

OBSAH

ÚVODNÍ ČÁST /7

MÁK – ROSTLINA MNOHA TVÁŘÍ /7

ÚVOD /7

PŮVOD MÁKU SETÉHO /13

BIOLOGIE A IDEOTYP MÁKU /16

Stavba rostliny /17

Ideotyp máku /24

Růst a vývoj rostliny máku /25

Růst máku /26

Vývoj máku /27

OBSAHOVÉ LÁTKY /32

Semeno a makovina /33

Alkaloidní produkce /37

TYPY A ODRŮDY MÁKU /39

Základní typy /39

Odrůdy máku /42

Ozimý mák /49

PĚSTOVÁNÍ MÁKU /54

Zahrádkářské pěstování /55

Polní pěstování /56

Mák v ekologickém zemědělství /59

VYUŽITÍ MÁKU /62

Využití makového semene /63

Využití makoviny /64

Další využití máku /66

Zákonná opatření /68

OPIUM – PRO DOBRO A ZLO /71

Z historie opia /71

Sklizeň opia /75

Chemické složení opia /77

Způsoby užívání a účinky opia /77

Nejznámější opiáty a opioidy /79

Producenti opia /83

ROZMANITOST A TŘÍDĚNÍ MÁKŮ /88

MÁK LISTENATÝ – THEBAINOVÝ MÁK /103

Rostlina máku listenatého /103

Růst a vývoj máku listenatého /104

Alkaloidní obsah /105

MÁK VLČÍ /107

Rostlina a výskyt vlčího máku /107

Chemické složení a účinky /109

Symbol Dne válečných veteránů /109

OKRASNÉ MÁKY /113

Skalkové máky /114

Jednoleté okrasné máky /117

Vytrvalé druhy /125

KUCHAŘSKÁ ČÁST /135

MAKOVÝ RECEPTÁŘ /135

NÁPOJE /136

SVAČINKY /137

ZMRZLINY /140

MARMELÁDY /140

SALÁTY A ZÁLIVKY /142

MAKOVÉ LIKÉRY /145

SLADKÉ PEČENÍ /146

Makové náplně A–K /146

Kynutá těsta /147

Litá těsta /154

Bramborová těsta /167

Muffiny /168

Pevná těsta /170

Rolády /176

Bezlepků /177

Záviny /181

Cukroví /184

RAW recepty /194

SLANÉ PEČENÍ /195

SLADKÁ HLAVNÍ JÍDLA /198

SLANÁ HLAVNÍ JÍDLA /214

Abecední seznam receptů /222

Rejstřík rostlin /224

Literatura /224