

# Recetas vegetarianas para gatos

## **CAT NIPS**

### Ingredientes

- 1 / 2 taza de harina de arroz integral o harina de cebada
- 1 / 2 taza de leche de soya en polvo
- 1 cucharadita de germen de trigo
- 1 / 2 taza de caldo de verduras
- 1 cucharada de brócoli al vapor, puré
- 1-2 gota de salsa de soja
- 1 (15 onzas) de vegetales marinos (o algas) , sin escurrir (una onza es casi 30 gramos)
- 2 gotas de aceite de oliva

### Preparación:

Combine todos los ingredientes en un recipiente grande y mezcle bien. Extender en una sartén bien engrasada de 9x13 pulgadas y hornee a 350 ° por 25 minutos. Cortar en cuadrados 1/4-pulgada. Servir hasta 12 piezas al día, 3 veces por semana.

## **BIZCOCHITOS PARA GATO VEGANO**

### Ingredientes:

- 9 ½ tazas de harina integral
- 3 tazas de agua
- 1 taza de lavadura nutricional
- 1 ½ cucharada de sal
- 1 cucharada de ajo en polvo

### Preparación:

Mezcle todos los ingredientes. Trabaje hasta formar una masa. Alise a 2 cm de espesor. Use cookie cutters en forma de huesitos o lo que prefiera. Hornee por 15 minutos en horno precalentado a 350°. Una vez que estén listos, dejelos en el horno toda la noche para asegurarse de que queden secos y duros.

Pienso, (balanceado) INGREDIENTES PARA 65 DIAS.

### Ingredientes

- 14 5/8 tazas (3460ml/1755g) de harina de trigo integral
- 8 1/2 tazas. (2020ml/1170g) de harina de pan
- 5 1/2 tazas (1300ml/780g) harina de gluten de trigo vital
- 6 1/8 tazas (1440ml/975g) levadura en polvo
- 1/3 taza (70ml/65g) levadura en polvo para hornear

## **Lenteja PLUS**

### Ingredientes: (para 3 días)

- 1 2/3 tazas [380ml/320g] lentejas cocidas, comenzando con 2/3 de taza [130ml/105g] sin cocinar
- o 2 3/8 tazas (575ml/480g) de lentejas cocidas, comenzando con los 7 / 8 de taza (195ml/160g) sin cocinar si usa seitán
- o 3 cucharadas. (45ml/50g) tofu firme
- o 7 cucharadas. (100ml/50g) seitán

o 3 / 4 taza (190ml/130g) tempeh  
1 / 4 taza (65ml/45g) levadura en polvo  
4 cda. (20ml/18g) de aceite (disminución de 1 cucharada. [16ml/15g] si se utiliza el tempeh)

1 / 8 cucharadita. (1 / 2 ml/1g) de sal  
O 3 / 4 cda. (4 ml/4g) de salsa de soja

Cómo cocinar las lentejas

lentejas no necesitan remojo antes de cocinarlas.

Añadir 3 partes de agua por cada parte de lentejas. Lleve el agua a hervir y cocine a fuego lento durante 30 minutos. Combine todos los ingredientes. Servir con un poco de levadura en polvo.

### **Seitán. PARA 3 DIAS**

Ingredientes

3 1 / 4 tazas (770ml/370g) seitán  
1 / 3 taza (70ml/50g) levadura en polvo  
2 cucharadas. (30ml/27g) de aceite  
2 1 / 2 cucharadita de germen de Trigo tostado  
1 / 8 cucharadita. (1 / 2 ml/1g) de sal  
o 3 / 4 cda. (4 ml/4g) de salsa de soja

Preparacion

Triture todos los ingredientes juntos. Sirva con Un poquito de Polvo de Levadura.

Haciendo Seitan en casa

harina de gluten de trigo vital es la harina de trigo sin el almidón y el salvado. Contiene casi el 76% de proteína en base a materia seca.

Rendimiento: 2 tazas de harina sin gluten (475 ml/285g) hace 6 tazas (1420 ml/680g) de seitán.

Inicio con:

2 tazas (475ml/285g) harina de gluten de trigo  
1 1 / 2 - 1 3 / 4 tazas de líquido (355 ml - 415 ml)

Preparación:

Mezclar cualquier condimentos secos en un tazón y mezcle con la harina de gluten seco con un batidor o un tenedor.

