

# OBSAH

- 7 **Rostliny, které tancují s člověkem**
- 8 Od přírodní zahrady k rostlinné zoo
- 10 Strava jako lék: léčivá síla běžné zeleniny a divokých rostlin
- 10 Čím se živíme?
- 15 Šamanská strava
- 19 Zahrada
- 21 Léčivá síla zeleniny
- 22 Vztah rostlin k planetám
  
- 23 **Známé druhy zeleniny**
- 24 Lilek
- 28 Fazol
- 37 Čekanka, cikorka, radicchio
- 43 Hrách
- 52 Polníček, kozlíček polní
- 58 Fenykl
- 64 Okurka
- 72 Lilek brambor
- 79 Zelí
- 86 Salát, locika
- 92 Dýně, tykev
- 98 Pór, pórek
- 105 Mrkev, karotka
- 112 Ibiškovec jedlý
- 117 Paprika, feferonka a chili
- 124 Pastinák
- 130 Ředkev a ředkvička
- 137 Červená řepa a mangold
- 145 Pupalka
- 151 Černý kořen
- 157 Celer

- 164 Chřest
- 170 Špenát
- 177 Rajče
- 184 Topinambur (slunečnice hlíznatá)
- 190 Cibule
- 197 Kukuřice cukrová
  
- 204 **Zapomenutá, vzácná a málo známá zelenina**
- 205 Laskavec hrubozel
- 208 Merlík všedobr
- 212 Kozí brada pórolistá
- 214 Krabilice hlíznatá
- 218 Lopuch větší
- 222 Čistec hlíznatý
- 225 Sléz
- 229 Čtyřboč rozložitá
- 231 Zlateň věncová
- 235 Denivka plavá
- 238 Petržel kořenová
- 243 Sevlák zeleninový
  
- 246 **Zapomenuté, vzácné a málo známé druhy salátů**
- 247 Roketa setá
- 250 Šrucha zelná
- 254 Zvonek řepka
- 258 Mák setý
- 262 Hořčice
- 266 Batolka prorostlá
  
- 268 Kosmické vaření: Planetární kuchyně Arthura Hermese
  
- 277 Bibliografie
  
- 281 Rejstřík