

Rick Woodford

**Vollwertfutter für Deinen besten Freund
(und Dich)**

Leseprobe

[Vollwertfutter für Deinen besten Freund \(und Dich\)](#)

von [Rick Woodford](#)

Herausgeber: Unimedica



Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@narayana-verlag.de

<https://www.narayana-verlag.de>

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer



INHALT

Vorwort xi

Einleitung: Mein bester Freund Jackson xii

Beste Freunde haben es besser verdient xvi

EIN BALANCEAKT: NÄHRSTOFFE IM HUNDEFUTTER

1

Protein (Eiweiß) 2

Kohlenhydrate 3

Ballaststoffe 4

Fett 4

Mineralstoffe 5

Vitamine 9

Ergänzungstoffe 13

WIE MAN DIE GRÖSSE DER PORTION BESTIMMT

19

MAHLZEITEN FÜR SIE UND IHREN HUND

27

Nahrungsmittel, die Ihr Hund meiden sollte 28

Nahrungsmittel, die mit Vorsicht zu genießen sind 31

Nahrungsmittel, die Sie mit Ihrem Hund teilen können 32

BELOHNUNGSHÄPPCHEN

53

KEKSE

81

MAHLZEITEN

103

WIE MAN HERANWACHSENDE WELPEN FÜTTERT

137

STÄRKENDE MAHLZEITEN FÜR KRÄNKELNDE HUNDE

145

Allergien 148

Arthritis 150

Diabetes 154

Krebs 156

Herzkrankheiten 160

Leberkrankheiten 164

Magen-Darm-Erkrankungen 166

Nierenerkrankungen 171

Gewichtsreduktion 176

DIE AUSWAHL VON HANDELSÜBLICHEM TROCKENFUTTER	179
<i>Im Tierfutterladen</i>	182
<i>Wie man zu einem anderen Futter wechselt</i>	188
RUND UM DIE MAHLZEIT	191
<i>Es ist angerichtet</i>	192
<i>Die Glocke zum Abendessen ertönt</i>	193
<i>Problematische Verhaltensweisen bei der Fütterung</i>	196
<i>Danksagung</i>	204
<i>Weiterführende Informationen</i>	206
<i>Bezugsquellen</i>	207
<i>Index</i>	209
<i>Abbildungsverzeichnis</i>	215

VORWORT

Im Laufe der letzten fünfzehntausend Jahre haben Hunde und Menschen eine tiefe und enge Beziehung aufgebaut, die mit keiner anderen auf diesem Planeten zu vergleichen ist. Im Zentrum dieser Beziehung steht die Nahrung. Die tägliche Versorgung unserer Hunde mit Futter ist Teil des ungeschriebenen, stillschweigend geschlossenen Vertrages, mit dem sie uns wiederum ihres Schutzes versichern, uns bei der Jagd unterstützen, unsere Herden hüten und, was heutzutage wohl die größte Rolle spielt, uns in unserem Leben begleiten. Wir lieben es, unsere Hunde zu füttern, und unsere Hunde lieben es zu fressen.

Was unseren Teil dieses Handels angeht, so haben wir viele Möglichkeiten, womit und wie wir unsere felligen Freunde ernähren möchten, nicht anders als bei uns selbst. Unser Lebensstil, Budget, Gesundheitsbewusstsein und unsere kulinarischen Vorlieben beeinflussen, was auf unseren Tellern und in den Näpfen unserer Hunde landet. In diesem Buch stellt Rick Woodford eine Reihe von sorgfältig zusammengestellten und küchenerprobten Rezepten für den Hund vor und richtet sich damit an alle Menschen, die gerne kochen.

Für all diejenigen, die nur wenig Zeit haben oder davor zurückschrecken, das Futter für ihren Hund selbst zuzubereiten, hat Rick Tipps parat, wie man ein qualitativ hochwertiges kommerziell erhältliches Hundefutter als Grundlage für eine ernährungsphysiologisch ausgewogene Fütterung auswählt. Und dann geht der Spaß erst richtig los. Auf Sie und Ihren besten Freund warten Dutzende von schmackhaften und vollwertigen Mahlzeiten, die vor frischen und nahrhaften Zutaten nur so strotzen. Rick hat aber nicht bloß Gaumenfreuden für unsere Hunde entworfen. Er bringt dem Leser die Verantwortung nahe, die er bei der Auswahl der Bestandteile des Futters für seine Haustiere übernimmt, und gibt ihm Hilfestellungen, wie er die Gefahren umgeht, die mit der Fütterung von unausgewogenem Futter über einen längeren Zeitraum verbunden sein können.

