

Obsah

Úvod.....	5
Něco o koření včetně historie	7
Význam koření v moderní výživě.....	12
Složení koření a jeho účinky v lidském organismu....	14
Koření a dieta.....	19
Jak pečovat o koření	20
Rozdělení koření	22
Koření a kuchyně světa.....	25
Jednotlivé druhy koření a jejich použití	63
Koření z naší přírody	230
Bylinkový koutek	236
Houby jako koření.....	238
Směsi koření a kořenící přípravky.....	244
Slovníček botanických a cizojazyčných názvů koření .	289
Rejstřík.....	295