



# «Gigelisuppe»

Die zwei Küchenprofis Markus Thommen und Elena Sommer mögen es lustig beim Essen. Für das LiMa kochen sie Gigelisuppe. Allerdings etwas anspruchsvoller als der Klassiker.

Markus Thommen lacht schallend. «Eine Gigelisuppe», sagt er, sich nur allmählich fassend, «sensationell!» Im Rahmen des Schwerpunktthemas Humor in dieser Ausgabe fragten wir ihn, ob er Ihnen und uns eine Gigelisuppe zubereiten wolle. Er will. Und nicht nur er, sein ganzes Team will, allen voran die beiden

Jungköche Elena Sommer und Norbert Schmid.

Selbstredend geben sich die drei nicht mit dem Klassiker der Gigelisuppe zufrieden, einer Bouillon mit Buchstaben. Auch wenn die ihre Gäste, die Bewohnerinnen und Bewohner des Alterszentrums Frenkenbündten in

Liestal, sehr mögen. Die Buchstaben alias Gigelisuppe ist ein beliebtes Gericht: oft gewünscht, einfach und ehrlich.


Also haben sich die drei zusammengesetzt und eine Gigelisuppe erfunden, die einem buchstäblich entgegenrinst. Etwas pürierte Rande, zwei akkurat

*Modernisieren die klassische Gigelisuppe (links als Buchstabensuppe) zu einer modernen Rüebli-Orangen-Suppe: Köchin Elena Sommer und Küchenchef Markus Thommen.*

gerollte Scheiben Gelbrüben und zwei Babykarotten verschmelzen zum grinsenden Antlitz eines schelmischen Gnoms, das eine würzige Rüebli-Orangen-Suppe umschwappet. Als zusätzliches Amüsement spienzelt eine Handvoll bissfester Kichererbsen aus dem Teller. Gigelisuppe 2.0.

**Warum ist die Gigelisuppe gerade auch bei Senioren so beliebt?**  
Eine Gigelisuppe weckt Kindheitserinnerungen und erheitert. Denn das Alter ist ein Krampf, und es ist einem oft nicht zum Lachen zumute.

**Wie wichtig ist Humor in der Küche?**  
Beim Kochen muss man lachen können, und Essen darf nicht nur Spass machen, es muss sogar. Humor in der Küche ist meine Philosophie. Aber bei etwas vergeht mir das Lachen: Humorlosigkeit. Und Foodwaste.

**Welches ist die perfekte Gelegenheit für eine Gigelisuppe?**  
Eigentlich immer – man sollte einfach achtgeben, sich nicht zu verschlucken. Ob eine Suppe nun zum Lachen bringt oder nicht, spielt aber eigentlich keine Rolle, denn beim Essen haben alle recht. Immer. 

Rezept:

## Rüebli-Orangen-Suppe

Das braucht's für 1 Liter Suppe:

- 375 g Karotten, geschält
- 1 kleine Schalotte
- Orangenschale
- 7 dl Gemüsebouillon
- 1,6 dl Orangensaft
- 1 Schluck Grand Marnier
- 1 Schluck Halbrahm
- 1 Handvoll Kichererbsen
- 1 grosse Rande, gekocht und püriert
- 8 Jungkarotten, geschält und blanchiert
- 1 kleine Gelbrübe, blanchiert

### So geht's:

Die über Nacht eingeweichten Kichererbsen bissfest kochen. Die gehackte Schalotte in Butter anziehen, gewürfelte Karotte beigeben, andünsten, Bouillon aufgiessen und Orangenschale (am Stück) zugeben, salzen und pfeffern. Wenn die Karotten weich sind, Orangenschale entfernen, pürieren, Saft



zugeben, kurz aufkochen, mit Rahm und Grand Marnier verfeinern.

Pürierte Rande abschmecken und mit einer Form in der Suppentellermitte anrichten. Rüben in hauchdünne Scheiben schneiden, zu Trichtern rollen und als Augen auf der Rande drapieren. Jungkarotten so kappen, dass eine Auflagefläche entsteht, je zwei kommen als Ohren neben die Rande zu stehen. Kichererbsen im Teller verteilen, mit Suppe aufgiessen, servieren.

## Salziger Rüebli-Cake

Zur Gigelisuppe passen diese kleinen, würzigen Rüebliküchlein perfekt.

### Das braucht's:

- 35 gr Butter, geschmolzen
- 25 gr Zucker
- 1 Ei
- 70 ml Vollmilch
- 140 gr Karotten, fein gerieben
- 70 gr Mehl, gesiebt
- 5 gr Backpulver
- 100 gr Haselnüsse, gemahlen

### So geht's:

Terrinen-Formen halbrund einfetten, mehlen und mit Backpapier auslegen. Backofen auf 175°C vorheizen. Alle Zutaten zu einem Teig vermengen und nach Geschmack würzig abschmecken, etwa mit Muskatnuss, Ingwer, Knoblauch, Curry oder Kreuzkümmel. Formen 2/3 hoch befüllen, ca. 25 Minuten backen. Zur Orangen-Rüebli-Suppe servieren.