En otro recipiente medir el líquido. Esto es principalmente agua, con un poco de miso o salsa de soja o de otro líquido saborizante tal vez con un poco de aceite. Combine los ingredientes húmedos y secos, revolviendo con un tenedor o una cuchara grande y luego amasar con las manos para formar una bola suave, añadiendo líquido extra si es necesario. Demasiado líquido puede producir un producto empapado.

Una vez cocido, seitán mantendrá hasta una semana en un envase herméticamente cerrado en el refrigerador pequeño, o meses en el congelador. La salsa de soja se añade al agua de cocción ayuda a mantener el seitán fresco.

Cocine a fuego lento el gluten preparado durante 50 minutos en el líquido de cocción.

Utilice aproximadamente 3 veces más líquido de cocción hasta que haya gluten. Añadir las verduras del mar, y otros saborizantes al líquido de cocción si lo desea.

El gluten puede ser cocinado en un rollo largo, o cortado en muchas bolas o formas.

Cocine a fuego lento el seitán suavemente en una olla tapada con el calor a baja temperatura.

**AVENA (párrafo 3 DIAS) Ingredientes**

3 tazas (710ml/700g) avena cocida, a partir de 1 3 / 8 tazas de crudo (330ml/110g)

O 1 1 / 3 tazas (305ml/145g) seitán

O 1 / 2 taza (120ml/130g) tofu firme

1 / 4 taza (60ml/40g) levadura en polvo

4 cda. (20ml/18g) de aceite

1 / 8 cucharadita. (1 / 2 ml/1g) de sal

O 3 / 4 cda. (4 ml/4g) de salsa de soja

Añadir un poco de agua hirviendo es suficiente para tener preparada la avena.

Combine todos los ingredientes. Servir con un poco de levadura en polvo.

No es realmente necesario cocinar la avena de cocción rápida, ya que el proceso de hacerla para cocción rápida ya la ha cocinado.

**SOJA CON ARROZ (para 3 DIAS) Ingredientes**

1 2 / 3 tazas de arroz cocido sancochado (395ml/290g), comenzando con 1 / 2 taza (110ml/90g) sin cocer

o 1 1 / 2 tazas de arroz integral cocido (355ml/290g), comenzando con 1 / 2 taza (110ml/90g) sin cocer

o 1 2 / 3 tazas (385ml/260g) de arroz blanco cocido a partir de 1 / 2 taza (115ml/90g) sin cocer

o 7 / 8 de taza (195ml/205g) tofu firme

1 / 4 taza (60ml/40g) levadura en polvo

4 cda. (20ml/18g) de aceite

1 / 8 cucharadita. (1 / 2 ml/1g) de sal

o 3 / 4 cda. (4 ml/4g) de salsa de soja

Mezclar todos los ingredientes. Servir con Un poquito de Levadura nutricional.

# Recetas vegetarianas para perros

## **Tips.**

### **Plantas del mar**

¡Las hojas de alga cruda son crujientes y nutritivas! Se ve que a los perros realmente les gusta el sabor de mar.

También puede agregarle algas a cualquier platillo cocinado (No les dé mucho, puede causarles diarrea)

### **Frijoles y vegetales al vapor o hervidos en agua**

Agregue un poquito de sal si es posible. Ponga algunos vegetales saludables en un procesador de alimentos o córtelos en realmente pequeños para 'escondérselos' en su arroz.

Ejemplos: camote, zanahorias, mazorca de maíz, tallos de brócoli, garbanzos (todo tipo de

legumbres sin abusar de la soja)... pueden comer crudo pero rehogado o al vapor les resultará mas sabroso.

Saborizantes– salsa de soya, salsas naturales

### **Alimentos a granel**

Compre una bolsa grande de arroz integral y una olla arrocera, use la parte de arriba para cocinar al vapor los vegetales

### **Nueces y semillas**

Cómprelas sin azúcar y manténgalas en el refrigerador para conservarlas; sólo denles a los perros unas cuantas nueces a la vez a menos que compren un molidor para hacer que

las nueces y semillas se vuelvan polvo. Entonces pueden agregarle el polvo a lo que sea para darle un sabor adicional y nutrición. A los perros les encanta la comida natural.

