

## 送給汪星人的聖誕禮物

### 禮物 1: 南瓜布丁



聖誕將至，各位毛毛家長，預備好如何和您的毛孩一起歡渡佳節了嗎？

今次介紹給大家的**南瓜布丁**，南瓜亮眼的橙黃，配上豆奶清甜軟滑，做法簡單，是和狗狗共渡佳節的好選擇！

材料（3 杯份）：	工具和器材：
1. 南瓜 90 克	1. 刀
2. 無糖豆奶 150 克	2. 小鍋
3. 寒天粉 1 克	3. 微波爐或爐
	4. 量杯
	5. 木勺
	6. 布丁模 2-3 個
	7. 大碗
	8. 攪拌機（如有）

#### 做法：

1. 先將南瓜煮軟，去皮切成大塊，放入微波爐加熱 2-3 分鐘。如果沒有微波爐，也可把南瓜隔水蒸煮、或焗煮 8-10 分鐘。
2. 南瓜煮軟後，移進大碗，用木勺按壓成蓉。如有攪拌機，也可將南瓜攪打成蓉再裝入大碗。
3. 於南瓜蓉加入豆奶然後攪拌至幼滑。

- 將南瓜糊倒回鍋中，細火加熱並持續攪拌以免底部燒焦。糊面開始冒出小氣泡時，將寒天粉一次過倒入並繼續攪拌。



南瓜和豆奶混合後，呈現明亮淡黃的色澤

- 加入寒天粉後，南瓜糊很快會變得黏稠，見到小氣泡再次冒出便立即離火。將南瓜糊倒進布丁模中，放入雪櫃冷凍 1 個小時。



圖中的是矽膠模

- 待布丁凝固後，倒扣在碟子上，稍稍放暖到室溫，給狗狗食用。

### 小貼士:

- ✓ **南瓜是最適合寵物的蔬果:** 南瓜是很適合貓和狗食用的蔬果。南瓜富含膳食纖維，亦有豐富的維他命 A、維他命 C、礦物質、葉黃素及纖維，而且水分充足，可以維持狗狗眼睛健康、增強免疫能力、促進腸胃健康。它的纖維成分高而熱量低，能增加飽肚感，更有助控制體重！
- ✓ **由於南瓜纖維成份較高，不適合消化系統發育未完善的幼犬進食。**
- ✓ **寒天粉 vs 魚膠粉?** 寒天粉是日式甜品常用的凝固劑，提煉自紅褐藻。使用魚膠粉凝固的成品在 25 度以上會溶解，而使用寒天的話，在常溫中仍能保持凝固。狗狗一般不喜歡吃太冷的食物，因此寒天是比較合適的凝固劑。通常在日式超市或烘焙店都能買到它。
- ✓ **保存注意事項:** 南瓜布丁含有豆奶，必須存放在雪櫃中，並於製成後 3 天內盡快食用。
- ✓ 動手做鮮食前，多做資料搜集，多觀察狗狗進食後的反應，自然能夠為愛寵做出最適合的鮮食餐點。

禮物 2: 聖誕狗狗蛋糕



又到聖誕、又到聖誕～ Furry Green 推介這個色彩繽紛、有菜有肉、啖啖滋味得來仍然低脂高蛋白的聖誕蛋糕，讓狗狗和家長一齊無負擔輕鬆過節！

材料：		工具和器材：
1. 去皮雞胸肉	128 克	1. 刀
2. 湯汁用清水	380 毫升	2. 爐
3. 寒天粉	3 克	3. 小鍋
4. 南瓜	5 克（約麻雀大小 1 塊）	4. 量杯
5. 紅菜頭	5 克（約麻雀大小 1 塊）	5. 木勺
6. 西蘭花	5 克（將 1-2 小朵）	6. 用作模具的容器
		7. 攪拌機

做法：

1. 清洗材料，雞肉切大塊，備用。
2. 先以小鍋焗熟蔬菜。撈出蔬菜瀝乾，切成小塊，部份放於模的底部，其他備用。



因紅菜頭的色素會令湯汁變紅，因此蔬菜和肉類分別處理，影響成品顏色。

3. 量好食譜中湯汁用的清水，倒入小鍋中煮滾，焯熟雞肉。將雞肉連同湯汁一同放入攪拌機打成肉糊。



*焯煮雞肉時，要把浮沫撈走，讓湯汁更清澈，減少腥氣和油脂。*

4. 將肉糊倒回鍋中，細火加熱並持續攪拌以免底部燒焦。糊面開始冒出小氣泡時，將寒天粉一次過倒入並繼續攪拌。



5. 加入寒天粉後，肉糊很快會變得黏稠，見到小氣泡再次冒出便立即離火。
6. 將一半肉糊倒入模中，鋪上餘下的蔬菜，再倒入另一半肉糊，然後將它放入雪櫃冷凍1個小時。



7. 待凝固後將肉餅倒扣在碟子上，稍稍放暖至室溫後，給狗狗食用。

#### 小貼士:

- ✓ 用作模具的容器，應是闊口，可承受高溫的。脫模時如不順暢，可先以小刀沿邊切割一圈。
- ✓ **保存注意事項：**聖誕雞肉批可放入冰格冷藏，食用前 1 天轉放至 4 度雪櫃解凍
- ✓ **雞肉強健肌肉骨骼：**雞肉有豐富的蛋白質，有助毛孩的肌肉生長，它所含的 omega 6 也可以保持狗狗毛髮健康及有光澤，而胺基酸和葡萄糖胺亦可以增強狗狗的骨骼。
- ✓ 使用雞肉製作狗鮮食，應先去皮去骨，減掉脂肪攝取，防止誤食碎骨割傷喉嚨哦！現時不少人餵生雞肉給狗狗吃，可是我們還是建議將雞肉先煮熟，可以避免狗狗感染到沙門氏菌呢。

**Furry Green** 是一家初創社企，專注利用剩餘食材，並將它們轉化為各種美味且營養豐富的寵物鮮食。

生活就是需要一點儀式感！**Furry Green** 鮮食產品除了滿足狗狗日常飲食，也不少得各種和狗狗共渡佳節的飲食推介，還有和狗狗遊玩的點子，為狗狗用心打點生活，和他們共創回憶才是正經事。