



HŰSÍTŐ
finomságok
KUTYÁKNAK

LILY KISÁLLAT DIETETIKA

A nagy nyári melegben kutytusaink is élvezik a hűsítő finomságokat!



Különféle fagyí porokat találhatsz kedvencednek a boltokban, ám igen kevés van, ami jó is. Na nem az íze, egészségügyi szempontból és még az áruk is borsos.

Nagyon könnyen készíthetsz Te magad is egészséges, ínycsiklandó "jégkrémet", "fagyit" kutytusodnak.



ALAPANYAGOK

Bár nekünk a fagyí édes, kutytáinknak nem feltétlen kell annak lennie, sokféle alapanyag közül választhatsz!

GYÜMÖLCSÖK

LILY KISÁLLAT
DIETETIKAI
TANÁCSADÁS

Megeheti a kutytám?
Gyümölcsök

IGEN	NEM	Fontos:
Eper: A-,C vitamin, kálium, mangán	Gránátalma: benne található erős antioxidánsok gyomorfájást, hányást okozhatnak, illetve a magokat sem tudja megemészteni	megfelelő tárolás
Banán: C-, B6 vitamin, magnézium, kálium	Szőlő és mazsola: vese elégtelenséget és mérgezést okozhat	alapos tisztítás
Alma: A-, C vitamin, kverticin	Avokádó: gyümölcse persint tartalmaz, amely egy gombaölő mérég, emberre nem, de háziállatokra veszélyes	magok eltávolítása
Görögdinnye: A-, C-, B6 vitamin	Meggy és cseresznye: magjai cián tartalmúak, mérgezőek, magok lenyelése komoly bélproblémát okozhat	gyümölcscukor miatt
Ananász: C-, B1-,B2-, B3-, B6 vitamin, folsav	Narancs: mag nélkül, pár gerezd ugyan nem veszélyes, viszont magas savtartalma pocakfájást, gyomorégést okozhat	kis mennyiség
Málna: C-, B6 vitamin, magnézium, kálium, vas		rendszerlve jobban
Szeder: A-, K vitamin		hasznosul
Körte: A-, B6-, K- és C vitamin, magnézium, kálium, réz		
Mangó: A-, B6-, K- és C vitamin, magnézium, kálium		

Javaslom a zöld oszlopból válassz! A lédús gyümölcsöknél nem muszáj mást is belekeverned, egyszerűen turmixold le és mehet is a szilikon formában a fagyasztóba!



ZÖLDSÉGEK

Nyugodtan kerülhetnek zöldségek is a fagyiba, nagyon szuper például a cékla, sütőtök, édesburgonya, répa is gyümölcsökkel kombinálva!

LILY KISÁLLAT
DIETETIKAI
TANÁCSADÁS

Megeheti a kutyám?
Zöldségek

IGEN	IGEN, DE..	NEM
Répa: Béta karotin, A vitamin	Brokkoli: C vitamin, benne található izotiocianát pocak bántalmakat okozhat, legjobb főzve, pürésítve csekély mennyiség	Kukorica: nem tudják megemészteni
Spenót: A-, K-, B vitamin, vas	Spárga: lehetne, mert egészséges, de nyersen nehezen fogyasztható, főzve elveszíti a hasznos tápanyagokat	Paradicsom, Paprika és Padlizsán: szolanin tartalma miatt mérgező
Saláta: A-, K-, C vitamin	Gomba: A vadgomba veszélyes kutyáinkra, de vannak melyeket fogyaszthat pl.vargánya	Hagyma: Rombolja a vörösvérsejteket, kis mennyiségben is mérgező
Sütőtök: Béta-karotin, C-, B vitamin, kálium	Burgonya: Kizárólag főzve, indokolt esetben ici-pici mennyiségben keményítőtartalma miatt	
Cékla: A-, C-, B vitamin,		
Uborka: C-, B1 vitamin, magnézium, kálium, cink, biotin, K vitamin		
Zöldbab: A-, K-, B1-, B2-, B6-, E vitamin, niacin, magnézium, vas		
Édesburgonya: A-, B- és C vitamin, magnézium, kálium		
Tök& Cukkini: B1-, K- és C vitamin, magnézium, kálium, biotin, réz		

Fontos:
 megfelelő tárolás
 alapos tisztítás

Amit ehets, annál is óvatosan mennyiségekkel (pl. oxálsav miatt)

FAGYI ALAPOK

Ahogy írtam, lédús gyümölcsök esetében nem feltétlenül kell "alap" a fagynak. A kevésbé lédús, vagy kis "extrát" is szeretnél még bele, az alábbiak közül választhatsz:

Víz

Natúr(!) joghurt

Natúr mogoróvaj: értékes zsírsavakat, magas fehérjét, E- és B-vitamint is tartalmaz.
LINK:
https://www.biozoo.hu/100-mogorovaj-kutyaknak-barf-love?p_id=886036

Kókuszolaj: szintén számtalan jótékony hatása van:



Miért adj kókuszolajat a kedvencednek?


