

# Obst- und Gemüseliste



Bei der Kaninchenernährung kann auf Gemüse und Obst zurückgegriffen werden, **wenn es z.B. aufgrund der Jahreszeit nicht möglich ist, frische Wiese zu verfüttern**. Gemüse (v.a. Blättriges) kommt der natürlichen Nahrung noch am nächsten und sollte daher täglich einen großen Teil des Speiseplans ausfüllen. Wurzel-/ Knollengemüse wird ebenfalls gerne angenommen. Wichtig ist bei der Gemüsefütterung auch stets die **Abwechslung**, d.h., man sollte immer **mindestens 5-6 verschiedene Sorten täglich verfüttern und nie einseitig jeden Tag dasselbe**. **Obst** sollte hingegen aufgrund des hohen Fruchtzuckergehalts **nur als Leckerchen** verfüttert werden. Weiterhin sollte das Futter **nicht unnötig klein geschnitten** werden (Ausnahme: Zahnpatienten), damit die Kaninchen mehr Beschäftigung haben und der Zahnabrieb gewährleistet ist.

## Faustregel:

**Wenn keine Wiese verfüttert werden kann: 80 % blättriges Gemüse, 20 % Wurzel- und Knollengemüse.**

**Manche Gemüsesorten, z. B. Möhren, Fenchel, rote Beete, Rotkohl oder rote Paprika, können den Urin rötlich verfärben.** Durch das Grünfutter nehmen die Kaninchen nämlich auch Chlorophyll auf, was dem Futter die grüne Farbe gibt. Es wird einfach wieder ausgeschieden. Wenn der Harn aber nicht versickern kann, reagiert das Chlorophyll mit der Luft und färbt sich rot. Auch dadurch kann rötlicher Urin entstehen, wenn er einfach schon älter ist. Wenn du dir unsicher bist, ob es sich um Blut oder lediglich um eine Verfärbung handelt: saugen den Urin mit einem Küchentuch auf. Bleibt es rot, ist es kein Blut. Verfärbt es sich dunkel/bräunlich, handelt es sich um Blut. Du solltest dann schnellstmöglich einen Tierarzt aufsuchen.

## Achtung!

1. Kohl darf nur an Kaninchen verfüttert werden, die kein quellendes, handelsübliches Trockenfutter bekommen. Die darin enthaltenen **Pellest führen in Verbindung mit Kohl zu einem Blähbauch** und damit zu **starken Bauchschmerzen, welche letzten Endes auch zum Tod** führen können! **Kohl ist ein super faserreiches, blättriges Futter als Alternative zur Wiese** und vor allem auch im Winter in vielen **abwechslungsreichen Varianten** erhältlich.
2. **Unbekannte Sachen müssen langsam angefüttert werden.** Bekommen die Kaninchen Durchfall, war es zu schnell zu viel auf einmal. Weiteres dazu auf einem gesonderten Informationsblatt.

### Ananas

verdauungsfördernd – vitaminreich – zuckerhaltig – ohne Schale verfüttern – kleine Mengen - eher unbeliebt\*

### Apfel

verdauungsregulierend – mineralstoffreich – gerieben gut bei Durchfall – mit Schale verfüttern – am besten aus dem eigenen Garten – wird nicht immer gut vertragen – auch getrocknet – kleine Mengen – beliebt\*

### Artischocken

nur frisch – eher unbeliebt\*

### Aubergine, Eierpflanze, Eierfrucht

nur reif – ohne Grün verfüttern – kleine Mengen – unbeliebt\*

# Obst- und Gemüseliste



## **Banane, Kochbanane, Gemüsebanane**

Dickmacher – kann bei großen Mengen zu Verstopfungen führen – gut zum Päppeln – ohne Schale – kleine Mengen – eher beliebt\*

## **Birne**

entwässernd – mild (wenig Fruchtsäure) – zuckerhaltig – in Verbindung mit viel Wasser Durchfallgefahr – mit Schale verfüttern – am besten aus dem eigenen Garten – guter Medikamententräger – kleine Mengen – beliebt\*

## **Blattspinat, Spinat, Gemüsespinat, Gartenspinat**

hoher Oxalgehalt – kleine Mengen – eher beliebt\*

## **Blumenkohl, Karfiol, Käsekohl, Blütenkohl**

gegen Magenverstimmungen und Krämpfe – vitaminreich – mit Blättern verfüttern – langsam anfüttern – eher beliebt\*

