

## **Knochensuppe**

*Für Mensch und Tier (auch Katze)*

Möchte man seinem Hund oder Katze etwas Gutes tun, so ist eine gesunde Knochensuppe genau das richtige.

Ihre Vorzüge?

- Sie ist gut für die Gelenke
- Ist enorm hilfreich für eine gute Verdauung
- Sie unterstützt das Immunsystem kranker und wiedergenesender Hund
- Ideal für unsere Senioren-Hunde
- Bewährt bei Allergien und Darmerkrankungen
- Akzeptanz bei Futtermäkler

Die Suppe enthält viele Mineralstoffe wie Calcium, Magnesium, Kalium, Natrium und Phosphor sowie Vitamine und Nährstoffen. Nährstoffe wie Glucosamin, Gelatine und Chondroitin sollen die kollagenen Fasern in den Gelenksknorpeln vor vorzeitigen Abbau schützen. Die ausgelösten Aminosäuren wie das Arginin, Glutaminen, Prolin oder Glycin und die dadurch enthaltenen Fasern in der Suppe scheinen in der Lage zu sein, einen positiven Einfluss auf die Verdauung zu nehmen und die Darmschleimhaut zu regenerieren. Dank den ausgelösten Mineralien und Fasern in der Suppe wird dem Körper ermöglicht, wichtige körpereigene Substanzen zu lösen und das schwache und angegriffene Immunsystem kranker und wiedergenesender Hunde zu stärken.

## **Rezept**

Klassisch sieht das Rezept Geflügelknochen, Lammknochen und Rinder- oder Kalbsknochen vor. Ersteres ist schwierig zu bekommen, wenn man nicht einen Hähnchenschenkel nehmen möchte. Mit Markknochen alleine vom Supermarkt ist es mit der Suppe auch nicht getan.

Das meiste Gelatine findet sich in Gelenksknochen, Ochenschwanz, Füße, Haxen und in Knorpel, Häse oder Hühnerkarkasse. Eine Hühnerkarkasse ist das zurückbleibende Knochengerüst mit restl. anhaftender Fleisch- und Hautreste.

Hierzu braucht es folgende Grundzutaten:

- Ca. 1,5 kg Knochen und Knorpel
- 2-3 EL trüben Bio Apfelessig
- ca. 4 Liter Wasser damit alles schön bedeckt ist

Auf Wunsch:

- Gemüse (Möhren, Erbsen, Bohnen, Zucchini, Sellerie)
- Kräuter (Petersilie, Brennnessel, Löwenzahn, Thymian)

Apfelessig? Ja dieser senkt den pH-Wert und extrahiert die Mineralien aus den Knochen. Es gibt Rezepte die von 120 ml Essig ausgehen um das Maximum rauszuholen. Andere verzichten ganz, was dann weniger Mineralgehalt bedeutet.

### **Zubereitung:**

Zuerst werden alle Knochen und Knorpel in einen grossen Topf gegeben und mit dem Essig übergossen. Das ganze 15 Minuten einwirken lassen. Vielleicht zur Halbzeit alles kurz wenden.

Danach das Wasser begeben und nochmal 30 Minuten zuwarten damit der Essig seine Wirkung erreichen kann.

Alles zum Kochen bringen, dann die Hitze runternehmen und die nächsten 12 Stunden leicht vor sich hin köcheln lassen.

### **Kochzeit**

- Es braucht ca. 8 Stunden bis sich ca. 20% der Gelatine aus den Knochen und Knorpeln gelöst hat.
- Je nach Einsatz der Suppe sollte man die Kochzeit verlängern.
- Nach Bedarf Wasser nachfüllen.
- Die Kochzeit kann auch über Nacht unterbrochen werden.
- Möchte man nun noch ein paar Extravitamine haben, gibt man ca. 1 Stunde vor Ende der gewählten Kochzeit das Gemüse und Kräuter hinzu.
- Suppe abkühlen lassen und vorsichtshalber abseihen. Über die restlichen Fleischstückchen wird sich ein Abnehmer finden 😊

Die Suppe ist gut gelungen, wenn sie im kühlen Zustand geleeartig ist.

### **Haltbarkeit**

Für eine längere Haltbarkeit den Saft von 1-2x Zitronen hinzufügen.

Die Suppe kann einige Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Die Suppe lässt sich in Eiswürfelbehälter oder kleine Schüsseln einfrieren

### **TIP:**

Wenn man die Suppe für sich selbst machen möchte, sollte man die Knochen bei 150 Grad in den Backofen geben. 30 Minuten sind ausreichend.

### **HINWEIS:**

Wir ihr euch denken könnt, hat die Suppe durch die Knochen einen hohen Kalziumgehalt und sollte NICHT an Tiere verfüttert werden, die bestehende Nierenprobleme wie CNI oder Nierensteine/ erhöhte Oxalsäurewerten haben. Vorher mit Tierarzt abklären!

Für Katzen zur Rekonvaleszenz geeignet. BITTE die Menge anpassen. Zu viel könnte ggfs. zu etwas Verstopfung führen.

Kalzium sorgt für ein erhöhtes Ausscheiden über die Nieren. Daher sollte immer ausreichend Flüssigkeit parat stehen.