Ejemplos: semillas de marañón (anacardo), almendra, girasol... toda semilla o fruto seco debe molerse en el momento.

### **Pan**

A los perros les encanta el crujiente de la tostada.

Traten de comprar pan de trigo integral. Agreguen un poquito de leche de soya tibia con algunas nueces/semillas en polvo y pónganselo arriba. La mantequilla de maní natural también es buena.

### **Granola**

Haga su propia granola saludable. A los perros les encanta. Usen avena y harina de trigo integral.

### **Batidos**

Ponga una manzana con frutas en su licuadora con leche de soya. Siga probando diferentes

sabores. A los perros les gustará algunos y otros no. Diviértase experimentando.

## **Tofu**

Es muy barato en las tiendas o mercados asiáticos, también la leche de soya.

## **Frutas o vegetales crudos.**

Pruebe diferentes tamaños y texturas. Hasta cítricos!

## **Frutas secas**

Higos, albaricoques, u otras frutas secas en pequeñas cantidades (Sin pasas por las pequeñas semillas)

## **Fideos/Espaguetti**

### **Galletas de trigo integral de la tienda**

### **Carnes vegetarianas**

Recetas:

## **GALLETAS BASICAS PARA CUIDADO DE PERROS**

Ingredientes:

(Puede cambiarlas según su preferencia)

2 tazas de harina integral de trigo

1 taza de avena

3 cdas de polvo de semillas de lino (semillas molidas con molinito de café o similar)

1/4 taza de azúcar integral

1 1/2 taza de leche vegetal (puede ser de soja)

3/4 taza de frutas o vegetales a elección de su perro (moras, pasas, manzana, coco, etc)

Preparación:

Mezcle los ingredientes secos en 1 bol. Agregue la leche vegetal y mezcle. Agréguele la fruta o verdura. Unte con aceite una fuente para horno, extienda la mezcla, hornee por aproximadamente 15 minutos (depende). Retire, deje enfriar y corte en cuadraditos o cualquier otra forma.

Esta mezcla puede ser usada para muffins o torta (puede tener que agregarle polvo de hornear para que leve)

Ingredientes alternativos: Levadura de cerveza nutricional, lecitina de soja, salvado (bran), germen de trigo, polvos verdes (clorela, spirulina), maníes o semillas. Además: Busque recetas para perro vegetariano en el Google de la Web, y encuentre recetas a su gusto!

## **RECETAS VEGANAS PARA PERROS**

Ingredientes:

Germen de trigo y ajo

4 tazas harina de trigo integral

2 3/4 tazas harina

1 1/4 taza aceite vegetal

1 1/2 tazas germen de trigo

1 1/2 tazas agua

2 cucharadita de ajo, picado

Preparación

• Precaliente el horno a 375 grados. En un tazón grande, combina las harinas y el germen de trigo. En un tazón separado, combine agua, aceite y ajo. Ponga los ingredientes húmedos secos con los secos y mueva. Amase y estire en superficie enharinada. Estire hasta que quede 1/4" de espesor y corte cuidadosamente con cortador de galleta (la masa

estará delicada antes de hornearse.) Colóquelas en moldes para galletas engrasados y hornee por 20 minutos.

### **WAFFLES DE LADRIDO**

Ingredientes:

3/4 taza de harina de trigo integral

3/4 taza de harina de maíz

1 cucharada de polvo de hornear

1 cucharada de levadura nutricional

1 cucharadita de caldo vegetal

1/2 taza de agua

1/2 taza de leche de arroz

Preparación

Inicie calentando su waflera. En un tazón grande, combine el harina, harina de maíz, polvo de hornear, levadura y caldo. En 1 tazón más pequeño, agua y leche de arroz. Agregue los ingredientes secos hasta que se seque y siga mezclando. Vierta en un cuarto de taza en una waflera con aceite. Cocine hasta que esté listo. Divida cada waffle en cuatro y sirva como un bocadillo.

### **GALLETITAS DE MANTECA DE MANÍ**

Ingredientes:

1 ½ taza de agua

1/2 taza de aceite

3 cucharadas de manteca de maní

2 cucharaditas de vainilla

2 tazas de harina integral de trigo

1/2 taza de harina de maíz (polenta)

1/2 taza de avena

Preparación:

En un bol grande mezcle la harina, la polenta y la avena. Agregue el aceite, la manteca de maní, la vainilla y el agua. Trabaje hasta que este suave, agregando mas harina o agua si fuera necesario. Extienda la masa sobre una superficie enharinada. Corte con 1 cortapasta. (cookie cutter). Cocinar sobre una placa aceitada a horno fuerte por 20 minutos.