## **Brokkoli, Broccoli, Bröckelkohl**

stärkt Abwehrkräfte – gut verträglich – vitaminreich – kalziumreich (nicht bei Blasengrieß) – stärkt Augen, Haut und Nerven – Harnsteinrisiko – am besten aus dem eigenen Garten – langsam anfüttern – mit Strunk verfüttern – gut im Garten anbaubar – beliebt\*

## **Brombeeren**

Blätter und Zweige (auch getrocknet) häufiger – am besten aus dem eigenen Garten – kleine Mengen – eher beliebt\*

## **Champignons, Egerlinge, Angerlinge**

schwer verdaulich – mineralstoffreich – selten und kleine Mengen – unbeliebt\*

## **Chicorée, Brüsseler**

kalorienarm – leicht harntreibend – säurebindend – gut bei empfindlicher Verdauung – äußere Blätter entfernen – eher beliebt\*

## **Chinakohl, Pekingkohl, Japankohl, Selleriekohl**

Vitaminspender (wichtig im Winter) – als einziger Kohl nicht blähend – mild – verdauungsfördernd – abwehrstärkend – kalorienarm – gut bei empfindlicher Verdauung – langsam anfüttern – eher beliebt\*

## **Cranberries, Großfrüchtige Moosbeere, Kraanbeere**

entzündungshemmend – auch getrocknet – kleine Mengen – beliebt\*

## **Eichblattsalat**

kalorienarm – guter Sommersalat – eher beliebt\*

## **Eisbergsalat, Eissalat**

kann zu Durchfall führen – vitaminreich – langsam anfüttern – kleine Mengen – äußere Blätter beliebter – eher beliebt\*

## **Endiviensalat, Endivie**

kalorienarm – galle- und harntreibend – vitaminreich – appetitanregend – säurebindend – gut bei empfindlicher Verdauung – beliebt\*

## **Erbsengrün**

eher beliebt\*

# Obst- und Gemüseliste



## **Erdbeeren**

gegen Blutarmut – vitaminreich – nierenanregend – hoher Wassergehalt – mit Blättern und Strunk verfüttern – am besten aus dem eigenen Garten – auch getrocknet – kleine Mengen – eher beliebt\*

## **Feigen**

abführend – hoher Zuckergehalt – reich an Vitamin B – max. 2 Tage im Kühlschrank aufbewahren – sehr reif beliebter – frisch oder getrocknet – ganze Frucht verfüttern – kleine Mengen – eher beliebt\*

## **Feldsalat, Rapunzel, Nüssler, Nüsslissalat**

gute Verträglichkeit – kalorienarm – eher beliebt\*

## **Fenchel**

positive Wirkung auf Schleimhäute – erleichtert Atmung bei Schnupfen – Milchproduktion anregend – gut verdaulich – gut bei Magen-Darm-Problemen – appetitanregend – vitaminreich – krampflösend – kalziumhaltig – gutes Wintergemüse – kann Urin verfärben – Knolle und Grün verfüttern – auch als Tee – Fenchelkraut auch getrocknet – Knolle eher beliebt\*, Grün beliebt\*

## **Friséesalat**

beliebt\*

## **Futterrübe, Runkelrübe, Rummel, Saurübe**

gutes Wintergemüse – eher beliebt\*

## **Grünkohl, Braunkohl, Federkohl, Krauskohl**

gutes Wintergemüse – vitaminreich – langsam anfüttern – beliebt\*

## **Gurke, Schlangengurke, Salatgurke, Gartengurke**

hoher Wassergehalt (gut bei Nierenproblemen) – große Mengen können zu Durchfall und Leberschädigung führen – kalorienarm – gut im Garten anbaubar – kleine Mengen – im Sommer beliebter als im Winter – eher beliebt\*

## **Hagebutten**

frisch – reich an Vitamin B – getrocknet selten – eher unbeliebt\*

## **Heidelbeeren, Blaubeeren**

getrocknet gut bei Durchfall – kalorienarm – mineralstoffreich – mit Blättern und Zweigen – am besten aus dem eigenen Garten – eher beliebt\*

## **Himbeeren**

gut bei Durchfall – stärkt Gebärmutter – kalorienarm – mineralstoffreich – appetitanregend – mit Blättern und Zweigen – am besten aus dem eigenen Garten – kleine Mengen – eher beliebt\*

