



# B.A.R.F. Biologisch-Artgerechte-Rohfütterung

## Zutatenliste

### Rohfütterung

Die artgerechte Ernährung des Hundes mit Rohfleischfütterung



Fuego del Norte's Bona



**Fleisch: Fleisch langsam auftauen!**

Vom Rind:

Kopffleisch

Stichfleisch (vom Hals) stark durchblutet

Backenfleisch

Maulfleisch

Lefzen

Muskelfleisch

Herz

Saumfleisch

Kronfleisch (Zwerchfell) nahrhaftes Fleisch

Kalbsbries (unterstützt die körpereigene Abwehr)

Pansen/Blättermagen (mit Inhalt)

Schlund (wolfen lassen, Erstickungsgefahr)

Blut (öfters füttern)

Aas (hilft bei viel frischer Fleischfütterung gegen Übersäuerung des Magens)

Innereien: (1 x wöchentlich)

Leber

Lunge

Milz

Niere (selten)



Knochen:

Kalbsschwanz (Ochsenschwanz ist zu hart)

Rinderbrustbein (Brustknochen) weicher Knochen mit viel Fleisch

Kalbsbrust

Kalbsbein

Rinderbein (sehr großer Knochen)

Rippen (vom Kalb)

Schultern

Markknochen

Wirbelsäule

Kehlkopf (Gurgel) in mindestens zwei Teile zerlegen

Stross (Luftröhre)

Beinscheibe (sehr hart, führt zu Zahnschmelzdefekten)

Knochen sollten aus 50% Knochen und 50% Fleisch bestehen. Von jungen Rindern oder Kalb füttern. Tritt harter, heller Knochenkot auf, Knochenmenge reduzieren.

Lamm (Schaf):

Wie Rind, außer Magen und Därme. Lammfleisch ist fettes Fleisch und enthält wenig Proteine. Schafe werden aber sehr artgerecht gehalten. Rippen und Brustbein sind besonders beliebt.

Pferd:

Muskelfleisch und die weicheren Knochen. Keine Innereien wegen Schwermetallen. (80% mehr Eisen als Rind, nur 2% Fettanteil, volle Mineralstoffe)



Geflügel:

Hühner/Putenhälse (sind gute Kalziumquellen!)

Hähnchen- Hühnerbrust (Muskelfleisch)

Ganze Hühner (kein Suppenhuhn und keine Därme)

Hähnchenschenkel

Hühnerflügel

Rücken

Karkassen

Herz

Mägen

Innereien

Gänse

Truthahn

*Keine Röhrenknochen – splintern. Putenknochen splintern, da diese meist älter werden.*

Fisch: (Kaltwasserfische enthalten hochwertige Fette)

Sardinen

Rotbarsch

Hering

Scholle

Kabeljau

Seelachs

Makrele

Lachs (kein Pazifik-Lachs - Parasiten)

Menhaden



**Gemüse: Gemüse schnell auftauen!**

50% Gemüse, 50% grüne Blattsalate (ca. vier bis fünf verschiedene Sorten).

Keine Avocados, Bohnen und Auberginen füttern!

**Blattgemüse:**

Kopfsalat (wenig, wegen Nitrat)

Spinat (wenig, da viel Nitrat) und zusammen mit Milchprodukten füttern

Mangold (selten, viel Nitrat)

Feldsalat

Endivien (wird gerne gefressen)

Romana Salat

Eissalat

Eichblattsalat

Lollo Rosso

Lollo Bianco

Friseesalat

Bataviasalat

Chicoree

Rukola (viel Kalzium und Magnesium)

Pak Choi

Löwenzahn (vitaminreich, oft füttern)

Gemüseampfer

Knollenfenchel (wird gerne gefressen)

Brunnenkresse (wird gerne gefressen)

Rübstiel

Rhabarber (gelegentlich, ohne Blätter)



Staudensellerie (viele Vitamine)

Portulak

Knoblauch (2 -3 Zehen wöchentlich) nicht regelmäßig füttern, führt zu Blutarmut

Fruchtgemüse:

Gurken / Landgurken (schälen)

Kürbis (gut bei Blasenschwäche)

Zucchini (die kleinen und gelben kaufen)

Erbsen

Mais

Kohlarten: **Keine großen Mengen!**

Blumenkohl

Grünkohl (höchstens 1x pro Woche) viel Vitamin C und Biotin

Wirsing (viel Vitamin C)

Rosenkohl (vorher dünsten)

Chinakohl (Vitamin C, gut, vor allem im Winter)

Kohlrabi mit Blätter

Weißkohl (selten, kleine Mengen, abkochen)

