

ÍNDICE

Prólogo	7
1 O que precisamos de comer	9
2 A domesticação de animais e plantas	33
3 O cru e o cozinhado	55
4 As rotas das especiarias	79
5 A profecia falhada de Malthus	99
6 A revolução verde	117
7 Os caminhos da alimentação moderna	137
8 As crises alimentares	159
9 A fisiologia do paladar	179
10 O que sabemos e o que deveríamos saber sobre as dietas	201
11 A genómica e a nutrição	221
12 Sabemos para onde vamos?	239
Leituras recomendadas	257
O autor	259
O tradutor	260