

REDAKCE:

Jungmannova 1403

Hradec Králové

tel.: 608 476 828

redakcebio@biomedia.cz

vhpress1@seznam.cz

Mgr. Kateřina Čapounová,

Mgr. Sylva Horáková,

PhDr. M. Vohralíková, šéfredaktorka

Sazba a DTP: vh press Hradec Králové

Tisk: Zetka tisk, Hradec Králové

Toto číslo vyšlo v září 2015, ročník

19, č. 9

BIO registrováno: MK ČR E 11409,

ISSN 1805-3548-39

Redakční rada: Ing. Jiří Urban,
Ing. Jarmila Chladová, Ing. R. Hradil

Jazyková úprava:

RNDr. Alena Benešová

Autorský kolektiv: W. Gregorová,

Ing. Petr Dostálek, Lenka Žák,

Ing. Jan Papáček a další.

**Rozšiřováno prostřednictvím prodeje
zdravé výživy a předplatného.**

Distribuce na Slovensku

MEDIAPRINT-KAPA Pressegrasso, a.
s., Vajnorská 137, Bratislava 3, PSČ:
831 04; bezpl. linka 0800 188 826.

P.O.BOX 183, 830 00 Bratislava 3;
predplatne@abompkapa.sk

Bioobchod Malý princ, Mierové n. 29,
911 01 Trenčín, tel.: 00421 326 400
400, medal@changenet.sk

INZERCE

Inzerát řádkový soukromý (180 úho-
zů) za 100 Kč, firemní 300 Kč, text
pošlete v dopisu, SMS, e-mailem.
Platba složenkou či na účet 231 925
6023/0800.

Platná firemní inzerce od 22 do
30 Kč za cm², podle rozsahu a počtu
opakování.

www.bio-mesicnik.cz

www.publero.com

Měsíčník BIO vychází ve spolupráci s:

**PRO-BIO, Svaz ekologických
zemědělců, z. s.**

Nemocniční 53

787 01 Šumperk

tel.: 583 216 609

pro-bio@pro-bio.cz

www.pro-bio.cz



EKOTREND SLOVAKIA

- Zváz ekol. poľnohospodárstva

Michala Hlaváčka 21, 054 01 Levoča

SLOVENSKÁ REPUBLIKA

++421 905 580 141, 534 511 862

www.ecotrend.sk

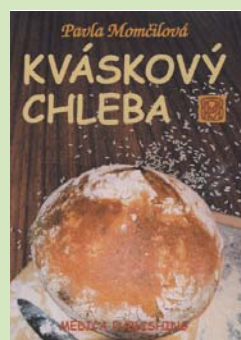


PROBIO, obch. spol., s.r.o.,
Lipová 40

Staré Město pod Sněžníkem

583 301 951, f: 583 301 960

www.probio.cz



Pavla Momčilová

KVÁSKOVÝ CHLEBA

**Kváskománie v Čechách
a na Moravě**

Přední autorka mnoha knížek
o zdravé výživě a vaření pro děti a
dospělé Pavla Momčilová nasbírala
za třicet let domácího pečení nejen
chleba mnoho zkušeností, o které se s
vámi v knize moc ráda podělí.

- Mnoho kváskových figlů a vychytávek.
- Naučíte se dělat domácí kvas a jak uchovávat kvásek.
- Dostanete cenné rady jak na to, aby se chleba poařil.
- Pochopíte „vícestupňové“ vedení kvasu a těsta.
- Najdete zde chytrý blok vad a jejich odstranění atd.
- Pro inspiraci je tu 27 receptů na kváskový chleba.
- Také recepty na dobroty z kvásku a zbytků chleba.
- Provoňte i váš byt či chaloupku láskyplnou vůní kváskového chleba a vězte, že... i vám bude líp!

Formát: 160 x 230 mm, vazba brožovaná s klopami, stran 120,
barevné přílohy. Cena 199 Kč. Objednávkový symbol: **436**

MEDICA PUBLISHING

Jarní a zimní zeleninové menu
Stran 120, brož., cena 99 Kč **438**

Kukuřice – rýže – jáhly – pohanka
Stran 72, cena 70 Kč **411**

Automatická domácí pekárna
Stran 120, cena 200 Kč **423**

Luštěniny + hrášek a fazolky
Stran 80, brož., cena 85 Kč **421**

TOFU – zdravě bez cholesterolu
Brož., 80 stran, cena 80 Kč **415**

Nudle, špagety a spol.
Brož., 96 str., cena 80 Kč **416**

Tvaroh a čerstvé sýry...
Brož., 125 str., cena 110 Kč **417**

České ovoce v kuchyni
Brož., str. 64, cena 49 Kč **419**

AMARANTH
Stran 64, brož., cena 89 Kč **401**

VARÍME DĚTEM chutně a zdravě
Stran 328, vázaná, cena 352 Kč **412**

3x MUDr. J. Hofhanzlová:

