

MICHELLE A. RIVERA

Il primo

ricettario vegan per CANI



Terra Nuova
EDIZIONI

Michelle A. Rivera

**Il primo
ricettario vegan
per cani**

Terra Nuova Edizioni

Direzione editoriale: Mimmo Tringale e Cristina Michieli
Curatore editoriale: Enrica Capussotti

Autore: Michelle A. Rivera

Titolo originale: The Simple Little Vegan Dog Book: Cruelty-Free
Recipes for Canines

Copyright © 2009 Michelle A. Rivera

Traduzione: Cecilia Gallia

Editing: Lucia Castellucci

Impaginazione: Daniela Annetta

Progetto grafico e copertina: Andrea Calvetti

© 2015, Editrice Aam Terra Nuova, via Ponte di Mezzo, 1
50127 Firenze tel 055 3215729 - fax 055 3215793
libri@aamterranuova.it - www.terranuovaedizioni.it

I edizione: gennaio 2015

Ristampa

VII VI V IV III II I 2023 2022 2021 2020 2019 2018 2017 2016

Collana: Amici a quattro zampe

ISBN: 978 88 6681 048 3

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte del libro può essere riprodotta o diffusa con un mezzo qualsiasi, fotocopie, microfilm o altro, senza il permesso dell'editore. Le informazioni contenute in questo libro hanno solo scopo informativo, pertanto l'editore non è responsabile dell'uso improprio e di eventuali danni morali o materiali che possano derivare dal loro utilizzo.

Stampa: Lineagrafica, Città di Castello (Pg)

Prefazione

È stata una bella esperienza scrivere questo libro, perché le persone che adottano una dieta vegana per i loro cani sono motivate, positive e pronte a discutere le proprie scelte. La decisione di sottoporre il proprio fedele compagno a una dieta vegana non dovrebbe mai essere presa con leggerezza, e ci auguriamo che discutiate i particolari bisogni nutrizionali del vostro cane con un veterinario. Dopotutto, anche i cani sono individui con esigenze e gusti propri. Il regime alimentare che si dimostra perfetto per il cane dello zio montanaro può risultare una pessima scelta per il vostro cagnolino. Persino tra i cani che vivono nello stesso “branco” (il vostro nucleo familiare), non è scontato che possano tutti quanti sostenere una dieta vegana.

Questo libro si propone come uno strumento per chiunque voglia imparare come aiutare il proprio cane ad adottare una dieta vegana, e non intende fornire dati e informazioni sulle molte ricer-

che che dimostrano come questo regime alimentare può costituire la scelta migliore per il vostro amico cane.

Spero che, prima di arrivare a questo manuale, abbiate già fatto i compiti a casa e appreso il più possibile sull'alimentazione canina, e mi auguro soprattutto che vi siate assicurati che la dieta vegana sia adatta per il vostro cane in particolare. Così come un libro di cucina non è stato concepito per insegnare i bisogni nutrizionali del corpo umano, questo ricettario non è stato scritto per convincervi, quanto piuttosto per accendere la vostra immaginazione e aiutarvi a trovare modi creativi per alimentare il vostro cane con cibi alternativi a quelli che trovate comunemente in commercio.

I cani sono onnivori e come tali possono nutrirsi di una meravigliosa varietà di alimenti, esattamente come facciamo noi umani. Allora, sedetevi e divertitevi. Prometto di essere... semplice.

*Michelle Rivera,
Jupiter, Florida*



Introduzione all'edizione italiana

DI ENRICO MORICONI*

In Italia, negli ultimi anni, sono aumentate le persone che hanno optato, a partire da motivazioni spesso molto differenti, per un'alimentazione vegetariana o vegana. Una dieta senza carne può essere scelta per diversi motivi: salutisti, anche se spesso in tale caso il consumo di pesce non è escluso; ambientali, per difendere la Terra dallo scempio provocato dalla zootecnia intensiva e denunciato dalla stessa Fao; etici, per non far soffrire gli animali destinati a diventare cibo. Le ragioni di tipo "ambientalista", cioè che muovono dalla presa di coscienza dei danni inferti dalla zootecnia e dalla

