

OBSAH

1. ÚVOD

2. PŘÍDATNÉ LÁTKY V POTRAVINÁŘSTVÍ

- 2.1. Způsoby testování nových přídatných látek
- 2.2. Jak lze prokázat, že přídatné látky nejsou nezávadné
- 2.3. Nové metody léčení
- 2.4. Jakým způsobem se vyhýbat škodlivým látkám
- 2.5. Kde se můžeme dozvědět o přídatných látkách
- 2.6. Známkování přídatných látek
- 2.7. Rozdělení přídatných látek do skupin a jejich hodnocení

3. VÝJIMKY V ZÁKONNÝCH USTANOVENÍCH

- 3.1. U kterých potravin se lze jen těžko dozvědět, co je v nich
- 3.2. O čem se nic nedozvíte ani na obalu

4. PROBLÉMY S ALERGIEMI

- 4.1. Jak se zjišťuje, na kterou látku jsme alergičtí
- 4.2. Alternativní metody zjišťování nesnášenlivost potravin
- 4.3. Na co si obzvláště musí dávat alergici pozor
- 4.4. Jaké zbývá řešení?

5. RŮZNORODÉ PŘÍSTUPY KE STRAVOVÁNÍ

- 5.1. Obecná doporučení
- 5.2. Základní doporučení pro výběr surovin
- 5.3. Nedoceněný význam prevence

6. ZÁKLADNÍ UŽITÁ LITERATURA

7. TABULKY

- 7.1. Abecední seznam přídatných látek s jejich hodnocením
- 7.2. Seznam přídatných látek dle vzestupných E čísel s jejich hodnocením

8. DOPLŇKY K PRVNÍMU VYDÁNÍ: O DUSITANECH

9. DOPLŇKY K DRUHÉMU VYDÁNÍ: O BIO PRODUKTECH

10. DOPLŇKY KE TŘETÍMU VYDÁNÍ: O KOSMETICE