

Об авторе

Кэрол Энн Ринцлер является автором книги *Nutrition For Dummies*, ставшей одним из бестселлеров 1999 года. Член Национальной ассоциации научных писателей США, Ринцлер получила степень магистра в Колумбийском университете. Среди ее 20 книг о питании, еде и здоровье есть и *The New Complete Book of Herbs, Spices, and Condiments*. Кэрол вместе с мужем — автором книг о вине Перри Лантцем — живет в Нью-Йорке.

Посвящение

Моему мужу Перри Лантцу, за все то, что я не смогу даже перечислить, и главное — за его неизменную способность видеть хорошее во всем и всех.

Благодарности автора

О Боже, мне нужно поблагодарить столько людей! Начну со Стейси Коллинс (Stacy Collins), женщины, которая воплощает в себе такие старомодные добродетели, как честность и практичность. Прежде всего, именно Стейси подсказала мне эту идею, значит, ее и нужно благодарить первой. Хочу сказать спасибо редактору этой книги Келли Эвинг (Kelly Ewing), а также Сюзан Томас (Suzanne Thomas), которая помогала мне в работе еще над *Nutrition For Dummies* и оказала огромную поддержку сейчас. Благодарность Кармен Крикориан (Carmen Krikorian) и, конечно же, Дженифер Янг (Jennifer Young), Стейси Кляйн (Stacy Klein) и Ненси Ривз (Nancee Reeves), которые (в таком порядке) форматировали книгу, внесли большинство корректив и контролировали проект до самого конца.

Минуточку! Есть еще люди, которым я хочу сказать спасибо: Джо Д. Бартоломео (Joe D. Bartolomeo) из *Nutrisystems*, Кристин Бонни (Christine Bonney) из страховой компании *Metropolitan Life Insurance*, Джеки Хевенс (Jackie Havens) и Джон Вебстер (John Webster) из Министерства земледелия США, Гарольд Дж. Холер (Harold J. Holler) из Американской диетической ассоциации, Мэриэнн Горман (Maryann Gorman) и Кэйт Хупер (Kathe Hooper) из Американского общества тестирования и материалов, Бренда Мак (Brenda Mack) из Федеральной торговой комиссии, Ричард И. Моррис (Richard E. Morris) из Национальной академии наук, Джин Бредли Рабел (Jean Bradley Rubel) из Организации по изучению нервной анорексии и других расстройств пищевого поведения, а также Грегг Шчезны (Gregg Szczesny) из *Tanita Corporation*. Все они любезно отвечали на мои вопросы и предоставляли информацию, необходимую для книги. Да, это избитая фраза, но без них я действительно ничего не добилась бы.

Наконец, я крайне признательна таким людям, как Альфред Бушуэй (Alfred Bushway), Мэри Эллиен Кэмайр (Mary Ellen Camire), Ненси Коген (Nancy Cohen) и Манфред Кроджер (Manfred Kroger), настоящим специалистами в своем деле, которые нашли время, чтобы прочесть и исправить рукопись. Если эта книга вам понравится, то во многом это будет их заслуга.