* Enrico Moriconi è medico veterinario dal 1973, attualmente è dirigente presso la Asl Torino 3. Esponente di Medicina Democratica, ricopre il ruolo di consulente tecnico ufficiale in benessere ed etologia animale. Svolge attività di divulgazione e consulenza sui sistemi di mantenimento degli animali. Ha inoltre scritto numerosi libri sugli allevamenti, le condizioni di vita in città, i prodotti transgenici e gli animali di affezione. Contatti: enricomoriconi@gmail.com

pesca intensive, hanno le proprie radici alla fine degli anni Ottanta, quando gli effetti di tali sistemi produttivi sul pianeta cominciarono ad essere noti ad una fetta sempre più ampia di popolazione.

La scelta dettata da motivi etici è quella che ha origini più lontane nel tempo: i vegetariani storici più famosi, da Pitagora a Plutarco a Leonardo da Vinci, affermavano chiaramente che alla base della loro decisione vi era la volontà di non far soffrire gli animali. Proprio le persone che compiono una scelta in senso vegetariano o vegano per queste motivazioni, si sentono sollecitate a una riflessione più approfondita su quale regime alimentare far seguire al cane o al gatto di famiglia, eventualmente optando per un menu vegetariano o vegano per il proprio animale. È universalmente riconosciuto, a partire da Tom Regan e Peter Singer che per primi hanno elaborato la teoria dei diritti animali, che gli animali sono portatori di diritti in modo speciale: non potendo rivendicare per sé il diritto alla vita e alla non sofferenza, come fecero gli schiavi all'inizio della loro battaglia per la libertà, la salvaguardia dei loro diritti deve essere compito degli umani. Pertanto la facoltà di adottare una dieta vegana o vegetariana per il proprio cane o gatto, mette l'individuo di fronte al quesito morale se sia giusto o meno decidere tale cambiamento per un altro essere vivente, una scelta che investe vari ordini di problemi.

La prima riflessione, e anche la più facile da fare, riguarda la sostenibilità di tale dieta da parte del cane. In questo caso la risposta è molto chiara: sono ormai molto numerosi nel mondo i cani alimentati senza inconvenienti con diete vegane. A questo punto sono quindi i fatti a dimostrare la sostenibilità fisiologica di questo tipo di alimentazione. A sostegno della capacità digestiva di una dieta diversa si può ricordare l'esempio del panda che, nato carnivoro, come dimostrano la forma della tavola dentaria e la lunghezza dell'intestino, si è naturalmente rivolto a cibi puramente vegetali per motivi ambientali, con ciò dimostrando che gli organismi animali,

compreso l'uomo, possono cambiare tipologia di alimenti senza conseguenze negative. Per inciso, il percorso del panda è quasi opposto a quello dell'essere umano, che ha un'alimentazione vegetale per una buona parte della sua evoluzione, come dimostrano di nuovo, tra gli altri, la tavola dentaria e la lunghezza dell'intestino, per trasformarsi poi in onnivoro, spesso con consumo prevalente di carne. La questione più complessa investe la legittimità di decidere per un altro individuo e coinvolge il problema dell'etologia. Da questo punto di vista si ritiene che il comportamento alimentare dei canidi sia basato sia sulla predazione che sulla raccolta di eventuali resti o avanzi disponibili nell'ambiente; in entrambi i casi le proteine animali sono la parte preponderante della dieta. È però noto che il consumo della preda inizia, anche nel lupo parente selvatico, dagli intestini, dove insieme ai tessuti si trovano i resti del cibo ingerito e digerito; dato che le prede sono comunemente erbivore, il predatore inizia il pasto dalla parte prevalentemente vegetale. Questo porta a definire il cane non come carnivoro puro, bensì come onnivoro con tendenza carnivora.

