

# Obsah



Úvod / 6  
Co je to GAPS / 7  
Co je to paleo / 8  
Často používané suroviny / 8  
Snídaně / 12  
Svačiny a předkrmy / 36  
Polévky / 58  
Hlavní jídla / 80  
Přílohy / 118  
Dezerty / 140  
Nápoje / 166  
Základní recepty / 180  
Tematický rejstřík / 196  
Vysvětlivky / 199

