

Co v knize najdete

PŘEDMLUVA 5

DŮLEŽITÉ VĚDĚT 6

Bylinné směsi, soli a cukry 14

Bylinné směsi od jara do podzimu, vonné soli a květinové cukrové kreace

Ocet, olej a naložené prochoutky 34

Chuťově výrazné octy a oleje se zahradními či divokými bylinkami. Naložené pupeny, ořechy, dřín a okurky. Třešňový kompot, polévková zelenina a pečivo ochucené bylinkami

Pomazánky, hořčice a dipy 52

Pomazánky z ovoce a květů, divoké druhy hořčice, exotická čatní a dipy, jemná rajčatová omáčka a bylinková pasta

Televizní prožitek 70

Voňavý sirup, ovocný likér a blahodárny čaj

Kosmetické recepty 94

Čistící peelingy, zklidňující koupelové soli, pečující lesk na rty, koupelové mléko, bomby do koupele, sprchové máslo, pečující oleje, osvěžující deodoranty, chladivý tělový pudr, denní a noční krémy

SEZÓNÍ KALENDÁŘ 120

LITERATURA 124

AUTORKY 125

PRO RYCHLÉ VYHLEDÁNÍ 126