulze

Im Kindergarten der „Wilden Zwerge“ wird an einem Donnerstag gemeinsam Suppe gekocht. Dabei geht einiges schief: Eine Gemüseschüssel kippt um, ein Finger muss genäht werden, und Mara sorgt für eine Überraschung mit dem Nachtsch. Eine lebendige und humorvolle Geschichte für Kinder ab 4 Jahren.



türkische Linsensuppe

ZUTATEN

1 kleine Zwiebel
1 kleine Möhre
1 kleine Kartoffel
2 Gläser rote Linsen
2 Liter Wasser
etwas Öl (Sonnenblumenöl)
Paprikapulver
Chiliflocken (Pul Biber)
Minze
Salz, Pfeffer

Arbeitszeit: ca. 40 Min.



1. Zuerst die Butter in einen ausreichend großen Topf geben und die fein gewürfelten Zwiebeln anschwitzen.
2. Jetzt die Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. Die Kartoffelstücke dann auch zu den Zwiebeln geben. Wenn die Kartoffeln im Topf sind, könnte es passieren, dass diese am Topf durch die Kartoffelstärke kleben bleiben. Dann einfach noch etwas Öl dazugeben.
3. Nun die 2 Gläser rote Linsen, die man in einem türkischen Geschäft erhält, auch etwas mit anrösten und mit Wasser auffüllen. Die Suppe ca. 20–30 min. zugedeckt kochen lassen und anschließend mit einem Mixstab oder einem Standmixer pürieren.
4. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und fein gehackter Petersilie abschmecken.



Joghurtsuppe

FÜR 4 PORTIONEN

250 ml Joghurt, fester

2 EL Mehl

2 EL Butter

1 Handvoll Reis

1 l kochendes Wasser

2 EL Pfefferminze, getrocknet
Salz, Pfeffer



1. Das Mehl in der Butter anschwitzen und mit kochendem Wasser ablöschen, gleich den Reis dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Solange kochen, bis der Reis gar ist.
2. In einem Schälchen Joghurt verquirlen, danach 1 Schöpflöffel von der heißen Suppe in die Joghurtmischung geben und vermischen. Dann das Ganze unter Rühren zur Suppe geben und gleich vom Herd nehmen.
3. Die Pfefferminze in der Hand gut zerdrücken, eventuell kleine Stiele entfernen und zur Suppe geben.



Gemüsesuppe

1 EL Butter

1 Bund Suppengrün

500 ml Wasser, ggf. mehr

- je nach Menge des Suppengrüns

½ TL schwarzer Pfeffer

- frisch gemahlen

½ TL Knoblauchpulver

1 gehäufter TL Salz

1. Butter in den Topf geben und darin das Gemüse andünsten.
2. Zum Gemüse wird Wasser hinzugefügt und dann die Suppe köcheln lassen.
3. Im Anschluss wird die Suppe gewürzt.



Hot ,n' Hunky

Das etwas andere Chili

FÜR 6–8 PORTIONEN

1,25 kg Rindfleisch oder Rindergulasch
3–4 große Gemüsezwiebeln
3–4 Stangen Bleichsellerie
2–3 Möhren
3–4 rote Paprikaschoten
2–3 Kartoffeln
1 frische Peperoni
1 große, feste trockene Knoblauchknolle
½ frische Knoblauchknolle
6–8 Pimentkörner
2–3 Lorbeerblätter
2 Stück langer Pfeffer
2–3 leicht gehäufte EL süßer Paprika
2–4 getrocknete Chilis
- ich bevorzuge Ancho-Chilis, die trotz schönem Chiliaroma nicht alles andere in der Suppe „verbrennen“. Wer es schärfer mag, greift auf ‚Birds-Eye‘ oder ‚Scotch-Bonnet‘ zurück

1 Liter Rinderbrühe

- am besten selbstgemacht oder aus dem Glas; möglichst kein Instantprodukt

1 große Dose geschälte Tomaten

2–3 frische Tomaten

5–8 getrocknete Tomaten in Öl

- aus dem Glas

2 Dosen gekochte Bohnen

- à 800g

Gegebenenfalls 1–2 rohe Kartoffeln

Salz, Pfeffer

Frischgehackte Petersilie oder Koriander oder Frühlingszwiebeln für die Deko.





