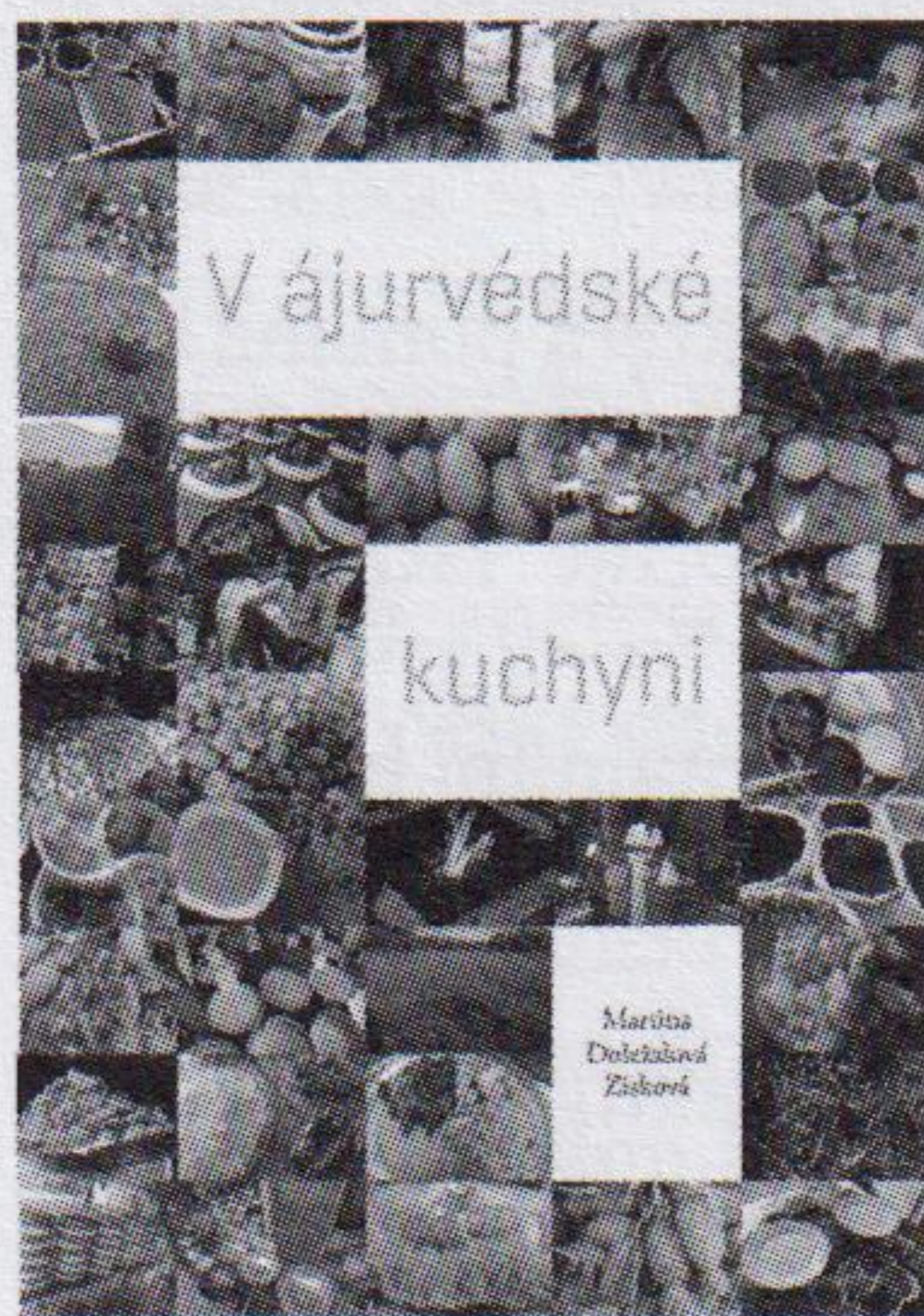


BIBLIOGRAFIE

- DALBY, A. *Nebezpečné chutě*. ČR. Levné knihy, 2008
DOUILLARD, J. *The 3-Season Diet*. USA. Three Rivers Press, 2000
HOSPODAR, M. K. *Heaven's Banquet*. A Plume Book. USA. Penguin Putnam, 1999
JOHARI, H. *Ájurvéda. Léčivá kuchyně*. ČR. Praga, 2007
LAD, U., LAD, V. *Ayurvedic Cooking for Self-healing*. USA. The Ayurvedic Press. NM, 1994
LAD, V. *Textbook of Ayurveda*, vol. I. USA. The Ayurvedic Press. NM, 2002
LAD, V. *Textbook of Ayurveda*, vol. II. USA. The Ayurvedic Press. NM, 2006
LAD, V. *The Complete Book of Ayurvedic Home Remedies*. USA. Harmony, 1998
MORNINGSTAR, A. *The Ayurvedic Cookbook*. USA. Lotus Press, 1990
POLE, S. *Ayurvedic Medicine*. UK. Churchill Livingstone Elsevier, 2004
SATCHIDANANDA, S. S. *The Living Gita*. USA. Integral Yoga Publication, 1988
SATCHIDANANDA, S. S. *The Yoga Sutras of Patanjali*. USA. Integral Yoga Publication, 1978
SVOBODA, R. *Ayurveda for Women*. USA. Healings Arts Press, 2000
THOMPSON, D. *Ayurvedic Zone Diet*. USA. Lotus Press, 1999
WORKMAN, J. *Stop Your Cravings*. USA. Free Press, 2002
ZISKA, M. *V ájurvédské kuchyni*. Praha, 2016

Další knihy autorky:

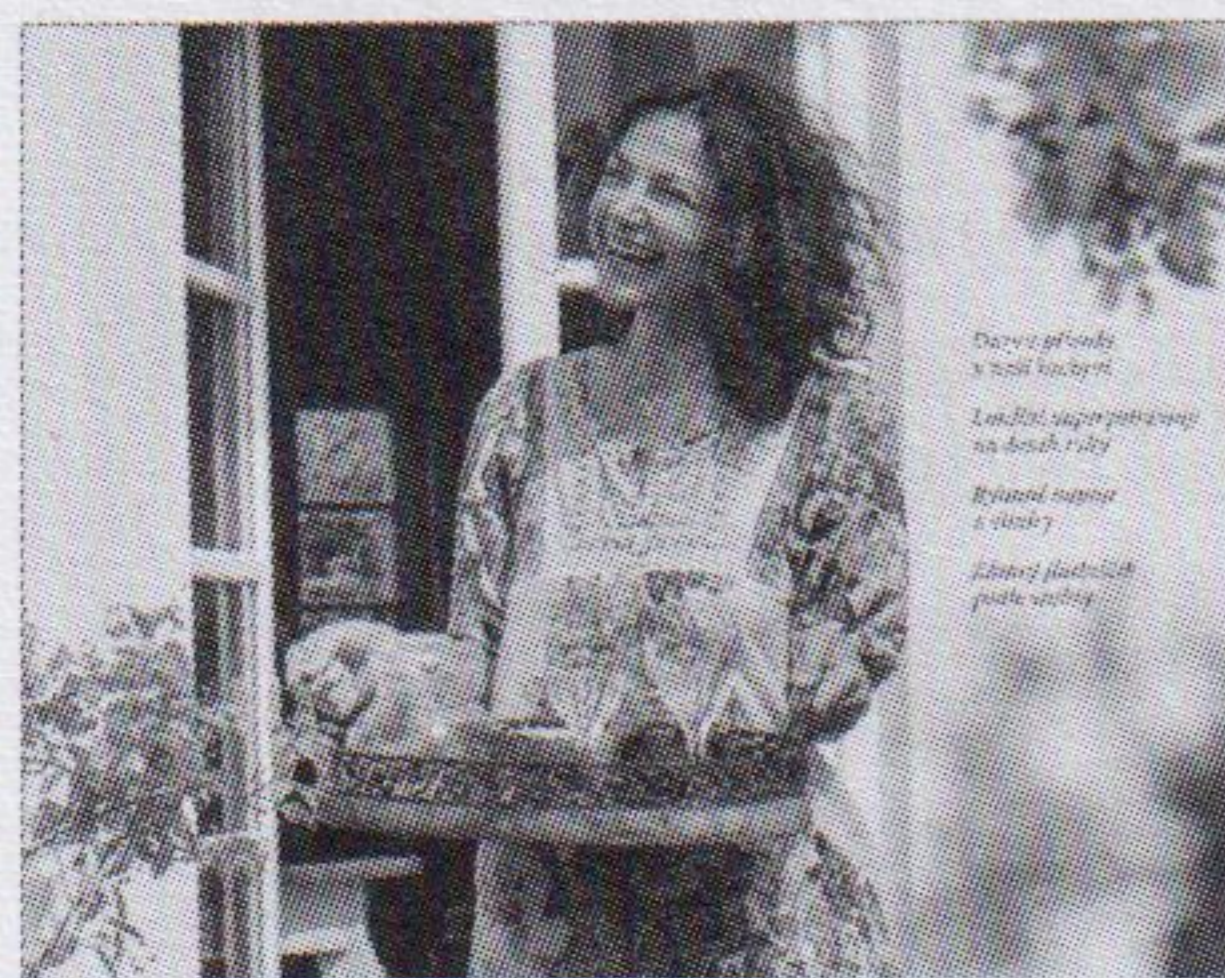


V ÁJURVÉDSKÉ KUCHYNI

Představte si, že vstoupíte do ájurvédské kuchyně a usadíte se v ní. Váš hostitel vás seznamuje nejenom s tím, co a proč se zde dělá, ale hlavně vás postupně a systematicky naučí, jak totéž můžete dělat sami! Přesně to nabízí kniha *V ájurvédské kuchyni* ve zcela novém formátu a originálním způsobem. To, co v ní najdete, v současnosti nenajdete v žádné jiné české knize. Kniha obsahuje teoretickou část o koření, a o vlivu na českou kuchyni a praktickou část o vaření, kde najdete 108 receptů, návodů a tipů. Každá sekce v části Vaření obsahuje barevnou ilustrační fotografii. Tyto fotografie jsou autentické, nejsou nijak stylizované a pochází přímo z Indie a Šrí Lanky, z míst, kde autorka dlouhodobě žila.

měkká vazba, formát 297 x 208 mm, 271 stran

KNIHY Z NAKLADATELSTVÍ SMART PRESS



RYTMUS ROKU s Hankou Zemanovou

RYTMUS ROKU S HANKOU ZEMANOVOU

Výpravná kniha, rozdělená podle jednotlivých měsíců v roce, zachycuje, jak prožívá život v rytmu roku Hanka Zemanová se svou rodinou. Projekt vznikl ve spolupráci se třemi zkušenými lékařkami zaměřenými na stredo-evropské léčivé jídlo i byliny, tradiční čínskou medicínu, ajurvědu a antroposofii, jednou z nichž je i MUDr. Martina Ziska. Celou knihou prolíná téma rytmu. Dozvíte se, proč nás léčí, jak nám dodává energii a vnitřní klid a proč je život mimo přirozený rytmus zdrojem nepohody a neuspořádanosti. Kniha získala druhé místo Ceny čtenářů Český bestseller.

pevná vazba, formát 210 x 220, 552 stran