OBSAH

Všechno, co byste měli vědět o CBD 8

Latté & další životabudiče 19

Smoothies & snídaně 29

Svačinky & dezerty 41

Hlavní jídla & chuťovky 69

Koktejly – s alkoholem i bez 89

Bylinková tonika & čaje 99

Péče o pleť 115

Jak a kdy CBD používat 125

Rejstřík receptů 132

Poděkování 134

REJSTŘÍK RECEPTŮ

(řazeno abecedně podle jednotlivých kapitol)

BYLINKOVÁ TONIKA & ČAJE

CBD tonikum na podporu trávení **107**
CBD tonikum na posílení imunity **108**
CBD tonikum na zlepšení koncentrace **111**
CBD tonikum proti úzkosti **100**
Speciální CBD tonikum pro ženy **103**
Zelené CBD tonikum plné vitaminů a minerálů **104**
Zklidňující tonikum s CBD **112**

HLAVNÍ JÍDLA & CHUŤOVKY

Avokádový toast s CBD **74**
Buddha bowl s čočkou a batáty s CBD chimichurri **82**
Bylinkový dip z bílých fazolí a česneku s CBD **77**
Grilovaný hlávkový salát, cizrna a ředkvičky se zálivkou z miso pasty, česneku a CBD **78**
Pečené brambůrky s cherry rajčátky se zálivkou ze šalotky, citronu a CBD **81**
Polévka z pórku a cuket s CBD **73**
Rajčatovo-dýňová polévka s CBD pestem **70**
Soba nudle, kadeřávek a kešu ořechy s chilli-česnekovým olejem a CBD **85**
Zelené palačinky z cizrnové mouky s CBD **86**

KOKTEJLY – S ALKOHOLEM I BEZ

Bramble – ostružiny s ginem a CBD **90**
Grapefruitový koktejl s růžovou vodou a CBD **96**
Jednoduchá margarita s CBD **93**
Koktejl s kombuchou, granátovým jablkem a CBD **95**
Koktejl ze zázvoru a limetky s CBD **96**
Melounový koktejl s CBD **94**
Spritz s likérem z bezových květů a CBD **93**
Tom Collins s CBD **90**

LATTÉ & DALŠÍ ŽIVOTABUDIČE

Chai latté s CBD **26**
Kurkumové latté s CBD **20**
Latté z červené řepy s CBD **22**
Ledová káva z praženého pampeliškového kořene s CBD **25**

Matcha latté s CBD 22
Růžové latté s CBD 21
Superkáva s CBD 25
Teplé kakao s CBD 26

PÉČE O PLEŤ

Obličejové pleťové tonikum s CBD 121
Protizánětlivá maska na obličej s CBD 117
Solný peeling s CBD 116
Tělové máslo s CBD 122
Zvlhčující noční CBD olej na obličej 118

SMOOTHIES & SNÍDANĚ

Ananasové smoothie s mátou a CBD 35
Banánové smoothie se skořicí a CBD 33
Granolové hrudky s CBD 38
Jogurtová miska s CBD 37
Kakaové smoothie s arašídovým máslem a CBD 33
Smoothie z červené řepy s lesním ovocem a CBD 30
Smoothie z manga a zázvoru s CBD 34
Zelené jahodové smoothie s CBD 30

SVAČINKY & DEZERTY

Banánovo-malinová zmrzlina s CBD 54
Bonbóny z jahodového nebo malinového želé s CBD 67
Bonbóny z mangového želé s CBD 66
Čokoládové střepy s mořskou solí, drcenými kakaovými boby a CBD 61
Čokoládovo-mátové kuličky s CBD 49
Čokoládový pudink s CBD 58
Datlové karamelky s CBD 62
Dýňové sušenky s kousky čokolády a CBD 53
Kešu-čokoládové nanuky s reishi a CBD 57
Kuličky s tahini, pistáciemi a CBD 46
Nepečené kuličky ze sušenkového těsta s CBD 50
Pekanové kuličky s kokosem a CBD 45
Raw brownies kuličky s CBD 42