

# Ricette

Qui potete trovare una guida fotografica passo-passo e un video sulla preparazione del cibo.

**NOTA BENE:** Queste ricette sono sconsigliate per gatti affetti da IRC (insufficienza renale cronica). Come sottolinea la dottoressa Lisa Pierson, ci sono altre ricette più adatte a gatti che hanno questo problema. La dottoressa Pierson è disponibile a fornire consultazioni private, a pagamento, per mettere a punto un piano nutrizionale specifico per il vostro micio affetto da IRC. Queste consultazioni verranno effettuate solo dopo che la dottoressa riceverà la cartella clinica del gatto, con le analisi del sangue.

## **Ricettaa base di carne cruda fatta CON ossa vere**

**2 kg di carne di muscolo con ossa** (cosce o sovracosce di pollo o, ancora meglio, un pollo o coniglio intero del peso di circa 2 kg; se non usate l'intera carcassa optate per tagli di carne più scuri come le cosce di pollo o tacchino, togliendo il 20-25% di ossa; se usate un coniglio intero, che ha una percentuale di ossa maggiore rispetto al pollo, diluite le ossa extra aggiungendo il 20-25% di carne di muscolo - con pelle e grasso - di coniglio, pollo o tacchino).

**400 gr di cuore crudo** (se possibile evitate il cuore di manzo; se non avete del cuore disponibile potete sostituirlo con 4000 mg di Taurina)

**200 gr di fegato crudo** (se possibile evitate il fegato di manzo; se non avete del fegato disponibile potete sostituirlo con 40,000 IU di Vitamina A e 1600 IU di Vitamina D ma cercate di utilizzare il fegato vero invece degli integratori)

**NOTA BENE:** se non potete reperire cuore o fegato e decidete di sostituirli con gli integratori (Taurina/Vitamina A e Vitamina D) ricordate di **SOSTITUIRE** la quantità di organi mancante con l'equivalente in peso di carne. In altre parole: se non avete il cuore, aggiungete altri 400 gr di carne con ossa e se non avete il fegato aggiungete altri 200 gr di carne con ossa.

**480 ml di acqua**

**4 rossi d'uovo** (se possibile usate uova biologiche da allevamento all'aperto)\*\*\*

**4000 mg di olio di salmone** (vedere la nota alla fine della ricetta\*)

**800 IU di Vitamina E**

**200 mg di Vitamina B-50 complex** (quattro capsule di B-50)

**7 gr di Morton's Lite Salt (sale dietetico iodato)**

(opzionale: 16 gr di **polvere di Psyllium**; 32 gr se usate i semi di Psyllium interi; vedere le note alla fine della ricetta\*\*)

**NOTA BENE:** Se non avete intenzione di utilizzare il cibo immediatamente e lo congelate per più di una o due settimane, aggiungete 4000 mg extra di Taurina per compensare la quantità che potrebbe disperdersi durante la conservazione. E' una buona idea aggiungere un po' di Taurina extra sul cibo, nel momento in cui viene servito due o tre volte alla settimana, per assicurarsi che il gatto stia assumendo una dose sufficiente di questo amminoacido essenziale.

1. Rimuovete all'incirca la metà della pelle dalla carne. Tagliate gran parte della carne di muscolo (senza la pelle se state utilizzando pollo o tacchino, con la pelle se state utilizzando coniglio) in pezzi di circa 2,5 cm. Mettete da parte i pezzetti di carne per dopo. Non tritateli.

2. Tritate il fegato crudo, la pelle, le ossa polpose e il cuore crudo. Quando tutto è macinato mescolate per bene il composto di ossa/carne e mettetelo in frigorifero.

3. Mettete in un contenitore 480 ml di acqua e mescolate gli altri ingredienti restanti, eccetto lo Psyllium: se dovete sostituire il fegato con la vitamina A/D o il cuore con la Taurina aggiungete le vitamine a questo composto. Se avete scelto di utilizzarlo, aggiungete lo Psyllium alla fine e mescolate bene. Infine unite i tre composti: il liquido che avete appena mescolato, il macinato di carne, ossa e organi e i pezzetti di carne tagliati a mano. Dopo aver mescolato bene il tutto, porzionate nei contenitori e metteteli nel freezer.