### **HUESOS DE BURGOL AHUMADOS**

Ingredientes:

6 tazas de harina de trigo integral

2 tazas de burgol (tabulé)

1 tazas harina de maíz

1/2 tazas de levadura nutricional

3 tazas de caldo de vegetales

1 cucharadita de humo líquido (opcional, solo como sabor)

Preparación

Mezcle las harinas, trigo, harina de maíz, y la levadura en un tazón grande. Combine el

caldo y el humo líquido. Agréguelo a los ingredientes secos. Remueva hasta que la masa se vuelva firme. Amase hasta que se vuelva suave. Estire en 1 superficie enharinada. Corte con cortador de galletas. Cocine a horno suave hasta que se tueste y dore.

### **GALLETITAS DE PICANTE DE CAYENA**

Ingredientes:

- 1 1/2 tazas de harina integral
- 3/4 taza de levadura nutricional
- 1/2 taza de avena
- 1/4 taza de polenta (harina de maíz)
- 1/3 taza de aceite
- 1/2 taza de agua caliente (más si fuera necesario)
- 1 cucharadita de polvo de caldo vegetal
- 1/2 cucharadita de aderezo de apio (sal de apio)
- 1/2 cucharadita de tomillo
- 1 cucharadita de perifollo

Preparación

En un bol grande combine la harina, la levadura, la avena y la polenta. Agregue el aceite, luego los elementos húmedos, agregando más agua si fuese necesario hasta formar una masa firme. Extienda sobre superficie enharinada, corte en formitas y hornee sobre placas enaceitadas a horno moderado hasta que este hecho. (No se preocupe...no hay picante de cayena aquí!) .

### **HUMMUS PARA PICHICHOS**

Ingredientes:

- 1 lata de garbanzos
- 2 dientes de ajo picados.
- 3 cdas de perejil picado, mejor fresco
- 2 cdas de aceite de oliva
- 1 cda de tahine
- 1 pan de Pita de harina integral de trigo.

Preparación:

Ponga todos los ingredientes excepto el pan pita, en una procesadora. Mezcle hasta que esté NO demasiado suave (que quede grumosa). Sirva extendido sobre puntas de Pita integral tostado (corte el pan en triángulos y caliente en una tostadora) o en mini tortas de arroz. Esto puede ser un poco "lioso", así que evite servirlos sobre la alfombra.

Un buen aperitivo para servir en su próxima perrifiesta!!

### **BOCADITOS DE MEDIO ORIENTE**

Ingredientes:

- 1 sobrecito de levadura. 1 / 4 taza de agua tibia
- 2 tazas de caldo de verduras 4 tazas de harina integral
- 2 ½ tazas de harina de garbanzos 2 tazas de germen de trigo
- 1/2 taza de levadura nutricional

Preparación

Disuelva la levadura seca en agua tibia. Permita que fermente durante 5 minutos.

Combine con el caldo de verduras. En un gran bol, mezcle las harinas, el germen de trigo

y la levadura nutricional. Agregue los ingredientes húmedos a los secos y revuelva hasta que se forme una masa homogénea. Amase hasta que esté suave. Extienda sobre una superficie ligeramente enharinada y corte con corta cookies. Cocine a horno suave durante 45 minutos.

### **GALLETAS DE AVENA**

Ingredientes:

- 1 cucharada de melaza
- 1 cucharada tamari
- 1 cucharada de harina de su elección
- 1 cucharada de aceite
- 2 tazas de avena
- 1 taza caldo vegetal

Indicaciones

Mezcle todos los ingredientes en un tazón grande. Deje reposar 15 minutos para que la avena se expanda. Ponga en una lámina para galletas engrasadas cucharadas de la mezcla. Cocine a horno hasta que queden crujientes.