## **Holunderbeeren**

entzündungshemmend – gut bei Schnupfen – stärkt Immunsystem – blutreinigend – krampflösend – schleimlösend – eher unbeliebt\*

## **Ingwer, Ingber, Immerwurzel, Ingwerwurzel**

gut für das Immunsystem – gut bei Schnupfen – gut bei Gelenkproblemen und Entzündungen – natürliches Antiwurmmittel – scharf – evtl. gerieben zusammen mit Apfel, Banane, Meerrettich, Möhre, Rote Beete und/oder Haferflocken – da sehr gesund immer wieder anbieten – eher unbeliebt\*

## **Jamorakohl**

langsam anfüttern – beliebt\*

# Obst- und Gemüseliste



## **Johannisbeeren, Ribiseln, Trübeli, Ribiseli,**

rot, weiß und schwarz verfütterbar – vitaminreich – reich an Vitamin C – gut bei Magen-Darm-Problemen – schwarze Johannisbeere kann Urin verfärben – Blätter und Zweige oft – Frucht selten – am besten aus dem eigenen Garten – Blätter beliebter als Frucht – eher unbeliebt\*

## **Kaki, Kakipflaume**

kleine Mengen – eher unbeliebt\*

## **Kerbelwurzel**

beliebt

## **Kirschen**

zuckerhaltig – keine Tollkirsche – ohne Kern – am besten aus dem eigenen Garten – kleine Menge – eher beliebt\*

## **Kiwi, Kiwifrukt, Chinesische Stachelbeere**

zuckerhaltig – vitaminreich – ohne Schale – kleine Mengen – auch getrocknet – eher unbeliebt\*

## **Kohlrabi(-blätter), Oberrübe, Kohlrübe**

auch violette Variante – vitaminreich – Knolle kalorienreich – Blätter unbedenklich – langsam anfüttern – Blätter beliebter als Knolle – Knolle eher beliebt\*, Blätter beliebt\*

## **Kopfsalat, Häuptlsalat**

kleine Mengen, wenn gekauft – größere Mengen aus dem eigenen Garten – kaum Vitamine oder Nährstoffe – nitrathaltig – wasserhaltig, daher guter Sommersalat – äußere Blätter entfernen – besser Bittersalate – eher beliebt\*

## **Kürbis**

alle Sorten, außer Zierkürbisse – mit Schale – mit Grün verfüttern – gutes Wintergemüse – kleine Mengen, da Durchfallgefahr – Kürbis allgemein: eher unbeliebt\* – Muskat: eher beliebt\* – Muskatkürbis, Bischofsmütze, Spaghetti, Roter Zentner, Butternut, Kiwano Horngurke, Langer von Neapel, Riesenzentner, Patisson und Hokkaidokürbis: eher unbeliebt\* – Flaschenkürbis und Französische Beere: unbeliebt\*

## **Lollo Rosso, Lollo Bionda, Kraussalat (rot und grün)**

kalorienarm – langsam anfüttern – guter Sommersalat – beliebt\*

## **Löwenzahnsalat, Catalogna, Schnittzichorie**

gut geeignet, wenn kein Löwenzahn gesammelt werden kann – beliebt\*

## **Mairübe, Mairübchen, Kugelrettich, Herbstrübe**

vitaminreich – Blätter und Rübe verfütterbar – Rübe eher unbeliebt\*, Blätter eher beliebt\*

## **Maiskolben, Kukuruz**

viel Stärke – kalorienreich – Kolben kleine Mengen, besser Blätter verfüttern – Blätter vitaminreich – Blätter auch getrocknet – beliebt\*

## **Mandarinen**

urinansäuernd – kann Haut reizen – ohne Schale und Kerne – exotische Früchte gehören eigentlich nicht auf den Speiseplan von europäischen Blattfressern – kleine Mengen und selten, z.B. als Leckerlie in der Weihnachtszeit – eher unbeliebt\*

## **Mangold, Krautstiel**

krankheitsvorbeugend – hilft bei Darmträgheit und Nervosität – hoher Kalzium- und Oxalsäuregehalt – kleine Mengen – eher beliebt\*

# Obst- und Gemüseliste



## **Meerrettich**

scharf – schleimlösend – entzündungshemmend – kleine Mengen – ggf. mit Banane anbieten – Blätter beliebter – eher unbeliebt\*

