

RECEPT: CONGEE

Congee wordt al eeuwenlang ingezet bij spijsverteringsklachten vanuit de Traditionele Chinese Geneeskunde. Traditioneel gezien wordt dit bereid met rijst, maar voor honden en katten gebruiken we bij voorkeur iets anders. Er zijn vele mogelijkheden binnen Congee recepten, hier volgt een simpel basis gerecht afgeleid van traditionele congee dat je kunt aanhouden bij spijsverteringsklachten.

Ingrediënten:

- 1 kop biologische boekweit of havermout
- 6 kopjes bottenbouillon
 - (gebruik (gefilterd) water indien er geen bouillon voorhanden is, of maak een mix van water en bouillon)
- Een infusie van verse gemberwortel of gedroogde kamillebloesems

Voeg eventueel een paar extra ingrediënten toe:

- Blauwe bessen
- Gekookte kip of kalkoen
- Een beetje gekookte venkel
- Verse munt (fijngehakt)

Bereiding:

Spoel de boekweit of havermout goed af onder de kraan.

Voeg de boekweit of havermout, bouillon en infusie samen in een pan en breng aan de kook. Wanneer het kookt, laat het op laag vuur met de deksel schuin op de pan zo'n 1,5 uur zachtjes pruttelen. Roer af en toe door. Er ontstaat een dikke, bouillonachtige pap. Indien het te dik is, kun je tijdens het koken wat extra water toevoegen. Voeg de extra ingrediënten (niet te veel, niet te veel verschillende) toe voor je het aanbiedt aan het dier. Biedt licht warm aan voor extra smakelijkheid.

