



Obsah

- 8** Kaštan a jeho využití v domácí lékárně.
- 12** Bylinky na zdravé srdce a cévy.
- 22** Jak léčily bylinkářky nemocné srdce a potíže s tlakem.
- 32** Hlídejte si srdce zdravé!
- 38** Sedm potravinových tipů pro zdravé srdce.
- 44** Srdce je to nejdůležitější, co máme.
- 50** Echinacea.
- 56** Včely a budoucnost.
- 62** Andělíka lékařská - bylinky podle abecedy.
- 68** Banán, srdeční záležitost.
- 72** Podzimní recepty připravil Karel Bis.