## **Melone (Honig-, Netz-, Wasser-, Zuckermelone)**

hoher Zuckergehalt – hoher Wassergehalt – harntreibend – Durchfallgefahr – Schale mit wenig Fruchtfleisch anbieten – Wassermelone kalorienärmer – kleine Mengen – eher beliebt\*

## **Möhren(-grün), Karotten, Wurzeln, Mohrrübe**

harntreibend – blutbildend – antibakteriell – kann Urin verfärben – gutes Wintergemüse – am besten aus dem eigenen Garten – gut im Garten anbaubar – gut verträglich – Blätter kalziumhaltig – alle Farben verfütterbar – ungewaschen aufbewahren – Knolle und Grün beliebt\*

## **Nektarinen**

vitamin- und kalorienreich – ohne Kern – kann bei großen Mengen zu Durchfall führen – kleine Mengen – eher beliebt\*

## **Oliven**

nur frisch – kleine Mengen – unbeliebt\*

## **Orangen, Apfelsinen**

kann zu Hautreizungen führen – Urinansäuerung – reich an Vitamin C – ohne Schale – kleine Mengen – eher unbeliebt\*

## **Paprika**

alle Farben – reich an Vitamin C – hoher Wassergehalt – ohne Stiel und Kerne – am besten aus dem eigenen Garten – langsam anfüttern – unterschiedliche Beliebtheit, je nach Farbe – eher beliebt\*

## **Pastinake, Pastinak**

gut verträglich – vitaminreich – kalorienreich – gutes Wintergemüse – mit Grün verfüttern – beliebt\*

## **Petersilienwurzel, Wurzelpetersilie, Knollenpetersilie**

verdauungsfördernd – kalorienreich – vitaminreich – gutes Winterfutter – mit Grün verfüttern – beliebt\*

## **Pfirsich**

vitamin- und kalorienreich – ohne Stein – große Mengen können zu Durchfall führen – kleine Mengen – eher beliebt\*

## **Pflaumen, Kultur-Pflaume**

ohne Stein – kalorienreich – große Mengen können zu Durchfall führen – kleine Mengen – am besten aus dem eigenen Garten – eher beliebt\*

## **Pok Choi, Pak Choy, Senfkohl, Blätterkohl**

keimtötend – vitaminreich – eher beliebt\*

## **Radicchio**

gut verträglich – beliebtester Salat – beliebt\*

## **Radieschen(-blätter), Radies, Monatsrettich**

Reizung der Atemwege – Radieschen scharf – kleine Mengen, Blätter häufiger – am besten aus dem eigenen Garten – gutes Antiwurmmittel – Knolle unbeliebt\*, Blätter eher beliebt\*

## **Rettich(-grün)**

scharf – mit Blättern verfüttern – kleine Mengen – Knolle eher unbeliebt\*, Blätter eher beliebt\*

# Obst- und Gemüseliste



## **Romana(-salat), Lattich, Römersalat**

gut verträglich – vitaminreich – kalorienarm – beliebt\*

## **Romanesco, Romanesko**

langsam anfüttern – mit Blättern – kleine Mengen – am besten aus dem eigenen Garten – beliebt\*

## **Rosenkohl, Brüsseler Kohl, Sprossenkohl**

langsam anfüttern – kleine Mengen – eher beliebt\*

## **Rosinen**

Dickmacher – nur ungeschwefelt und ungezuckert – kleine Mengen – beliebt\*

## **Rote Beete, Randen, Rote Rübe**

enthält Krebschutzstoffe – kalorienreich – vitaminreich – mineralstoffreich – kann Urin und Mund verfärben – auch getrocknet – mit Blättern verfüttern – kleine Mengen – eher beliebt\*

## **Rotkohl, Blaukraut, Blaukohl, Rotkabis**

kann Urin verfärben – gutes Winterfutter – langsam anfüttern – eher unbeliebt\*

## **Rucola, Rauke, Rukola, Arugula**

verdauungsfördernd – harntreibend – kann im Garten angebaut werden – langsam anfüttern – eher beliebt\*

## **Schwarzkohl, Palmkohl**

eher beliebt\*

## **Schwarzwurzel**

mineralstoffreich – harntreibend – nur geschält – kleine Mengen – eher unbeliebt\*

## **Sellerie (Knollen- und Stauden-, Bleich-/Stangensellerie)**

harntreibend – blutbildend – hustenstillend – entwässernd – kreislaufanregend – stoffwechsellanregend – vitaminreich – Knolle kalorienreich – gut beim empfindlicher Verdauung – gutes Winterfutter – mit Grün verfüttern – gut abwaschen – Stangen mit vielen Blättern z.B. in türkischen Supermärkten oder Naturkostläden erhältlich – eher beliebt\*

