

Alimentation

Légumes racines et courges dans l'alimentation des lapins



Aux premiers jours de l'automne, les étals des marchés se remplissent de magnifiques légumes de formes et de couleurs variées. Panais, courges butternut, topinambours, potimarrons, citrouilles provoquent une irrésistible envie de remplir nos paniers et d'en faire profiter les lapins. Si aucun de ces légumes n'est toxique, on ne doit pas pour autant en remplir les gamelles !

Feuilles et herbes avant tout

On ne le répètera jamais assez : un lapin doit avant tout manger des végétaux de types herbe ou feuille. Or rien ne s'éloigne plus d'un brin d'herbe qu'une courge

ou un légume racine. Tout ce qui n'appartient pas à la catégorie des feuilles et des herbes doit être distribué avec parcimonie, voire dans certains cas être banni de l'alimentation du lapin.

Les légumes racines

Les légumes racines forment une grande famille puisqu'il s'agit de tous les légumes dont la partie consommable se trouve principalement sous terre et constitue la racine de la plante. Dans cette catégorie, on trouve donc les radis, les navets, les betteraves, le céleri-rave, le chou-rave ou les carottes mais aussi de nombreuses racines automnales et hivernales : le ruta-

baga, le panais, le topinambour, le persil et le cerfeuil tubéreux, etc. Tous ces légumes sont comestibles et appréciés des lapins. Ils peuvent donc être ajoutés à la ration de verdure en petite quantité. Cela signifie quelques rondelles par jour, réparties sur les deux repas. La quantité dépend bien sûr de la taille de votre lapin et de ses besoins.

Pour les lapins en surpoids qui ont tendance à s'empâter facilement, il est préférable d'éviter les racines contenant du sucre comme les carottes et le panais. Concernant tout particulièrement les carottes, leur taux de sucre augmente avec la durée de leur conservation. Les jeunes carottes de printemps sont généralement peu sucrées mais les carottes de sable ou de terre ont un taux de sucre bien plus élevé et doivent être proscrites en cas de surpoids.

Les courges

La famille des courges, appelées cucurbitacées, est elle aussi très variée. La saison débute en été avec les melons, les courgettes, les pastèques et les concombres et se poursuit en automne avec l'apparition des potimarrons, des potirons, des butternuts pour ne



Fanes de carottes. Les bottes de carottes font le bonheur de lapins qui apprécient autant les carottes que leurs fanes. Privilégiez les fanes aux carottes qui sont trop riches en sucre et doivent être données avec parcimonie.

citer que les plus connues.

Le concombre, le melon, la pastèque, et éventuellement la courgette, sont les seules courges vraiment utiles aux lapins. En effet, par forte chaleur, elles permettent d'aider le lapin à s'hydrater grâce à leur très forte teneur en eau. Une rondelle de concombre ou un cube de melon fait alors office de rafraîchissement. C'est un peu l'équivalent d'un sorbet

pour nous ! La seule précaution à prendre est de retirer les pépins qui, eux, sont toxiques. En dehors des périodes chaudes, ces courges ne doivent pas figurer au menu.

En automne, en revanche, les courges de type potimarron ou butternut n'offrent que peu d'intérêt et il n'est pas conseillé d'en ajouter au menu des lapins sauf exception. Donner un petit bout de courge, le soir où vous faites



Gavage. Les petits pots au potimarron font le régal des lapins et permettent à la fois de compléter le gavage classique et d'offrir un petit plaisir au lapin malade.

une soupe au potiron ne pose aucun souci mais il ne faut pas en acheter spécialement pour le lapin, ni lui en proposer à tous les repas. Cela doit rester exceptionnel !

Et en purée ?

Un lapin en bonne santé ne doit jamais manger le moindre légume cuit, ni réduit en purée. Cependant, les lapins malades ont parfois du mal à s'alimenter seuls et dans ce cas, et uniquement celui-ci, il est possible de réaliser des purées à base de légumes racines ou de courges afin de compléter le gavage à base de *Critical Care*® ou *Recovery*®. Il faut bien entendu les proposer une fois refroidies.

Il est possible également de se procurer en magasin bio ou au supermarché des petits pots sans sel ni sucre ajoutés et contenant jusqu'à 90% de courge ou de légume racine. La marque *Baby-Bio*® propose, par exemple, des petits pots carotte/potimarron ou panais qui ne contiennent aucun additif problématique et sont généralement très appréciés des lapins. C'est une très bonne alternative à la purée maison. Les soins des lapins étant parfois longs et nombreux dans la journée, il n'est pas nécessaire de perdre du temps à préparer avec amour des petites purées maison.

Introduction des légumes racines dans l'alimentation

Lorsque les étals débordent de légumes racines, il est tentant d'acheter un peu de tout pour faire plaisir aux lapins. Afin de ne pas déséquilibrer le système digestif, il est conseillé d'introduire ces légumes un à un au fil des semaines pour être certain que le lapin ne développe aucune intolérance. En cas d'intolérance, il faut



écarter le légume responsable des menus de vos lapins.

La betterave, le navet et le topinambour sont les plus susceptibles de provoquer des troubles digestifs même si 90% des lapins les digèrent très bien. Un lapin peut tout aussi bien être intolérant à la carotte même si c'est

beaucoup plus rare. Gardez également en tête que pour faire fonctionner correctement son système digestif, le lapin a besoin de manger du foin. Avant d'introduire des légumes racines dans l'alimentation, il faut donc impérativement que votre lapin mange chaque jour une bonne ration de foin et pas seulement quelques

brins par-ci par-là.

Dans le jardin

Les légumes racines et les courges peuvent être cultivés assez facilement dans le potager et parfois même sur un simple balcon. Leur feuillage n'est pas toxique pour les lapins, à de rares exceptions près, mais il ne doit pas constituer pour autant un élément principal des repas et encore moins être utilisé comme fourrage.

En pratique, cela signifie que si votre lapin se promène dans le potager, il ne court pas de danger en grignotant le feuillage de ces légumes. Il est même possible de donner régulièrement les feuilles des radis, navets, carottes, betteraves, céleri-rave, chou-rave, persil et cerfeuil tubéreux.

Le feuillage des topinambours ne doit être proposé, frais ou sec, qu'avec parcimonie car il peut provoquer des troubles digestifs.

Le feuillage de panais et de courge ne doit pas être donné aux lapins. D'une manière générale, les fleurs de ces plantes ne doivent pas non plus être proposées aux lapins mais elles ne sont pas toxiques si elles sont grignotées accidentellement.

Comme souvent, il n'y a que très peu d'interdictions, il s'agit surtout d'équilibrer et de faire des choix adaptés aux besoins du lapin et de la saison. En respectant ces quelques règles, on assure aux lapins quelques délicieux repas sans pour autant nuire à leur santé.

Gwenaëlle