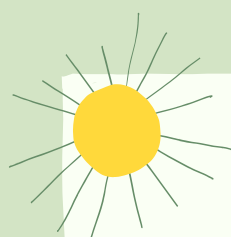


# LES LÉGUMES ET HERBES POUR VOTRE LAPIN

FICHE À COLLER SUR LE FRIGO POUR CONCOTTER DE FABULEUX MENUS À VOS PINOUS !



## LES HERBES ET LÉGUMES À DONNER EN PRIORITÉ

Herbes : basilic, menthe, coriandre, origan, romarin, estragon, aneth

Herbes du jardin à cueillir : feuille de fraisiers, feuille de framboisiers, feuille de ronces, pissenlit, plantain, feuille ou branche de noisetier, pousse d'avoine, blé ou herbe à chat

Légumes : céleri branche, fanes de carotte, céleri rave, fenouil, topinambour, salades variées : feuille de chêne, batavia, roquette, romaine, mâche...



## LES HERBES ET LÉGUMES À DONNER OCCASIONNELLEMENT \*

Herbes : persil, cerfeuil, cresson, verveine, thym

Légumes : endive, fenouil, brocoli, feuille d'artichaut, blette, épinard, chicoré, rutabaga, navet, cosse de petits pois (pas les pois), panais, scarole, salade frisée...



\*Quelques brins ou petits morceaux 1 à 3 fois par semaines pour varier les goûts et nutriments.

## EXCEPTIONNELLEMENT ET EN PETITE QUANTITÉ

Légumes : asperge crues, betterave, les choux en très petite quantité : choux de bruxelle, choux fleur, choux vert, chou frisé, pak choï.

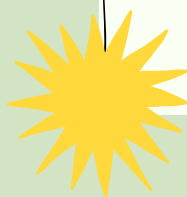
En cas de forte chaleur : concombre (sans les grains), courgette, tomate, poivron, melon, pastèque

## LES GOURMANDISES

Fruits : banane, pomme, poire, framboise, cerise, fraise, groseille, kiwi (sans les grains), pêche, abricot, mangue, prune, ananas, clémentine, raisin

Légumes : carotte, poivron

\*Frais ou séché, en petite quantité : une rondelle de carotte ou de banane, un petit morceau de fraise



## LES ALIMENTS NOCIFS OU TOXIQUES



Ail, oignon, poireau, ciboulette  
avocat, champignon, courge et citrouille, laitue et iceberg, patate douce et pomme de terre, radis, rhubarbe, sauge, oseille, soja, aubergine, manioc, noisette...

Votre lapin est un herbivore, les céréales : blé, avoine, maïs, tournesol... sont nocives et bouleverses son transit.