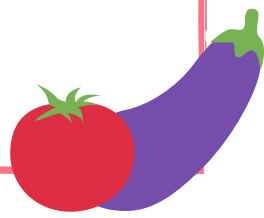
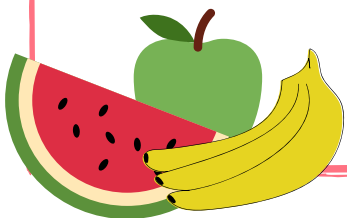


¡Recetas para perretes!

EL RECETARIO DE FRANKIE

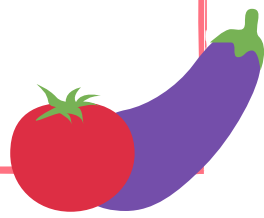
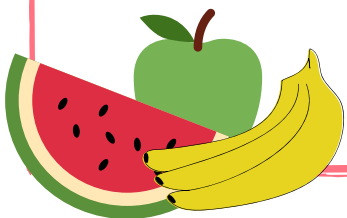
8 RECETAS para disfrutar con tu peludo

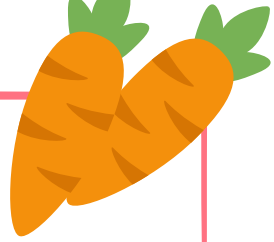




Índice

Introducción	3
Cálculo de las raciones	4
Cómo hacer suplemento de calcio natural	5
Platos Principales	
Pollo a la Frankie	7
Ternera Galeguiña	9
Recetas para patologías	
Receta para perros con problemas hepáticos	12
Receta para perros con problemas renales	13
Snacks	
Galletitas de atún atunero	15
Perrunillas de manzana	16
Delicias de zanahoria	17
Helado para peludos	18





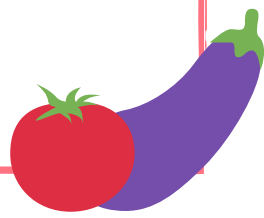
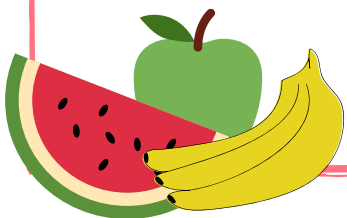
INTRODUCCIÓN

Es importante resaltar que estas recetas, **de forma individual, no son completas** ya que se han diseñado para que sea sencillo conseguir los ingredientes y poder hacerlo en casa estos días. Por eso, en principio, no incluyen ningún tipo de suplementos, ni vísceras.

Si te interesa, incluimos las cantidades de vísceras y los suplementos, por si quieres conseguir una dieta completa para tu peludo.

Si tienes cualquier duda o necesitas sustituir algún ingrediente escríbenos y te ayudamos

vet@frankietheking.com





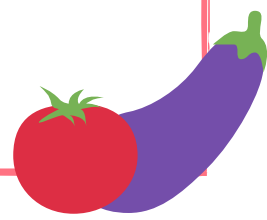
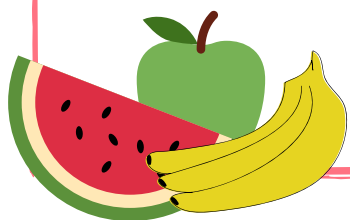
Calcula la ración de tu perrete

Tamaño/Actividad	Grande (>25 kg)	Pequeño (< 10 kg)
	Mediano (>10 kg)	
Intensa	3%	5%
Moderada	2,5%	4%
Baja	2%	3,5%

Ej. perro de 8 kg con actividad moderada que está en su peso ideal debería comer un 4% de su peso. Es decir, $8 \times 4/100 = 320$ g/día

Ej. perro de 15 kg que tiene sobrepeso, está castrado y además realiza actividad baja debería comer un 2% de su peso, es decir, $15 \times 2/100 = 300$ g/día.

