



Knochensuppe



Die Knochensuppe ist nicht nur für die kalte Jahreszeit ein hervorragender Immun Booster, sie kann auch zwischendurch gut gefüttert werden. Denn die Knochensuppe wirkt sich ebenso unterstützend auf Bewegungs-/ und den Verdauungsapparat aus.

Sie liefert viele Vitamine, Gelatine, die durch das lange Kochen hergestellt wird und mit Unterstützung durch den Apfelessig werden die Mineralien aus den Knochen freigesetzt.

Zubereitung:

500g Knochen
von z.B. Kalb, Huhn, Pferd, Ziege
z.B. Markknochen, Sandknochen, Gelenkknochen (mit Knorpel)
1 – 1,5 Liter Wasser
die Knochen sollen gut bedeckt sein
1 - 2EL Apfelessig

Die Knochen im Wasser einmal aufkochen und danach für mindestens 24 Stunden bei niedriger Temperatur köcheln lassen.

Die Knochen sollten permanent gut bedeckt sein mit Wasser.

Danach die Suppe durch ein Sieb gießen, um alle Knochenbestandteile daraus zu entfernen, da gekochte Knochen splintern und somit eine Gefahr für das Tier darstellen.

Aufgrund ihres hohen Fettgehalts kann es hilfreich sein, bei Tieren die schnell zur Gewichtszunahme neigen oder Erkrankungen haben wo auf eine Fettreduktion geachtet werden muss, das Fett teilweise abzuschöpfen.

In Eiswürfel Formen eingefroren lässt sie sich gut portionieren und man hat immer einen Vorrat im Gefrierfach.