Als ganzheitlich arbeitende Tierärztin erlebe ich die heilsame Wirkung der Nahrung aus erster Hand, sei sie kommerzieller Herkunft oder selbst gemacht, sofern sie mit Verstand und Liebe zubereitet wird. Wenn Ihr Hund mit dem Futter, das Sie ihm geben, nicht gedeiht, sollten Sie unbedingt Ihren Tierarzt um Rat fragen. Aber auch, wenn es ihm hervorragend zu gehen scheint, sind jährliche Vorsorge- und Blutuntersuchungen dennoch wichtig, vor allem wenn Sie sein Futter regelmäßig selbst zubereiten.

Die Fütterung Ihres Hundes sollte sowohl für Sie als auch für Ihren Hund ein freudiges Ereignis sein. Mithilfe des vor Ihnen liegenden Buches können Sie nicht nur das Beste in Ihrem Hund und seine Gesundheit fördern, sondern auch die Bindung zwischen Ihnen und Ihrem besten Freund stärken. Viel Spaß damit!

Nancy Curran
Doktor der Veterinärmedizin
Two Rivers Veterinary Clinic, PC

Für Mensch und Hund ist die Versorgung mit der richtigen Menge an Nährstoffen gleichermaßen wichtig; es besteht lediglich ein Unterschied in Bezug auf das Verhältnis der einzelnen Nährstoffe zueinander. Viele Tierärzte haben Vorbehalte gegenüber selbst zubereiteten Mahlzeiten, da sie die Befürchtung hegen, dass diese einen Mangel an für die Gesundheit unabdingbaren Vitaminen und Mineralstoffen aufweisen könnten. Einige Vitamine und Mineralstoffe müssen tatsächlich zugeführt werden, aber andere kann der Hund selbst synthetisieren, und bei manchen genügt wiederum die maßvolle Fütterung von frischen Nahrungsmitteln. Nachfolgend erhalten Sie einen Überblick über die Nährstoffe, die für eine gute Gesundheit notwendig sind, und ihre Funktionen sowie Beispiele, wie der Bedarf durch frische Futtermittel gedeckt werden kann.

PROTEIN (EIWEISS)

Kommt man auf Hundefutter zu sprechen, so erhält die Gruppe der Proteine meist die größte Aufmerksamkeit. Allerdings sind es die Aminosäuren, d. h. die Eiweißbausteine, um die es tatsächlich geht. Im Verdauungstrakt werden die mit der Nahrung aufgenommenen Eiweiße durch Säuren und Enzyme in ihre Bausteine aufgespalten, und diese wiederum werden anschließend im Körper für den Aufbau von Zellen, Muskeln, Hormonen, Antikörpern, Blut und sogar anderen Aminosäuren verwendet. Von den 22 Aminosäuren, die ein Hund braucht, können 12 aus anderen im Futter enthaltenen Aminosäuren synthetisiert werden. Die verbleibenden 10 werden als sogenannte essenzielle Aminosäuren bezeichnet und müssen dem Körper in ausreichender Menge zugeführt werden. Der biologische Wert von Proteinquellen bemisst sich danach, wie schnell sie resorbiert und verwertet werden. Eier erreichen auf der entsprechenden Skala den Spitzenwert von 94 Prozent, gefolgt von Fisch mit 76 Prozent und Rindfleisch mit 74 Prozent. Die meisten Getreidesorten liegen bei um die 60 Prozent. Je höher die Qualität einer Eiweißquelle ist, desto weniger muss davon aufgenommen werden. Wenn es um die Energieversorgung geht, bevorzugt der Körper allerdings Fett und Kohlenhydrate. Wird zu viel Protein aufgenommen, können einige Aminosäuren zwar gespeichert werden, aber nicht in dem Ausmaß wie Fett und Kohlenhydrate. Zu viel Eiweiß belastet die Nieren, deshalb sollten kranke Hunde nur so viel Protein erhalten, wie der Tierarzt empfiehlt. Für einen durchschnittlichen erwachsenen Hund werden 18 Prozent empfohlen, wohingegen heranwachsende Welpen, Arbeitshunde und säugende Hündinnen 28 Prozent brauchen.