1. Die trockene Knoblauchknolle bei 200°C für ca. 20 Minuten auf dem Rost (mittlere Schiene) im Backofen trocken rösten.
2. In der Zwischenzeit das Fleisch in mundgerechte Stücke würfeln, die Zwiebeln grob würfeln, die Möhren in Scheiben, die Paprika entkernen und in etwa genauso große Stücke wie die Möhren schneiden, den Bleichsellerie entfädeln und ebenfalls in Scheiben schneiden. Peperoni und frischen Knoblauch fein würfeln.
3. Die Fleischwürfel portionsweise in einem großen Topf scharf anbraten, herausnehmen, salzen und pfeffern.
4. Ist das erledigt, brät man die Zwiebeln bei mittlerer Hitze im selben Topf an und fügt nach etwa 3 Minuten das Tomatenmark dazu und vermischt beides und lässt es für weitere 5 Minuten rösten. Dabei die Peperoni, den frischen Knoblauch und den Bleichsellerie hinzugeben und mitrösten.
5. Die geschälten Tomaten aus der Dose, die grob zerkleinerten, getr. Tomaten aus dem Glas und die frischen (sowie entkernten) Tomaten mit der Fleischbrühe hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer, Piment, Lorbeer, langem Pfeffer, dem süßen Paprikapulver, den getrockneten Chilis (hier empfehle ich schrittweise über den gesamten Kochprozess hinweg zu würzen, bis die gewünschte Schärfe erreicht ist) und die Zehen aus dem gerösteten Knoblauch dazugeben (sie lassen sich ganz leicht aus der Schale drücken).
6. Das Ganze aufkochen lassen und dann für ca. 2 – 2,5 Stunden im geschlossenen Topf auf kleiner Flamme köcheln lassen.
7. Ca. 30 Minuten vor Ende der Garzeit die weißen Bohnen in einem Sieb waschen, abtropfen lassen und hinzugeben – die Kochtemperatur weiterhin niedrig halten.
8. Sollte die Suppe als zu flüssig empfunden werden, kann man für die restliche Garzeit nach Bedarf rohe Kartoffel in die Suppe reiben; sie bekommt dadurch mehr Bindung.
9. In vorgewärmte Teller füllen und mit seinem Lieblingsgrün dekorieren.





Ribollita – Zutaten

FÜR DIE SUPPE

300 g Cannellini-Bohnen
(getrocknet, alternativ aus
der Dose)
1 Knoblauchzehe
2–3 Salbeiblätter
reichlich natives Olivenöl extra
1 Zwiebel
1 Schalotte
1–2 Knoblauchzehen
2 Karotten
2 Stangen Sellerie
Blattgemüse nach Wahl
(z. B. Schwarzkohl, Wirsing,
Mangold)

FÜR DAS BROT

Altbackenes toskanisches Brot
(oder anderes Weißbrot),
- in Scheiben
+ 1 Knoblauchzehe zum Einreiben

FÜR DIE TOPATE

AROMATISIERTES ÖL

1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
1–2 Blätter Salbei
1 zerdrückte Knoblauchzehe
1 kleines Stück Chili
Olivenöl

KAROTTEN-PASTINAKEN- -CONFIT

2 Karotten
2 Pastinaken
1 EL Zucker
1 Schuss Apfelessig
Olivenöl
Salz



Anmerkung

Die Ribollita ist eine traditionelle Bauernsuppe Suppe aus der Toskana.
Aus diesem Grund gibt es unzählige Varianten.
Dieses Rezept ist meine persönliche Version ;)



Ribollita – Zubereitung

BOHNENCREME

1. Die Cannellini-Bohnen über Nacht in Wasser einweichen.
2. Am nächsten Tag mit einer Knoblauchzehe und den Salbeiblättern in reichlich Wasser weich kochen, bis sie zerfallen.
3. Reichlich Olivenöl hinzufügen und pürieren, bis eine glatte Creme entsteht.

