

4 Ricette per te e per il tuo cane

A cura della dottoressa Elena Garella,
PhD alimentazione animale e APet Nutrition Specialist



Polpettine alla lattuga e timo



Ingredienti

500 grammi	macinato manzo
1 cucchiaino da caffè	timo essiccato
1 manciata	lattuga romana,

Integratore vitaminico-minerale per cani, la dose per il peso del tuo cane

Dosi:

- calcolate il 4% del peso del vostro cane, per esempio: un cane di 10 kg il 4% sarà 400 grammi di cibo al giorno.
- Di questi 400 grammi lo 80%, 320 grammi, sarà di carne, il 10%, 40 grammi, riso basmati cotto e il 10%, 40 grammi, verdure cotte al vapore e trasformate in pure o schiacciate.
- Scegliete verdure come zucca, zucchine, carote o sedano.

Preparazione

Sminuzzate la lattuga romana finemente e preparate il cucchiaino di timo essiccato. Ponete in una ciotola il macinato di manzo, aggiungete l'insalata sminuzzata e il timo. Aggiungete anche l'integratore vitaminico minerale, se lo avete in casa. Preparate delle polpettine non troppo grandi, ma comunque di dimensione adeguata alle fauci del vostro cane, deve masticarle, non inghiottirle intere.

Esecuzione

Mettete le polpette in una pentola antiaderente con poca acqua a fiamma media. Lasciate cuocere le polpette delicatamente, non è necessario che cuociano completamente, ma possono rimanere rosate al loro interno.

Quando saranno pronte potrete comporre il pasto del vostro cane aggiungendo riso e verdure come descritto nel paragrafo Dosi.

Hamburger di manzo e parmigiano



Ingredienti e dosi in base al peso

<i>Dosi giornaliere (2 pasti) degli ingredienti secondo il peso del cane</i>						
<i>Ingredienti</i>	<i>3 kg</i>	<i>6 kg</i>	<i>12 kg</i>	<i>15 kg</i>	<i>18 kg</i>	<i>20 kg</i>
Manzo magro	40 gr	95 gr	150 gr	180 gr	200 gr	230 gr
Parmigiano	12 gr	15 gr	25 gr	35 gr	40 gr	40 gr
Riso	40 gr	50 gr	95 gr	110 gr	120 gr	150 gr
Zucchine cotte	40 gr	50 gr	60 gr	70 gr	80 gr	90 gr
Olio girasole	2 gr	8 gr	14 gr	16 gr	18 gr	22 gr
Integratore vit-min	La dose indicata dall'integratore scelto					
<i>Ingredienti</i>	<i>23 kg</i>	<i>25 kg</i>	<i>28 kg</i>	<i>30 kg</i>		
Manzo magro	270 gr	280 gr	290 gr	320 gr		
Parmigiano	40 gr	40 gr	45 gr	45 gr		
Riso	170 gr	170 gr	180 gr	190 gr		
Zucchine lesse	90 gr	90 gr	90 gr	90 gr		
Olio girasole	24 gr	25 gr	26 gr	28 gr		
Integratore vit-min	La dose indicata dall'integratore scelto					

*1 cucchiaino da minestra contiene circa 8 grammi di olio.

Esecuzione della ricetta

Lessate il riso in abbondante acqua, ben cotto, non al dente.

Cuocete al vapore le zucchine tagliate a rondelle. Una volta cotte riducetele in pure. Potete anche farne in abbondanza e congelare il pure direttamente in sacchetti del peso necessario per preparare il pasto del vostro cane.

In una ciotola di media grandezza ponete la carne, il parmigiano, l'integratore, il timo e l'olio. Mescolate bene e formate degli hamburger piatti di grandezza tale che il vostro cane li debba masticare, dividendoli in pezzi, e non possa inghiottirli interi. Scaldate una griglia o piastra grigliata, quando sarà ben calda abbassate la fiamma a fuoco medio e cuocete gli hamburger.