Non riempite eccessivamente i contenitori. Il cibo si espande quando viene congelato e non vogliamo che il coperchio salti. Scongelate all'occorrenza. Il cibo non dovrebbe essere lasciato in frigorifero a

scongelare per più di 48 ore prima di essere servito. Per servirlo, mettete il cibo in una bustina freezer e intiepiditelo sotto l'acqua calda. MAI scaldare il cibo nel microonde. I gatti adorano mangiare il loro cibo a una temperatura simile a quella del corpo del topo.

\*Ogni due o tre giorni suggerisco di versare qualche goccia di olio di salmone nel cibo del gatto. Gli acidi grassi essenziali contenuti nell'olio di salmone sono molto fragili e finché non sappiamo l'esatta quantità che ne viene dispersa durante il congelamento, è prudente aggiungerne una piccola parte sul cibo un paio di volte a settimana. Alcuni gatti ne amano il sapore.

\*\*Non tutti i gatti necessitano di un apporto extra di fibre (Psyllium) nella loro dieta. Se il vostro gatto ha mangiato cibo industriale di bassa qualità per molti anni, in particolare cibo secco, potrebbe aver perso un po' di motilità intestinale e avrebbe dei benefici dall'apporto di fibre extra. Come regola generale consiglio di utilizzare lo Psyllium con un gatto adulto che si avvicina per la prima volta ad una dieta a base di crudo. Personalmente aggiungo raramente lo Psyllium nella dieta dei miei gatti adulti. Tenete a mente che alcuni gatti potrebbero essere costipati per l'assenza di fibre mentre altri potrebbero esserlo per un loro eccesso. Ciascun gatto è unico e dovete giudicare cosa funziona meglio per il vostro.

\*\*\*Se non volete buttare via il bianco dell'uovo che avanza dalla ricetta e non avete intenzione di fare una *Angel Food Cake* (tipica torta americana che si fa con gli albumi), fatelo bollire, tritatelo e aggiungetelo al composto di carne. E' una buona fonte proteica priva di fosforo.

## **Ricetta a base di carne cruda fatta SENZA ossa vere (non raccomandata, se non sporadicamente)**

**NOTA BENE:** Questa ricetta è di qualità inferiore rispetto alla precedente. Come mai? Perché non contiene ossa e si affida all'uso di una fonte di calcio isolata. I gatti dovrebbero mangiare ossa VERE. Ma se non avete ancora un tritacarne, questa ricetta può andare bene per un breve periodo. Contiene anche una parte di gelatina per sopperire alla mancanza di cartilagine. Non utilizzate questa ricetta a tempo indeterminato.

**1,4 kg di carne di muscolo** (sovracoscia o coscia di pollo, togliete metà della pelle)

**400 gr di cuore crudo** (se non avete del cuore disponibile sostituitelo con 4000 mg di Taurina)

**200 gr di fegato crudo** (se non avete del fegato disponibile sostituitelo con 40,000 IU di vitamina A e 1600 IU di vitamina D ma cercate di utilizzare sempre il fegato fresco al posto degli integratori in sostituzione)

**NOTA BENE:** Se non potete reperire cuore o fegato e decidete di sostituirli con gli integratori (Taurina/Vitamina A e Vitamina D) ricordate di **SOSTITUIRE** la quantità di organi mancante con l'equivalente in peso di carne di muscolo. In altre parole: se non avete il cuore, aggiungete altri 400 gr di carne e se non avete il fegato aggiungete altri 200 gr. di carne.

**480 ml di acqua**

**60 gr di farina d'ossa** (il tipo adatto al consumo umano e non quella utilizzata per il giardinaggio)

**30 gr di gelatina insapore**

**4 rossi d'uovo** (se possibile usate uova biologiche da allevamento all'aperto)\*\*\*

**4000 mg di olio di salmone** (vedere la nota alla fine della ricetta\*)

**800 IU di Vitamina E** (è preferibile la Vitamina E "Dry E", capsule con polverina)

**200 mg di Vitamina B-50 complex** (quattro capsule di B-50)

**7 gr di Morton's Lite Salt (sale dietetico iodato)**

(opzionale: 16 gr di **polvere di Psyllium** - 32 gr. se usate i semi di Psyllium interi; vedere le note alla fine della ricetta\*\*)

**NOTA BENE:** Se non avete intenzione di utilizzare il cibo immediatamente e lo congelate per più di una o due settimane, aggiungete 4000 mg extra di Taurina per compensare la quantità che potrebbe disperdersi durante la conservazione. E' una buona idea aggiungere un po' di Taurina extra sul cibo, nel momento in cui viene

servito, due o tre volte alla settimana, per assicurarsi che il gatto stia assumendo una dose sufficiente di questo amminoacido essenziale.