Le riflessioni di tipo etologico, incentrate sui cambiamenti imposti agli animali, possono svilupparsi anche in altre direzioni. Il ragionamento etico infatti non può fermarsi a questo primo livello, per cui se l'alimentazione del cane è orientata verso le proteine animali, sarebbe ingiusto eticamente imporre un cambiamento drastico. Il cane di famiglia vive a stretto contatto con gli umani, con diverse limitazioni e condizionamenti, conducendo così una vita ben diversa da quella totalmente libera che sperimenterebbe in completa corrispondenza con le sue caratteristiche naturali. Si tratta tra l'altro di condizionamenti che impone, volontariamente o involontariamente, il padrone, e ai quali non sempre i cani possono ribellarsi. Il condurli con il guinzaglio, ad esempio, è una forte limitazione per gli animali, nonché una delle cause riconosciute di stress, indipendentemente dal fatto che sia più o meno ben tollera-

to. Però le regole sociali impongono il guinzaglio in ambito urbano: in Italia, ad esempio, il suo uso è sempre obbligatorio per legge, con la sola esclusione delle aree apposite o dello spazio dell'ambiente abitativo.

Considerando che il cane deve obbligatoriamente rinunciare a parte dei suoi bisogni etologici, non sembra una violazione grave dei suoi diritti cercare di cambiare il suo stile alimentare, soprattutto perché il cibo vegano è ben accetto oltre che salutare. A livello di risposta dell'animale la conduzione al guinzaglio sembra incidere più negativamente della dieta vegana. Inoltre, è fuor di dubbio che il cane non sia nato per vivere negli appartamenti delle metropoli urbane e che imponendo tale scelta si privilegia il punto di vista dell'uomo, che ricerca la sua compagnia per il proprio beneficio. Anche se è indubitabile che il cane, accudito a dovere, trae vantaggi in termini di salute dalla convivenza con l'uomo, bisogna però ammettere che, dal punto di vista etico, la vita domestica lo priva comunque delle sue abitudini naturali, con pesanti variazioni rispetto alla sua etologia. Eppure quasi mai si assiste a dibattiti su questa violazione dei suoi bisogni.

Queste semplici considerazioni ci aiutano a ponderare le reazioni dei "carnivori" di fronte alle diete vegetariane o vegane. Spesso la scelta di questo tipo di alimentazione è vista con insofferenza, come se anche chi non considera questa alternativa ne comprendesse il forte portato morale, pure in termini di salute delle persone e dell'ambiente, e cercasse di esorcizzare la propria incapacità di cambiamento. La persona onnivora pare sentirsi in colpa per la sua condizione e perciò demonizza chi sceglie altrimenti e le decisioni che ne conseguono.

Vi è poi una dimensione specifica umana: l'approccio etico vegano della famiglia in cui il cane vive comporta evidentemente il rispetto di tutti gli animali, non solo quelli di affezione, quali sono gatti, cani e meno frequentemente altre specie. In tale ottica si sce-

glie di non cibarsi di alimenti di origine animale per non far soffrire e privare della vita altri esseri viventi. A questo punto si pone un dilemma etico: è più giusto mantenere ferma la propria posizione generale e quindi non utilizzare sostanze di tipo animale per il proprio animale, anche se ciò comporta una violazione della sua etologia, o al contrario è più giusto rispettare la natura del cane e cibarlo con sostanze che provengono dalla sofferenza di altri animali?

Per i difensori dei diritti animali la scelta è difficile. Difendere i diritti degli animali significa non causare sofferenza a esseri viventi anche per nutrire il cane di famiglia ma, al contempo, si sa che, così facendo, lo si sottopone alla prova di una vita diversa. La dimostrazione della complessità della scelta è evidente nel fatto che non tutta la popolazione vegana etica è passata a tale alimentazione per l'animale di casa.