Girateli spesso così da evitare che si brucino. Fateli raffreddare.

Preparazione del pasto

Componete la ciotola mescolando il riso con il pure di zucchine e adagiandovi sopra gli hamburger.

Frappuccino autunnale



Ingredienti

Per cani da 3 kg a 10 kg

40 grammi zucca cotta al vapore
1/2 rametto di mirtilli rossi
1/2 cucchiaino di miele grezzo
30 grammi di yogurt
1 lampone per decorare

Per cani da 11 kg a 20 kg

65 grammi zucca cotta al vapore
1/2 rametto di mirtilli rossi
1 cucchiaino di miele grezzo
50 grammi di yogurt
1 lampone per decorare

Per cani da 21 a 30 kg

100 grammi zucca cotta al vapore
1 rametto di mirtilli rossi
1 e 1/2 cucchiaino di miele grezzo
90 grammi di yogurt
2 lamponi per decorare

Esecuzione

Tagliate la zucca in pezzi e cuocetela al vapore sino a che sarà morbida, ma consistente, quando sarà pronta mettetela in un piatto a raffreddare. Mentre la zucca cuoce sgranate il rametto di mirtilli, metteteli i mirtilli in un piccolo tegame anti-aderente con 1 cm di acqua, e fateli stufare a fiamma dolce. Una volta che si sfalderanno spegnete la fiamma e schiacciateli con un cucchiaino.

Preparate il frullatore, se non lo avete potete usare il frullatore ad immersione, mettetela la zucca e frullate sino ad avere un composto omogeneo, prendete lo yogurt dal frigorifero e aggiungete la dose necessaria, frullate. Ora aggiungete anche i mirtilli stufati e il miele e frullate.

Versate il composto nella ciotola del vostro cane, decorate con i lamponi e servite.

Biscotti di Natale



Per Natale potete preparare i biscotti per il vostro cane con la mia ricetta, che utilizza solo cinque ingredienti, facilmente reperibili in un supermercato ben fornito.

La quantità di miele e cannella, diluita in 320 grammi di farina, non è dannosa per il cane e le farine di mandorla e cocco non contengono glutine.

(Ricetta adattata da www.prettyfluffy.com)

Ingredienti

200 grammi farina di mandorle
120 grammi farina di cocco
2 cucchiaini da minestra di miele
2 cucchiaini da minestra di zenzero grattugiato
1 cucchiaino da minestra raso di cannella
60 ml di acqua

Esecuzione della ricetta

Preriscaldare il forno a 165 °C

Miscelare tutti gli ingredienti cominciando con quelli in polvere e aggiungendo il miele, lo zenzero grattugiato e l'acqua, sino a ottenere una palla liscia. Tirare la pasta su una superficie liscia, cosparsa con farina. Tagliate poi in rombi, quadrati o della forma che volete i biscotti, non preoccupatevi se il biscotto verrà di dimensioni grandi, potrete spezzarlo e offrirlo in momenti diversi, ma pensate alla bellezza di avere dei biscotti che richiamano il Natale anche per il vostro cane.

Preparazione dei biscotti

In una teglia bassa ponete un foglio di carta da forno inumidito con acqua e strizzato, così il vapore non farà attaccare l'impasto, e cuocete in forno i biscotti per 25 minuti. Spegnete quindi il forno e lasciate i biscotti all'interno per circa 45 minuti o sino a che saranno croccanti.

Dovreste ottenere da 20 a 30 biscotti, a seconda della grandezza delle forme che avrete scelto. Si conservano per 15 giorni, in un vaso di vetro posto in frigorifero.

Potete comunicare con me tramite:

- ⇒ **What's up al 333.5621741**
- ⇒ **Mail: garella.elena@libero.it**
- ⇒ **Blog: www.fidoatavola.it**
- ⇒ **Facebook: Fido a tavola**
- ⇒ **Instagram: [@fidoatavola](https://www.instagram.com/fidoatavola)**