### **GALLETAS DE AVENA LIGERAMENTE DULCES**

Ingredientes:

- 3 tazas de harina integral de trigo
- 3 tazas de avena
- 1/2 taza de germen de trigo
- 6 cucharadas de aceite
- 1/4 taza de melaza
- 1 taza de leche de arroz
- 1 taza de agua

Preparación

En un gran bol mezcle la harina, la avena y el germen de trigo. Mezcle el aceite con la melaza, la leche de arroz y el agua en un bol separado. Vierta los ingredientes húmedos a los secos y mezcle bien. Tome cucharadas de masa y haga bolitas, aplástelas con un tenedor o un sella cookies. Cocinar a horno suave durante 1 hora.

### **BOMBA DE VITAMINAS MUY VEGANA**

Ingredientes:

- 6 tazas harina de trigo integral
- 3 tazas germen de trigo
- 1 1/2 tazas caldo vegetal
- 3 tazas (3 tarros grandes más 3 tarros pequeños) de comida para bebé de su elección (frijoles verdes o camote son populares)
- 9 cucharadas de aceite vegetal
- 4 cucharadas de hojuelas de alfalfa seca

Preparación

En un tazón grande, combine la harina, germen de trigo y alfalfa. Remueva con el caldo, la comida de bebé y el aceite hasta que se mezcle. Amase en una superficie ligeramente



enharinada. Estire la masa hasta alcanzar 1/2 pulgada de grosos: Corte con un cortador de galletas. Hornee a horno moderado hasta que esté firme y seco. Puede hacer diferentes sabores al escoger diferentes tipos de comida para bebé.

### **REGALITOS DE SÉSAMO Y CENTENO**

Ingredientes:

2 tazas de harina integral de trigo

1/2 taza de harina de centeno

1/4 de polenta

1 cucharadita de polvo kelp (de algas)

1 taza de leche de arroz

2 cucharadas de aceite

1/4 taza de melaza

3/4 taza de semillas de sésamo

Agua adicional si fuese necesario.

Preparación

En un gran bol combine las harinas, la polenta, el kelp, y las semillas. Revuelva mezclando todos los ingredientes húmedos en una sola vez. Agregue mas agua si fuera necesario, como para formar una masa homogénea. Extienda sobre una superficie lisa enharinada y corte con corta galletas.

Hornear en una placa aceitada a horno suave hasta que estén sequitas. Opcional: Si ud. quiere glasear estas galletitas para que tengan una apariencia mas suave, en una taza mezcle 1 / 4 taza de leche de soja con una cucharadita de melaza. Pincele con esto los bizcochitos antes de hornear.

### **CROCANTES FRESCOS DE AVENA**

Ingredientes:

1 taza de manteca de maní

2 cucharadas de aceite

2 cucharadas de melaza

1 / 2 taza de levadura nutricional

1 / 2 taza de cerezas secas (si a su perro no le gustan las cerezas secas, hágalo con manzanas secas, mangos, etc.)

2tazas de copos de cereal

Preparación

Mezcle la manteca de maní, el aceite y la melaza en un bol grande. Agregue revolviendo, la levadura y las cerezas. Agregue el cereal y revuelva suavemente pero mezclando muy bien.

Si la mezcla está muy pegajosa agregue un poquito de harina. Haga bolitas (aplástelas un poco si ud. cree que su perro puede llegar a atragantarse con cosas redondas) Ubique las bolitas sobre placas para cookies cubiertas con papel manteca.refrigérelas hasta que estén firmes. Cuando están firmes se las puede sacar de las placas y almacenar en tappers en la heladera. Buenas en un día caluroso para ese cachorrito en dentición!

## **GALLETAS DE GARBANZOS PEPITA**

### Ingredientes

1 ½ tazas de harina de garbanzos  
1 taza de harina integral de trigo  
1/4 taza de polenta (harina de maiz)  
1 taza de leche de arroz  
2 cucharadas de aceite  
1/4 taza de melaza  
3/4 taza de semillas de zapallo  
Agua, cantidad necesaria  
Preparación

En un bol grande mezcle las harinas, la polenta y las semillas. Agregue los ingredientes húmedos. Revuelva, agregando mas agua si fuese necesario para formar una masa firme. Extienda sobre una superficie enharinada. Corte con cortapastas (cortacookies). Hornear sobre placas bien aceitadas a horno suave hasta que estén crocantes. Opcional: para glasear antes de hornear, mezcle ½ taza de leche de soja con una cucharadita de melaza. Pincele las galles antes de hornear. Las semillas de calabaza son buena fuente de ácidos grasos omega 6!

