

Obsah

3 Předmluva

JARO

5 Předvelikonoční půst

- 6 Postní neděle
- 9 Receptář
- 9 Pučálka
- 9 Salát z naklíčené čočky
- 9 Jogurt s naklíčenou pšeničkou
- 9 Nastavená kaše s pohankou
- 9 Pekáčky
- 10 Postní preclíky
- 10 Družbance
- 10 Inspirace
- 10 Jak se dělá smrtka
- 11 Jak se zdobí létečko
- 12 Dětské hry
- 12 Jak se váže hadrová panenka – „popka“
- 12 Jak dát dřívčkům pohyb

14 Velikonoce

- 14 Honění Jidáše
- 15 Zelený čtvrtek
- 15 Velký pátek
- 15 Bílá sobota
- 16 Hod boží velikonoční
- 16 Velikonoční pondělí
- 17 Pomlázka
- 19 Kraslice
- 20 Receptář
- 20 Mazanec
- 21 Beránek masitý a těstový
- 22 Jidáše

- 22 Velikonoční nádivka „hlavička“

- 23 Špenát z kopřiv

- 23 Inspirace

- 24 Jak se plete pomlázka

- 24 Jak se krášlí kraslice

- 31 Jarní výzdoba

- 34 Dětské hry

- 34 Jak se otlouká píšťalička

- 35 Jak poskládat holubičku

37 Čarodějnice, máje, letnice

- 37 Noc filipojakubská

- 37 Máje

- 39 Kytka a věneček

- 40 Letnice

- 41 Čištění studánek, královničky,
královské jízdy

- 43 Receptář

- 43 Skalický trdelník

- 43 Hornácké vdolky

- 44 Kosmatice

- 44 Jarní kuřátka s mandlovou nádivkou

- 45 Inspirace

- 45 Jak vyčarovat čarodějnici

- 46 Dětské hry

- 47 Jak se hrají tyčkrle

- 47 Jak uplést věneček

LÉTO

- 49 **Svatý Ján**
- 50 Svatojánské čarování
- 51 Svatojánské ohně
- 52 Svatojánské byliny
- 52 **Receptář**
- 53 Tvarohové pomazánky s bylinkami
- 54 Tvarohové pečivo
- 54 Bylinkový sýr
- 54 Pečené kuře s bylinkami
- 54 **Inspirace**
- 54 Jak vykouzlit kouzelný prstýnek
- 55 Jak potěšit voničkou
- 56 **Dětské hry**
- 56 Jak oživit dřevo
- 57 Jak prodloužit léto

- 58 **Poutě**
- 59 **Receptář**
- 59 Pouťové hnětýnky
- 59 Štramberské uši
- 60 Miletínské modlitbičky
- 60 Hořické trubičky
- 61 **Inspirace**
- 61 Jak se mouchám dělá ráj
- 62 **Dětské hry**
- 63 Jak se z máku narodí panenka

- 64 **Senoseč a žně**
- 64 Obžinky
- 65 **Receptář**
- 65 Dožínkové ratolístky
- 66 Lívance z ječné mouky
- 67 Vdolky
- 67 Svátek s houbovou omáčkou
- 68 Selská vepřová pečínka
- 68 Knedlíky

- 69 Chléb
- 70 **Inspirace**
- 70 Jak se uvije dožínkový věnec, zlatá bába a slunce
- 72 Jak splétat slaměný vrkoč
- 75 **Dětské hry**
- 76 Jak postavit vodní mlýnek

PODZIM

- 77 **Hody a posvícení**
- 78 Svatováclavské posvícení
- 79 Martinské posvícení
- 80 Kateřinský bál
- 81 **Receptář**
- 81 Nudlová hovězí polévka
- 81 Domácí nudle
- 82 Hovězí žebro s křenovou omáčkou
- 82 Martinská husa
- 83 Martinské rohlíky
- 83 Posvícenské koláče
- 84 Náplně do koláčů
- 85 Buchty
- 86 **Dětské hry**
- 86 Jak se straší bramborami
- 87 Jak se z kaštanů stane zvěřinec