Die essenziellen Aminosäuren sind an allen bereits genannten Körperfunktionen beteiligt. Einige haben darüber hinaus aber noch besondere Aufgaben:

-  Arginin – spielt eine Rolle bei der Zellreplikation und dem Zellwachstum, deshalb benötigen Tiere im Wachstum mehr davon. Es unterstützt außerdem die Entgiftung von Ammoniak, das im Rahmen der Eiweißverdauung entsteht, und stimuliert die Harnbildung, um überschüssigen Stickstoff auszuscheiden.
-  Histidin – ist am Sauerstofftransport im Blut beteiligt.

-  Isoleucin – die einzige bekannte Funktion ist die Synthese von Proteinen.
-  Leucin – ist ebenfalls an der Eiweißsynthese beteiligt und beugt Muskelschwund vor.
-  Lysin – eine getreidereiche Ernährung enthält weniger davon; allerdings wird umso mehr Lysin benötigt, je proteinreicher die Nahrung ist, um das aufgenommene Eiweiß zu verstoffwechseln und andere notwendige Proteine daraus zu synthetisieren.
-  Methionin – wird für die Replikation von DNA und RNA und die Synthese von Zystin gebraucht, einem Hauptbestandteil der Haare.
-  Phenylalanin – ist an der Farbgebung von schwarzen Haaren beteiligt, ebenso wie an der Synthese der Aminosäure Tyrosin und der Schilddrüsenfunktion.
-  Threonin – unterstützt die Gesunderhaltung der Haut, die Wundheilung und das Immunsystem.
-  Tryptophan – soll eine Wirkung auf aggressionshemmende Neurotransmitter haben.
-  Valin – spielt eine Rolle beim Transport von Fetten und der Milchbildung.

Die empfohlene Tagesmenge an Protein und essenziellen Aminosäuren kann bei einem 18 kg schweren Hund mit ⅓ Pfund Hähnchenbrust gedeckt werden, das aber nur 15 Prozent der täglich benötigten Kalorien liefert, sodass noch genügend Spielraum für die richtigen Fette, Gemüse und sogar etwas Getreide bleibt.

Eine weitere Aminosäure, das Taurin, kann von Hunden aus dem im Futter enthaltenen Methionin und Zystin synthetisiert werden. Obwohl es hier keine festgelegten Richtlinien für den Bedarf bei Hunden gibt, können Hunde, die eine Veranlagung zu Herzkrankheiten haben, aber auch Rassen wie Neufundländer und Cockerspaniel, von einer Supplementierung profitieren. Taurin erhalten Sie entweder in Pulverform oder indem Sie Fisch in die Ernährung einbauen.

KOHLENHYDRATE

Während für die meisten Nährstoffe festgesetzte Vorgaben hinsichtlich des Bedarfs bestehen, liegt es bei Kohlenhydraten ganz in Ihrer Hand als Besitzer, wie viel Sie Ihrem Hund geben. Hunde haben keinen biologischen Bedarf an Kohlenhydraten, und sie sind auch ganz glücklich, wenn ihr Napf nur Fleisch enthält. Allerdings gibt es zahlreiche Gründe, die für die Aufnahme von Getreide und Gemüse in die Ernährung des Hundes sprechen:

-  Kohlenhydrate sind eine schneller verfügbare Energiequelle als Eiweiß und kalorienärmer als Fett.
-  Kohlenhydrate verlangsamen den Verdauungsvorgang, sodass mehr Zeit für die Resorption anderer Nährstoffe zur Verfügung steht und ein längeres Sättigungsgefühl besteht.

BLAUBEERKEKSE

Wenn Sie bereits die Blaubeer-Pfannkuchen (Seite 47) mit Ihrem Hund geteilt haben, wissen Sie, wie sehr diese ihm schmecken. Mit diesem Rezept zaubern sie knusprige kleine Plätzchen, für die Ihr Hund einen Salto machen wird. Mit all den Antioxidantien in den Blaubeeren und im Zimt springt er vielleicht sogar noch etwas höher!

130 g gefrorene Blaubeeren

**60 ml Rinder-, Hühner- oder
Fischbrühe (ab Seite 72)**

3 EL Olivenöl oder Färberdistelöl

260 g Vollkornweizenmehl

1 TL Backpulver

1 TL gemahlener Zimt



Heizen Sie den Backofen auf 165 °C vor.



Stellen Sie die Blaubeeren und die Brühe in einer mikrowellengeeigneten Schüssel für 2 Minuten auf höchster Stufe in die Mikrowelle.