Estos % son una forma fácil y sencilla de calcular la ración en casa, pero son variables y poco exactos, es decir, tendremos que escoger uno al principio y observar a nuestro perro, si vemos coge peso o disminuye, disminuirémos o aumentaremos el % en función de su evolución. También debemos tener en cuenta que la cantidad energética del alimento puede variar si por ejemplo ponemos una carne más grasa o por lo contrario más magra.





Cómo hacer tu propio suplemento de calcio natural

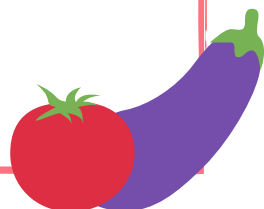
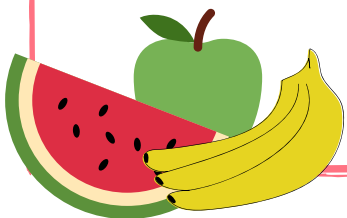
Preparación del polvo de cáscara de huevo: (también la venden como suplemento ya hecho)

- Lavar bien la cáscara
- Poner en ebullición durante 4 minutos
- Enfriar, secar y triturar/machacar
- Guardar en recipiente de vidrio en ambiente fresco y en oscuridad (nevera es ideal) un máximo de 2 meses.

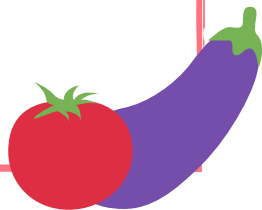
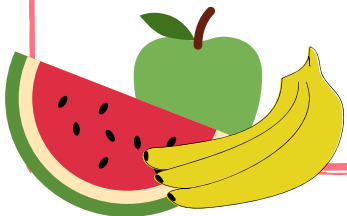
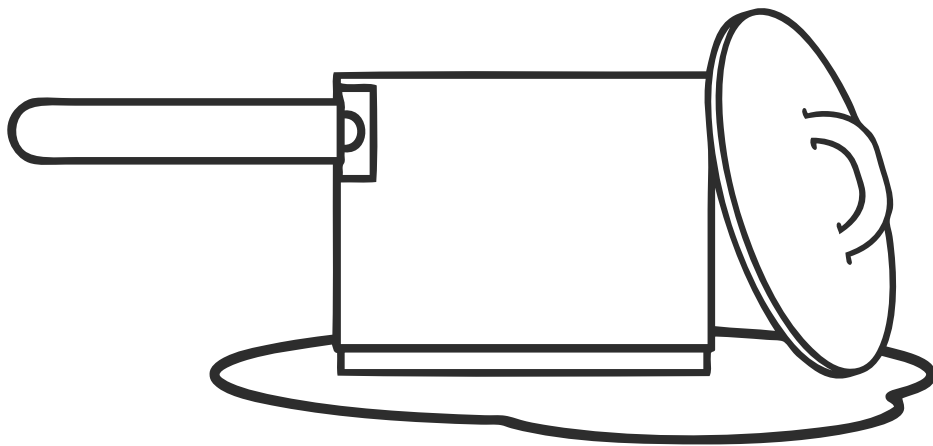
Calcula la cantidad de calcio que necesita tu perrete

Ej. Si por ejemplo nuestro perro tiene que comer 200 gramos de comida al día. 1 kg de comida le durará 5 días.

Según la dosis y su peso ($8 \times 0,2$) habrá que darle 1,6 gramos de MCH Calcio al día. Esto lo multiplicamos por los días que nos dura 1 kg de comida, y nos da que para este perro hay que añadir 8 gramos de MCH Calcio por cada kg de comida que cocinemos para él. (O cáscara de huevo molida)



PLATOS PRINCIPALES





POLLO A LA FRANKIE

Ingredientes:

Para 1 kg de receta de pollo:

640 g de pollo (pechuga, muslo o contramuslos deshuesados)

140 g de calabaza

110 g de zanahoria

30 g de arroz

40 g de guisantes

2 cucharadas soperas de aceite de oliva.

