



Entschlackungstag

Einmal pro Woche empfiehlt sich ein Entschlackungstag, der wenig Protein enthält.

Dieser dient dazu, dem Körper eine leichtverdauliche Mahlzeit zu bieten, die die Organe entlastet, entsäuert und den Darm reguliert und aufbaut. Dazu dienen in erster Linie die gekochten Karotten. Obwohl es sinnvoll ist, zumindest die meisten Nahrungsmittel „roh“ zu geben, haben die gekochten Karotten eine andere Funktion. Durch das 1-2 Stunden lange Kochen verändert sich die Chemie der Karotten. Man kann das leicht durch den Geruch feststellen, sie werden süsser. Durch das lange Kochen werden sogenannte saure Oligosaccharide (spez. Kohlenhydrate) freigesetzt, die verhindern, dass Keime an der Darmwand anheften. Die Keime können somit ausgeschieden werden und die Irritation der Darmschleimhaut lässt nach. Übrigens wirken gekochte Karotten nicht nur gegen Durchfall, sondern auch bei Verstopfung. Der Darm wird saniert und seine Gesundheit wiederhergestellt. Je nach Gesundheitszustand des Hundes werden sie 1 oder 2 Std. lang gekocht. 1 Stunde reicht bei einem gesunden Hund, bei chronischen Darmproblemen sind 2 Std. besser.

1kg Karotten - in Stücke geschnitten - werden mit ½ Liter Wasser und einer Prise Kristallsalz gekocht und danach mit dem Pürierstab oder Mixglas zu einem Brei püriert.

500 gr Süsskartoffeln werden in Stücke geschnitten und roh mit Wasser im Mixglas püriert. Als Alternative kann auch Zucchini oder Patisson verwendet werden. Dazu kommen 1-2 Esslöffel Kurkumapulver und 2 Esslöffel Kokosöl, die man daruntermischt. Kurkuma wirkt entzündungshemmend, stärkend auf das Immunsystem, die Leber und wird bei Tumoren eingesetzt.

Alles zusammen mischen und auf 1 oder 2 Tages-Portionen aufteilen. Man benötigt etwa die normale Tagesfuttermenge.

Dazu mischt man die normalen Zusätze, die der Hund benötigt. Allenfalls kann auch die wöchentliche Eier-Ration hinzugefügt werden. Zusätzliches Gemüse ist natürlich nicht nötig.

Weitere Infos: <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/kurkuma.html>

Erhältlich hier: www.MeinHundShop.ch Bio-Kurkuma 200 gr. CHF 9.80