

OBSAH II. DÍLU

XVIII. ÚVAHA

O SPÁNKU

	Strana
85. O spánku	3
86. Definice.....	3

XIX. ÚVAHA

O SNECH

87. Úkol pro badatele	7
88. Povaha snů.....	8
89. Systém doktora Galla.....	9
První pozorování.....	10
Druhé pozorování	11
Výsledek	13
90. Vliv stáří.....	14
91. Zjevy ve snění	14
První pozorování.....	14
92. Druhé pozorování	15
93. Třetí pozorování	16

XX. ÚVAHA

O VLIVU STŘÍDMÉ STRAVY (DIETY) NA ODPOČINEK, SPÁNEK A SNY

94. O vlivu diety na klid, spánek a sny.....	20
95. Vliv životosprávy na práci	20
96. Vliv stravy na sny.....	22

	Strana
97. Pokračování	23
98. Výsledek	24

XXI. ÚVAHA

O OTYLOSTI

99. O otylosti	26
100. Příčiny otylosti	32
101. Pokračování.....	34
102. Pokračování	35
103. Anekdota	36
104. Nepříjemnosti otylosti	38
105. Příklady otylosti	39

XXII. ÚVAHA

106. Pojednání o ochraně před otylostí a jejím léčení	42
107. Všeobecné	43
108. Pokračování o dietě.....	48
109. Nebezpečí kyselin	49
110. Pás proti otylosti.....	52
111. O chinové kůře.....	53

XXIII. ÚVAHA

O HUBENOSTI

112. Definice.....	56
Druhy hubenosti	56
113. Účinky hubenosti	56
114. Přirozená dispozice	57
115. Dieta pro ztučnění.....	58

XXIV. ÚVAHA

O POSTU

	Strana
116. Definice.....	62
Původ postu.....	62
117. Jak se lidé postívali.....	63
118. Příčiny ochabnutí postní horlivosti.....	66

XXV. ÚVAHA

O VYSÍLENÍ

119. O vysílení	69
120. Léčení	69
121. Profesorova léčba	70

XXVI. ÚVAHA

O SMRTI

122. O smrti	74
--------------------	----

XXVII. ÚVAHA

123. Filosofické dějiny kuchařského umění	78
124. Pořad druhu výživy	79
125. Objev ohně.....	81
126. Vaření	81
127. Hostiny Orientálců a Řeků	85
128. Hostiny Římanů	88
129. Vzkříšení Lukullovo	92
130. Lectisternium et incubitatum.....	94

	Strana
131. Básnictví	97
132. Vpád barbarů	97
133. Století Ludvíka XIV. a XV.	102
134. Ludvík XVI.	107
135. Zlepšení v oboru umění.	107
136. Poslední zdokonalení.	109

XXVIII. ÚVAHA

O HOSTINSKÝCH (RESTAURATÉRECH)

137. O hostinských	112
138. Zřízení hostinců	112
139. Přednosti hostinců	114
140. Pozorování jídelny	115
141. Stinné stránky	117
142. Závodění	118
143. Hostince s pevnými cenami	118
144. Beauvilliers	120
145. Labužník v restaurantu	122

XXIX. ÚVAHA

KLASSICKÉ LABUŽNICTVÍ V PRAXI

146. Historie pana de Borose	125
147. Průvod mladé dědičky	139

XXX. ÚVAHA

KLASOBRANÍ

148. Labužnická mythologie	141
Přechod	148

SMĚS

	Strana
I. Farářova omeleta.....	152
Příprava omelety z tuňáka	156
Theoretické poznámky pro přípravu.....	157
II. Vejce se šťavou z pečeně.....	157
III. Národní vítězství	159
IV. Čištění úst	165
V. Klam profesorův a porážka generálova...	167
VI. Pokrm připravený z úhoře.....	172
VII. Chřest.....	175
VIII. Léčka	176
IX. Kambala	181
X. Různé sílíci prostředky sestavené profesorem pro případ uvedený ve XXV. úvaze	187
XI. Bresský kapoun	191
XII. Bažant	194
XIII. Labužnická činnost vystěhovalců	198
XIV. Další vzpomínky z vyhnanství.....	203
Tkadlec	203
Hladovec	205
„U stříbrného lva“	206
Pobyt v Americe.....	207
Bitva	207
XV. Svazek chřestu	212
XVI. O fondue	214
Předpis pro fondue.....	216
XVII. Zklamání	216
XVIII. Obdivuhodné účinky klassického oběda ..	218
XIX. Nebezpečí silných likérů	219
XX. Rytíři a abbéové.....	220
XXI. Rozmanitosti	224
XXII. Den prožitý mezi mnichy sv. Bernarda...	226
XXIII. Šťastná příhoda na cestách	233

	Strana
XXIV. Básnictví	241
Píseň Demochareta při hostině Deniově ..	243
Maynardovi	246
Výběr věd	247
Impromptu	248
Agonie	249
XXV. Pan Henrion de Pansey	249
XXVI. Pokyny	251
XXVII. Nedostatky	254
Historická elegie	255