 Szőr & Bőr

Segíti a vedlést, ekcémás-allergiás tüneteket csökkenti

Baktérium és gomba ellenes

Segíti a kócos bundát kifésülni, csillogóvá teszi

Külsőleg: Tappancsot-nőz it puhává varázsolja

Külsőleg: kullancsriasztó

Emésztés


Segíti a kiválasztó szervek munkáját

Segíti a vitaminok, ásványianyagok felszívódását

Kiegyensúlyozott inzulintermelés

Segíti az anyagcsere folyamatokat

Segíti a nehezen emészthető táplálék felszívódását

Superfood ++

Kalória-szegény energiaforrás

Gyulladás-csökkentő külsőleg-belsőleg

Segíti a fogyást

Segít a bélférgesség kezelését

Enyhíti a szorongást

LINK:

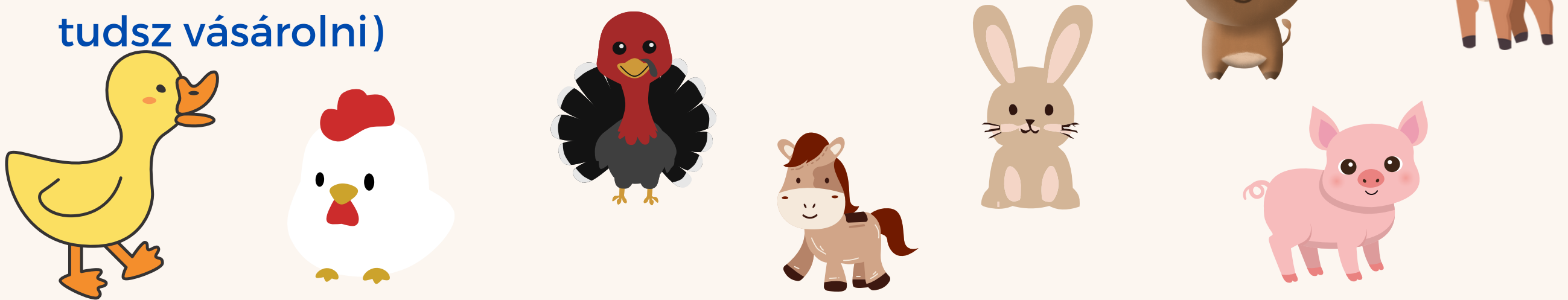
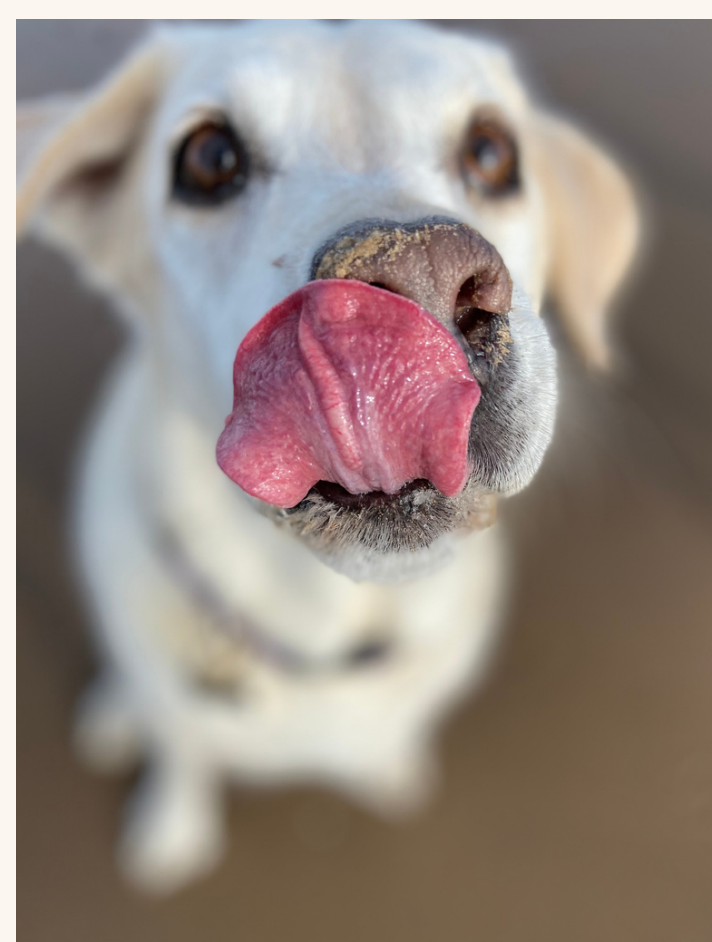
https://www.biozoo.hu/100-bio-kokuszolaj-kutyaknak-es-macskaknak-200-ml-hidegen-sajtolt-finomítatlan-barf-love?p_id=886036

A gyümölcsöket, zöldségeket ezekkel az alapokkal tudod hígítani vagy felturbózni.

HÚS

Bár nekünk nagyon visszataszító, hogy májas fagyit együnk, viszont a négy lábú kis barátod meg fog érte örülni.