SUPPE

1. In einem großen Topf Zwiebel, Schalotte, Knoblauch, Karotten und Sellerie in Olivenöl anschwitzen.
2. Das Blattgemüse in feine Streifen schneiden, harte Stiele entfernen und mit in den Topf geben.
3. Nach einigen Minuten die Bohnencreme hinzufügen und alles kurz zusammen köcheln lassen.

BROT

1. Brotscheiben rösten und mit einer Knoblauchzehe einreiben.
In dieser Version kommt es als „Basis“ auf den Teller, traditionell wird es jedoch direkt mit der Suppe zusammen gekocht.

TOPATE bedeutet im Toskanischen etwas Überflüssiges, das aber „was hermacht“ – eine kleine Zugabe, die verschönert oder abrundet. Für dieses Rezept bereiten wir zwei Topate vor:

AROMATISIERTES ÖL

1. Thymian, Rosmarin, Salbei, Knoblauch, Chili und Fenchelsamen in eine Flasche Olivenöl geben und mindestens 24 Stunden ziehen lassen.

KAROTTEN-PASTINAKEN-CONFIT

1. Gemüse in kleine Würfel (ca. 5 mm) schneiden, bei niedriger Hitze in Olivenöl langsam karamellisieren.
2. Wenn sie goldbraun sind, Zucker und Apfelessig hinzufügen, am Ende leicht salzen.

Anrichten

Suppe über das Brot gießen.
Mit etwas aromatisiertem Öl beträufeln
und das Karotten-Pastinaken-Confit darüber geben.

Original Unival's Fliegenpilzsuppe

FÜR 20 PORTIONEN

20 Schalotten (diese kleinen, länglichen Zwiebeln)
5 Flaschen passierte Tomaten (6 Tetra Pak, keinen Konservendosen Mist)
2 große Knollen (ca. 10 Zehen) **frischer Knoblauch**
5 Tuben Tomatenmark
1 Liter Tomatensaft
6 mittelgroße Paprikaschoten (rot, gelb, grün)
Handvoll gerebelter Oregano und frisches Basilikum
1 Schuss trockener Rotwein
Sesamöl oder Erdnussöl
Saure Sahne oder Creme Fraiche
Chiliflocken, Chilipulver, Paprikapulver scharf
Butter, Salz, Zucker oder Honig, nach Bedarf ca. 200 g Sahne



14

Kasper Theater Rixdorf



1. Schalotten kleinhäckseln und in Butter oder Sesamöl anschwitzen, bis kurz vorm braun werden.
2. Passierte Tomaten hinzufügen. Langsam auf kleiner Flamme vor sich hin garen lassen.
3. Knoblauch feingeraspelt oder fein geschnitten begeben.
4. Tomatenmark, Tomatensaft, Paprikaschoten mit Kernen gewürfelt begeben.
5. Oregano und frisches Basilikum (kleingeschnitten) reinrühren.
6. Abschmecken! Rotwein (der Alkohol verfliegt während des Garvorgangs) für das Aroma begeben.
7. Wichtig, alles einmal kurz aufkochen und dann auf kleiner Flamme vor sich hin blubbern lassen (E Herd 1,5).
8. Mit echten Chiliflocken, Chilipulver und scharfem Paprikapulver gut abgestimmt die Würze geben und mit einem guten Stich Butter / vegan 1–2 Esslöffel Sesamöl abrunden.
9. Nach Bedarf mit Salz und ein wenig Zucker / Honig und ca. 200 g Sahne bzw. entsprechend mit Sesam- oder Erdnussöl abschmecken, bis die Sache „rund“ ist.

Ich hatte kein zusätzliches Salz dran, denn in passierten Tomaten ist eigentlich genug. Nachwürzen, salzen und schärfen kann Mensch ja immer nach eigenem Geschmack.

tipp Beim Servieren, kleine saure Sahne oder Creme Fraiche Tüpfelchen obendrauf setzen, um die Fliegenpilz Optik zu erreichen.



