



# KIJKEN



- Zaadkoppen -> uitgebloeid: weinig snelle koolhydraten
- Veel stengel -> veel stimulering darmen



- Groene kleur -> meestal betere kwaliteit
- Bruine kleur -> mogelijk oud hooi met groot verlies voedingswaarde



- Stof -> hoesten
- Schimmel -> koliek, diarree
- Veel onkruid -> giftig, verlaging voedingswaarde
- Weinig structuur -> weinig stimulering darmen



# VOELEN



- Droog en stengelig -> gezonde darmflora



- Grof -> goed voor de darmen, maar kan weinig energie en eiwit bevatten



- Nat -> Grotere kans op schimmel en diarree
- Heel fijn -> weinig stimulering darmen



# RUIKEN



- Fris
- Lichtzoet



- Muf -> Stof of schimmel
- Bedwelmend -> natte kuil