

# Spis treści

Wstęp	4
Wprowadzenie	5
Bób	10
Ciecierzycza	14
Czarna fasola	28
Fasola czarne oczko	35
Fasola jaś	41
Fasola mung	46
Mung dal	51
Fasola mungo (urad dal)	61
Fasola moth	67
Fasola nerkowa (kidney)	71
Fasola perłowa	78
Fasolka pinto	83
Fasolka szparagowa	88
Czerwona soczewica	95
Zielona soczewica	100
Desery	109
Masale	119
Z czym najlepiej łączyć, czym przyprawiać, ile gotować, ile namaczać	127
Właściwości lecznicze	131
Zamiast zakończenia...	137
Zobacz, z czego możesz skorzystać w ramach Agni Ajurweda	138
O autorze	141