Si quieres hacerla completa:

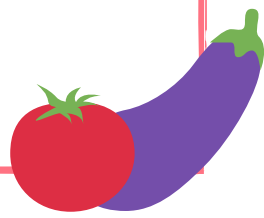
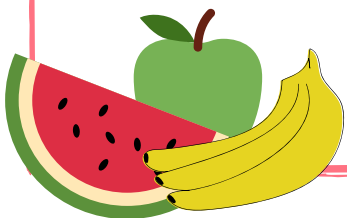
Incluir vísceras:

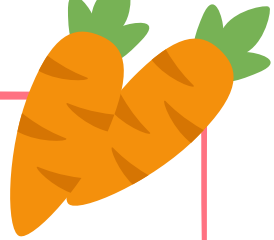
1. Sustituir 100 gramos de pollo por 100 gramos de hígados de pollo u otra víscera (no se incluye al corazón como víscera).

Incluir suplementos:

1. Harina de huesos MCH Calcio o Cáscara de huevo molida = 0,2 gramos por kg de peso del perro al día. *(elegir una opción solamente)

*Ej. Si por ejemplo nuestro perro tiene que comer 200 gramos de comida al día. 1 kg de comida le durará 5 días. Según la dosis y su peso ($8 \times 0,2$) habrá que darle 1,6 gramos de MCH Calcio al día. Esto lo multiplicamos por los días que nos dura 1 kg de comida, y nos da que para este perro hay que añadir 8 gramos de MCH Calcio por cada kg de comida que cocinemos para él. (O cáscara de huevo molida)



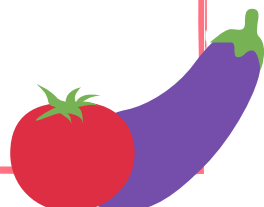
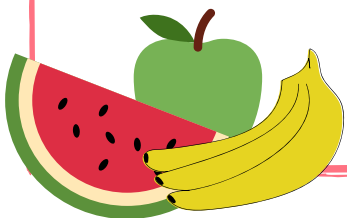


POLLO A LA FRANKIE

Paso a paso:

1. La carne de pollo picada o en trozos, se puede hacer al vapor preferiblemente o a la plancha sin sal, vuelta y vuelta, si se queda poco hecha no pasa nada. Sin que se dore. (cocinar a $<80^{\circ}\text{C}$)
2. La verdura en trozos al vapor preferiblemente o hervida. Debe quedar pasadita, y blanda (También se puede hacer puré toda la verdura si nuestro perro se la come mal) El arroz hervido 20 min.
3. Las vísceras al vapor preferiblemente o hervidas, que se queden con un color marroncito, si por dentro queda un poco rosa no pasa nada. (aprox unos 15 min de cocción, pero ir comprobando color por dentro del hígado).
4. Mezclar todo en las proporciones indicadas, racionar y congelar. (Puedes utilizar tupperes pequeños que se pueden reutilizar o bolsitas de congelado)

45 min de preparación aprox.





TERNERA A LA GALEGUIÑA

Ingredientes:

Para 1 kg de receta de ternera:

650 g de carne de ternera

120 g Zanahoria

100 g Patata

50 g manzana

40 g Espinaca

2 cucharadas soperas de Aceite de oliva

2 g romero

Si quieres hacerla completa:

Para hacerla más completa podemos:

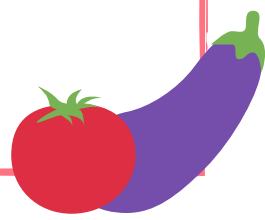
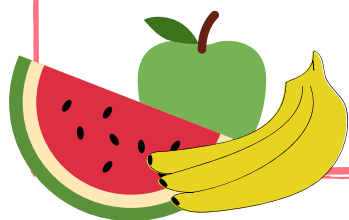
Incluir vísceras:

1. Sustituir 100 gramos de ternera por 100 gramos de hígado de ternera u otra víscera (no se incluye al corazón como víscera).

