



AMICAU

Water, het allerbelangrijkste nutriënt



Water heeft heel wat belangrijke functies:

- Houdt cellen, weefsels en organen gezond
- Is van cruciaal belang voor spijsvertering
- Smeert de gewrichten
- Absorbeert warmte van de processen die in het lichaam plaatsvinden
- Verwijderen van afvalstoffen

De opname van water komt uit 3 mogelijke bronnen:

- het aanwezige water uit voedsel
- het metabolisch water
- het drinkwater

Studies hebben aangetoond dat honden in staat zijn hun waterbalans te handhaven zonder bron van drinkwater wanneer zij gevoerd worden met diëten die meer dan 67% vocht bevatten.



Maar hoeveel vocht zit er in hun voeding?

- Brokken bevatten ongeveer 10% vocht, dus veel te weinig om uit hun voeding te halen
- Blik voer, gekookt en rauw gaan gemiddeld tot 60 – 85% water.

Algemeen gerekend hebben ze 100ml vocht nodig voor elke kg lichaamsgewicht zonder rekening te houden met externe factoren. Maar niet alle honden drinken genoeg water en daarom is het belangrijk om extra vocht aan te bieden door middel van bouillon, kruideninfuus, smoothies,... dit kan afzonderlijk gegeven worden of gemengd onder hun voeding. Dit is altijd naast de voorziening van hun gewone drinkbak. Je kan ze invriezen in kleinere porties en deze dan per dag aan hun aanbieden.

In de winkel zijn er gelukkig heel wat kant en klare zaken te verkrijgen om u voeding te verrijken met vocht en andere wholefoods.

Kant en klare oplossingen

- Kant en klare bouillons van Ydolo of boil en broth. Deze kunnen heel gemakkelijk gebruikt worden in recepten, maar kunnen ook op hun eigen gegeven worden.
- Kant en klare smoothies van het merk Smoothie dog. Deze kan je zo aanbieden als drank of toevoegen aan de brokken of verse voeding
- Wortelsoep van terra canis. Te geven als extra bij de voeding of bij honden die zware diarree hebben en even geen vaste voeding mogen hebben voor het herstel van de darmwand
- Een kant en klare isotone drank vind je ook van bv doggyrade, deze kan u geven na een grote wandeling of bij heel warm weer
- Kruiden voor het maken van een kruiden infuus. 1 el kruiden in een tas water overgieten met kokend water en +- 30 min laten trekken en dan geven

Natuurlijk voorzien wij ook leuke recepten om zelf creatief aan het werk te kunnen gaan!

Recepten om zelf te bereiden

Bouillons :

• Bottenbouillon II, pompoen 150gr , zoete aardappel 150gr ,1 kl. geraspte gember, scheut kokosmelk.

Kuis de groenten en snij ze in kleine stukken, kook ze vervolgens 20 à 30 min in de reeds gemaakte bottenbouillon en voeg aan het einde de geraspte gember en kokosmelk toe en mix alles met een staafmixer.

• Water II, lamshartjes 150gr , wortel 100gr, pastinaak 100gr, kokosvlees 50 gr en artisjokkruid 1kl

Kuis de groenten en snijd ze in kleine stukken, snij de lamshartjes in kleine stukken, voeg al de ingrediënten toe aan het water en laat 30 à 40 min koken op een laag vuur. Mix vervolgens alles met de staafmixer

• Bottenbouillon II, kippeneieren 2st, haver 200gr (1 nacht wellen in water), gerstgras 1 tl

Reeds gemaakte bottenbouillon laten opkoken, de haver en eieren mengen en dan al roerend gieten in de kokende bouillon en nog 4 min laten opkoken. Versier met wat gerstgras.



Smoothies :

• Geitenmelk 100ml, 1 banaan, blauwe bessen 100 gr, bijenpollen 1kl, spirulina 1/2 kl en scheutje water

Al deze ingrediënten mixen in een blender en een scheutje water toevoegen voor de sterkte en de dikte te bepalen van de smoothie

• Kokoswater 200 ml, rode biet gekookt 100gr, zoete aardappel gekookt 50 gr, sardientjes 50 gr, basilicum 2 blaadjes, scheutje water

Snij de groenten in stukken en meng al de ingrediënten in een blender aanlengen met scheut water indien gewenst voor sterkte en dikte te bepalen.

• Geitenmelk 100ml, mango 100gr, pompoenpit 1 kl (1 nacht wellen in water), 1 banaan, munt 2 blaadjes en scheutje water
Mango schillen, pit verwijderen en in stukken snijden. Al deze ingrediënten mixen in een blender water toevoegen naar keus voor de sterkte en de dikte van de smoothie te bepalen.

• Kokosmelk 100ml, appel 150 gr, avocado 100 gr, brandnetel 1kl en scheutje water

Verwijder het klokhuis van de appel, verwijder pit en schil van de avocado en snijd in stukken. Mix vervolgens alles samen in de blender en voeg water toe om de dikte en sterke van de smoothie te bepalen.

We kunnen ook een elektrolyten drank aanbieden, er zijn aanwijzingen dat dieren die een elektrolytoplossing oraal krijgen aangeboden ook meer water daarnaast drinken.

Waarom geven we een elektrolyten drank?

- Brengt vochtbalans snel terug op pijl bij warm weer of inspanning
- Vermindert spier beschadiging bij inspanning
- Sneller herstel van de hartslag bij warm weer en inspanning
- Dit bevordert het drinken van gewoon water
- Grotere vochtinname bij honden die te weinig drinken of op warme dagen
- Bij veel braken



Hierbij enkele recepten met elektrolyten drank:

- Bottenbouillon 500 ml, aardappelen 250 gr, pastinaak 250gr, groenlipmossel 1 kl

Kuis de groenten en snijd ze in kleine stukken. Kook de groenten en kruiden in de bouillon en mix vervolgens alles

- Kokoswater 500ml, watermeloen 250gr, kiwi 250gr, duivelsklauw 1kl

Schil het fruit en snijd in stukken. Mix vervolgens alles in de blender

- Brandnetelthee getrokken 750ml, broccoli gekookt 250gr, gember geraspt 1kl en 1 tl moor

Alles mixen in de blender

- Water 500ml, appel 250gr, komkommer 250gr, peterselie 1 takje, spirulina 1 kl

Verwijder het klokhuis van de appel, snij de uiteinden van de komkommer en snij in stukken doe vervolgens al de ingrediënten in de blender

- Water 500 ml, ananas 350gr, geitenyoghurt 100gr, zeekraal 1kl

Verwijder de schil en snij de ananas in stukken. Mix vervolgens al de ingrediënten in de blender

- 3 gr zout, 18gr suiker, 1 l water

Dit is de eenvoudigste manier en heb je ook altijd in huis





AMICAU

shop@amicau.be / www.amicau.be

Hallesesteenweg 200,
1640 Sint-Genesius-Rode
02 360 15 60

Kortrijksesteenweg 18,
9830 Sint-Martens-Latem
09 360 57 28

BTW: BE 0700.921.109