

Obsah 8

- Osudová setkání 11
Jak používat tuto knihu 13
Jak sbírat rostliny 14
V přírodě 16
Co s rostlinami doma? 18
Jak si kvítím a bylím neotrávit život 20
Zdravotní účinky 22

25

Brzké jaro Salátové mámení

- Prvosenka jarní / bezlodyžná 26
Plicník lékařský / tmavý 28
Podběl lékařský 30
Sedmikráska obecná 33
Violka vonná 34
Kopřiva dvoudomá 36
Ptačinec prostřední 38
Kozlíček polní 39
Kokoška pastuší tobolka 41
Kostival lékařský 42
Pampeliška 44
Čekanka obecná 46
Šťovík kyselý 49
Kerblík lesní 50
Bršlice kozí noha 51
Květy stromů ovocných 52
Česnáček lékařský 54

- Violka trojbarevná 57
Hluchavka 58
Česnek medvědí 60
Česnek podivný 62

64 Recepty

- 65 Tempura z mladých kopřiv
67 Bavorský bramborový salát s podbělem
69 Piškotová roláda s něžnými květy
71 Krémová hrášková polévka
73 Topinamburové krokety plněné kopřivami
75 Hody z česneku medvědího a podivného
77 Medvědí závitky, medvědí pomazánka
79 Pampeliškový sorbet
81 Valašský salát
83 Čočka s jarním lupením
85 Tatarák s česnáčkem a hořčicí

87

Pozdní jaro Opojnost keřů i květů

- Šeřík obecný 88
Měsíčnice roční 90
Řeřišnice luční 91
Křen selský 92
Tulipán 95
Roketa setá 96
Hořčice polní 97

- Mařinka vonná 98
Popenec obecný 100
Kopretina bílá 102
Vlčí mák 103
Trnovník akát 104
Lípa srdčitá 105
Bez černý 108
Šalvěj 110

- Hadinec obecný 112
Pilát lékařský 113
Pažitka pobřežní 114
Česnek kýlnatý 115
Zvonek broskvolistý 116
Rozrazil rezekvítek 117
Luční seno 119
Smrk ztepilý a další příbuzní 120
Vesnovka obecná 122
Jitrocel kopinatý 124
Laskavec ohnutý 126
Merlík bílý 127
Výhonky zeleniny 128

130 Recepty

- 131 Šeříkové hody
133 Mesclun
135 Sendviče s olivovým olejem
137 Losos marinovaný ve smrkových výhoncích
139 Divoká brokolice se sakurovou rýží
141 Tajine s popencem
143 Reveňové tartaletky

145 Smažené akátové květy

147 Brownova vejce a chléb s máslem

149 Žloutkové věnečky s mařínkou a vličím mákem

151 Babiččin zažlvací ořechový likér ze žitné kořalky

153

Horké léto

Květinové hodokvasy

Mateřídouška úzkolistá 154

Čistec velkokvětý 155

Hvozdík kartouzek a jeho příbuzní 156

Hrách setý 158

Fazol šarlatový 159

Brutnák lékařský 160

Jetel luční 163

Růže šípková / svraskalá a zahradní kultivary 164

Kozí brada luční 166

Silenka nadmutá 167

Rozchodník bílý 168

Šrucha zelná 169

Netěsek střešní / výběžkatý 170

Kontryhel pastvinný 173

Vikev úzkolistá 174

Hrachor širolistý 175

Krásnoočko velkokvětě 176

Komonice lékařská 177

Lichořejšnice větší 178

Levandule lékařská 180

Chřpa modrá 184

Denivka 186

Pupalka dvouletá 188

Bohyška jitrocelová 189

Sléz velkokvětý 190

Sléz maurský 191

192 Recepty

193 Malý letní salátek

195 Květinový sulc

197 Lipové semifredo

199 Květinová pavlova

203 Karlovarský knedlík jinak

205 Králík na řebříčku

207 Červené ovoce v aspiku

209 Gazpacho verde

211 Jednohubky

213 Fuchsová neboli meruňkový koláč s levandulí

215 Broskvový likér

217

Babí léto

Melancholie ostrých chutí

Řebříček obecný 218

Juka 220

Mrkev obecná alias mrkvous 222

Kopr vonný 223

Zlataň věncová 224

Agastache fenyklová 228

Zavinutka podvojná 229

Yzop lékařský 230

Štavel kyselý 232

Jiřina zahradní 234

Slunečnice roční 236

Violka zahradní (maceška) 239

Begonie neboli kysala 240

Mečík 241

Plamenka latnatá 242

Krásenka zpeřená 243

Měsíček lékařský 244

Tužebníkův jilmový 246

Aksamitník rozkladitý 249

Zlaté kapradi 250

252 Recepty

253 Polévka ramen

257 Plísňový sýr s aromatickými květy

259 Omeletka s rýží neboli omrice

261 Plněná rajčata

263 Ryba s koprovými okoličky a begonií

265 Penne s mladou, dospělou i zralou slunečnicí

267 Tabouleh jako labutí píseň léta

269 Životabudič tiramisu

271 Palačinky s maceškami

273 Kuře v seně

275 Falešné kapary

275 Nakládané vánoční stromečky

277 Sakurové květy v soli

277 Květinové másílko

279 Komonice víno

279 Ledové kostky

280 Rejstřík