Incluir suplementos:

1. Harina de huesos MCH Calcio o Cáscara de huevo molida = 0,2 gramos por kg de peso del perro al día.

Ej. Si por ejemplo nuestro perro tiene que comer 200 gramos de comida al día. 1 kg de comida le durará 5 días. Según la dosis y su peso ($8 \times 0,2$) habrá que darle 1,6 gramos de MCH Calcio al día. Esto lo multiplicamos por los días que nos dura 1 kg de comida, y nos da que para este perro hay que añadir 8 gramos de MCH Calcio por cada kg de comida que cocinemos para él. (O cáscara de huevo molida)



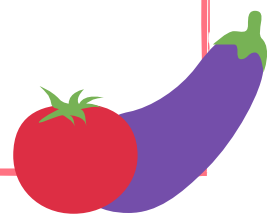
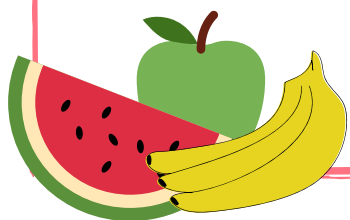


TERNERA A LA GALEGUIÑA

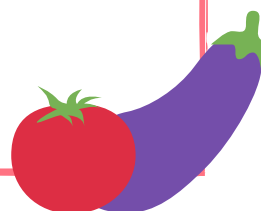
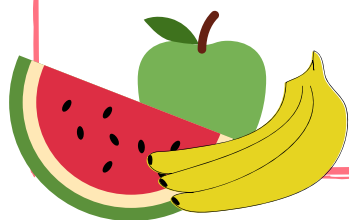
Paso a paso:

1. La carne de ternera picada o en trozos, se puede hacer al vapor preferiblemente o a la plancha sin sal, vuelta y vuelta, si se queda poco hecha no pasa nada. Sin que se dore. (cocinar a $<80^{\circ}\text{C}$)
2. La verdura en trozos al vapor preferiblemente o hervida. Hasta que quede pasadita y blanda (También se puede hacer puré toda la verdura si nuestro perro se la come mal) La manzana se puede añadir cruda a la mezcla una vez cocinado todo.
3. Las vísceras al vapor preferiblemente o hervidas, que se queden con un color marroncito, si por dentro queda un poco rosa no pasa nada. (aprox unos 15 min de cocción, pero ir comprobando color por dentro del hígado).
4. Mezclar todo en las proporciones indicadas, racionar y congelar. (Puedes utilizar tupperes pequeños que se pueden reutilizar o bolsitas de congelado)

45 min de preparación aprox.



RECETAS PARA PATOLOGÍAS





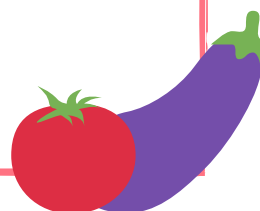
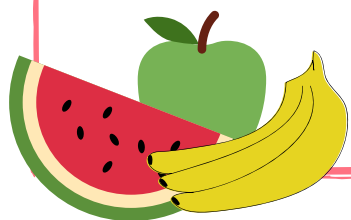
ANTES DE PONERNOS PATAS A LA MASA...

A tener en cuenta sobre las recetas para patologías:

Seguramente, si tu perro tiene alguna de estas patologías, ya sigue una dieta específica. Pero es viable intercalar ambas alimentaciones o apoyar el alimento comercial con esta receta natural, ya que a veces las dietas comerciales para patologías tienen una palatabilidad limitada. Nuestros perros pueden aburrirse de comer siempre lo mismo, o querer nosotros mismos variar la alimentación de nuestro peludo de vez en cuando.

Si tienes cualquier duda, puedes consultar con tu veterinario que conocerá de primera pata el caso de tu perrete.

¡A COCINAR!