Rotkohl (selten, kleine Mengen, abkochen)

Broccoli (höchstens 1x pro Woche)

Romanesco

Sauerkraut (gut für Verdauung, v.a. bei Verstopfung)



Nachtschattengewächse: **Nicht oder nur selten!**

Tomaten (sehr reife in Maßen)

Paprika (keine grünen und in Maßen)

Peperoni

Kartoffeln (gekocht)

Artischocken (wenig)

Unterirdische Gemüsesorten:

Karotten (kann man fast täglich füttern)

Wurzelpetersilie (wird gerne gefressen)

Radieschen mit Blätter (wenig, da scharf)

Rettich (wenig, da scharf)

Rüben (wenig)

Schwarzwurzeln (wenig, gekocht)

Spargel (wenig, gekocht)

Rote Beete (selten, viel Nitrat)

Süßkartoffeln

Sellerie

Zwiebelgewächse:

Lauch

Zwiebeln (wenig)



**Obst:**

In überreifer Konsistenz füttern. Keine Weintrauben und Rosinen füttern.

Papaya und Ananas helfen dem Hund die Nahrung besser zu verdauen.

Ananas (sehr gut) mit Quark und Honig mischen

Äpfel

Aprikosen (Vitamin C)

Bananen

Birnen

Brombeeren (viel Vitamin C)

Datteln (Vitamin A, B, C)

Erdbeeren (Vitamin C)

Feigen

Grapefruit

Hagebutten (auch als Pulver)

Heidelbeeren

Himbeeren (viel Vitamin C)

Honigmelone

Johannisbeeren (Vitaminbombe)

Kakifrukt

Kirsche

Kiwi (viel Vitamin C) nicht mit Milchprodukten zusammen, macht bitter

Litchi

Mandarine

Mango (gut für Haarpigmentierung)





Mirabellen

Pfirsiche

Nektarinen

Papaya (sehr gut)

Pflaumen

Stachelbeeren (gut für Gefäße und Darm)

Wassermelone

Zitrone

Orange

**Milchprodukte: (2 - 3 EL)**

Joghurt (reinigt den Darm)

Quark/Ziegenquark

Ziegen/Schafsmilch

Frischkäse

Körniger Frischkäse

Saure Sahne (hoher Fettgehalt)

Sauermilch

Buttermilch

Dickmilch

Kefir



### Öle:

Kaltgepresste Öle sind gut für Haut und Fell. 4 x pro Woche 1TL bis 1 EL.

Leinöl (Omega-3) gegen Allergien, Juckreiz, Schuppen, oft geben

Rapsöl (Omega-3) sehr gut, oft geben

Hanföl (Omega-3)

Walnussöl (Omega-3)

Fischöl (Dorsch, Lachs oder Kabeljau), Omega-3

Lebertran (Omega-3) 1 TL 1 - 2 x pro Woche, vor allem im Winter

Borretschöl (gut für Stoffwechsel, nur ab und zu)

Distelöl (Omega-6) Vitamin E, mischen mit anderen Ölen, selten

Haselnussöl (Omega-6) Vitamin E, mischen mit anderen Ölen, selten

Knoblauchöl

Kokosöl

Nachtkernzenöl

Olivenöl (ab und zu, blutverdünnend)

Rosmarinöl

Schwarzkümmelöl

Sesamöl (Omega-6)

Traubenkernöl

Weizen / Maiskeimöl (Omega-6) Vitamin E, mit anderen Ölen mischen, ab und zu



**Getreide:**

Flocken in kleinen Mengen in Wasser garen und zusammen mit Milchprodukten, z.B. Joghurt oder Quark, Nüssen, Honig und Obst füttern.

Amaranth

Quinoa

Hirse (viel Eisen und Kieselsäure)

Buchweizen

Kammut Vollkorngrieß (kochen)

Maisgrieß (kochen)

Reis (wenig)

Nudeln (ab und zu)

Linsen

**Flocken:**

Amaranthflocken

Quinoaflocken

Hirseflocken

Buchweizenflocken

Kammutflocken

Haferflocken (Nervennahrung, aber hoher Glutengehalt)

Reisflocken



**Samen, Kerne und Nüsse:**

Reich an Mineralien, Vitaminen, besonders Eisen. Müssen stark zerkleinert (gemahlen) werden.