La decisione nel caso dei felini presenta le stesse problematiche di base accresciute però, se si vuole, dal fatto che il felino ha un'etologia spiccatamente indirizzata all'alimentazione carnea, come dimostra la stessa propensione alla caccia. Inoltre il gatto ha un'organizzazione anatomica funzionale orientata in tal senso, avendo un intestino particolarmente corto, adatto alla digestione delle proteine animali, molte delle quali transitano senza essere assimilate del tutto. Una misura intestinale corta è importante affinché i cataboliti delle proteine animali permangano poco tempo a contatto con la mucosa, in modo da non provocare conseguenze negative derivate dal loro potere parzialmente tossico. Per i felini la mancanza di taurina negli alimenti vegetali rappresenta il problema fisiologico più significativo.

A questo punto, però, è opportuno fare anche una considerazione salutista sull'alimentazione vegana per i cani. È noto che i mangimi per i cani, come ufficialmente si devono chiamare, umidi o secchi che siano, sono ottenuti con materie provenienti dalle macellazioni degli animali zootecnici, non certo delle parti miglio-

ri, che finiscono sulle tavole delle persone, così come da un certo numero di scarti e ritagli. Le parti utilizzate sono pertanto interiora, fegato, reni, intestino, che sono proprio gli organi deputati alla difesa dell'organismo e all'espulsione delle molecole indesiderate, molte delle quali però rimangono intrappolate nell'organo stesso. È evidente che nel mangime del nostro animale domestico potrebbero finire quindi sostanze chimiche non del tutto gradite che sono entrate, volontariamente o involontariamente, nel corpo dell'animale macellato. Solo per ricordarne alcune possiamo citare i resti di fitofarmaci e erbicidi veicolati sulle coltivazioni, i farmaci inoculati e gli integratori chimici, che risultano concentrati nei prodotti finiti. Senza dimenticare ciò che viene appositamente immesso per aumentare la gradevolezza del cibo: appetizzanti, coloranti e aromi, studiati per catturare il gusto del cane affinché sia condizionato e ricerchi quel cibo.

Forse qualcuno ricorda ancora lo scandalo della “mucca pazza”, cioè quella sindrome che colpiva i bovini e che si poteva trasmettere anche alle persone. Sono passati in fondo solo pochi anni ma quasi più nessuno se ne ricorda, anche se sono aumentate in maniera sospetta le morti per Alzheimer, variante umana della *Kreutzfeld-Jacobs* che colpisce gli animali, in individui ancora giovani. Nel momento di massima incidenza della malattia era stata vietata l'introduzione nei mangimi degli animali zootecnici (bovini, suini, pollame ecc.) delle farine di carne, che si ottenevano passando a elevate temperature, fino a renderle appunto di consistenza farinosa, i cascami delle macellazioni di bovini, suini, polli e così via. Ebbene pochi, o forse nessuno, sanno che per gli animali da pelliccia, per i cani e i gatti tali farine sono sempre state permesse. Negli anni, nei mangimi per i *pet* sono finiti quindi, come recita ufficialmente la norma legislativa relativa: “proteine animali trasformate tranne farine, sangue e pesce; farine e prodotti del sangue da ruminanti; gelatina da ruminanti; proteine idrolizzate diverse da quelle

derivate da non ruminanti e da cuoi e pelli di ruminanti; farine e prodotti del sangue da non ruminanti; farine di pesce”.

E anche fosfato dicalcico e tricalcico di origine animale (da ossa) noto come *Rendering*, ovvero tutto quello che è lo scarto a più basso livello (ossa, corna, peli, talvolta mescolati con letame), passato a temperatura elevatissima per estrarne appunto la sostanza a base di calcio. E, *dulcis in fundo*, nei mangimi per cani sono ammessi BHA e BHT, cioè conservanti antiossidanti noti come E230 ed E231, cancerogeni riconosciuti. Nel piatto del nostro amico di casa finiscono quindi parecchi materiali non proprio appetitosi. Questa considerazione ci porta ad un'affermazione di principio: i cani non sono “bidoni della spazzatura”. Credo che ogni conduttore lo sappia e lo pensi realmente, ma spesso non tiene un comportamento coerente con il proprio pensiero. Rifilare al nostro amico che staziona sotto la tavola, spesso proprio in seguito al nostro comportamento, i bocconcini del nostro piatto significa alimentarlo con cibi che non sono adatti al suo sistema digerente e detossicante, a partire dal sale che per lui è sempre troppo anche quando a noi il cibo pare insipido. È quindi altamente controindicato passare al quadrupede gli avanzi delle preparazioni, sempre per il principio che quello che può andar bene per le persone può essere nocivo per i cani.

