

Recettes

Cliquez sur le sous-menu « pictorial » pour voir l'élaboration de la recette en image et en vidéo.

NOTE : Ces recettes ne sont pas conseillées pour des chats qui souffrent d'insuffisance rénale chronique. Comme le souligne le Docteur Lisa Pierson, il existe des recettes plus adaptées aux chats atteints de cette maladie. Si vous désirez en savoir plus sur les besoins nutritionnels spécifiques de votre chat, le Docteur Pierson est disponible pour des consultations payantes privées. Notez cependant qu'une consultation est possible uniquement après lui avoir communiqué les antécédents de votre animal, y compris les analyses de laboratoire.

Recette de nourriture crue pour chat **AVEC vrais os**

2 kg de viande crue avec os (cuisses ou pilons de poulet ou, encore mieux, une carcasse entière de lapin ou de poulet équivalent à 2 kg ; si vous n'optez pas pour une carcasse entière, choisissez une viande foncée comme des cuisses ou pilons de poulet ou de dinde en enlevant 20 à 25 % d'os ; si vous optez pour un lapin entier, qui a un ratio os/viande plus élevé que le poulet, diluez la quantité d'os supplémentaire en ajoutant 20 à 25 % de viande, de peau et de gras de lapin, poulet ou dinde).

400 g de cœur cru (évitez le cœur de bœuf ; si vous ne trouvez pas de cœur, remplacez par 4000 mg de taurine)

200 g de foie cru (n'optez pas pour le foie de bœuf ; si vous ne trouvez pas de foie approprié, vous pouvez le remplacer par 40 000 IU de vitamine A et 1 600 IU de vitamine D – mais essayez de trouver du vrai foie plutôt que d'utiliser des substituts)

NOTE : Si vous ne trouvez pas de cœur ou de foie et que vous décidez de les substituer par la taurine/vitamines A et D, pensez à REMPLACER la quantité manquante d'organes par une quantité équivalente de viande. Autrement dit, si vous ne trouvez pas de cœur, ajoutez 400 g de viande/os supplémentaire. Si vous ne trouvez pas de foie, ajoutez 200 g de viande/os supplémentaire.

500 ml d'eau

4 jaunes d'œufs crus (essayez d'utiliser des œufs bios ou de poules élevées en plein air)***

4 gélules de complément glandulaire cru comme, par exemple, le complément

multiglandulaire d'Immoplex.

4000 mg d'huile de saumon (voir note en fin de recette*)

800 IU de vitamine E (le « dry E » est un bon produit)

200 mg de vitamine B complexe (par exemple, 4 gélules de B-50)

1½ cuiller à café de sel iodé

(En option : **4 cuillers à café de poudre d'ispaghul** (8 cuillers à café si vous utilisez des graines d'ispaghul entières ; voir note en fin de recette**))

NOTE : Si vous ne servez pas la nourriture et la congelez plus d'une semaine ou deux, ajoutez 4000 mg de taurine supplémentaire pour compenser les pertes éventuelles dues à la période de congélation. Ce n'est pas une mauvaise idée non plus de saupoudrer un peu de taurine sur la nourriture au moment de servir 2 à 3 fois par semaine juste pour vous assurer que votre chat absorbe une quantité suffisante de cet acide aminé crucial.

1. Commencez par enlever la moitié de la peau qui recouvre la viande. Coupez le plus de viande possible en petits morceaux de la taille d'une pièce de deux euros environ (moins une partie de la peau si vous optez pour du poulet ou de la dinde mais laissez la peau si vous optez pour du lapin). Réservez les petits morceaux de viande. Ne les broyez pas.

2. Broyez le foie cru, la peau, la viande et les os crus ainsi que le cœur cru. Ensuite, mélangez bien la mixture de viande et d'os obtenue et réservez au réfrigérateur.

3. Dans un récipient, versez 500 ml d'eau et ajoutez-y tous les compléments (hors viande) sauf l'ispaghul. Mélangez bien le tout au fouet. Si vous remplacez le foie et/ou le cœur par de la vitamine A et D/taurine, ajoutez ces compléments maintenant. Si vous utilisez de l'ispaghul, ajoutez-le à la fin et mélangez bien le tout. Enfin, rassemblez vos trois préparations : la « soupe » de compléments que vous venez de mélanger au fouet, le mélange de viande/os/organes broyés et les petits morceaux de viande coupés en début de recette. Mettez dans des récipients et congelez.

