

# ОГЛАВЛЕНИЕ

Пролог .....	9
--------------	---

## **Часть I. Добро пожаловать в псевдонауку!**

1. Пасхальный чибис.....	14
2. Детокс-диеты.....	28
3. Щелочной пепел .....	42
4. Регрессия к среднему значению.....	57

## **Часть II. Когда с наукой что-то не так**

5. Кокосовое масло.....	70
6. Сахар.....	88
7. Палеодиета.....	107
8. Антиоксиданты .....	125
9. Запоминающее «я».....	139

## **Часть III. Источник эпидемии**

10. Эволюция мифов.....	149
11. Сила древней мудрости.....	160
12. История шарлатанства.....	170
13. Гений Ученого Колумбо.....	182

**Часть IV. Темное сердце**

14. Относительный риск.....	201
15. Чистопитание.....	216
16. Расстройства пищевого поведения .....	229
17. Диета GAPS.....	246
18. Рак .....	263

**Часть V. Сопротивление**

19. Полуфабрикаты.....	287
20. Наука и правда.....	303
21. Борьба с псевдонаукой .....	313
Эпилог .....	325
Приложение 1. Краткое руководство Разъяренного повара, как распознать откровенную чушь в мире питания .....	329
Приложение 2. Краткий справочник Разъяренного повара, кому в мире питания стоит доверять .....	330
Благодарности .....	334
Примечания .....	337