

RICETTA N. 1- Tacchino, riso, sarde, verdure e olio

Questa prima ricetta si compone di soli 5 ingredienti, semplici da procurarsi e da cucinare. Il sesto è un integratore vitaminico-minerale, che consiglio a coloro che non si limiteranno a cucinare uno o due volte nel fine settimana, ma che sono abituati ad offrire pasti casalinghi tutti i giorni ai loro amici a quattro zampe.

La quantità si intende per 1 giorno, deve essere divisa in 2 pasti. Tutti gli ingredienti devono essere pesati crudi.

Ingredienti

Tacchino senza pelle	160 grammi
Sarde	160 grammi
Riso integrale	200 grammi
Minestrone surgelato	100 grammi
Olio di girasole	22 grammi*

Acqua tiepida per mescolare il tutto in forma di zuppa densa

* 1 cucchiaio da minestra contiene 8 grammi di olio.

Valori

Energia 1270 kcal	Proteine 28% (sul secco)
Grassi 12,4% (sul secco)	Calcio 0,705%
Fosforo 0,549%	omega-6/omega-3 4,2:1

Indicazioni:

Tagliare il tacchino a cubetti, meglio se potete macinare la carne, cuocetela poi in una padella antiaderente, con poca acqua, nessun condimento.

Cuocere al vapore le sarde (basta uno scolapasta di metallo su una pentola con acqua in ebollizione, coperto con un coperchio), farle raffreddare e togliere la testa e la spina dorsale. Lessare il riso sino a che sia scotto, sciacquarlo. Lessare il minestrone e conservare l'acqua, che potrete utilizzare per raggiungere la consistenza di una zuppa densa.

Miscelare la carne, le sarde, le verdure e il riso. Aggiungere l'olio e l'acqua tiepida necessaria a preparare una zuppa densa.

Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno	Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno
2,7	165	43	1500
4,5	275	48	1600
6,8	370	52,2	1730
8,2	430	54,5	1780
11,4	550	59	1890
16	710	63,6	2070
20,4	850	68	2100
25	990	72,6	2200
29,5	1120	81,7	2400
34	1250	82,3	2500
38,6	1370	91	2600

RICETTA N. 2 – Vitellone, riso, uovo, sarde, verdure e olio

In questa seconda ricetta si passa da carne bianca a carne rossa, si aggiunge l'uovo e si sostituisce il minestrone surgelato con verdure fresche. Gli ingredienti sono sempre semplici da procurarsi e da cucinare. Anche in questo caso considerate l'integratore vitaminico secondo le vostre abitudini.

La quantità si intende per 1 giorno, deve essere divisa in 2 pasti. Tutti gli ingredienti devono essere pesati crudi.

Ingredienti

Vitellone muscolo magro	150 grammi
Sarde	160 grammi
Uovo di gallina	53 grammi
Riso bianco	150 grammi
Sedano	40 grammi
Carote	40 grammi
Olio di girasole	20 grammi*

Acqua tiepida per mescolare il tutto in forma di zuppa densa

* 1 cucchiaio da minestra contiene 8 grammi di olio.

Valori

Energia 1250 kcal	Proteine 29% (sul secco)
Grassi 12,7% (sul secco)	Calcio 0,737%
Fosforo 0,542%	omega-6/omega-3 3,6:1

Indicazioni:

Comprate il macinato di vitellone e cuocetelo poi in una padella antiaderente, con poca acqua, nessun condimento.

Cuocere al vapore le sarde (basta uno scolapasta di metallo su una pentola con acqua in ebollizione, coperto con un coperchio), farle raffreddare e togliere la testa e la spina dorsale. Lessare il riso sino a che sia scotto, sciacquarlo. Cuocere al vapore o lessare le verdure. Rassodare l'uovo. Se volete dare il tuorlo crudo, dovrete separarlo dall'albume, che vi sconsiglio di dare al cane.

Miscelare la carne, le sarde, l'uovo, le verdure e il riso. Aggiungere l'olio e l'acqua tiepida necessaria a preparare una zuppa densa.

Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno	Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno
2,7	168	43	1520
4,5	280	48	1630
6,8	376	52,2	1750
8,2	432	54,5	1800
11,4	560	59	1920
16	720	63,6	2000
20,4	864	68	2140
25	936	72,6	2240
29,5	1144	81,7	2448
34	1272	82,3	2550
38,6	1392	91	2650