

| Blättriges, krautiges Gemüse (Grünfutter) → Hauptfutter, sollte min. 80% der Ernährung ausmachen | |
|--|---|
| Bittersalate In großen Mengen füttern. Enthalten verdauungsfördernde Bitterstoffe, beugen Übergewicht vor | Endivie (glatte und krause), Frisée, Radicchio, Chicorée, Zuckerhut, Löwenzahnsalat... |
| Blättriger Kohl Nach langsamen Anfüttern in großen Mengen füttern. Enthält viel Eiweiß und Scharfstoffe, die die Atem- und Harnwege gesund halten, energiereiches Winterfutter | Grünkohl, Wirsing, Spitzkohl, Kohlrabiblätter, Schwarzkohl/Palmkohl, Blumenkohlblätter, Weißkohl, Rosenkohl, Markstammkohl, Urkohl/Jaromakohl, Chinakohl, Rucola/Rauke... |
| Gemüsegrün Der hohe Fasergehalt ist gut für die Verdauung, enthält vielfältige sekundäre Pflanzenstoffe | Karottengrün/Möhrengrün, Knollenselleriegrün, Stangensellerie, Fenchelgrün, Rote-Beete-Grün, Mairübengrün, Rettichblätter, Stielmus/Rübstiel... |
| Küchenkräuter Alle Küchenkräuter sind geeignet! Die enthaltenen ätherischen Öle halten die Verdauung und Atemwege gesund. Energiespender für den Winter. | Basilikum, Dill, Petersilie, Melisse, Minze, Rosmarin, Oregano, Salbei, Thymian, Majoran, Estragon, Kerbel, Koriander, Beifuß, Maggikraut/Liebstöckel, Majoran... |
| Anderes Blattgemüse Können ergänzend täglich gefüttert werden. | Feldsalat, Postelein, Portulak, Lollo Rosso/Lollo Bionda, Eichblattsalat, Romanasalat... |
| Weniger geeignete Blattgemüse Eher selten in kleinen Mengen füttern. | Kopfsalat, Eisbergsalat, Mangold, Spinat... |
| Festes Gemüse -> Beikost, sollte höchstens 15% der Ernährung ausmachen. | |
| Festes Kohlgemüse | Kohlrabi, Brokkoli, Blumenkohl, Romanesco, Pak Choi... |
| Wurzel-/Knollengemüse | Karotten, Pastinaken, Rote Bete, Petersilienwurzel, Knollensellerie, Kohlrabi, Steckrübe/Kohlrübe, Topinambur, Futterrüben, Fenchel... |
| Anderes festes Gemüse In kleinen Mengen dazu mischen | Gurke, Tomate, Kürbis, Zucchini, Paprika... |
| Einheimisches Obst Nur als Leckerli aus der Hand | Apfel, Birne, Quitte, Zwetschge... |