

Úvod	6
Olej	7
Dějiny oleje	8
Výroba oleje	16
Druhy oleje	17
Vlastnosti oleje	21
Přednosti oleje	23
Použití oleje	25
Rady pro krásu	26
Ruce a nehty	26
Nohy	29
Tělo	30
Dekolt	33
Koupel	33
Obočí a řasy	36
Rty	36
Pleť	37
Krk	42
Vlasy	43
Ručně vyráběná mýdla	47
Rady pro zdraví	55
Rady do domácnosti	56
Skrvny od oleje	58
Zahrada a domácí mazlíčci	59
Další použití	60
Rady do kuchyně	61

VK Olomouc



2651109189

Recepty	69
Oleje a octové zálivky	70
Chuťovky	75
Polévky	78
Hlavní jídla	79
Zákusky	81