

Obsah

1. Co je to magie plodů.....	11
2. Historická fakta a tajemství známých osobností	17
3. Co jste ani netušili aneb Pravda je doslova na dosah ruky... ..	33
3.1 Nejlepší diety: co jíst, abychom zhubli	33
Nejznámější ovocná dieta	38
Nejznámější zeleninová dieta	38
Čínská třídní ovocná dieta	39
Jablečná třídní odlehčovací dieta.....	41
Bramborová dieta latinskoamerických indiánů	41
Dýňová dieta	42
Jídelníček na všechny dny v týdnu	43
Okurková dieta.....	43
Rychlá ovocná dieta podle Sophie Loren.....	44
Zeleninová dieta Lizy Minnelli	44
Zeleninová dieta Nikolaje Baskova.....	45
Ovocno-zeleninová dieta Sofie Rotaru	46
Zelí-jablko-pomeranč Larisy Dolinové	46
3.2 Síly lásky aneb Přírodní afrodisiaka.....	47
Jaké ovoce a jaká zelenina jsou nutné pro zvýšení libida?	51

3.3 Test: vybíráme partnera podle oblíbených chutí 58

3.4 Astrobotanika: horoskop doktora

Paracelsa 75

Beran (18. duben – 14. květen): ananas 77

Býk (14. květen – 21. červen): jahoda 77

Blíženci (21. červen – 20. červenec): višně 77

Rak (20. červenec – 11. srpen): meloun 77

Lev (11. srpen – 17. září): pomeranč 78

Panna (17. září – 31. říjen): hrozen vinné révy 78

Váhy (31. říjen – 22. listopad): broskev 78

Štír (22. listopad – 30. listopad): banán 78

Hadonoš (29. listopad – 18. prosinec): dýně 79

Střelec (18. prosinec – 19. leden): granátové jablko 79

Kozoroh (19. leden – 16. únor): jablko 79

Vodnář (16. únor – 12. březen): švestka 80

Ryby (12. březen – 18. duben): hruška 80

4. Praktická magie: recepty na všechny

životní situace 81

ANANAS 81

ANGREŠT 83

AVOKÁDO 85

BANÁN 87

BATÁTY (sladké brambory) 90

BERGAMOT 91

BORŮVKY 94

BRAMBORY 95

BROSKEV 100

BRUSINKY 102

CELER 105

CIBULE 107

CITRON 110

ČESNEK	114
DŘÍN	116
DŘIŠTÁL	118
DÝNĚ OBECNÁ	121
DÝNĚ VELKOPLODÁ (tykev velkoplodá)	123
FÍKY	126
GRANÁTOVÉ JABLKO	127
GRAPEFRUIT	132
HLOH	134
HRÁCH	136
HROZNY RÉVÝ VINNÉ	138
HRUŠKA	141
JABLKO	146
JAHODA LESNÍ	148
JAHODA ZAHRADNÍ	150
JEŘABINA	153
KALINA	154
KDOULE	157
KIVI (aktinidie čínská)	159
KLIKVA	161
KŘEN	165
KUKUŘICE	167
LILEK	169
LIMETA	172
MALINY	173
MANDARINKA	176
MANGO	178
MELOUN	181
MERUŇKA	183
MORUŠE	185
MORUŠKA	186
MRKEV	188
MYROBALÁN	191

NEKTARINKA	192
OKURKA	193
OLIVA	196
OSTRUŽINY	197
PAPRIKA	200
PATIZON	203
POMELO (šedok).....	205
POMERANČ	206
RAJČE.....	209
RAKYTNÍK.....	212
RYBÍZ	215
ŘEDKEV.....	218
ŘEDKVIČKA.....	219
ŘEPA ČERVENÁ	221
STŘEMCHA	223
ŠÍPKY.....	225
ŠÍPKY.....	225
ŠVESTKA	227
TŘEŠNĚ	230
TYKEV KABAČKA	233
VIŠNĚ	237
VLOCHYNĚ BAHENNÍ (borůvka bažinná, blinkavka)	239
VODNICE.....	241
ZELÍ	243

5. Doslov	251
Poznámky a vysvětlivky	253