## **BOCADILLOS PARA PERRITOS VEGANOS**

### Ingredientes:

3 tazas de perejil picado o pulpa vegetal sacada de un exprimidor de jugos  
1/4 tazas zanahoria en tiras  
1/4 taza levadura nutricional  
2 cucharadas aceite de oliva  
2 3/4 tazas harina de trigo integral  
2 cucharada de salvado  
2 cucharaditas de polvo de hornear  
0.51 taza de agua

### Instrucciones

En un tazón grande, combine el perejil, zanahorias, levadura y aceite. Mueva con los ingredientes secos. Gradualmente agregue agua para formar una masa firme. Amase hasta que se vuelva suave. Con un rodillo estire en superficie enharinada, corte con un cortador para galletas y hornee a 200 grados por 30 minutos.

## **ROSQUITAS DE ESPINACA**

### Ingredientes:

3 tazas de harina integral de trigo  
1/2 cucharadita de polvo de hornear  
1/4 cucharadita de bicarbonato de sodio  
1 taza de espinaca picada  
1 cucharadita de aceite vegetal  
1 taza de agua (más si es necesario)

### Preparación

Precalente el horno a 175 grados. En un bol grande combine la harina, el polvo de hornear y el bicarbonato de sodio. Agregar la espinaca. Agregar el aceite y el agua suficiente como para hacer una masa manejable. Forme bolitas con pedacitos de masa de 2 a 3,5 cm. De diámetro. Perfore hacienda un agujerito con la punta del mango de una cuchara de madera en cada redondel. Hornee sobre placa aceitada (no revuelva el aceite

por que se pegaran) durante 4550 minutos. Sirva a sus invitados caninos con manteca de maní o crema de “queso” tofutti. A los perros les gustan los desayunos también!

### **CHASQUIDOS DE MANZANA Y CANELA**

Ingredientes:

4 tazas de harina de trigo integral

1/2 taza de harina de maíz

2 cucharadas de aceite vegetal

1 cucharadita de canela

1 1/3 taza de agua

1 taza de manzana rallada, salsa de manzana sin endulzar o pulpa de manzana de un extractor de jugos.

Preparación:

En 1 gran bol combine la harina, la harina de maíz, el aceite y la canela. Agregue el agua y la manzana. Mezcle hasta formar una masa firme. Amase hasta que este suave.

Extienda sobre una superficie lisa enharinada. Corte con corta pastas. Hornear a 175 grados hasta que estén marroncitas y crocantes.

### **PAN DE MAIZ CANINO**

Ingredientes:

1 taza de polenta

1 taza de harina integral de trigo

4 cucharaditas de polvo de hornear

1 taza de leche de arroz

1/2 taza de aceite de maíz

Preparación:

Combine la polenta, la harina y el polvo de hornear. En un bol aparte o taza medidora, combine la leche de arroz y el aceite. Mezcle a los ingredientes secos y bata hasta que este suave. Vierta en un molde aceitado de 12 cm de profundidad y hornee a 200 grados durante 1520 minutos. Sírvalo solo, como snack o con una sopa desmenuzado en la superficie, como una comida “abrigada”. Delicioso en un día fresco con una de las recetas de sopa tibia. Su perro sabrá que usted lo cuida.

### **PLACERES DE ESPECIAS ITALIANAS**

Ingredientes:

1 sobrecito de levadura seca

1/4 taza de agua tibia

2 tazas de caldo vegetal

2 cucharadas de aceite de oliva extra virgen

1/2 taza de levadura nutricional

2 cucharadas de perejil deshidratado

1 cucharadita de orégano

2 cditas de ajo picado, deshidratado o

2 tazas de harina integral de trigo en polvo.

1 taza de trigo molido

Preparación:

Disuelva la levadura en agua tibia. En un bol grande, combine todo excepto la harina y el

trigo. Revuelva. Ahora agregue la harina y el trigo, creando una masa firme. Amase hasta que este suave. Extienda en una superficie enharinada. Corte con corta cookies. Hornee a 175 grados hasta que este crocante.

