Obsah

Kdy sbírat kořeny	05
Kde sbírat	06
Jak sbírat	07
Jak zpracovat	07
Jak skladovat	09
Jak užívat	11
Herbář kořenů podle abecedy	12
Abecední rejstřík dle zdravotních potíží	59
Tip pro začátečníky	77
Závěr	78

Melodie přírody