Herbstliche Glasnudel Suppe

FÜR 1–2 PORTIONEN

2–3 cm Ingwer

200 g Champignons

1 Paprika

100–150 g Pak Choi - alternativ
Mangold oder Grünkohl

1 EL Kokosöl

1–2 EL rote Currypaste

- je nach Schärfe

1 Liter heiße Gemüsebrühe

1 Dose (400 ml) Kokosmilch

2 EL Tamari oder Sojasauce

1 EL Honig oder Ahornsirup
- optional

100 g Glasnudeln

1 Limette

Koriander - optional

Sesam - optional



1. Den Ingwer fein hacken oder reiben.
Das Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden.
2. Kokosöl in einem Topf erhitzen und darin Ingwer und Currypaste für ca. 3 Minuten anbraten.
3. Gemüse hinzugeben und kurz mit anbraten.
4. Mit der Gemüsebrühe und Kokosmilch ablöschen.
5. Tamari dazugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen.
6. Die Suppe mit Honig und Limettensaft abschmecken.
7. Glasnudeln mit in den Topf geben und ca. 2–3 Minuten weich werden lassen.
8. Die Suppe mit Koriander und Sesam garnieren und genießen.



Mobile Stadtteilarbeit / Haus der Vielfalt 15



Ein Teller Suppe

Es kaufte sich eine ältere Frau im Schnellrestaurant einen Teller Suppe. Behutsam trug sie die dampfende Köstlichkeit an einen Stehtisch und hängte ihre Handtasche darunter. Dann ging sie noch einmal zur Theke: den Löffel hatte sie vergessen.

Als sie zum Tisch zurückkehrte, stand dort doch tatsächlich ein Mann – schwarze lange Haare, bunt wie ein Paradiesvogel – und löffelte die Suppe. Zuerst schaute die Frau ganz verdutzt; dann aber besann sie sich, lächelte ihn an und begann, ihren Löffel zu dem seinen in den Teller zu tauchen. Sie aßen gemeinsam.

Nach der Mahlzeit - unterhalten konnten sie sich kaum – spendierte der junge Mann ihr noch einen Kaffee. Er verabschiedete sich höflich. Als die Frau gehen wollte und unter den Tisch zur Handtasche greifen will, findet sie nichts – alles weg. Also doch ein gemeiner, hinterhältiger Spitzbube. Ich hätte es mir doch gleich denken können –

Gemeinheit!

Enttäuscht, mit rotem Gesicht schaut sie sich um. Er ist spurlos verschwunden. Aber am Nachbartisch erblickt sie einen Teller Suppe, inzwischen kalt geworden. Darunter hängt ihre Handtasche.

Maister Poper

FÜR 5 PORTIONEN

580g Dosenmais

1 Dose Kokosmilch

500 ml Gemüsebrühe

1 Zwiebel

Salz, Pfeffer

Optional: Chili

ZUM GARNIEREN

Popcornmais

1 Limette

1 Bund Koriander



1. Den Mais auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und bei 220°C etwa 20 Minuten rösten.
2. Die Zwiebel würfeln und in einem Topf anschwitzen. Den gerösteten Mais, die Kokosmilch und die Brühe hinzufügen.
3. Alles kurz aufkochen lassen und anschließend fein pürieren.
4. Mit Limette, Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Etwas Öl in einem großen Topf erhitzen und den Popcornmais hinzufügen. Deckel drauf und zwischendurch den Topf schütteln.
6. Zum Anrichten etwas Popcorn (und / oder gehackter Koriander) auf die Suppe streuen.



