

# Obsah

Předmluva	7
Úvod	9
Vegetariánství: prostředek k vyššímu cíli	13
Chrám u vás doma	31
Vegetariánství a hnutí Hare Krišna	35
Věda o jídle a dobrém zdraví	41
Nádobí	47
Doporučená menu	51
Příprava a podávání védských jídel	55
<b>Recepty</b>	
Koření a byliny	63
Mléčné produkty	77
Rýže	89
Dály, polévky	109
Chleby, palačinky	131
Zelenina	153
Chuťovky	191
Čatný a raity	217

Sladkosti	235
Nápoje	269
<b>Dodatky</b>	
Váhy, míry	285
Kde získat základní suroviny	289
Slovník	290
Rejstřík	293
O autorovi	301