

Stulecie koncentratów i „ersatzów” . . . . .	7
Człowiek... istota mięsożerna . . . . .	31
Mleczna rzeka . . . . .	61
Kariera żółtej kostki . . . . .	86
Ekonomia głowy cukru . . . . .	100
Kartoflane życie . . . . .	112
Tytoń to zguba ludzkości . . . . .	134
Smak witamin . . . . .	143
Zakończenie . . . . .	169
Aneks . . . . .	173
Literatura . . . . .	183
Słowniczek . . . . .	184