

Jak si zařídit kuchyň 9

**Kuchyňské spotřebiče aneb co nám šetří čas
a peníze a co jednoduše musíte mít!** 21

Jaké nádobí koupit a jaké náčiní v kuchyni potřebujete 47

Nezbytné rady, jak v kuchyni ušetřit a přežít 87

Jak uklízet kuchyň 97

**Základní potraviny a jejich skladování
aneb co by nemělo ve spíži a v kuchyni chybět** 109