

OBSAH

Několik neradostných slov úvodem	5
Luštěniny, nebo luskoviny?	6
Trocha historie nikoho nezabije...	9
Než začnete vyhledávat svůj recept	11
Pokrmý z luštěnin	14
I. Čočka	15
II. Fazole	30
III. Hrách	52
IV. Sója	67
V. Všechno	82