

# Obsah

Úvod .....	7
<b>1. Všeobecně o listových zeleninách .....</b>	<b>9</b>
1.1 Zdravotní a dietetická hodnota .....	11
1.2 Nežádoucí obsahové látky .....	12
1.3 Nároky na prostředí .....	13
1.4 Nároky na živiny, vláhu, prostor, smíšené kultury .....	14
1.5 Krytí netkanou textilií a fólií .....	15
1.6 Vybíhání do květu .....	17
1.7 Prostor pro pěstování .....	18
1.8 Klíčky a klíčící rostlinky .....	20
1.9 Odrůdy a osivo .....	21
1.10 Šlechtění .....	23
1.11 Přímé výsevy a předpěstování sazenic .....	24
1.12 Postupné výsevy .....	27
1.13 Rychlení a přirychlování .....	28
1.14 Bělení .....	31
1.15 Sklizeň a uchování .....	32
1.16 Kuchyňské využití .....	34
1.17 Škodliví činitelé .....	36
<b>2. Jednotlivé druhy zelenin .....</b>	<b>40</b>
2.1 Čekanka salátová .....	40
2.2 Endivie neboli šterbák .....	43
2.3 Fenykl hlíznatý neboli sladký čili boloňský .....	45
2.4 Hořčice čínská neboli brukev sítinovitá .....	47
2.5 Komatsuna .....	48
2.6 Lebeda zahradní .....	49
2.7 Mangold neboli cvikla .....	51
2.8 Mitsuna neboli mizuna .....	53
2.9 Novozélandský špenát neboli čtyřboč rozkladitá .....	54
2.10 Pampeliška lékařská .....	55
2.11 Polníček neboli kozlíček jarní .....	57
2.12 Potočnice lékařská .....	58

2.13 Řeřicha zahradní .....	60
2.14 Salát hlávkový máslový .....	61
2.15 Salát ledový .....	64
2.16 Salát listový .....	66
2.17 Salát římský .....	67
2.18 Salát chřestový .....	69
2.19 Špenát setý .....	70
2.20 Šrucha zelná .....	72
2.21 Šťovík kyselý a šťovík zahradní .....	73
<b>3. Tabulkové přehledy .....</b>	<b>75</b>
3.1 Významné obsahové látky .....	75
3.2 Příslušnost k botanickým čeledím .....	76
3.3 Cizosprašné druhy a jejich křížitelnost .....	76
3.4 Přehledy odrůd .....	77
3.5 Přehledy škodlivých činitelů .....	81
3.6 Kuchyňské využití jednotlivých druhů .....	84
3.7 Cizojazyčné názvy jednotlivých druhů .....	86
<b>Minislovníček základních pojmů .....</b>	<b>88</b>
<b>Literatura .....</b>	<b>90</b>