

# Obsah

- 8** Mladý pěstitel. Jinan dvoulaločný – živoucí fosílie.
- 12** Chcete být zdraví? Základ je zdravé střevo!
- 18** 5 receptů pro zdravé střevo
- 22** Test: 20 otázek na zdravé střevo
- 24** Vůně levandule symbol léta
- 32** Bylinková poradne s odborníkem
- 34** Zabalte bylinky na cesty
- 36** Léto – čas léčivých bylinek
- 54** Letní krása a relax s bylinkami
- 62** Lahodný experiment - domácí limonády, které překvapí
- 67** Letní detoxikační dny – jahody, meloun, okurka
- 70** Studené polévky – nejlepší letní občerstvení
- 74** Letní ovocné hodování