

Obsah

Slovo úvodem.	7
Ring volný, první kolo! Tím myslím kapitola první <i>Proč se naše orgány chovají tak, jak se chovají; proč se jejich chování mění a kdo to způsobuje? Od kdy to platí? A co s tím zmůže Maruška?</i>	9
Kapitola druhá <i>Jak kombinovat potraviny ví, (možná) kdekdo. Viděli jste Eskymáka vegana? Kolik může tak být cukrářů...</i>	13
Třetí kapitola <i>Ovoce kouzla zbavené a proč se chladit v zimě? Jak je to s vitaminy?</i>	16
Čtvrtá kapitola <i>Stručný průvodce výrobou vína. Větrná hůrka je pouhý začátek.</i>	17
Kapitola pátá <i>Co s tím mlékem? Pít nebo nepít, to je oč tu běží!</i>	20
Kapitola šestá <i>Něco málo o zelenině. Proč některá kvasí a jiná ne? Nenechte se zblbnout a nesnězte všechnu cibuli najednou!</i>	23
Kapitola sedmá <i>Již staří Řekové a k čemu je vlastně dobrý takový žlučník a proč mají ve střední Americe seferonky. Kdo byli barbaři.</i>	24
Kapitola osmá <i>Co pít a proč alkohol jen z rukou lékaře? Cákaneč a ti druzí. Na únavu vodu? "Ti Holanďani pijí tak, že bych byl šťastný, kdyby mi tak odtékala vana." (Dustin Hoffmann.)</i>	27
Devátá kapitola. <i>Zeleninu lze pohnojit, člověka též. Tenké střevo versus komerce. Proč už tu dietoložku nevyšílají?</i>	34



Kapitola desátá	41
<i>A ještě přidám nějaká Ěčka... Krátká kapitola, ale bude vám po ní dlouho špatně.</i>	
Kapitola jedenáctá	42
<i>Co na nás prozradí chutě. K čemu je aperitiv. A zase cholesterol.</i>	
Kapitola dvanáctá	45
<i>Čiňané to znali již dávno. A teď někdo vystupuje a nahlas říká...</i>	
Kapitola třináct	50
<i>Upálit či neupálit? Co na to pan Charles Darwin?</i>	
A na závěr ...	51