Atopický ekzém – alergie – astma
Str. 180, brož., cena 200 Kč **429**

Polévky a kašičky pro nejmenší
Str. 104, brož., cena 199 Kč **413**

**Nastávající a kojící maminky si vaří
chutně a zdravě**
Stran 106, brož., cena 229 Kč **426**

Stručná CELOZRNÁ BIO kuchařka
Brož. V2, 68 stran, Cena 90 Kč **435**

**RETRO kuchařka – Domácí recepty
z 19. a 20. století**
Str. 146, brož., cena 129 Kč **432**

Špalda a ječmen
Stran 116, brož., cena 96 Kč **420**

Oves a žito
Brož., str. 80, cena 75 Kč **418**

Zvěřina a lahodná masa

Jak objednat tituly?

Publikace, které jste si z nabídky kni-
hovničky vybrali, vepište pomocí uve-
dených kódů (jsou uvedeny vpravo) na žlu-
tou složenku do rubriky Zpráva pro příjem-
ce. Sečtete ceny a přičtete 50 Kč na poš-
tovné za dvě publikace, od tří 60 Kč. Část-
ku odešlete touto složenkou na adresu:
PhDr. M. Vohralíková, vh press, Jungmann-
ova 1403, 500 02 Hradec Králové 2.
Soukromý inzerát uhradte obdobně, text
pošlete na jeden z uvedených kontaktů
(na této straně vlevo).

Brožovaná, cena 160 Kč **425**

O. Dufek: Zeleninové saláty

Stran 88, brož., cena 120 Kč **422**

Vegetarián labužník – reedice

Brož. stran 64, cena 70 Kč **434**

Cukrovka. Dieta a rady lékaře, II. vyd.

Brož. cena 190 Kč **612**

Osteoporóza. Dieta při odvápnění kostí

Brož. cena 50 Kč **604**

Choroby ledvin a močových cest - dieta

Brož., cena 160 Kč **605**

Nemoci žlučníku a žl. cest

Dieta a rady lékaře, 100 Kč **608**

Choroby jater. Dieta a rady lékaře

Brož., cena 90 Kč **609**

Zácpa. Dieta a rady lékaře

Brož., cena 85 Kč **611**

P. Frič, O. Mengerová: CELIAKIE,

Bezlepková dieta a rady lékaře

Brož. stran 150, cena 170 Kč **610**

P. Horan: Štíhlá linie – Zdravé srdce

Stran 192, brož., cena 190 Kč **427**

Dr. Stanwayová: Léčebná výživa

při běžných onemocněních

Brož., cena 150 Kč **601**

Dr. McKenna: Alternativy k antibiotikům

Brož., cena 130 Kč **602**

Nemoci slinivky břišní. Dieta a rady

Cena 130 Kč **607**

PRO-BIO Svaz č. z.

VÝSEVNÍ DNY Speciál

M. K. Thun a Ch. Schmidt Rüdrtová

Cena: 45 Kč **231**

BIOINSTITUT OLOMOUC

BULLETINY – CENA 30 Kč

**EKOLOGICKÉ OVOCNÁŘSTVÍ NA
VÝŠÍCH KMENNÝCH TVARECH** **210**

**ÚDRŽBA NÍZKOKMENNÉHO
OVOCNÉHO SADU** **211**

OCHRANA PECKOVIN **212**

OCHRANA JÁDROVIN **213**

V EKOL. ZEMĚDĚLSTVÍ

**Archiv Bio - měsíčník pro trvale
udržitelný život, roč. 2004–2013**

Cena 150 Kč **104**

Tatána Lankašová: DIETA PRO

MLSOUNY aneb Inspirace pro

bezradné diabetiky a zoufalé

boubelky

Pevná vazba, stran 132, cena 190 Kč

Obj. symbol **105**

Petr Dostálek a kol.: Pěstujeme si

vlastní semínka

Cena 145 Kč **247**

OBJEDNÁVKA MĚSÍČNÍKU BIO 2015

Jméno a příjmení:

Ulice:

PSČ a místo:

Počet výtisků

Zašlete ne adresu: Redakce Bio, Jungmannova 1403, 500 02 Hradec Králové 2



Biočaje a biokoření

Čejkovice u Hodonína

WWW.SONNENTOR.CZ