Cashewkerne (ab und zu, wenig Fett, Vitamin B1)

Erdnüsse (ab und zu, Allergieauslöser)

Haselnüsse (hoher Kalziumgehalt)

Kokosnuss (gut für Darm und Wurmbefall)

Kürbiskerne (gegen Blasenprobleme und Harnträufeln, wertvolle Fette) öfters geben

Leinsamen (geschrotet, mit wenig Wasser Leinsamenschleim herstellen, wenig geben, da im Magen quillt)

Mandeln (nur süße, wegen der Bitterstoffe) wird gerne gefressen

Paranüsse (ab und zu, viel Fett)

Pekanüsse

Sesam ungeschält (ausgezeichnet, viel Kalzium)

Sonnenblumenkerne (viel Fett, ab und zu)

Walnüsse (gut für Herz, sehr fettreich, wenig füttern)

Weizenkleie (wenig, gut zur Darmpflege)



**Kräuter:**

Nicht täglich und nicht in großen Mengen. Nicht dasselbe Kraut über einen längeren Zeitraum. Aus bis zu fünf getrockneten Kräutern kann man eine Kräutermischung herstellen, die alle sechs Wochen durch eine andere Kräutermischung ersetzt wird.

Basilikum mit Stängel (wird gerne gefressen)

Bohnenkraut

Borretsch

Brennnessel (wenig, enthalten Nesselgift und Histamin)

Dill (wird gerne gefressen)

Estragon

Grüner Tee

Kerbel

Knoblauch (2 -3 Zehen wöchentlich) nicht regelmäßig füttern, führt zu Blutarmut

Liebstockel

Löwenzahn

Majoran

Minze

Oregano

Petersilie

Pimpinelle

Pfefferminze

Rosmarin

Salbei (steigert die Konzentration)

Schachtelhalmgras

Schnittlauch (viel Vitamin C)



Thymian

Ysop

Zitronenmelisse

Yucca

Anis

**Wildkräuter:**

Bärlauch (wilder Knoblauch)

Beifuss

Beinwell

Birke

Breitwegerich

Brennessel

Brombeerblätter

Gänseblümchen (abführend)

Giersch (bestes Kraut - große Mengen können gefüttert werden)

Himbeerblätter

Kamille

Klettenlabkraut

Löwenzahn (vitaminreich, oft füttern)

Sauerampfer

Sauerklee

Spitzwegerich

Vogelmiere

Klee (wenig, bläht)



**Heilkräuter:**

Nicht als Dauergabe füttern, sondern als Kur über 4-12 Wochen. Fein mahlen, nicht grob schneiden. In lichtundurchlässige Gläser füllen.

Alfalfakraut (Grünmehl) zur regelmäßigen Ergänzung

Brennessel (blutreinigend)

Brombeerblätter (blutreinigend) pulverisieren

Hagebutten (Vitamin C) gut im Winter

Himbeerblätter

Ingwerwurzel (Schmerzmittel, erhöht die Vitalität)

Johannisbrot (Durchfall)

Knoblauch

Kümmel (gegen Blähungen)

Schwarzkümmelsamen (Allergien)

Seealgenmehl (gut für Organismus)

Teufelskrallen (Schmerzen in der Bewegung, HD)

Ulmenrinde (gegen Durchfall)

Weißdorn (gut für Herz)



**Andere Zusätze:**

Nicht alle gleichzeitig füttern, sondern nacheinander Kurweise.

Aloe Vera (gut für Immunsystem, entgiftend) 1 ml pro 1 kg Körpergewicht

Apfelessig (gegen Blähungen und Fäulnisbakterien) 1 TL - 1 EL

Bierhefe (Bierhefeflocken) Vitamin B, Allergieauslöser

Blütenpollen (für Immunsystem) nicht zwingend notwendig

Eier (1-2 x pro Woche ein Ei)

Eierschalen (Kalzium) zu Pulver zerkleinern

Fermentgetreide (Brottrunk) für Darmflora und gegen Schuppen und Ekzeme

Grünlippmuschel (gegen HD)

Hagebuttepulver (kann täglich gefüttert werden, gut für Allgemeinwohlbefinden)

Heilerde (grüne Mineralerde) enthält wichtige Mineralien und Spurenelemente, zwischen den Mahlzeiten füttern, z.B. in Joghurt einrühren, 1 TL 2-3 x pro Woche

Honig (Mineralien und Vitamine) gut für Blut, ½ TL

Kieselerde (unterstützt die Einlagerung von Kalzium in die Knochen) gut für Fell, Haut, Krallen und junge Hunde) täglich 1 TL bis 1 EL

Propolis (natürliches Antibiotikum) gut gegen Bakterien und Viren

Salz (1-2 x pro Woche eine Prise Salz)

Spirulina (jeden zweiten Tag eine Messerspitze)