



## 犬・笑・暮だより vol.76

# 春野菜を使った簡単手づくりごはん



今年はいつになく長かった冬も終わり、わんこ達にとっても楽しい春がやってきました。春のおいしい野菜が出回り始めています。今回のメニューは春キャベツを使ったサラダを作ってみましょう。

ところで、手作り食のメリットとは何でしょうか？

1. 食材を飼い主さんの目で確認できること。
2. 旬の食材を選べること。
3. 体調に合わせて調整できること。

この3つは最大のポイントでしょう。

そしてもう1つ、水分を十分に摂れるということです。これは生物にとってとても大切なことで、体内の不要物を排出できます。

自然界では、常に水分が近くにあるわけではありません。

そのため動物は積極的に水分を摂ろうとしません。狩りをした動物の血液や体液などで水分を補っています。ですからワンちゃんの中にはあまり水を摂らないコがいます。そんなコには「野菜の煮汁」はとても便利です。

カロリー計算なんて面倒なことは考えず（人でさえあまり考えてませんよね！）、積極的に手作り食に挑戦してみませんか？

### 卵とアレルギーについてのお話

卵の白身は生のままですと生長を阻害するものが含まれていますが、熱を通すことでそれはなくなります。

また、卵の白身にアレルギー反応がでるワンちゃんもいるため、「食べさせてはいけない食材」に卵を上げている方もいます。ただ、卵は100%に近い栄養素が含まれていますので、できれば白身も食べさせてあげたいものです。

アレルギーについて心配な方は、今まで与えたことのない食材を使うとき、必ず1種類を与え、ワンちゃんの体調をみてください。いろいろ混ぜてしまうとアレルギー反応が出たとき、原因を探すまで多くの時間を要してしまいます。1つ1つ確認してあげることも飼い主さんの優しさかも！

### Memo

#### ワンちゃんの一日の必要水分

成犬・・・体重の約60%が水分

子犬・・・体重の約80%が水分

例：10kgのワンちゃんには500～600ccの水分が必要



## 「春キャベツととりのポテトサラダ」

### 【材料】

(10キログラムの1日量)

キャベツ ..... 20g  
 さやいんげん ..... 20g  
 ジャガイモ ..... 150g  
 とりのひき肉 ..... 100g  
 ゆで卵 ..... 1個  
 にんじん(すりおろし) ..... 小さじ1  
 サラダ油...少々(使わなくてもOK)

### 【作り方】

1. キャベツ、さやいんげんを細かく刻み軽く茹でる。
2. ジャガイモはよく洗い、皮付きのまま適当な大きさに切り茹でてつぶす。
3. とりのひき肉を茹でる。
4. サラダ油を全体に混ぜながら1～3を混ぜ合わせ、ゆで卵を適当な大きさに切り乗せる。
5. 最後ににんじんをすりおろして、トッピングする。  
 にんじん、ゆで卵は全体に混ぜてしまってもOK!



にんじん、ゆで卵は全体に混ぜてしまってもOK!



愛犬に関するお住まい・お庭のお悩みは **庭遊館** にお気軽にご相談下さい



携帯サイトはコチラ!!

庭園工事・外構工事・管理・設計施工

株式会社 庭遊館

〒504-0945 各務原市那加日新町6-65

TEL 058-216-3110

FAX 058-216-3113

<http://www.teiyukan.jp>