### **CHOCOLATE FIDO**

Ingredientes:

Taza de aceite

6 cdas de melaza

2 cdtas de vainilla

2 tazas de harina integral de trigo

½ taza de harina de algarroba

1 cda de polvo de hornear

Preparación:

Mezcle el aceite con la melaza. Incorpore los demás ingredientes batiendo hasta que este suave. Vuelque en fuente p/ horno aceitada de 15 x 15 cm. Hornee a 350 grados por 25 minutos hasta que este cocido pero no duro. Decadente, si, pero todos merecemos un chocolatito (bueno, algarroba) de vez en cuando.

### **BARRITAS SURTIDAS “CHUCHO LOCO”**

Ingredientes:

4 Tazas de harina integral

1 taza de harina leudante común (o harina integral para repostería)

1 cucharada de canela

1 cucharadita de polvo de hornear

1 cucharadita de bicarbonato de sodio mezcla equivalente para reemplazar 1 huevo.

¼ taza de melaza

1/4 taza de manteca de maní

1/2 taza de salsa de manzana sin azúcar.

1/2 taza de aceite vegetal

2 1/2 cucharaditas de vainilla

1 1/2 tazas de agua

maníes picados y semillas de girasol para espolvorear.

Preparación:

Combine los 5 primeros ingredientes en un bol grande. En un 2º bol combine los ingredientes restantes, menos los maníes y el girasol. Agregue la mezcla húmeda a la seca y revuelva.

Cuando se forme la masa, knead y extiéndala a un cm. de espesor. Corte en cuadrados de 6cm x 6cm. Pincele con agua y apriete los maníes picados y las semillas sobre cada barra. Hornee a moderado por 5060 minutos. Lindos cuadraditos que son un gran regalo!!

### **BIZCOCHITOS “COSECHA”**

Ingredientes:

3 frascos de alimento para bebé ( arvejas, zanahorias)

1taza de granulado soja texturizada

1 taza de agua caliente

1 taza de levadura nutricional

1 taza de germen de trigo

1 taza de harina integral (de trigo)  
1 cucharadita de aderezo vegetariano  
1 cucharadita de ajo en polvo  
1/4 taza de avena  
1/4 taza de harina de maíz  
2 cucharadas de alfalfa

Preparación:

En un bol pequeño combine la soja texturizada y el agua caliente. Deje reposar 10 minutos.

En un bol grande combine el alimento para bebé, la mezcla de soja texturizada, la levadura nutricional, el germen de trigo, la harina, el aderezo y el ajo. Revuelva hasta mezclar bien.

Forme bolitas de 3 cm de diámetro. En un pequeño bol combine la avena, la harina de maíz y la alfalfa. Reboce cada bolita por esa mezcla. Ubique las bolitas en una placa aceitada

Presione cada bolita con un tenedor o con un sello para cookies. Cocine a horno moderado hasta que estén marrones y firmes.

### **PIZZAS PARA PERRIS**

Ingredientes:

1 taza de harina integral de trigo para repostería  
1 taza de harina de maíz  
3/4 taza de levadura nutricional  
1/2 cucharadita de polvo de ajo  
1/2 cucharadita de orégano  
1/2 cucharadita de albahaca  
3 cucharadas de aceite de oliva  
1 cucharada de pasta de tomate  
3/4 taza de agua  
2 cdas,. de pasta de tomate  
2 cdas de aceite de oliva

Preparación:

Pre caliente el horno (bastante). En un gran bol mezcle la harina, el maíz, la levadura, el ajo, el orégano y la albahaca. Mezcle bien, agregue el aceite, una cucharadita de pasta de tomate y el agua. Mezcle. Extienda la masa a 1/2 cm de espesor, sobre superficie enharinada. Corte circulitos con un cortapastas o un vaso. En una taza, combine el aceite de oliva y 2 cucharadas de pasta de tomate, Con una cuchara desparrame un poquito de esta salsa sobre cada circulito, como la salsa de pizza. Para perros pequeños, corte cada "pizzita" en cuartos. Hornear 25 minutos.

### **COOKIES CANINOS DE ZANAHORIA**

Ingredientes:

2 tazas de harina integral de trigo  
1/2 taza de levadura nutricional  
1/2 taza de germen de trigo  
6 cucharadas de aceite  
1 cucharadita de melaza  
1 taza de zanahorias hervidas pisadas

Preparación:

En un bol grande combine la harina, la levadura y el germen de trigo. En otro bol, mezcle el aceite, la melaza y las zanahorias. Agregue los ingredientes húmedos a los secos y revuelva. Forme una masa y tome pequeñas bolitas. Ubíquelas en placas aceitadas. Presione cada bolita con un tenedor o sello de cookies. Hornee moderado suave, Hasta que estén crocantes.