Nel libro queste argomentazioni sono trattate chiaramente, fornendo un importante spunto di riflessione per tutti coloro che possiedono un animale e che certo non intendono somministrargli sostanze che potrebbero essere nocive.

Agli scettici che sostengono che anche i vegetali possono non essere del tutto privi di residui tossici si deve ricordare una vecchia regola insita nella catena alimentare che parte dai vegetali, passa per gli erbivori e termina quando ci si ciba di questi ultimi: il principio chimico, problematico o proprio nocivo presente nel vegetale, si concentra negli erbivori cosicché nelle loro carni si trova

in quantità molto più alta che nella fonte originaria. Il passaggio a un'alimentazione vegetale per il nostro cane significa quindi anche un miglioramento della qualità del cibo che gli proponiamo.

Questo libro, dopo un'introduzione generale sulle tematiche collegate a una dieta vegana, affronta una parte pratica assai utile, dedicata alla preparazione dei cibi vegani per i cani, nella convinzione che la scelta migliore sia proprio quella di preparare in casa il cibo per il cane convivente, anche se i tempi e gli stili di vita possono rendere la scelta abbastanza complicata.

Attualmente il mercato offre una discreta varietà di prodotti industriali certificati vegan sia per i cani che per i gatti; il libro si sofferma però sulla preparazione casalinga dal momento che, se si sceglie di modificare la dieta dell'amico a quattro zampe, è bene farlo in modo consapevole, coinvolgendosi nella preparazione e dedicandogli del tempo. Inoltre è inevitabile che i cibi industriali, seppure di buona qualità, siano obbligatoriamente trattati con aggiunte di prodotti chimici quali conservanti, appetizzanti, per aumentare la gradevolezza, e coloranti.

Oggettivamente i mangimi industriali sono sempre fatti di materie di scarto e anche se gli ingredienti vegetali risultano meno inquinati e pericolosi di quelli di origine animale, il cibo preconfezionato non potrà essere salubre come quello casalingo, purché preparato con attenzione.

A questo proposito è bene sottolineare il suggerimento che emerge con chiarezza dal libro: il cibo per il cane va preparato con accuratezza, si potrebbe dire con amore, a iniziare dall'acquisto dei prodotti, senza ricorrere alla scorciatoia di utilizzare gli scarti, anche se sono vegani, della tavola, perché potrebbero non essere adatti e risultare dannosi. Inoltre la preparazione deve seguire un piano alimentare, che rispetti le necessità in termini di proteine, amminoacidi, grassi e zuccheri (pochissimi e praticamente solo quelli all'interno dei cibi).

Le pagine che seguono contengono vari consigli e forniscono un concreto aiuto a chi intenda preparare in casa il cibo per il proprio animale, dando preziosi consigli su come offrire una razione idonea, tenendo presente che quello che dà sostanza al pasto è il piatto principale, a cui aggiungere l'antipasto o il dolce, sempre vegani. Se non si è in grado di rispettare questo impegno, dalla scelta dei prodotti alla cura della preparazione, è meglio rivolgersi ai cibi industriali.

La preparazione casalinga del cibo permette anche di affrontare l'obesità dei cani, in grande diffusione, uno dei problemi di più recente evidenza. Sotto questo aspetto i cibi vegan dovrebbero proteggere, per la loro natura, da un simile rischio, tenendo conto che l'obesità è sempre in agguato: lo scarso movimento fisico cui talvolta sono condizionati i cani, o eventuali interventi di sterilizzazione, uniti all'abbondanza del cibo, sono nemici sempre pronti a colpire i nostri amici a quattro zampe, soprattutto se si abusa di dolci.