PARA PERROS CON PROBLEMAS HEPÁTICOS

Ingredientes:

300 g Queso Cottage/ Queso fresco (Si puede ser bajo en grasa y sin lactosa, mucho mejor)

300 g Muslos/Contramuslos de pollo deshuesados (en caso de tener que eliminar la proteína cárnica, sustituir por tofu + una cucharada de postre de grasa de pollo para aportar sabor)

2 Huevos (equivalen a unos 100 g)

100 g Arroz integral

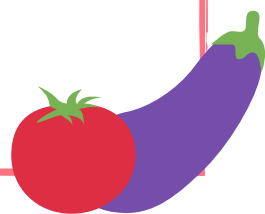
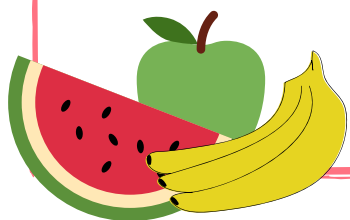
100 g Calabaza

100 g Judías verdes

Paso a paso:

1. La carne de pollo y los huevos los podemos pasar por la sartén a baja potencia y cocinar con un chorrito de aceite de oliva virgen. No nos interesa que se dore simplemente que se selle un poco.
2. El arroz integral se deberá hervir. (más de 20min.)
3. Las verduras es mejor cocinarlas al vapor para que no pierdan sus propiedades. Deben quedar pasadas y blanditas.

30 min de preparación aprox.





PARA PERROS CON PROBLEMAS RENALES

Ingredientes:

400 g de carne de Cerdo, Ternera, Cordero (SIN HUESOS) o pescados azules como salmón, boquerones, sardinas...1

00 g Hígado de pollo

250 g Brócoli, manzana, calabacín, calabaza, zanahorias... (a elegir)

50 g Arroz integral

100 g aprox huevos (1 huevo en perros pequeños y medianos/ 2 huevos en perros grandes)

Aceite de pescado azul

Probióticos: una cucharada de postre de yogur natural o kéfir de cabra por cada 5 kg de peso del perro al día.

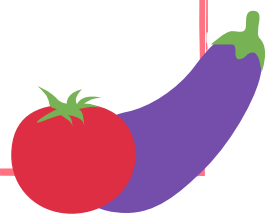
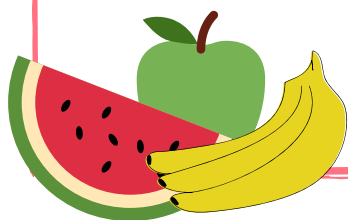
Polvo de cáscara de huevo (aprox 1 gramo por cada 5 kg de peso del perro al día)

Suplementación vitamínica en el caso de ser necesaria.

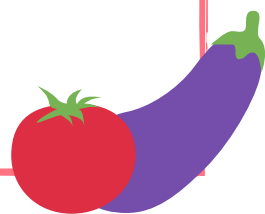
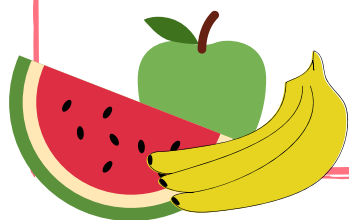
Paso a paso:

- 1.El cocinado al vapor es la mejor opción para evitar la pérdida de nutrientes. Y las verduras deben quedar blandas y pasadas.
- 2.El arroz se puede hervir en agua.

30 min de preparación aprox.



SNACKS NATURALES





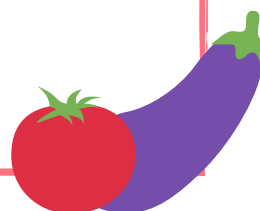
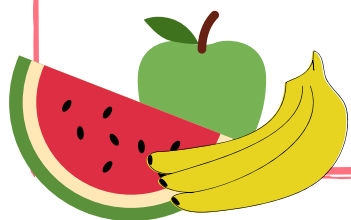
ANTES DE PONERNOS PATAS A LA MASA...

A tener en cuenta sobre los snacks:

No deben superar el 20% de la dieta diaria de nuestros perros. Como su propio nombre indica son “snacks”, por lo que son para dar en momentos puntuales, en pequeñas cantidades como recompensa o incentivo de juegos de olfato, etc.

Todos los ingredientes que se proponen para su elaboración son aptos para perros y muchos de ellos tienen incluso propiedades beneficiosas.