Ne remplissez pas trop les récipients. Le contenu se dilate à l'état congelé et les couvercles pourraient sauter. Décongelez au fur et à mesure. Ne gardez pas la nourriture complètement décongelée plus de 48 heures avant de servir. Pour servir, transvasez une portion dans un sachet de congélation et réchauffez-le sous un filet d'eau chaude. Ne réchauffez JAMAIS la nourriture au micro ondes. En général, les chats aiment leur nourriture à « température corporelle de souris ».

** Je vous suggère de saupoudrer sur la nourriture quelques gouttes d'huile de saumon provenant d'une nouvelle gélule tous les deux ou trois jours. En effet, les acides gras contenus dans l'huile de saumon sont extrêmement fragiles et, comme nous ne savons pas exactement ce qui est perdu pendant la congélation, je pense qu'il est sage d'ajouter un peu d'huile de saumon fraîche directement sur la nourriture plusieurs fois par semaine. La plupart des chats en raffolent.*

*** Tous les chats n'ont pas besoin d'une source de fibres supplémentaire (ispaghul) dans leur alimentation. Si votre chat a consommé une nourriture commerciale de mauvaise qualité pendant plusieurs années, surtout sous forme de croquettes, il se peut qu'il/elle ait perdu en élasticité au niveau des intestins et qu'une quantité de fibres additionnelle soit bénéfique. En règle générale, je recommande l'usage de poudre d'ispaghul lorsque un chat adulte passe à une alimentation crue pour la première fois. J'ajoute rarement beaucoup d'ispaghul à la nourriture de mes chats adultes. Gardez à l'esprit que certains chats sont constipés sans l'ajout de fibres additionnelles alors que d'autres chats, au contraire, sont constipés s'ils absorbent trop de fibres. Chaque chat est unique ; à vous de voir ce qui convient le mieux au vôtre.*

**** Si vous ne voulez pas gaspiller les blancs d'œufs et que vous n'avez pas envie de faire un gâteau de Savoie, vous pouvez les pocher, les broyer puis les mélanger à la nourriture. Ceux-ci constituent une excellente source de protéine sans phosphore.*

Recette de nourriture crue pour chat SANS vrais os (pas recommandé, à utiliser avec parcimonie)

TRÈS IMPORTANT : la recette qui suit est qualitativement inférieure à celle ci-dessus. Pourquoi ? Car elle ne contient pas de vrais os mais bien un complément de calcium isolé. Les chats doivent manger de VRAIS os. Mais si vous n'avez pas encore fait l'acquisition d'un broyeur, cette recette suffira à court terme. Elle contient également de la gélatine pour remplacer le cartilage. SVP ne nourrissez pas votre chat avec cette recette indéfiniment.

1400 g de viande crue (par exemple, des cuisses et pilons de poulet, en enlevant la moitié de la peau)

400 g de cœur cru (si vous ne trouvez pas de cœur, substituez par 4000 mg de taurine)

200 g de foie cru (si vous ne trouvez pas de foie approprié, vous pouvez le substituer par 40 000 IU de vitamine A et 1 600 IU de vitamine D – mais essayez de trouver du vrai foie plutôt que d'utiliser des substituts)

NOTE : *Si vous ne trouvez pas de cœur ou de foie et que vous décidez de les substituer par la taurine/vitamines A et D, pensez à REMPLACER la quantité manquante d'organes par une quantité équivalente de viande. Autrement dit, si vous ne trouvez pas de cœur, ajoutez 400 g de viande/os supplémentaire. Si vous ne trouvez pas de foie, ajoutez 200 g de viande/os supplémentaire.*

4 cuillers à soupe de farine d'os (celle qui est destinée à la consommation humaine, pas celle utilisée pour le jardinage)

2 cuillers à soupe de gélatine nature

500 ml d'eau

4 jaunes d'œufs crus (essayez d'utiliser des œufs bios ou de poules élevées en plein air)***

4 gélules de complément glandulaire cru, comme par exemple, le complément multiglandulaire d'Immoplex.

4000 mg d'huile de saumon (voir note en fin de recette*)

800 IU de vitamine E (le « dry E » est un bon produit)

200 mg de vitamine B complexe (par exemple, 4 gélules de B-50)

1½ cuiller à café de sel iodé

(En option : **4 cuillers à café de poudre d'ispaghul** (8 cuillers à café si vous utilisez des graines d'ispaghul entières ; voir note en fin de recette**))

NOTE : Si vous ne servez pas la nourriture et la congelez plus d'une semaine ou deux, ajoutez 4000 mg de taurine supplémentaire pour compenser les pertes éventuelles dues à la période de congélation. Ce n'est pas une mauvaise idée non plus de saupoudrer un peu de taurine sur la nourriture au moment de servir 2 à 3 fois par semaine juste pour vous assurer que votre chat absorbe une quantité suffisante de cet acide aminé crucial.