## **Spargel (grün und weiß)**

kalorienarm – unterstützt Zellverjüngung – blutbildend – hormonbildunganregend – stoffwechsellanregend – nierenanregend – unterstützt Leber- und Lungenfunktion – stark harntreibend – unbeliebt\*

## **Spitzkohl, Spitzkraut**

langsam anfüttern – eher beliebt\*

## **Stachelbeere**

mit Blättern und Zweigen – kleine Mengen – eher unbeliebt\*

## **Steckrübe, Kohlrübe**

kalorienreich – hoher Nährstoff- und Vitamingehalt – gut verträglich – gutes Wintergemüse – eher beliebt\*

## **Stielmus, Rübstiel**

gutes Wintergemüse – langsam anfüttern – hoher Wassergehalt – eher beliebt\*

## **Süßkartoffel, Batate, Knollenwinde**

keine echte Kartoffel – kalorienreich (viel Stärke) – nähr- und vitalstoffreich – entzündungshemmend – vitaminreich – ballaststoffreich – kleine Mengen – eher beliebt\*

# Obst- und Gemüseliste



## **Tomaten, Paradeiser, Paradiesapfel**

nur reife Tomaten – ohne Grün – große Mengen führen zu Durchfall – vitaminreich – gut bei Blasen- und Nierenproblemen – kann im Garten angebaut werden – am besten aus dem eigenen Garten – kleine Mengen – eher unbeliebt\*

## **Topinambur**

gut für Muskeln und Nerven – Blätter und Blüten kalorienarm – Knolle kalorienreich – gut verdaulich – stärkt Darmflora – ballaststoffreich – ganze Pflanze (Knolle, Blätter, Blüten) verfüttern – am besten aus dem eigenen Garten – eher beliebt\*

## **Trauben (Weintrauben)**

nierenanregend – darmanregend – gut gegen Harnsäureablagerungen – zuckerhaltig – hoher Wassergehalt – große Mengen können zu Durchfall führen – ohne Kerne – am besten aus dem eigenen Garten – guter Medikamententräger – kleine Mengen, selten – eher unbeliebt\*

## **Weißer Rübe, Herbstrübe, Ackerrübe, Wasserrübe**

eher unbeliebt\*

## **Weißkohl, Weißkraut, Weißkabis, Kappes**

gutes Winterfutter – am besten aus dem eigenen Garten – langsam anfüttern – eher beliebt\*

## **Wirsing, Wirsingkohl, Welschkohl, Welschkraut**

vitaminreich – mineralstoffreich – gutes Winterfutter – langsam anfüttern – beliebt, vor allem die dunklen Blätter – beliebt\*

## **Zucchini, Zucchetti**

gut verdaulich – mineralstoffreich – am besten aus dem eigenen Garten – eher unbeliebt\*

## **Zuckerhut, Zichoriensalat, Fleischkraut**

eher beliebt\*

## **Zuckerrüben**

enthält Saccharose (am besten gar nicht verfüttern) – kleine Mengen, selten – eher beliebt\*

## **Folgende Gemüse- und Obstsorten sollten nicht verfüttert werden:**

Diese Obst- und Gemüsesorten sind unverträglich, können zu schweren Verdauungsstörungen (z. B. starke Blähungen oder starkem Durchfall) führen und/oder sind giftig. Daher raten wir von der Fütterung ab.

Avocado, Bohnen, Cherimoya, Chilli, Curuba, Erbsen, Exotische Früchte, Granatapfel, Guaven, Kartoffeln, Knoblauch, Kumquat, Linsen, Litschi, Mango, Mirabellen, Papaya, Physalis, Porrée, Rhabarber, Zwiebeln (Speisezwiebeln, Rote Zwiebeln (Scharlotten), Frühlingszwiebeln...)

---

\*Die Beliebtheit der einzelnen Obst- und Gemüsesorten haben wir mithilfe einer Umfrage ermittelt, 451 Kaninchenhalter haben an der Umfrage teilgenommen (n=451). Die möglichen Antworten der einzelnen Obst- und Gemüsesorten waren: „beliebt“, „eher beliebt“, „eher unbeliebt“ und „unbeliebt“.