Holländische Partysuppe

FÜR 2 PERSONEN

1 Schuss Olivenöl
½ Zwiebel, gewürfelt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
1 Teelöffel geräuchertes Paprikapulver
1 Prise Zimt
1 Dose Tomatenpüree 70 g
2 Esslöffel Harissa mild
2 gewürfelte Paprikas
3 gewürfelte Tomaten
1 Schuss Weißwein oder Essig
1/4 l Brühe
1 Dose Kidneybohnen 160 g
1 Spritzer Ahornsirup

TOPPING

Petersilie und Feta-Käse

1. Öl in einer Pfanne mit dickem Boden erhitzen und Zwiebel und Knoblauch anbraten.
2. Bei mittlerer Hitze Paprikapulver kurz anbraten und Zimt hinzugeben.
3. Tomatenpüree und Harissa hinzugeben und kurz mitbraten. Paprika und Tomaten kurz anbraten.
4. Mit etwas Weißwein oder Essig ablöschen und Brühe einrühren. Zum Kochen bringen und 20 Minuten köcheln lassen.
5. Die Suppe mit einem Stabmixer pürieren. Zum Kochen bringen und 20 Minuten köcheln lassen. Bei Bedarf noch etwas Brühe zugeben.
6. Die Bohnen einrühren und aufwärmen lassen.
7. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Ahornsirup abschmecken.
8. Die Suppe in Schüsseln oder Teller füllen, Petersilie und Feta darüber streuen.
9. Wer mag, gibt noch ein Stück Zitrone und einen Spritzer Zitronensaft dazu.





Dieses Suppenrezept hat uns eine Ehrenamtliche aus Holland beigebracht.

Ein Party-Klassiker: schnell, einfach und super lecker!

Sie hat uns die letzten Jahre fleißig beim Kochen unterstützt und war auch immer eine helfende Hand beim Suppenfest.

Jetzt ist sie wieder in Holland, aber quasi trotzdem dabei – dank der Suppe.



Aşure alla Canzu

Türkische süße Suppe

FÜR 20 PERSONEN

1 kg Dinkel

500 g Kichererbsen

500 g weiße Bohnen

200 g Zucker

500 g getrocknete Aprikosen

500 g Rosinen

400g gehobelte Mandeln

400 g Walnüsse gehackt

1 Granatapfel

1 TL Zimt

1 Spritzer Zitrone

1 Prise Salz

1. Am Vortag werden die Kichererbsen, Bohnen und der Dinkel getrennt voneinander mit Wasser bedeckt und über Nacht eingeweicht.
2. Die Aprikosen werden in nicht zu kleine Stücke geschnitten. Die Rosinen einweichen. Die Granatapfelkerne auslösen und in eine Schüssel geben.
3. Die Dinkelkörner werden abgossen und in einem großen Topf mit Wasser gekocht, bis sie gar sind.
4. Kichererbsen und Bohnen abgießen und getrennt voneinander kochen bis auch sie gar sind.
5. Nacheinander die Kichererbsen und Bohnen zu den Dinkelkörnern geben.
6. Mit gut 2 l kochendem Wasser begießen und immer wieder umrühren, damit die Aşure in Bewegung bleibt.
7. Nach ca. einer ½ Stunde die Aprikosen und Rosinen dazu geben und ca. 1 Stunde weiter kochen und das Umrühren nicht vergessen.
8. Dann langsam den Zucker einrieseln und die Suppe eindicken lassen. Mit Zitrone abschmecken.





TIPP Wenn die Suppe etwas dicklich ist, kann sie in Portionsschalen gefüllt werden. Darauf verteilt man Granatapfelkerne, Mandeln und gehackte Walnüsse. Die Aşure kann warm und kalt gegessen werden und natürlich wird sie auch an Freunde und Nachbarn verteilt, so ist die türkische Tradition.

Aşure Geschichte

Aşure ist ein traditionelles türkisches Gericht, das oft als Lebensmittel des Friedens bezeichnet wird. Es wird typischerweise an den Feiertagen zubereitet und hat eine interessante Geschichte, die bis in die Zeit Noahs zurückreicht.

Dieses Gericht, auch „Noahs Pudding“ genannt, kombiniert eine Vielzahl von Zutaten und ist in vielen türkischen Haushalten ein fester Bestandteil der Kultur. Aşure symbolisiert nicht nur Fülle, sondern auch das Teilen mit anderen, was im sozialen und kulturellen Kontext der Türkei von großer Bedeutung ist.