**PAPAS FRITAS POMERANIA** (nunca abusar de papas ni batatas... mandioca no porque da diarrea)

Ingredientes:

1 taza de papas feteadas

2 cucharadas de aceite de oliva

Preparación

Pincele las fetas de papa con aceite de oliva. Póngalas en placas para horno. Cocinar a horno fuerte, hasta que estén suaves.

Nada de sal y muy bajas en grasa, pero a su perro le encantarán!

### **REGALITOS DE GIRASOL**

Ingredientes:

2 tazas de harina integral de trigo

1 2/3 tazas de harina de maíz

½ taza de semillas de girasol

2 cdas. De aceite

½ taza de caldo vegetal sin sal

½ taza de leche de arroz

Preparación:

En un gran bol combine la harina, la polenta y las semillas. Agregue el aceite, el caldo y la leche de arroz. Revuelva hasta formar una masa firme, agregando unas pocas cdas de agua si fuera necesario para adquirir una textura suave. Extienda la masa sobre una superficie enharinada. Corte con corta pasta . Cocine a horno moderado durante 30 minutos o hasta que estén sequitos.

### **TORTIPERRIS**

Ingredientes:

2 tazas de harina integral de trigo

2 cucharadas de polvo de caldo veg. sin sal

2 cucharadas de polvo de hornear

1/3 taza de aceite vegetal

½ taza de manteca de maní

1 taza de caldo de verduras o leche de arroz.

Preparación:

Precaliente el horno a 350°. Mezcle la harina con el polvo de hornear. Agregue el resto de los ingredientes. Unte con aceite moldes de muffins para horno. Llénelos con la mezcla hasta 2/3 partes del molde. Hornee 15-25 minutos. Retire del horno, cuando estén tibios, cúbralos con la manteca de maní decorándolos en la punta con pequeñas galletitas caseras, si lo desea, o galletitas molidas.

Dato: Un regalito de cumpleaños!

## **BIZCOCHITOS GRANULADOS DISPARATADOS**

Ingredientes:

- ¾ taza de caldo vegetariano
- 3 cucharadas de aceite
- 2 tazas de harina integral de trigo
- 2/3 taz de Kasha remojada en agua caliente 10'.
- 1/3 taza de salvado ( bran)
- 1/4 taza de levadura nutricional
- 1 cucharadita de polvo de ajo
- 1 sobrecito de levadura seca.

Preparación:

Ponga todo en su maquina de pan o amasador. Cuando este hecho, quite la masa y extienda a 1 cm. de grosor. Corte con corta pastas formitas pequeñas. Cocine a horno suave por 30 minutos.

## **GRANOLA**

(ingredientes flexible)

- 2 tazas de avena arrollada
- 1 taza de harina integral de trigo
- ½ taza de semillas de lino
- ½ taza de germen de trigo
- ½ taza de jugo de manzana
- ¼ taza de melaza o azúcar integral (opcional)
- 1 taza de semillas y nueces
- 1taza de frutas secas sin semillas

Preparación:

Precalente el horno a 175 grados. Prepare 2 placas para horno, acéitelas . En un bol grande mezcle la avena, el germen de trigo y el lino. En un bol aparte mezcle el jugo de manzana, la melaza y el azúcar. Vierta los ingredientes húmedos en los secos, mezcle y vierta en placas para horno, extendiendo hasta cubrir. Hornear la mezcla durante 30 minutos en horno precalentado, dándola vuelta cada 10 o 15 minutos o hasta que la granola tenga un color marrón dorado y extendiéndola para que cubra . Deje enfriar, cuanto más se asiente, más crocante estará. Agréguele fruta seca y nueces al final. Almacene en un recipiente al vacío.

Tomado de DAMOenlaweb

Canal de Youtube de DAMO: <https://www.youtube.com/channel/UCSY58f-WD2dzBK4433QyhJw>

Facebook de DAMO: <https://www.facebook.com/damoenlaweb>