

Książka Smak życia powstała dokładnie 10 lat temu i była efektem zmiany... mojego życia. W 2006 roku nastąpił mój osobisty przełom, gdy „przebudziłam się” do życia świadomego, dobrego, pełnego wdzięczności i celebracji prostych radości w zgodzie z naturą. Ta książka jest wyrazem czystej radości, zachłyśnięcia się cudownym smakiem życia, który udało mi się nareszcie odkryć! Szukałam w tak wielu miejscach, a okazało się, że on jest tu i teraz, tuż obok mnie – wystarczyło się tylko na niego otworzyć!

W Smaku życia piszę o moim dzieciństwie u boku wspaniałych kobiet w kuchni – mamy i babci – które uczyły mnie gotować. Dzielę się również odkryciami i przepisami na szybkie, proste i zdrowe dania, przywiezionymi z różnych stron świata. Wiele z nich stało się kultowymi potrawami dla czytelniczek moich książek, jak na przykład ulubiona zupa pomidorowa mojego syna Michała, tarta cytrynowa, śledzie mojej mamy czy łosoś teriyaki. Wtedy już skłaniałam się ku diecie wegetariańskiej, ale nadal na moim stole pojawiały się ryby, czasem drób. Zachowałam te przepisy w uaktualnionym wydaniu Smaku życia i dodałam zupełnie nowe, a starym nadałam współczesny, jeszcze zdrowszy „szlif”.

Z wielką radością oddaję do Twoich rąk mój ukochany Smak życia – smak pełen zdrowia, radości, wdzięczności i korzystania z darów natury, którą tak bardzo kocham. Niech Cię cieszy każdego dnia i rozpromienia tak bardzo jak mnie!

Z miłością
Agnieszka