

PALEODOG DIET... IN VACANZA



Una delle domande che più frequentemente mi viene rivolta da un proprietario che, tornando all'alimentazione naturale per il suo cane, si avvicina alla Paleodog Diet, è: "Ma quando vado in vacanza, come faccio a cucinare per lui?"

Certamente il cibo industriale ha risolto una delle problematiche più importanti dell'alimentazione del cane: ha reso più comoda e veloce la preparazione del pasto. Ma sei sicuro che più veloce in questo caso corrisponda al meglio? Sei sicuro che questa scelta sia stata fatta per la sua salute e non solo per la tua comodità? Se poi a casa, nella tua routine quotidiana, riesci a ricavarti uno spazio per poter preparare un pasto equilibrato e cucinato in casa anche per il tuo amico a quattro zampe, in vacanza la situazione diventa più complicata: le abitudini vengono ribaltate, gli spazi non sono più quelli comodi di casa, la zona non è quella dove sei abituato a vivere.

Ecco che ti fai prendere dallo sconforto, e la tentazione di mollare tutto riaffiora alla tua mente, ma niente paura! Basta organizzarsi! La situazione non è così nera come potrebbe sembrare! Se hai a casa un essiccatore, il problema non si pone: prepari tutto prima e lo porti con te. Esistono in commercio buste di verdure essiccate o disidratate che sono molto comode. Se invece non hai l'essiccatore, devi solo porre un briciolo di attenzione in

più!

Prima di tutto considera dove andrai in vacanza: viaggi in camper o roulotte? Fai campeggio libero in tenda? Sei in un agriturismo? Sei ospite a casa di amici? Hai affittato un appartamento? Se hai a disposizione una cucina, comportati esattamente come faresti a casa tua. Cucinare anche in vacanza potrebbe sembrarti un peso, ma non è così! Dovrebbe essere un piacere prenderti del tempo per dedicarti al tuo cane, e anche in vacanza può essere un momento tutto vostro per due coccole... culinarie!

In caso invece tu non abbia la possibilità di cucinare, come nel caso in cui tu soggiorni in albergo, di certo avrai a disposizione per lo meno un frigobar. Ora più che mai diventa fondamentale essere organizzato, in modo da poter assicurare pasti sani al tuo cane.

Per i primi giorni di vacanza io mi porto le dosi già pronte in contenitori di plastica, ne esistono anche di usa e getta, che mi permettono di sfamare Memole, la mia Bovara del Bernese, per il tempo necessario che io mi ambienta alla nuova location e inizi a reperire la pappa. Nel frattempo prendo confidenza con i negozi della zona: macelleria, pescheria, fruttivendolo, supermercato... Trovato tutto!

Se hai timore di non riuscire a trovare quello che ti serve, puoi preparare qualche busta di verdura cotta e poi messa sottovuoto: puoi aprirle man mano che ti servono, oppure puoi trovare già pronte nel reparto orto frutta di molti supermercati. E se proprio non hai verdura? Per qualche giorno puoi sostituirla con la frutta, purché non sia per un periodo troppo lungo.

Lo stesso vale per la carne: se non ne trovi puoi dare pesce come unica fonte proteica anche per più giorni, e non dirmi che non puoi portare con te tonno, sgombro, salmone o sardine in lattina! In questo caso sgocciola bene il pesce prima di metterlo nella ciotola del tuo amico e, se è sott'olio, scegli solo in olio di oliva.

Gli integratori sono facili da portare con te e... voilà: la cena è servita!

Una piccola fatica, ma una grande soddisfazione: salute e benessere... Non è questo che cerchi?