

Alimentation

L'AUTOMNE DANS L'ASSIETTE

Lorsque l'on jardine et que l'on fait son marché pour ses lapins, le printemps et l'été sont évidemment les saisons les plus favorables mais l'automne et l'hiver ne sont pas en reste et sont, eux aussi, riches en saveurs et friandises naturelles. Attention, cependant, à ne pas déséquilibrer le repas !

En hiver, la verdure se fait plus rare, notamment les herbes aromatiques qui font le bonheur des lapins en été, mais les légumes racines sont, en revanche, très nombreux sur les étals. Si les lapins en sont friands, il ne faut pas pour autant céder à leur gourmandise et remplacer une grande partie de la verdure par des légumes racines. Ceci entraînerait des déséquilibres digestifs... et une prise de poids non négligeable !

Comme pour tous nos articles, les conseils donnés ne concernent ni les lapereaux ni les lapins adultes habitués à une alimentation à base de granulés. Vous trouverez sur le site toutes les informations nécessaires sur l'alimentation des jeunes et le passage à une alimentation naturelle.

En hiver, on trouve encore du vert !

Les salades d'hiver sont variées, très goûteuses et très appréciées des lapins : endive, reine des glaces, romaine, mâche, roquette, frisée, chicorée italienne (trévis, par exemple), multifeuilles, rougette, sucrine mais aussi pousses d'épinard, pourpier, cresson, moutarde japonaise, mizuna, tatsoï, barbe de capucin... Il est donc possible, même au cœur de l'hiver, d'offrir une verdure de base variée et plaisante.

On peut y ajouter les choux : bok choy, bricolin, brocoli, chou-fleur, chou de Bruxelles, kale, romanesco, frisé, chou-rave... mais



aussi le céleri rave et les cardes/ blettes blanches ou de couleurs.

Cardes, choux et épinards géants doivent être utilisés avec parcimonie et ne sont pas des bases de repas. En trop grande quantité, ils peuvent provoquer des soucis digestifs. Vous n'êtes pas obligé non plus d'acheter du chou spécialement pour vos lapins. Une petite fleur de chou-fleur, de romanesco ou de brocoli peut être mise de côté lorsque vous vous faites un gratin. Choisissez si possible un chou-fleur avec beaucoup de feuillage que vous pourrez réserver à vos lapins. C'est malheureusement peu souvent le cas en supermarché où les feuilles sont souvent coupées à ras mais sur les marchés, il est possible de trouver un chou-fleur ou romanesco avec de belles feuilles vertes entières.

Si votre lapin bénéficie d'une alimentation naturelle, sans granulés, vous pourrez donner sans problème tous ces légumes sans risque d'un excès de calcium. Sinon, ne forcez pas sur les épinards, la salade frisée, les chicorées, le cresson ou le chou.

L'ennemi de la verdure est malheureusement le gel et en hiver, lorsqu'il sévit, vous risquez en cette période de ne pas pouvoir pleinement profiter de ces délices hivernaux. Pendant les semaines les plus froides, la verdure gèle sur les étals du marché et est ensuite inutilisable. L'endive est, pendant cette période, une valeur refuge car elle échappe au gel. Si tout est gelé et que vous rentrez bredouille du marché, la salade en sachet peut vous sauver ! Elle est loin d'être idéale mais fait office de roue de secours en cas de pénurie.

En fin d'hiver, les lapins montrent



Les lapins adorent bondir dans les feuilles mortes et apprécient également de pouvoir déguster ces feuilles bien croustillantes. Si elles appartiennent à des arbres non toxiques, vous pouvez en laisser traîner quelques unes qui feront office de friandises pendant les sorties ou en ramasser pour les conserver tout l'hiver.

souvent des signes de lassitude face à la verdure. Les salades deviennent moins variées et moins belles, les herbes aromatiques sont quasi inexistantes et ils finissent par se lasser des choux et autres blettes. Comme nous, ils attendent avec impatience le réveil printanier du potager !

Les légumes racines

L'automne et l'hiver sont vraiment les saisons du légume racine. Les étals regorgent de panais, de carottes de toutes les couleurs, de topinambours, de navets, de betteraves, de rutabagas, de persils tubéreux ou encore de cer-

feuil tubéreux. Panais et carottes sont caloriques et doivent donc plutôt être offerts en friandises. Topinambours, betteraves, navets ou rutabagas ne sont pas supportés par tous les lapins et doivent de toute façon être distribués en quantité limitée.

Pour plus d'information sur l'utilisation des légumes racines mais aussi des courges, reportez-vous à notre article « Légumes racines et courges » sur le site.

Il est possible également de faire sécher les légumes racines pour les offrir en friandises en été.

La cueillette :

Si, tel un écureuil, vous avez fait le plein de noix et de noisettes, rassurez-vous, vous n'aurez pas à partager avec vos lapins. Les lapins ne doivent pas manger de graines ni de fruits secs. Il en est de même pour les châtaignes/marrons/glands qui ne doivent pas figurer au menu non plus.

Si vous êtes amateur de cueillette de champignons sauvages, là aussi, pas question de partager avec vos compagnons à longues oreilles.

La forêt offre tout de même quelques bonnes surprises en début d'automne où il est encore temps de cueillir des feuilles et des branchages. Toutes les feuilles qui sont comestibles fraîches le restent à l'automne, que vous les fassiez sécher ou que vous les ramassiez mortes. Les feuilles mortes font d'excellentes friandises. Les lapins les considèrent un peu comme des chips ! Consultez le site pour avoir la liste des plantes comestibles et toxiques.

Si vous réalisez des couronnes de Noël et des bouquets d'automne, gardez-les bien à distance de vos lapins car houx, gui, eucalyptus, physalis, sapin et autres baies ne sont pas comestibles. En revanche, n'hésitez pas à ramasser des pommes de pin qui feront le bonheur des lapins. Ils adorent les lancer et les grignoter.

Comme vous pouvez le voir, vous avez tout de même de quoi gâter vos lapins pendant la mauvaise saison, même quand votre jardin fait grise mine. Ce sera probablement répétitif en fin de saison ou en période de gelée et vos lapins risquent de boudier leurs gamelles.



Lorsque vous revenez d'une cueillette de châtaignes ou de champignons, pensez à les rendre inaccessibles, surtout si votre lapin est un grimpeur né !

Au début du printemps, tout comme vous rêverez du retour des tomates et des aubergines, ils se remonteront le moral avec le

retour des herbes aromatiques et des salades d'été !

Gwenaëlle