

# Steckbrief: Zwerghase

## ESSEN

### Obst

 1 Stück Apfel pro Tag

#### LECKERLI

- Erdbeere
- Himbeere
- Heidelbeere
- Johannisbeere (einschließlich der jungen ungespritzten Blätter der Pflanzen)
- ein kleines Stück Birne
- Mandarine ,Kiwi und Melone schälen.
- Weintrauben und Steinobst wie Kirschen ,Pflaume ... die Kerne entfernen .

#### Gemüse

##### Täglich verfüttern können Sie:

- Chicorée
- Chinakol
- Fenchel
- Frisée
- Gurken (ohne Schale)
- Karotten(mit Grün)
- Knollensellerie
- Maisblätter
- Pastinake
- Radieschenblätter
- Romanesco
- Staudensellerie
- Steckrübe
- Topinambur

##### Mehrmals in der Woche verfüttern können Sie:

- Brokkoli
- Blumenkohl
- Eisbergsalat
- Endiviensalat
- Feldsalat
- Grünkohl
- Radiccio
- Kohlrabi(samt Blättern)

##### Selten und nur in kleinen Mengen verfüttern sollten Sie:

- Blattspinat
- Champignons
- Maiskolben
- Mangold
- Paprika(ohne Strunk)
- Porree
- Radieschen
- Rosenkohl
- Rote Beete
- Rotkohl
- Spargel
- Speisekürbis
- Tomaten
- Weißkohl
- Wirsing
- Zucchini

#### HINWEIS:

Füttern Sie abwechslungsreich und nicht z.B.täglich nur Gurken. Aber auch ein häufiger Wechsel gewohnter **Obst** und **Gemüsesorten** kann zu Verdauungsproblemen führen.Wenn möglich ,geben Sie den Zwergen ungespritztes **Obst** und **Gemüse** aus dem eigenen Garten.Auch Bioprodukte sind in der Regel weniger stark belastet als das **Normalangebot** im Laden.Entfernen Sie bei Salat die äußeren Blätter und den Strunk,weil sich hier die meisten Schadstoffe festsetzen. **Gemüse** und Salat mit lauwarmem Wasser waschen und gut abtropfen lassen.