In ogni caso è buona regola confrontarsi con un medico veterinario, magari cercandone uno che non condanni subito la scelta vegan per il cane, ma la condivida o quanto meno si dimostri disponibile, senza giudicare. Con lui si potrà stabilire la quantità di cibo da somministrare tenendo conto dello stile di vita generale, delle abitudini, delle eventuali operazioni subite e della golosità, giungendo alla fine a stabilire l'apporto calorico più appropriato. Dobbiamo ricordare che, come per le persone, è molto più facile aumentare di peso che dimagrire e il percorso è ancora più faticoso per i nostri amici: quando un cane, o un gatto - in questo non c'è differenza - sono diventati troppo pesanti, riuscire a farli dimagrire è un'impresa complessa, anche perché possono mostrarsi particolarmente insistenti nel presentare le loro richieste.

Il libro contiene un elenco dei cibi da evitare assolutamente, tra i quali si trovano due ingredienti che compaiono frequen-

temente nella dieta mediterranea: l'uva e i pomodori. Entrambi sono alimenti che normalmente sono appetibili per i nostri amici, proprio per il loro sapore, decisamente dolce nel caso dell'uva e tendente al dolce per il pomodoro. Questa informazione è utile certamente anche per quanti hanno il vizio di far "scivolare" dal tavolo qualche leccornia all'amico a quattro zampe, senza curarsi della cattiva abitudine che inducono e dell'eventuale danno che si può provocare.

Tra le sostanze "vietate" il libro cita il cioccolato, che può essere anche mortale per il cane. Questo elemento spesso sembra essere dimenticato, alla luce del fatto che non è del tutto infrequente sentire persone che tra le qualità del proprio cane annoverano la sua golosità per il "cibo degli dei", come lo chiamavano gli Aztechi. Se qualche cane è abbastanza fortunato da passare indenne attraverso questa prova è meglio non far correre rischi ai nostri amici.

Le ricette, che tengono in considerazione le norme della dieta mediterranea, sono incentrate sui cereali – come riso, orzo e farina d'avena – ai quali vengono aggiunti alimenti proteici – come i ceci, i fagioli e le lenticchie – che si dovrebbero preparare esattamente come viene indicato per il riso; anch'essi devono essere ben cotti per permettere una buona assimilazione delle sostanze nutritive.

I cereali, come riso e orzo, si trovano solo in forma essiccata ed è giocoforza farli cuocere il tempo necessario; altri ingredienti, come i ceci e i fagioli, sono disponibili anche in scatola già cotti. In questo caso la scelta sta al cuoco: i legumi secchi hanno un più alto valore nutrizionale, quelli in scatola un valore nutrizionale minore ma sono subito pronti e non necessitano di ammollo e cottura. Stabilito questo ognuno sceglierà quello che è più adatto alle proprie esigenze, considerando anche il tempo a disposizione.



Avena, riso, verdure e lenticchie

Si raccomanda di preparare questa ricetta in anticipo in grandi quantitativi da conservare.

- 1 mazzo di broccoli
- 2 tazze di fiocchi d'avena
- 1 tazza di lenticchie cotte (vedi pag. 60)
- 1 tazza di riso integrale cotto (vedi pag. 58)
- 1 tazza di carote grattugiate finemente
- 1 tazza di fagiolini cotti (a cui avrete tolto il filo)
- 1 tazza di spinaci tritati
- ½ cucchiaino di aglio in polvere

Rendimento: 10 porzioni (circa 170 g)

Grattugiate i gambi dei broccoli e tritate finemente le infiorescenze. Metteteli in una terrina grande e aggiungete gli altri ingredienti; mescolate finché non saranno completamente amalgamati.

Chiuse in contenitori o in buste per alimenti ben sigillate, le porzioni si conservano per 5-7 giorni nel frigorifero e per 6 mesi nel congelatore.