¡A COCINAR!





GALLETITAS DE ATÚN ATUNERO

Ingredientes:

2 Latas de Atún natural

2 Huevos

1 Taza de harina Integral (Si no tienes puedes usar harina de avena o blanca)

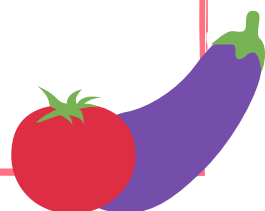
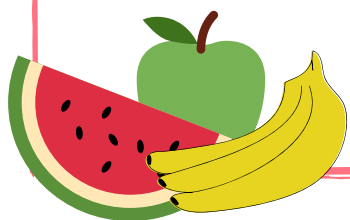
1 cucharadita de miel de abeja

1 yogur natural

Paso a paso:

1. Precalentar el horno a 180° grados.
2. Ponemos las dos latas de atún en un bol grande.. Lo machacamos con un tenedor hasta que se queden trozos chiquititos.
3. Después, añadiremos la harina, los huevos bien batidos, la miel y removemos durante un rato, mezclando bien los ingredientes. Si necesitamos soltar la masa porque está demasiado espesa puedes añadir un poco de agua tibia.
4. Por último, añadimos el yogur y seguimos removiendo hasta que tengamos una masa consistente. Extendemos la masa sobre una superficie enharinada, hasta conseguir el grosor que queramos que tengan las galletas.
5. A continuación pasaremos a cortar los premios en las formas que nos guste. Podemos usar un molde para sacar los premios caseros para nuestro perro. Si no tienes moldes puedes cortarlas en cuadraditos o formar bolitas y luego aplanarlas con la mano.
6. Colocamos las galletitas en una bandeja sobre un papel de hornear. Coceremos en el horno (previamente precalentado a 180°) unos 15 minutos. El tiempo puede variar en función del grosor de tus galletas, así que es recomendable vigilar las galletas para que no se quemen.
7. Por último, cuando las saquemos del horno, las dejaremos enfriar unos 20-30 min y... ¡Ya estarán listas nuestras galletitas de atún atunero!

30 min de preparación





PERRUNILLAS DE MANZANA

Ingredientes:

Una taza de harina de trigo integral (O blanca si no tienes integral)

Una taza de avena (O harina de avena)

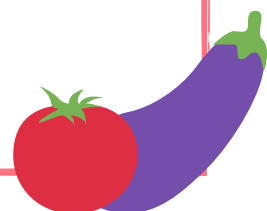
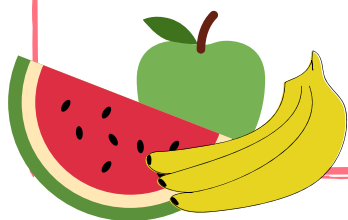
Una manzana

Una cucharadita de miel

Paso a paso:

1. Precalentar el horno a 180°.
2. Picamos la manzana en cuadraditos y lo licuamos con la batidora hasta conseguir textura de puré.
3. Ponemos el puré en un bol y añadimos la miel, la harina y la avena. Meclamos todos los ingredientes hasta que quede una masa espesa que podamos moldear. Si necesitas más consistencia añade más harina o si quieres soltarla, añade agua.
4. A continuación sacaremos esa masa para galletas del bol y la pondremos sobre una superficie enharinada. La extendemos hasta conseguir el grosor deseado.
5. Puedes darle forma a las galletas con las propias manos cortándolas en simples cuadraditos o agarrando un trozo y haciendo forma de galletitas o con un cortapastas si tenemos.
6. Una vez hayamos cortado las galletas las iremos colocando en una bandeja de hornear sobre un papel de horno. Cuando tengamos todas las galletas en la bandeja, la meteremos dentro del horno previamente precalentado a 180° unos 20-30 minutos. El tiempo de horneado dependerá del grosor de las galletas. Las primeras veces es mejor que estés pendiente para ver cuándo se hacen, una vez estén doraditas están listas para sacar
7. Dejamos enfriar las galletas 20-30 min y...¡Ya tenemos listas nuestras perrunillas de manzana!

