

Předmluva	3
Proč vůbec uchovávat zásoby?	5
Správné uskladňování čerstvých potravin	6
Konzervování – přehled	18
Zmrazování	23
Sušení	32
Nakládání do alkoholu, octa nebo oleje	45
Mléčné kvašení	63
Zavařování	70
Džemy, marmelády a želé	95
Chutney a relish	104
Kandování	109
Nakládání do soli a uzení	113