Geben Sie die Blaubeermischung mit dem Öl, Mehl, Backpulver und Zimt für ca. 1 Minute in die Küchenmaschine, bis sich eine Kugel bildet.

Rollen Sie den Teig auf einer leicht mit Mehl bestäubten Oberfläche zu einem 25 cm großen Quadrat aus. Dann legen Sie dieses auf ein Backblech und schneiden es mit einem Pizzamesser in 2,5 cm große Quadrate.

Backen Sie die Kekse 25 Minuten, um eine weichere Konsistenz zu erhalten, oder bis zu 40 Minuten für knusprige Kekse.

Nehmen Sie das Backblech aus dem Ofen und lassen Sie die Kekse darauf auskühlen, bevor Sie sie an den eingeschnittenen Linien in Stücke brechen.



ERGIBT: 100 Kekse

TAGESRATION:

4,5-KILO-HUND

2 Kekse

9-KILO-HUND

4 Kekse

18-KILO-HUND

6 Kekse

27-KILO-HUND

8 Kekse

36-KILO-HUND

10 Kekse



Dein bester Freund zerrt ohne Zank.



RIND UND SÜSSKARTOFFEL LINDERN ARTHRITIS

Dieses Rezept ist eine getreidefreie Alternative für Hunde mit Arthritis. Es hat ein ausgeprägtes Rinderaroma, und der geriebene Ingwer lindert die Gelenkschmerzen. Rinderhack lässt sich sehr schnell und einfach zubereiten, und wenn man die Süßkartoffeln in der Mikrowelle kocht, ist auch das ein Kinderspiel.

**900 g Rinderhackfleisch (85 %
Magerfleischanteil)**

150 g aufgetauter Tiefkühlspinat

360 ml Wasser

1 TL geriebener frischer Ingwer

**1,4 kg Süßkartoffeln, gesäubert
und in 2 cm große Würfel
geschnitten**

3 EL Lachsöl

4 EL gehackte frische Petersilie

**3.000 mg Glucosamin mit
Chondroitin in Tablettenform,
zerdrückt oder in der
Küchenmaschine zerkleinert**



Braten Sie das Rinderhack in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze 6 Minuten lang an. Geben Sie den Spinat, 120 ml Wasser und den Ingwer dazu und lassen Sie das Ganze unter gelegentlichem Umrühren noch weitere 6 Minuten kochen.

Nehmen Sie die Pfanne vom Herd und lassen Sie die Rinderhackmischung abkühlen.



Geben Sie die Süßkartoffeln mit den verbliebenen 240 ml Wasser in ein mikrowellengeeignetes Gefäß und lassen Sie sie auf höchster Stufe 7 Minuten kochen. Rühren Sie einmal um und stellen Sie sie noch einmal für 7 Minuten bei höchster Stufe in die Mikrowelle.



Lassen Sie die Süßkartoffeln abkühlen, dann vermischen Sie sie in einer großen Schüssel mit dem Rinderhack, dem Lachsöl, der Petersilie und dem Glucosamin-Ergänzungsmittel.



ERGIBT: 12 Tassen; 295 Kalorien pro Tasse

TAGESRATION:

Teilen Sie die Tagesmenge auf zwei Mahlzeiten auf oder servieren Sie eine halbe Portion pro Tag und die Hälfte der normalen Trockenfütterration.

4,5-KILO-HUND
 $\frac{2}{3}$ bis $1\frac{1}{4}$ Tassen

9-KILO-HUND
 $1\frac{1}{2}$ bis 2 Tassen

18-KILO-HUND
 $2\frac{2}{3}$ bis $3\frac{1}{3}$ Tassen

27-KILO-HUND
 $3\frac{1}{2}$ bis $4\frac{1}{2}$ Tassen

36-KILO-HUND
 $4\frac{1}{2}$ bis $5\frac{2}{3}$ Tassen

Dein bester Freund macht ein gutes Geschäft.



