

INHALT

**Ein Leben ohne Geflügel?
Unvorstellbar! 5**

SUPERFOOD FÜR GEFLÜGEL 6

So war es früher 9

Was ist Superfood für Geflügel? 10

Über die Geflügelfütterung an sich 14

Futterarten unter der Lupe 18

Körnerfutter 18

Mehlfutter 20

Grünfutter 21

Trockenfutter 22

Keimfutter 22

Quellfutter 25

Tee 26

Mineralien und Erde 27

Rezept: Krümel Futter 29

SUPERFOOD SELBER SAMMELN, ERNTEN UND VERARBEITEN 30

**Sorgsam ernten und sammeln –
bewusst füttern 32**

Sinnvolle Helfer in der Futterküche 35

Getreidemühle 36

Grünzeugschneider 36

Mixer 38

Muser 39

Kutter 40

Knochenpresse und -mühle 41

Dörrautomat 41

Vakuumiergerät 43

Siebe, Schüsseln und Messer 43

Superfood haltbar machen 44

Kühlen 45

Einfrieren 45

Dörren und trocknen 49

Ausziehen 51

SUPERFOOD VON A-Z 52

Superfood für alle 55

Grünzeug und Kräuter 56

Ackerschachtelhalm, Bärlauch, Beinwell
(Comfrey), Borretsch, Breitwegerich,
Brennnessel, Brombeere, Fenchel, Fette
Henne, Gänsefingerkraut, Giersch, Hir-
tentäschelkraut, Johanniskraut, Kamille,
Löwenzahn, Luzerne, Malve, Marien-
distel, Oregano, Petersilie, Pfefferminze,
Ringelblume, Rosmarin, Salat, Sanddorn,

Schafgarbe, Schnittlauch, Sonnenblume, Sonnenhut, Spitzwegerich, Tagetes, Vogelmier, Weißdorn

Rezept: Bärlauch-“Pesto“ 74

Rezept: Ringelblumenöl 75

Früchte und Gemüse 76

Apfel, Birne und Co., Aroniabeere, Futterrüb, Grünkohl, Hagebutte, Holunder, Ingwer, Johannisbeere, Kartoffel, Knoblauch, Kohl, Kürbis, Markstammkohl, Meerrettich, Möhre, Pastinake, Rote Bete, Topinambur, Wirsing, Zwiebel

Rezept: Knoblauchmischung zur

Blutreinigung 82

Rezept: Möhren-“Suppe“ 88

Rezept: Rote-Bete-Gemüsemix 89

Rezept: Selbstgemachte Vitaminlösung 90

Rezept: Vitalitäts-Tonikum 91

Getreide, Samen und Nüsse 92

Ackerbohne, Buchecker, Eichel, Erbse, Gerste, Hafer, Hirse, Leinsamen, Lupine, Mais, Sojabohne, Sonnenblumenkerne, Walnuss, Weizen

Mineralien 102

Erde, Grit, Knochen, Sand

Aus der Küche 104

Brot, Essensreste, Leinöl, Milchprodukte, Milchzucker, Obstessig, Olivenöl, weitere Öle

Rezept: Lakritze-Essig 110

**Rezept: Scharfes Tonikum zur
Stärkung 111**

Besonderheiten 112

Bierhefe, Eichenrinde, Holzkohle, Kartoffeleiweiß, Kolostrum, Schwedenkräuter, Totholz

SERVICE 116

Bezugsadressen 118

Zum Weiterlesen 118

Geflügel ist vielfältig 120

Nützliche Adressen zur Rassenfindung 125

Register 126