1. Commencez par enlever la moitié de la peau qui recouvre la viande. Coupez le plus de viande possible en petits morceaux de la taille d'une pièce de deux euros environ (moins une partie de la peau si vous optez pour du poulet ou de la dinde mais laissez la peau si vous optez pour du lapin). Réservez les petits morceaux de viande. Ne les broyez pas.

2. Broyez le foie cru, la peau, la viande et les os crus ainsi que le cœur cru. Ensuite, mélangez bien la mixture de viande et d'os obtenue et réservez au réfrigérateur.

3. Dans un récipient, versez 500 ml d'eau puis ajoutez-y tous les compléments (hors viande) sauf l'ispaghul et la gélatine. Mélangez bien le tout au fouet. Si vous remplacez le foie et/ou le cœur par de la vitamine A et D/taurine, ajoutez ces compléments maintenant. Si vous utilisez de l'ispaghul, ajoutez-le à la fin avec la gélatine et mélangez bien le tout (si vous ajoutez l'ispaghul et la gélatine trop tôt, ils formeront des grumeaux). Enfin, rassemblez vos trois préparations : la « soupe » de compléments que vous venez de mélanger au fouet, le mélange de viande/os/organes broyés et les petits morceaux de viande coupés en début de recette. Mettez dans des récipients et congelez.

Ne remplissez pas trop les récipients. Ne décongelez que ce que vous allez servir dans les 48 heures. Réchauffez la nourriture en la mettant dans un sachet de congélation sous un filet d'eau chaude puis servez.

** Je vous suggère de saupoudrer sur la nourriture quelques gouttes d'huile de saumon provenant d'une nouvelle gélule tous les deux ou trois jours. En effet, les acides gras contenus dans l'huile de saumon sont extrêmement fragiles et, comme nous ne savons pas exactement ce qui est perdu pendant la congélation, je pense qu'il est sage d'ajouter une peu d'huile de saumon fraîche directement sur la nourriture plusieurs fois par semaine. La plupart des chats en raffolent.*

*** Tous les chats n'ont pas besoin d'une source de fibres supplémentaire (ispaghul) dans leur alimentation. Si votre chat a consommé une nourriture commerciale de mauvaise qualité pendant plusieurs années, surtout sous forme de croquettes, il se peut qu'il/elle ait perdu en élasticité au niveau des intestins et qu'une quantité de fibres additionnelle soit bénéfique. En règle générale, je recommande l'usage de poudre d'ispaghul lorsque un chat adulte passe à une alimentation crue pour la première fois. J'ajoute rarement beaucoup d'ispaghul à la nourriture de mes chats adultes. Gardez à l'esprit que certains chats sont constipés sans l'ajout de fibres additionnelles alors que d'autres chats, au contraire, sont constipés s'ils absorbent trop de fibres. Chaque chat est unique ; à vous de voir ce qui convient le mieux au vôtre.*

**** Si vous ne voulez pas gaspiller les blancs d'œufs et que vous n'avez pas envie de faire un gâteau de Savoie, vous pouvez les pocher, les broyer puis les mélanger à la nourriture. Ceux-ci constituent une excellente source de protéine sans phosphore.*

Combien de temps puis-je nourrir mon chat avec les quantités de cette recette ?

Un lot basé sur la première recette équivaut à un peu plus de 2 kg de nourriture. Le temps que vous allez faire avec cette quantité dépendra totalement de votre chat.

En réalité, j'ai l'habitude de préparer trois fois la quantité de cette recette en une fois.

Si vous utilisez les mêmes bocaux d'un demi-litre que les miens (voir le sous-menu « supplies »), vous pourrez congeler *environ* 5 ou 6 bocaux (qui contiennent *environ* 400 g de nourriture chacun) avec un lot de nourriture (2 kg).

Ces 5 ou 6 bocaux devraient vous permettre de nourrir un chat adulte moyen en bonne santé (je sais, il n'y a pas de chat moyen) pendant environ 12 à 14 jours. Gardez à l'esprit que ce chiffre peut fortement varier en fonction de l'appétit, des besoins, du niveau d'activité, de la constitution et de l'humeur de chaque chat.

Allez jeter un œil à la Foire Aux Questions (FAQ) pour plus d'information sur la quantité de nourriture à donner à votre chat. (Comme avant-goût : je n'en ai vraiment aucune idée mais je peux vous donner une très grossière estimation).