INDEX

A

Aggression 199
 Aktive Hunde 20
 Alkoholische Getränke 28
 Alleinbleiben 54
 Allergien 71, 148
 American Association of Feed Control
 Officials (AAFCO) xviii, 5, 187
 Aminosäuren 2
 Ammoniak 164
 Analyse xvi
 Antioxidantien xviii, 9, 10, 156
 Äpfel 33
 Bratäpfel 46
 Apfelessig 13
 Apfelmus 55
 Appetithäppchen mit Speck 101
 Aprikosen 34
 Arginin 2, 156
 Arroz con Pollo 109
 Arthritis 150
 Auswahl und Pflege der Näpfe und des
 Futterplatzes 192
 Avocados 32

B

Backzeiten 83
 Ballaststoffe 4, 154
 Bananen 34
 Erdnussbutter- und Bananeneis 65
 Belohnungshäppchen 54
 Berechnung der Kalorien 178
 Betteln 196
 Biotin 10
 Birnen 33
 Blaubeeren
 Blaubeerkekse 98
 Blaubeer-Pfannkuchen 47
 Bor 8
 Bratäpfel 46
 Brauner Reis 39
 Brokkoli 35

Brot 38
 Brühe 40
 Fischbrühe 74
 Hühnerbrühe 73
 Rinderbrühe 72
 Schottische Brühe 131
 Bulgur
 Rind mit Bulgur 121
 B-Vitamine 9, 161

C

Calcium 5, 16, 17, 171
 Cetylmyristoleat 150
 Cheddar-Käse 37, 54
 Chemotherapie xiv
 Chlor 7
 Cholin 10
 Chondroitin 150
 Chrom 8
 Cobalamin 10

D

Diabetes 154
 Dorschlebertran 13

E

Eier 38
 Eierschalpulver 13, 17
 Mama Hubbards Eier und Haferflocken
 108
 Reis und Ei für den empfindlichen
 Magen 169
 Reis und Ei für gesunde Nieren 175
 Rührei 41
 Eiscreme
 Erdnussbutter- und Bananeneis 65
 Kürbiseis 64
 Eisen 7
 Eiweiß 2, 171
 Entenherzen 71
 Entzündungen 150

Erbsen 35
 Schälerbsensuppe gegen Krebs 157
 Weihnachtsbäumchen aus grünen Erbsen 92
 Erdnussbutter 39
 Eigene Erdnussbutter herstellen 88
 Erdnussbutter- und Bananeneis 65
 Erdnussbutter-Zimt-Kekse 88
 Kong-Füllung 55
 Ergänzungsmischung 16
 Ergänzungsstoffe 13
 Ernährung von Welpen 137
 Essenzielle Aminosäuren 2
 "Essigmutter" 13

F

Fast Food xvii
 Fermentierbare Faserstoffe 172
 Fett 4, 29, 181
 Fettlösliche Vitamine 9
 Fisch 39
 Fischbrühe 74
 Fleisch 39, 181
 Folsäure 10
 Fond 40
 Forelle, rohe 30
 Frikadellen 128
 Frischkäse 37, 55
 Frühstücksflocken 38
 Frühzeitiges Wecken 198
 Füllungen für den Kong 54
 Futteraggression 199
 Futtermittelallergie 148, 180
 Fütterung 191
 Fütterungsroutine 193
 Futterwechsel 104, 188

G

Geburtstagskuchen mit Rind (oder Pupcakes) 122
 Gemüse 35, 181
 Gemüsepfanne mit Reis 116
 Gerste
 Geschmortes Hühnchen und Gerste 115
 Pute und Gerste bei Diabetes 155
 Geschmortes Hühnchen und Gerste 115
 Getreide 38, 181

Gewicht 23
 Gewichtsreduktion 176
 Glucosamin 150
 Glutenfreie Mehle 83
 Goldene Koi 87
 Grüne Bohnen 35
 Gute Mädchen mögen Muskelmägen 70

H

Hackbraten 126
 Haferflocken 38
 Mama Hubbards Eier und Haferflocken 108
 Puten-Frühstücks-Porridge 120
 Weiche Haferkekse 100
 Hamburger 128
 Handelsübliche Futtermittel xvii, 104, 179
 Haut 29
 Hefeflocken 13
 Hefeteig 31
 Herzkrankheiten 160
 Hirse
 Lamm, Hirse und Yamswurzel bei Allergien 149
 Makrele und Hirse lindern Arthritis 151
 Histidin 2
 Holländischer Baby-Pfannkuchen 45
 Hühnchen
 Arroz con Pollo 109
 Gute Mädchen mögen Muskelmägen 70
 Hähnchenschenkel und Taboulé 113
 Hühnchen fürs Hündchen 110
 Hühnchen, geschmort und Gerste 115
 Hühnchen-Quinoa-Kasserolle 111
 Hühnerbrühe 73
 Hühnerparty 112
 Huhn und Reis für den empfindlichen Magen 170
 Huhn und Reis für ein gesundes Herz 163
 Kebab für Hunde 48
 Kraftnahrung für Welpen 143
 Reisbrei für die schnelle Genesung 168