30 min de preparación





DELICIAS DE ZANAHORIA

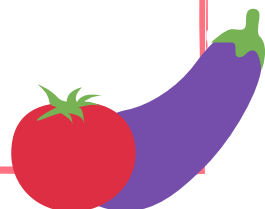
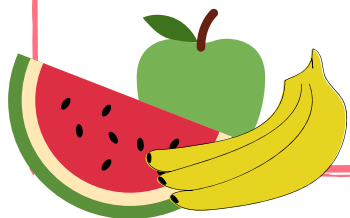
Ingredientes:

2 tazas y $\frac{1}{2}$ de harina (blanca, integral o mix de ambas)
1 manzana
2 zanahorias
2 huevos
2 cucharadas de aceite vegetal
1 cdta de canela

Paso a paso:

1. Precalentar el horno a 180°.
2. Lavamos la manzana y las zanahorias. Rallar la manzana (quitándole piel y semillas) y las zanahorias con cáscara (que es donde tienen la mayoría de los nutrientes) y colocarlas en un recipiente. Podemos eliminar el exceso de líquido estrujando bien sobre un colador.
3. Añadimos los huevos, el aceite y la canela, mezclar bien. Luego agregar la harina y mezclar todo muy bien hasta obtener una masa contundente y elástica. Si la masa queda muy pegajosa añadir un poco más de harina, si por el contrario queda muy seca, añadir un chorrito de agua.
4. Extendemos la masa sobre una superficie enharinada hasta conseguir el grosor deseado. Y las cortamos o les damos la forma que más nos guste.
5. Colocar las galletas en una bandeja de horno con papel de horno y cocinar durante 15 minutos a 180°C o hasta que estén doraditas.
6. Una vez las saquemos del horno, las dejaremos enfriar y ya las tenemos listas para disfrutar.

35 min de preparación





HELADO PARA PELUDOS

Ingredientes:

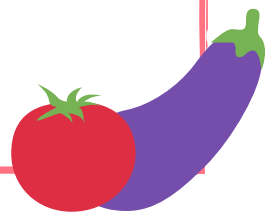
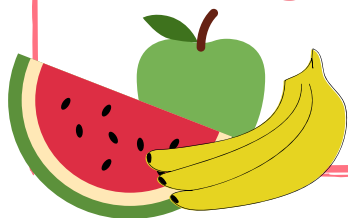
120gr. De fruta o verdura (Por ejemplo, puedes usar: zanahoria, plátano, manzana, pera, fresas, arándanos.)

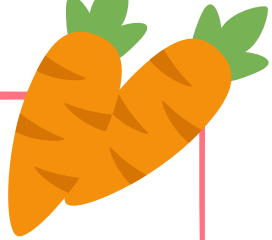
2 Yogures naturales sin azúcar, pueden ser también yogures griegos (y si es sin lactosa, mejor que mejor) o Kéfir.

Paso a paso:

1. Cortamos la fruta o verdura elegida y la ponemos en un vaso de batidora.
2. Añadimos el yogurt/kéfir y trituramos con la batidora.
3. Cuando tengamos una mezcla homogénea, lo ponemos en los vasitos de yogurt, en una heladera si tenemos (eso sí, es mejor evitar el palito) o en una cubitera para hielo si queremos snacks más pequeños. También puedes usar tarrinas más grandes e ir sirviendo lo que necesites y guardando lo que te sobre, o darle la tarrina mismamente y retirar y guardar en el congelador cuando ya haya tomado suficiente.
4. Metemos en el congelador durante al menos 6h para asegurarnos de que está congelado. para que esté bien congelado y formado.
5. ¡Ya tenemos listo nuestro helado para peludos! Puedes hacer de diferentes sabores, mixtos mezclando varias verduras y frutas.

15 min de preparación + 6h de congelación





#YoMeQuedoEnCasaConMiPerro