- 88 **Sklizeň**
- 89 **Receptář**
- 89 Švestková povidla
- 90 České švestkové knedlíky
- 90 Domažlický bacán
- 91 Jabkance
- 91 Buchty plněné řepou, mrkví, zelím
- 92 Nakládání a vaření zelí
- 94 **Dětské hry**
- 94 Jak se pustit do draka

- 95 Jak udělat divadlo z brambor
96 Jak využít kukuřičné šustí

97 Dušičky a přástky

- 100 Receptář
100 Dušičky a kosti
101 Pečená jablka
102 Zelný salát
102 Chlupaté knedle s vrabci
102 Šlejšky s merendou
103 Inspirace
103 Jak vyrobit svíčku
105 Jak splétat věnec z chvojí
105 Jak se sejít na přástkách
106 Dětské hry
106 Jak připravit krmítka ptákům
108 Jak vyřezat hlavu z dýně

ADVENT

109 Adventní půst

- 110 Ondřej
111 Barbora
111 Mikuláš
112 Ambrož
112 Lucie
112 Perchta, klibna, kozlík, matičky
113 Mikulášské trhy
114 Receptář
114 Kyselo
115 Oukrop
115 Mikulášské pečivo
116 Perník
119 Poleva na perničky
120 Pokroutky ze škvarků
120 Zázvorky
121 Kočičí oči
121 Anýzky

122 Inspirace

- 122 Jak vyzdobit adventní věnec
122 Jak se dělají vrkoče a třesolky
125 Jak stvořit čerty, kominíky a dámy
126 Dětské hry
126 Jak se tvaruje perníkové těsto
127 Co se skrývá v oříšku
128 Jak se dělají ozdůbky na stromeček

130 Vánoce

- 130 Betlémy
132 Stromek
132 Zvykové předměty
134 Obřadní pečivo
135 Příprava štědrého večera
137 Dárky
138 Věštby
139 Koledování
141 Štěpán
142 Receptář
142 Jahelník
142 Peciválky
143 Kuba
143 Muzika
144 Jablkový věnec
144 Vánočka
145 Rybí polévka
145 Ryba na černo
146 Vinné klobásy
146 Vánoční čaj, víno a medový punč
147 Krůta s kaštanovou nádivkou
148 Štěpánská hovězí pečeně
149 Inspirace
149 Jak rozsvítit sváteční stůl
152 Jak připravit vánoční věštění
152 Dětské hry
152 Jak vyrobit malé jesličky
154 Jak se navléká řetěz na stromek

ZIMA

155 **Začátek nového roku**

- 155 Novoroční vínšování
- 156 Novoroční koleda
- 157 **Receptář**
- 157 Pečené kolínko s jablečným křenem
- 158 Ovarová polévka s krupicovými nočky
- 158 Novoroční bašta
- 159 Novoroční dortíky
- 160 **Inspirace**
- 160 Jak se zdobí polaz
- 161 Jak na fanfrnoch
- 162 **Dětské hry**
- 163 Jak se koleduje s proutkem
- 164 Jak udělat štěstí

165 **Tři králové, Hromnice a sv. Dorota**

- 165 Tříkrálová obchůzka
- 166 Hromnice
- 166 Svatá panna Dorota
- 167 **Receptář**
- 167 Zabijačkový ovárek
- 169 Tlačěnka
- 169 Jitrnice a jelítka
- 171 Klobásy
- 171 Zabijačkový guláš
- 172 Zabijačková pochoutka
- 172 Sádlo a slanina
- 173 **Dětské hry**
- 173 Jak obléknout tři krále

175 **Masopust**

- 177 Masopustní masky
- 185 **Receptář**
- 185 Koblíhy
- 186 Chodské šišky
- 186 Rychlé šišky s tvarohem

- 186 Jemné smažené vdolečky
- 187 Listy
- 187 Boží milosti
- 187 Sekaná pečeně
- 188 **Inspirace**
- 188 Jak zhotovit masopustní masky
- 191 **Dětské hry**
- 192 Jak vyrobit hýbacího panáka
- 192 Jak stvořit kdákající slepičku

195 **Slovo na závěr**

197 **Literární inspirace**

198 **Obsah**