

Předmluva

Královna, milenka i léčitelka 7

Úvod

Levandulový trend a pár tajemství na úvod 9

Historie

Z pyramid přes zákopy až do chemické laboratoře 15

Výlety

Na cestách za levandulí 19

V květináči

Levandule u vás doma 22

Na záhonku

Levandule na zahradě 25

Kosmetika

Naprostý základ – esenciální olej 30

Zázrak v kostce 33

Koupelová bomba 35

Peeling – obrousí hrany špatné nálady 36

Vílu i královnu poznáš po vlasech 39

Levandulové maskování 40

Ochranný a pečující krém s vůní levandule 42

Pečující balzám na ruce a nohy 44

Pomáda na rty 44

Jak na domácí parfém 46

Kosmetika pro váš byt 48

Lékárna

Čas na čaj není jenom o páté 52

Léčivé vůně 55

Jak na nepříjemný hmyz 56

Spáleniny a úrazy 59

Přehrajte stres 60

Nedejte šanci pupínkům 62

V kuchyni

Provoňte si jídlo levandulí	64
Cukr, sůl a koření... ..	66
Máslo a ocet.	68
Sušenky s vůní levandule	70
Slané sušenky ze špaldové mouky	72
Citronovo-levandulový chlebíček	74
Levandulový chia puding s borůvkami	77
Lepkavé levandulové kuře	78
Ostružinovo-levandulová zmrzlina	80
Limonáda a likér.	83
Kráska z říše snů	84

Dekorace

Víly vily věnce u vily	86
Levandulová nevěsta	88
Hoří!	91
Amulet klidu a štěstí	92
Levandulová je dospělá růžová	96
Omalovánka	98
Moje poznámky a recepty	100
Rejstřík	107
O autorkách	108