

Obsah

Úvod	5	Sběračův rok – sbíráme v přírodě	66
Etnobotanika	7	V březnu	67
Byliny v různých kulturách	9	Podběl lékařský (<i>Tussilago farfara</i>)	68
Klášterní zahrady	11	Pampeliška lékařská – kořen	69
Bylinky kolem nás	15	Violka vonná (<i>Viola odorata</i>)	70
Zásady sběru	15	Bříza bělokorá (<i>Betula pendula</i>)	73
Bylináři a herbáře v české historii a současnosti	19	V dubnu	75
Kuchyňské bylinky do květináče, do truhlíku i do zahrady	22	Sedmikráska chudobka (<i>Bellis perennis</i>)	76
Meduňka lékařská (<i>Melissa officinalis</i>)	23	Pampeliška lékařská (<i>Taraxacum officinale</i>)	77
Šalvěj lékařská (<i>Salvia officinalis</i>)	24	Medvědí česnek (<i>Allium ursinum</i>)	78
Tymián obecný (<i>Thymus vulgaris</i>)	26	Kopřiva dvoudomá (<i>Urtica dioica</i>)	80
Bazalka pravá (<i>Ocimum basilicum</i>)	28	Kostival lékařský (<i>Symphytum officinale</i>)	84
Máta peprná (<i>Mentha piperita</i>)	30	Plicník lékařský (<i>Pulmonaria officinalis</i>)	86
Levandule lékařská (<i>Lavandula angustifolia</i>)	32	V květnu	89
Libeček lékařský (<i>Levisticum officinale</i>)	35	Ostružiník řasnatý (křovitý, zřasený) (<i>Rubus fruticosus</i>)	90
Dobromysl obecná (<i>Origanum vulgare</i>)	38	Podběl lékařský – list	92
Majoránka zahradní (<i>Majorana hortensis</i>)	41	Kokoška pastuší tobolka (<i>Capsella bursa-pastoris</i>)	93
Pažitka pobřežní (<i>Allium schoenoprasum</i>)	43	Bříza bělokorá (<i>Betula pendula</i>)	95
Řeřicha setá (<i>Lepidium sativum</i>)	45	Smrkové výhonky	97
Kopr vonný (<i>Anethum graveolens</i>)	47	Česnáček lékařský (<i>Alliaria petiolata</i>)	99
Měsíček lékařský (<i>Calendula officinalis</i>)	49	Jetel luční (<i>Trifolium pratense</i>)	101
Třapatka nachová (<i>Echinacea purpurea</i>)	51	V červnu	103
Sléz maurský (<i>Malva mauritiana</i>)	53	Jahodník obecný (<i>Fragaria vesca</i>)	104
Ostropestřec mariánský (<i>Silybum marianum</i>)	55	Černý rybíz (<i>Ribes nigrum</i>)	106
Suchomilné bylinky v truhlíku	57	Černý bez (<i>Sambucus nigra</i>)	107
Jak si postavit bylinkovou spirálu	57	Penízeček rolní (<i>Thlaspi arvense</i>)	109
Kde koupit semena a sazenice	60	Řebříček (<i>Achillea millefolium</i>)	110
Zpracování bylinek	61	Kostival (<i>Symphytum officinale</i>)	112
Mrazíme bylinky	61	Třezalka tečkovaná (<i>Hypericum perforatum</i>)	113
Konzervujeme bylinky solí	62	V červenci	115
Nakládáme bylinky do oleje	63	Světlík lékařský (<i>Euphrasia rostkoviana</i>)	116
Nakládáme bylinky do octa	65	Lípa srdčitá (<i>Tilia cordata</i>)	117
Nakládáme bylinky do medu	65		

Borůvka (<i>Vaccinium myrtillus</i>)	119
Jitrocel kopinatý (<i>Plantago lanceolata</i>)	121
Divizna velkokvětá (<i>Verbascum densiflorum</i>)	123
V srpnu	125
Černý bez – plod	126
Řepík lékařský (<i>Agrimonia eupatoria</i>)	128
Přeslička rolní (<i>Equisetum arvense</i>)	130
V září	133
Pýr plazivý (<i>Elytrigia repens</i>)	134
Pampeliška lékařská – kořen	136
Kostival – kořen	136
Křen selský – kořen (<i>Armoracia rusticana</i>)	137
V říjnu	139
Violka vonná – kořen (<i>Viola odorata</i> L.)	140
Šípková růže (<i>Rosa canina</i>)	141
V listopadu	145
Jmelí bílé (<i>Viscum album</i>)	146

Netradiční pokrmy	149
Losos se smrkovými výhonky	150
Salát s česnáčkem	150
Taštičky s česnáčkem a špenátem	150
Čaj s květy růží	151
Kuře s bazalkou na cizrně	151
Červená čočka s listy řepíku	152
Chlebíčky s ančovičkami a jitrocelem	152
Jogurtové slané sušenky s tymiánem	152
Hlávkový salát s olivami, vejci a pažitkou	153
Bylinná krev – posilující nápoj při rekonvalescenci	153
Koprový koláč s hlívou	153
Bylinkové dárky a potřeby pro pěstitele	155
Vzdělávání	157
Poznámky	158