Obsah

PŘEDMLUVA 4

1. ÚVOD 5

2. ZÁKLADNÍ INFORMACE 5

3. ZVĚŘINA – POJEM 6
3.1 Zvláštnosti zvěřiny 6

4. MECHANISMUS ÚČINKU NENASYCENÝCH MASTNÝCH KYSELIN 8

5. MOŽNOSTI OVLIVNĚNÍ ZDRAVOTNÍHO STAVU 9

6. RECEPTY 10
6.1 Zajíc 10
6.2 Kachna divoká 12
6.3 Bažant 12
6.4 Kančí 14
6.5 Srnčí 16
6.6 Jelení 18
6.7 Krůtí 20
6.8 K doplnění chuti 22

LITERATURA 25