I

Inaktive Hunde 21
 Ingwer 116, 152
 Insulin 154
 Isoleucin 3

J

Jod 7
 Joghurt 13, 37, 55
 Juckreiz 148, 180

K

Kalium 7, 160, 172
 Kalorien
 Bedarf 20, 24
 Berechnung 178
 Kaninchen-Eintopf 134
 Karotten 35
 Kartoffeln 36
 Kartoffeln und Rind für gesunde
 Nieren 174
 Rindfleisch mit Kartoffeln 127
 Soße aus Innereien 77
 Kartoffelwasser 36
 Käse 37
 Käse-Chips 51
 Käsecracker 86
 Kebab für Hunde 48
 Kekse 81
 Appetithäppchen mit Speck 101
 Blaubeerkekse 98
 Erdnussbutter-Zimt-Kekse 88
 Goldene Koi 87
 Käsecracker 86
 Kekse für frischen Atem 96
 Leberkekse 90
 Parmesankekse 91
 Pfefferkuchenmänner 97
 Plätzchen, zum Bellen gut 95
 Süßigkeiten mit Pfiff 94
 Weiche Haferkekse 100
 Weihnachtsbäumchen aus grünen
 Erbsen 92
 Kleine Thunfisch-Nudel-Kasserolle 129
 Knochen 31
 Knochenmehl 16
 Kochtipps 105

Kohlenhydrate 3
 Komplexe 154, 157
 Kong, Füllungen für den 54
 Konservierungsstoffe 181
 Körpertyp 22
 Kosten 187
 Kraftnahrung für Welpen 143
 Kranke Hunde 145
 Krebs xiii, xviii, 156
 Kupfer 7, 164
 Kürbis
 Kürbiseis 64
 Kürbiskerne 79
 Kürbis-Poppies 59
 Kürbispüree 78

L

Lachs
 Lachs-Frikadellen 44
 Öl 13
 roher 30
 Lamm
 Lamm, Hirse und Yamswurzel bei
 Allergien 149
 Lamm-Muffins 130
 Schottische Brühe 131
 Lasagne für Faulpelze 118
 L-Carnitin 160
 Leber 32
 Leber-Brownies 68
 Leber-Diät 165
 Leberkekse 90
 Leberkrankheiten 164
 Leber-Pâté als Treuebonus 58
 Leucin 3
 Lycopin xvii
 Lymphom xiii
 Lysin 3

M

Macis 30
 Magen-Darm-Diät 166
 Magen-Darm-Erkrankungen 166
 Magnesium 7, 161, 172
 Mahlzeiten 103
 Mais 186
 Mäkeln 201
 Makrele und Hirse lindern Arthritis 151

Makromineralien 5
 Mama Hubbards Eier und Haferflocken 108
 Mangan 8
 Mangos 34
 Meereskekse 61
 Mehlsorten 82
 Melonen 34
 Methionin 3
 Mikromineralien 8
 Milchprodukte 31, 37
 Mineralstoffe 5, 181
 Molybdän 8
 Multivitamin-tabletten 15
 Muskatnuss 30

N

Nährstoffanalyse xvii
 Nährstoffe 1, 161
 Natrium 7, 30, 160, 164, 171
 Nebenschilddrüse 17
 Niacin 10
 Nierenerkrankungen 171
 Nudeln mit Schweinefleisch 133
 Nüsse 29, 38

O

Obst 33, 181
 Obstkerne 30
 Omega-3-Fettsäuren xviii, 5, 172
 Omega-6-Fettsäuren 4, 172
 Onkologe xiii
 Orangen 34
 Osteoarthritis 150

P

Paniermehl (Panko) 44
 Pantothensäure 10
 Papayas 34
 Paprika 35
 Paranüsse 13
 Parmesan 37
 Parmesankekse 91
 Wan-Tan trifft auf Parmesan 66
 Pesto 76
 Petersilie 36
 Pesto 76