Véleményem szerint a legjobb a máj, hiszen, ha megfőzöd, nagyon könnyen pépes állagot varázsolhatsz belőle. Természetes kombinálhatod bármivel ezt is. Kedvenced ízlésétől allergiájától függően bármilyen májat választhatsz. (BARF boltokban rengeteg félért tudsz vásárolni)



EXTRA VITAMIN

Ha szeretnél vitamint is csempészni a jutikba, fagyasztás előtt megteheted. Például:



Kurkuma: [itt](https://www.lilykisallatdietetika.hu/receptek-hirek-erdekessegek-kutya/kurkuma-kutyaknak) olvashatsz róla bővebben:
<https://www.lilykisallatdietetika.hu/receptek-hirek-erdekessegek-kutya/kurkuma-kutyaknak>



Spirulina alga: Igazi ásványianyag és vitamin bomba



Petrezselyem: vas, klorofil, A-,C-,K-vitamin, méregtelenít, friss lehelet



Chia mag: készíts egy evőkanál mennyiségből pudingot és keverd össze a többi alapanyaggal

HA KÉSZEN VENNÉL

Ahogy írtam, sajnos nagyon sok rossz minőségű fagyi alappor kapható, melyek összetevői, nem hogy egészségtelenek, károsak is a kutyusoknak.

[Ha az alábbi összetevők vannak magas arányban \(címkén mennyiség szerint csökkenő sorrend\), kerüld el:](#)



Fruktóz



Keményítő



Maltodextrin



Ezek helyett, egyrészt szuper egyszerűen tudsz készíteni Te is, vagy javaslom a SmoothieDog-ot, ami nincs tele cukrokkal és teljesen természetes.

LINK:

<https://www.biozoo.hu/kereses?description=0&keyword=smoothie>

A BegBuddy és a Do(g)It fagyiporok is tökéletesek.

RECEPT ÖTLETEK



Amire mindegyiknél szükséged lesz:

kis hely a fagyasztóban

botmixer/turmix

szilikon jégkockatartó/jégkrém készítő forma

Mogyoróvajas Álom

HOZZÁVALÓK

3 evőkanál mogyoróvaj (csakis kizárólag NATÚR)

1 db kisebb banán

Turmixold össze és mehet is szilikon formában a fagyóba!

Natúr mogyoróvaj



Banán



Banános hűsítő juti tipp

Csak 2 összetevő
Gyors
Fincsi



lily

KISÁLLAT DIETETIKA

A negy lábunk egészségéért

Dinnyés hűsítő

HOZZÁVALÓK

Dinnye

Ez az egyik leggyorsabb finomság (én is imádom) Dinnye belsejét kanalazd ki, kicsit törd össze vagy pürésítsd és mehet is a formába!



EPRES FINOMSÁG HOZZÁVALÓK



pár szem eper/áfonya



**Turmixold össze a vizet és az epreket és mehet a formába!
Egy-két evőknaál natúr joghurtot is tehetsz hozzá!**





KÓKUSZOS HŰSÍTŐ

HOZZÁVALÓK

Kókuszolaj
Eper, áfonya

Mennyiség attól függően hány darabot szeretnél készíteni! Ha nincs meleg, a kókuszolaj szilárdabb állagú, tedd napos helyre, vagy radiátorra, hogy kicsit olvadjon.



MÁJAS HŰSÍTŐ

HOZZÁVALÓK

0,2 Kg marhamáj

1 dl almapüré (1 nagyobb darab alma megfőzve, turmixolva)

1 kiskanál kurkuma



Főzd meg a májat és almát, ha kihültek pürésítsd, adj hozzá egy kiskanál kurkumát jól keverd össze és mehet a formába!



SÜTÖTÖKÖS HŰSÍTŐ

HOZZÁVALÓK

1 dl Sütőtökpüré

0,5 dl almapüré (1 kisebb darab alma megfőzve, turmixolva)

3 evőkanál mogyoróvaj

Főzd meg a sütőtököt és az almát, ha kihültek pürésítsd, add hozzá a mogyoróvaját->keverd össze és mehet a fagyóba!



CÉKLÁS VITAMINBOMBA HOZZÁVALÓK

1 db cékla

0,5 dl almapüré (1 kisebb darab alma megfőzve, turmixolva)

0,5 banán

Főzd meg a céklát és az almát, ha kihűltek pürésítsd, add hozzá a banánt ->turmixold össze és mehet a fagyóba!



RÉPÁS FINOMSÁG HOZZÁVALÓK



2 db répa

4 evőkanál Kókuszolaj

0,5 dl natúr joghurt

1 csipet kurkuma



Főzd meg a répát, turmixold majd keverd hozzá a többi hozzávalót!

Ez csak pár ötlet (amiket Lili szeret), bárhogy tudod variálni kuttyusod ízléséhez!

Ha valamelyiket elkészíted feltétlenül számolj be, hogy ízlett neki, oszd meg velünk instagramon!