Aleviten beenden traditionsgemäß die zwölf tägige Fasten- und Trauerzeit Muharrem mit der Zubereitung, danach wird die Suppe an Freunde und Nachbarn verteilt und gemeinsam gegessen.



Sahlab

1 Liter Milch
6 EL Speisestärke
3 EL Zucker
3 EL Orangenblütenwasser (Zahr)
1/2 TL Mistika (optional)
Zum verzieren:
Zimt, Kokosnussstreusel,
Walnüsse/Pistazien

1. Zutaten in einem Topf vermengen,
einmal aufkochen und in kleinen
Schüsseln servieren.



الاسم: سحلب

المكونات:

1 لتر من الحليب

6 ملاعق نشا

3 ملاعق كبيرة من السكر

3 ملاعق كبيرة من ماء زهر ا

التحضير: خلط المكونات في وعاء كبير مع بعضها البعض

وسكبها في صحنون صغيره

وتم تزيينها بالجوز الهند وعين الجمل والقرفة المطحونه

Geschichte

Welche Gemeinsamkeiten haben ein Café in Istanbul, Ramallah und Beirut an einem kalten Wintertag? Eine der vielen möglichen, aber wahrscheinlich weniger offensichtlichen Antworten ist die Beliebtheit von Sahlab als flüssige Süßspeise um sich von der Kälte wieder aufzuwärmen oder einfach als Genuss. Dieses wird sowohl mit dem Löffel gegessen als auch aus dem Glas getrunken und zählt insbesondere im Winter zu den köstlichsten Süßspeisen im Nahen Osten. In der ursprünglichen Form wurde als Kernzutat eine Orchideenwurzel als Pulver, woher auch der Name stammt, verwendet.



Liste der teilnehmenden Institutionen

Akteur Kontaktdaten

Rezeptseite

ADV gGmbH / Team Innstraße

4 / 5

Innstraße 19, 12043 Berlin / 030 22506820

Berliner Büchertisch e.V.

6 / 7

Richardstraße 83, 12043 Berlin / 030 61209998

**Diakoniewerk Simeon gGmbH / Bereich Soziales & Integration
Projekt „Stadtteilmütter in Neukölln“**

8 / 9

Besucheranschrift: Lahnstr. 78, 12055 Berlin - Im Comeniushaus / 030 902394185

Postanschrift: Karl-Marx-Straße 83, 12040 Berlin

ITZ - Interkulturelles Theaterzentrum Berlin e.V.

10 / 11

Schudomastraße 32, 12055 Berlin / 030 33842219

Kasper Theater Rixdorf

14

Böhmische Straße 46, 12055 Berlin / 030 26378812

Mobile Stadtteilarbeit

15

Haus der Vielfalt

Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin / 030 609892077

Quartiersmanagement Rixdorf

17

Böhmische Straße 80, 12055 Berlin / 030 68058585

Solidarische Nachbarschaft SoliNaR bei ZeBuS e. V.

18 / 19

Karl-Marx-Straße 163, 12043 Berlin / 030 56823490

**Unionhilfswerk Sozialeinrichtungen gGmbH
Beschäftigungstagesstätte Neukölln**

20 / 21

Donaustraße 83, 12043 Berlin / 030 84088914

Zentrum für Religion, Mensch und Gesellschaft e.V. (ZRMG)

22

Finowstraße 27, 12045 Berlin / 030 84906808



„Atsumono ni korite Namasu
wo fuku.
– Wer sich einmal die Zunge
an heißer Suppe verbrannte,
pustet, selbst wenn er kalte
Speisen isst.“ aus Japan

„Fünf sind geladen, zehn sind
gekommen.
Tu' Wasser zur Suppe,
heiß alle willkommen.“ aus Österreich

„Ich lebe von guter Suppe
und nicht von guter Rede“ Molière



KoMed e.V., Schudomastr. 50, 12055 Berlin
Grafische Gestaltung und Satz:
Klára Nejezchlebová

