

Inhaltsverzeichnis

Die Hundeernährung – Zurück zum Ursprung	8
Ernährungstrends	9
Natürlich selbst gekocht!	11
Richtig füttern	12
Wissenswertes rund um die Hundeküche	15
Was darf und soll in den Hundenapf?	15
Was darf nicht in den Hundenapf?	17
Hundekräuter- und Gewürzgarten	19
Superfood für Mensch und Tier	21
Die richtige Futtermenge für meinen Hund	24
Einfaches Rezeptbeispiel als Orientierungshilfe für die Zusammen- stellung einer eigenen Ration	26
Einmal Detox, bitte!	26
Wichtiger Hinweis zu den Rezepten	27
 Buddy Dog Allerlei für das Kumpel-Team	 31
Erdbeer-Wuffeis (für laue Sommerabende)	31
Mediterraner Sommersalat (im Urlaub)	33
Seelentröster-Bä(ee)rchen (für den „Mädelsabend“)	35
Chips „Vampirello“ (für den „Herrenabend“)	37
Hüttenkäse-Cracker (für den gemütlichen Spieleabend)	39
Brezen „Bello“ (für Oktoberfest-Fans)	41
Kumpel-Pizza (für Strohwitwen Abende)	43
Putenstreifen mit Crème fraîche und Gemüse (für den Gourmet- Abend)	45
Steckerlfisch (für den Camping-Ausflug)	47
Panierte Hühnersticks (für das Familien-Picknick im Grünen)	49
Burger „WAU“ (für das BBQ mit Freunden)	51
Anti-Kater-Frühstück „Popeye“ (für den Morgen danach)	53
Bratapfel-Keksi (vor dem Weihnachtsbaum)	55
Bananen-Crispys (zum Snacken zwischendurch)	56
Eggnog (für den Heiligen Abend)	57

Smoothies & Erfrischungen	59
Cool Down!	59
Detox-Smoothie	61
Energy-Boosting	63
Pink Power	65
Balance-Shake	67
Superfit-Smoothie	69
Die goldene Milch	71
Wintertraum	73
Gute-Laune-Mix	75
Anti-Aging-Smoothie	77
Beeren-Cocktail	79
Der „Grüne“ mit dem Frischekick	81
Fruchtbombe	83
Anti-Stress-Smoothie	85
Muntermacher	87

Vorspeisen	89
Leichte Möhren-Kokos-Suppe	89
Suppe vom Bio-Rind mit Markknochen	91
Wildlachs-Gurken-Tatar	93
Ofenkartoffeln mit Hühnerfiletstreifen und Quark-Petersilie-Topping	95
Kräuter-Rührei	97
Crêpes mit Hüttenkäse	99
Buchweizen-Quiche mit Blattspinat und Sauerrahm	100
Frischkäse-Kräuter-Aufstrich	103
Melonen-Mozzarella-Spieß	105
Polenta-Bruschetta	107
Fleischbällchen mit Minze-Joghurt-Dip	109
Spargel mit Erdbeeren und Rucola	111
Parmesan-Grissini	113
Hunde-Maki	115
Klassische Hühnersuppe	117

Hauptspeisen	119
Lamm mit Reis und Zucchini	119
Pasta mit Hühnchen und Rucola	120
Rehkeule mit Petersilienkartoffeln und Maroni	123
Rigatoni Salmone	127
Rindfleisch mit Rösti und Spinat	129
Hühnchen-Gemüse-Reis-Pfanne	133
Krautrouladen mit Petersilienkartoffeln	135
Rindslende mit gratiniertem Gemüse	139
Gebratener Lachs mit Mangold-Kartoffeln	141
Putenbrust mit Apfel-Kräuterfüllung und Quinoa	143
Entenbrust mit Süßkartoffelpüree und Brokkoli	147
Rinderhüfte mit Chicorée-Artischocken-Gemüse und Wildreis	151
Putenbruststreifen in Kokoshülle mit Honig-Obst-Gemüse	155
Kräuter-Kalb mit Polenta und rote Beete	159
One-Pot-Farfalle	162
 Desserts & Kekse	165
Eistraum „Tropical Fruit“	165
Wiener Kaiserschmarrn	166
Kürbiswaffeln	167
Möhrentorte	169
Bananen Muffins	171
Macarons „Doggie“	173
Fruchtjoghurt	175
Kokostraum	177
Trick or Treats – Die Belohnungs-Kekse für Halloween	179
Glückskekse	181
Gebackene Apfelspalten	183
Müsliriegel	185
Valentinstags Herzen	187
Hundetiramisu	189
 Anhang	190
Über die Autorinnen	190
Quellenverzeichnis	191
Danksagungen	192