

# Obsah

Úvodní slovo ministra .....	5
Problematika genetických zdrojů rostlin a výživy .....	7
Význam krajových odrůd pro šlechtění a zdravý životní styl, potřeba jejich konzervace, sběry na území ČR .....	12
Staré tradiční druhy obilnin a jejich význam pro výživu .....	16
Směry kvality pšeničného zrna .....	20
Ječmen, oves a žito – významné součásti zdravé lidské výživy .....	25
Význam bramboru pro zdravou výživu .....	28
Význam luskovin a luštěnin pro naše zdraví .....	32
Kvalitní olej pro lidskou výživu .....	36
Rozmanitost cibulové zeleniny .....	41
Méně známé druhy zelenin a jejich význam ve zdravé výživě .....	44
Pohanka, proso a amarant – původní i nové alternativy pro bezlepkovou dietu .....	47
Nejcennější ovoce pro zdraví, význam minoritních druhů .....	50
Význam rakytníku řešetlákového pro člověka .....	54
Význam léčivých, aromatických a kořeninových rostlin (LAKR) pro výživu .....	57
Olejný len pro racionální a zdravou výživu .....	60
Využití netradičních bobovitých rostlin ve zdravé výživě .....	62
Chmel otáčivý .....	65
Seznam použité literatury .....	68