Pfannkuchen
 Blaubeer- 47
 Holländischer Baby- 45
 Pfefferkuchenmänner 97
 Pflaumen 34
 Phenylalanin 3
 Phosphor 5, 17, 171
 Plätzchen, zum Bellen gut 95
 Poppies (Vollkorn) 38
 Portionsgröße 19
 Prostaglandine 150
 Protein 2
 Pupcakes 122
 Pute
 Lasagne für Faulpelze 118
 Pute gegen Krebs 159
 Puten-Frühstücks-Porridge 120
 Putenhackbraten 119
 Puten-Minestrone 117
 Pute und Gerste bei Diabetes 155
 Pyridoxin 10

Q

Quinoa
 Hühnchen-Quinoa-Kasserole 111

R

Räubern und Plündern 197
 Reis 39
 Gemüsepfanne und Reis 116
 Huhn und Reis für den empfindlichen Magen 170
 Huhn und Reis für ein gesundes Herz 163
 Kraftnahrung für Welpen 143
 Reisbrei für die schnelle Genesung 168
 Reis neu belebt 63
 Reis und Ei für den empfindlichen Magen 169
 Reis und Ei für gesunde Nieren 175
 Riboflavin 9
 Rind
 Geburtstagskuchen mit Rind 122
 Hackbraten 126
 Hamburger 128
 Kartoffeln und Rind für gesunde Nieren 174

Rinderbrühe 72
 Rinderburger (mit einem Hauch Käse) 125
 Rindfleisch mit Kartoffeln 127
 Rind mit Bulgur 121
 Rind mit Herz 124
 Rind und Süßkartoffel lindern Arthritis 152
 Rind und Yamswurzel für ein gesundes Herz 162
 Roberts Leberhäppchen 56
 Rohfleischfütterung 104
 Rosinen 29
 Rührei 41

S

Salz 30
 Sardinen 40
 Golden Koi Kekse 87
 Sardinen-Croûtons 60
 Schälerbsensuppe gegen Krebs 157
 Schimmel, Speisen mit 30
 Schlingen 200
 Schokolade 29
 Schottische Brühe 131
 Schwarzer Pfeffer 30
 Schweinefleisch
 Nudeln mit Schweinefleisch 133
 Speck 39, 101
 Schwitzen 64
 Seetang 13, 16
 Sekundäre Metaboliten xvi
 Selen 8, 76, 156
 Sojalecithin 13
 Soße aus Innereien 77
 Speck 39
 Appetithäppchen mit 101
 Spurenelemente 8
 Suppen
 Schälerbsensuppe gegen Krebs 157
 Süßigkeiten mit Pfiff 94
 Süßkartoffeln 36
 Rind und Süßkartoffeln lindern Arthritis 152
 Süßkartoffelfritten zum Teilen 42

T

Taboulé
 Hühnchenschenkel und Taboulé 113
 Taurin 3
 Thiamin 9
 Threonin 3
 Thunfisch
 Kleine Thunfisch-Nudel-Kaserolle 129
 Thunfisch-Sandwich-Reste 50
 Tomaten 37
 Trockenfleisch 69
 Trockenfutter 179
 Trockenfutter zum Kauen 135
 Tryptophan 3

U

Übergewicht 4, 23, 150, 154, 161, 176
 Untergewicht 23

V

Valin 3
 Verhaltensprobleme 196
 Vitamin A 9, 156, 164
 Vitamin B1 9
 Vitamin B2 9
 Vitamin B3 10
 Vitamin B5 10
 Vitamin B6 10
 Vitamin B12 10
 Vitamin C 10, 156
 Vitamin D 9
 Vitamine 9, 181
 Vitamin E 9, 156
 Vitamin K 9
 Vollkorngetreide 82

W

Wachstum 138
 Wan-Tan trifft auf Parmesan 66
 Wasser 194
 Wasserhaushalt 161
 Wasserlösliche Vitamine 9, 172

Weiche Haferkekse 100
Weihnachtsbäumchen aus grünen Erbsen 92
Weintrauben 29
Welpen 137

Y

Yamswurzel 36. *Siehe auch* Süßkartoffeln
Lamm, Hirse und Yamswurzel bei Allergien 149
Rind und Yamswurzel für ein gesundes Herz 162
Yucca schidigera 94

Z

Ziegenkäse 37
Zink 8, 164
Zusatzstoffe 181
Zutatenliste 182
Zwiebeln 30

Rick Woodford

Vollwertfutter für Deinen besten Freund (und Dich)

85 leckere Rezeptideen für Deinen Hund

240 Seiten, geb.
erscheint 2021

[Jetzt kaufen](#)



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de