Indice

Prefazione	3
Introduzione all'edizione italiana	5
Presentazione	21
Introduzione	25
 Capitolo 1 - Stile di vita vegano	
Cos'è lo stile di vita vegano?	30
 Capitolo 2 - Ingredienti sicuri e ingredienti pericolosi	
Cibi da evitare	48
Cibi adatti	53
Aspetto e sicurezza degli alimenti	54
 Capitolo 3 - Ricette base	
Attrezzatura necessaria	57
Dimensione delle porzioni	57
Ingredienti di base	57
Riso	58
Orzo	58
Fiocchi d'avena	59
Lenticchie	60
Fagioli	61
Lista della spesa	62
 Capitolo 4 - Biscotti	
Leccornie al lievito	66
Biscotti vegani semplici	67

Biscotti di bulgur per bulldog	69
Biscotti ai fiocchi d'avena e al formaggio vegano	71

Capitolo 5 - Portate principali

Orzo pazzerello e sorprese al grano	74
La grande zucca di Snoopy con riso e fagioli	75
Stufato canino con anacardi	76
Avena, riso, verdure e lenticchie	77
Risotto del vagabondo	78
Frutta, verdura e avena	79
Pasticcio del pastore tedesco	80
Chili messicano senza carne	81

Capitolo 6 - Manicaretti speciali

Barrette croccanti con banana e arachidi	84
Tortini di mela per cagnolini	85
Torta di compleanno	86
Apple butter	87
Ghiaccioli pechinesi alla zucca	88
Snickerdoodles bau-bau	89
Delizie al formaggio veg	90
Biscottini del segugio	91
Stuzzichini della festa	92
Squisitezze alla banana e burro di arachidi	93
Ringraziamenti	94



Michelle A. Rivera vive in Florida. Animalista convinta, è impegnata in attività di salvataggio e riabilitazione di tutte le specie animali. Interviene regolarmente nelle scuole per insegnare ad amare e rispettare l'ambiente e tutti i suoi abitanti. Collabora con il gruppo *People for the Ethical Treatment of Animals* (PETA) e tiene un blog sul loro sito web (prime.peta.org).

Introduzione all'edizione italiana di **Enrico Moriconi**, veterinario, dirigente Asl Torino 3, fondatore dell'Associazione Veterinari per i Diritti Animali e del Centro di Documentazione Eco-animalista del Piemonte.

www.terranuovaedizioni.it

Il cibo convenzionale per cani che si trova in commercio è solitamente prodotto con gli scarti dell'industria alimentare. Si tratta di prodotti che oltre ad essere scarsamente salutari, concorrono al depauperamento del pianeta: inquinamento, riscaldamento globale, malattie infettive e, *last but not least*, la sofferenza di centinaia di milioni di altri animali.

Lo scopo principale di questo libro è fornirvi tutte le informazioni e gli strumenti per aiutarvi a seguire oppure a migliorare, se la scelta vegan l'avete già fatta, una dieta completamente vegetale per il vostro amico a quattro zampe: sono indicati i nutrienti indispensabili, gli alimenti necessari per soddisfare i bisogni energetici, i cibi da evitare e quelli consigliati.

Il corpo centrale del libro presenta un ricco ricettario adatto per tutte le occasioni e i gusti, sempre a base di ingredienti di qualità, ma anche con un occhio al portafoglio. Troverete piatti base composti da fagioli, riso, lenticchie, fiocchi di avena, e proposte più articolate e appetitose come i biscotti di bulgur, lo stufato canino con anacardi, il pasticcio del pastore tedesco fino alla torta di compleanno.

L'edizione italiana è arricchita da un'introduzione del veterinario Enrico Moriconi che conferma l'opinione di molti nutrizionisti: non solo la dieta vegana è apprezzata dalla maggior parte dei cani, ma in genere migliora lo stato di salute dei nostri amici a quattro zampe.

Un libro da leccarsi i baffi, è proprio il caso di dirlo!

ISBN 88 6681 048 3



9 788866 810483

€ 13,00