1. Rimuovete all'incirca la metà della pelle dalla carne. Tagliate gran parte della carne di muscolo (senza la maggior parte della pelle se state utilizzando pollo o tacchino, con la pelle se state utilizzando coniglio) in pezzi di circa 2,5 cm. Mettete da parte i pezzetti di carne per dopo. Non tritateli.

2. Tritate il fegato crudo, la carne restante e il cuore crudo. Quando tutto è macinato mescolate per bene il composto di ossa/carne e mettetelo in frigorifero.

3. Mettete in un contenitore 480 ml di acqua e mescolate gli altri ingredienti restanti, eccetto lo Psyllium e la gelatina. Se dovete sostituire il fegato con la vitamina A/D o il cuore con la Taurina aggiungete le vitamine a questo composto. Aggiungete lo Psyllium (se avete scelto di utilizzarlo) e la gelatina alla fine e mescolate bene. (Se aggiungete lo Psyllium e la gelatina troppo presto si formeranno dei grumi.) Infine unite i tre composti: il liquido che avete appena mescolato, il macinato di carne e i pezzetti di carne tagliati a mano. Dopo aver mescolato bene il tutto, porzionare nei contenitori e metteteli nel freezer.

Non riempite eccessivamente i contenitori. Scongelate solo la quantità che siete in grado di utilizzare nell'arco di 48 ore. Mettete il cibo in una bustina freezer e bagnatelo sotto l'acqua calda per farlo intiepidire, servitelo.

\*Ogni due o tre giorni suggerisco di versare qualche goccia di olio di salmone nel cibo del gatto. Gli acidi grassi essenziali contenuti nell'olio di salmone sono molto fragili e finché non sapremo esattamente l'esatta quantità che ne viene dispersa durante il congelamento, penso sia prudente aggiungerne una piccola parte sul cibo un paio di volte a settimana. Alcuni gatti ne amano il sapore.

\*\*Non tutti i gatti necessitano di un apporto extra di fibre (Psyllium) nella loro dieta. Se il vostro gatto ha mangiato cibo industriale di bassa qualità per molti anni, in particolare cibo secco, potrebbe aver perso un po' di motilità intestinale e avrebbe dei benefici dall'apporto di fibre extra. Come regola generale consiglio di utilizzare lo Psyllium con un gatto adulto che si avvicina per la prima volta ad una dieta a base di crudo. Personalmente aggiungo raramente lo Psyllium nella

dieta dei miei gatti adulti. Tenete a mente che alcuni gatti potrebbero essere costipati per l'assenza di fibre mentre altri potrebbero esserlo per un loro eccesso. Ciascun gatto è unico e dovete giudicare cosa funziona meglio per il vostro.

\*\*\*Se non volete buttare il bianco dell'uovo che avanza dalla ricetta e non avete intenzione di fare una *Angel Food Cake* (tipica torta americana che si fa con gli albumi), fatelo bollire, tritatelo e aggiungetelo al composto di carne. E' una buona fonte proteica priva di fosforo.

## **Quanto cibo facciamo con queste quantità?**

Seguendo queste ricette avremo poco più di 2 kg di cibo. La sua durata dipende interamente dal vostro gatto.

Di solito preparo una quantità pari circa al triplo rispetto alle dosi della ricetta.

Se utilizzate barattoli che contengono circa 400 gr di cibo ve ne serviranno cinque o sei per contenere tutto quello prodotto con le quantità di questa ricetta (circa 2 kg).

Questi cinque/sei barattoli dovrebbero essere sufficienti per nutrire in media un gatto adulto per 12-14 giorni. Ricordatevi che i gatti hanno gradi di appetito, necessità, livelli di attività fisica, taglie corporee e comportamenti differenti dunque anche il consumo di cibo può variare.

Visitate la pagina delle [FAQ](#) per trovare maggiori informazioni sulle quantità di cibo da somministrare al vostro gatto. (Attenzione: non conosco in modo preciso le dosi ma posso aiutarvi a stimarle).