

OBSAH

Místo úvodu na vysvětlenou	9
SNÍDANĚ JE DŮLEŽITÁ	11
I. Ranní káva	13
Začínáme od Adama	13
Po stopách kávovníkových plantáží	15
Oranžové nebezpečí	17
Vybereme si tu nejlepší!	18
Škodí nebo neškodí?	20
Aby nám káva chutnala	21
U kolébky pití kávy	22
Trest smrti za pití kávy	24
Káva si razí cestu Evropou	25
Z historie kávy u nás doma	28
Oceňujeme kávové náhražky	30
II. Ke kávě dobrý chléb	33
Poučuje nás prehistorie	33
Slovo mají starověcí spisovatelé	35
Pátráme po rodičích žita	36
Chléb náš vezdejší není všude stejný	38
Od divokého lovce k rozšafnému zemědělci	39
Nejstarší zemědělské kultury	41
Od obilky k moučné kaši	44
Pečené placky předchůdci chleba	45
Také pekárny mají své prarodiče	47
Končíme skoro samozřejmostí	49
III. Kdo nerad kávu	51
Kakaový dech tropů	51
Hledáme pravlast kakaovníku	52
Na prahu novověku	54
Pro i proti	55
Čokoláda v kostele	56

Královské dvory si oblíbily čokoládu	58
Před branami střední Evropy	59

IV. Sladké bílé zlato	62
Příslušníci sladké rodiny	62
Tráva se stébly plnými cukru	65
Za třtinovým cukrem do historie	66
Benátčané přivezli do Evropy první třtinový cukr	69
Blokáda Evropy uspíšila výrobu cukru z cukrovky	71
Životopis cukrovky	74
Cukr dnes a denně	75

V POLEDNE SI POCHUTNÁVÁME 77

V. Polévka dnes pouze zeleninová	79
Starověké zelinářství	79
Mrkev především	81
Bílá sestra červené mrkve	83
Tisíce let slouží člověku	84
Zelenina, která by mohla přijít znovu do módy	85
Pláč nad cibulí před 6000 lety	86
Oblíbená i opovrhovaná cibule	88
Česnekové eldorádo ve stínu pyramid	89
Do polévky se zavařuje také ságo	91
Zelená ozdoba polévek	94
Na konec o jarních polévkových bylinkách	94

VI. Masa bychom se nenajedli	96
Brambory přišly a zvítězily	96
Bramborová pravlast	97
Přes oceán do Evropy	99
Bludná pouť prvních bramborů	101
Bramborový květ zdobí krále	103
Bramborové války	104
Jak se dostaly brambory k nám	106

VII. Pikanterie podle chuti	108
Kořený dech starověku	109
Osudy koření ve středověku	111

Kořenné zahrádky našich babiček	112
Poupata jako koření	114
S čela vítězů rovnou do kuchyně	115
Ostrá dvojice — křen a hořčice	117
Pálí jako paprika	118
Houbová vůně lesa	120
Lanýže pod duby, žampiony v katakombách	122
Pochoutka otupělého jazyka	125
VIII. Pochoutky z vegetariánského ráje	127
Mnohočlenná rodina brukve	127
Zelí bylo nejpopulárnější	128
Děti matky brukve	130
Zelenina královská	132
Fialové »okurky« z Východní Indie	134
Urozené artičoky a skromnější kardy	135
Černý je vždycky vzadu	137
Zelenina u vesla	137
IX. Jíte rádi luštěniny?	139
Životopis a kolébka hrachu	140
Prvorozenství za čočovici	143
Fazole jsou pro malé i pro velké	145
Fazolové slavnosti	147
Sojové zázraky	148
Soja má svou minulost	149
Do světa pomalu, ale jistě	151
X. Něco pro zpestření	153
Prosím, porci hlávkového salátu	154
Rostlinné »granáty« z Jižní Ameriky	156
Původ našich okurek	158
Zelené postní jídlo	161
Zimní salátové zeleniny	162
Zelí z Číny a šterbák ze Středomoří	163
Čekanka není jenom na cikorku	164
Co by vám možná také chutnalo	165
Chmel jako zelenina	168
Naše jarní planě rostoucí zelenina	168

XI. Omastky rostlinného světa	171
Palmoví dárci omastků	171
Olej z korun oliv	173
»Prima omnium arborum«	176
Miláček starověkých Řeků	177
Olej zevně, víno vnitřně	178
Sesame, otevři se!	180
Ještě jiné rostlinné oleje	182
XII. Z kořenky naší hospodyně	184
Koření objevilo Ameriku	185
Pro koření se také bojovalo	188
Málo jako šafránu	189
Drakonické tresty falšovatelům	192
Černý pepř lidovým kořením	193
Prastarý obchod s pepřem	193
Zázvor do pokrmů i do piva	196
Kůra kořením	197
Čínskou skořici přinášeli prý ptáci	200
Není hřebíček jako hřebíček	201
Hřebíčkový monopol podlehl lsti	203
Hospodyně proti botanikům	204
Tekly proudy muškátového tuku	205
Vanilková vůně posvícenských koláčů	207
Nové koření	209
Proč tolik slov?	210
XIII. Trochu kompotu jen prospívá	211
Náš nejstarší ovocný strom	212
Od ráje po novověk	214
Jabloň u nás	215
Sestra jabloně	218
Prarodiče ovocných sadů	220
Syřané byli ovocnáři na slovo vzatí	221
Zápas hrušek s jablky	223
Višeň v triumfálním průvodu	224
Starší sestra višně	226
Další osudy třešňové a višňové rodiny	227
Zřídla božského nektaru	228

Nejbližší příbuzný broskví	231
Slívy, mirabelky, špendlíky a ryngle	232
Ovoce na švestkové knedlíky	233
Ovocné dary našich lesů	235
Maliny jsou vždycky sladké	237
Borůvka a její sestra brusnice	238
Je angrešt naší domácí rostlinou?	239
Bratr pichlavého angreštu	241
Sladká marmeláda z rebarbory	242
XIV. Naše česká buchta	244
Pšeničné obilky živí svět	244
Jaké pšenice zná botanik?	246
Za pšenice do minulosti	248
Zrození mlýnů	250
Ještě kapitola o starověké pšenici	252
Pšenice starší než starověk	253
Zašlá sláva dvojrznky a jednozrnky	255
Další členové pšeničné rodiny	256
Také samorostlé pšenice?	258
Do české buchty patří mák	260
Kletba makového dobrodiní	261
Opium příčinou války	263
Země nejlepšího opia	265
Opium lékem	266
XV. Moučník s cizokrajnou příchutí	268
Nejdůležitější z důležitých	268
Počátky rýžové historie	270
Starověké zprávy o rýži	273
Rýže na americké půdě	276
Nejen rýžová kaše, ale i víno	277
Proměny rýžových zrnek	277
XVI. Moučníky docela prosaické	279
Nedoceněné bohatství ovesné obilky	279
Skromný, ale užitečný	281
Hlavalam ovesného původu	283
Oves v historii	285

Sil jsem proso na souvrati	287
Proso se může chlubit	289
V nouzi proso dobré	290
Nerozlučná dvojice: staří Slované a proso	291
XVII. Po dobrém obědě sklenku piva	293
V mladší době kamenné	294
Mince vypravují	295
Ječmen v starověké kuchyni	297
Hlavní členové rodiny ječmenů	298
Prarodiče našich ječmenů	300
Ječmen na našem stole	302
Ani chmel nesmí chybět dobrému pivu	303
Trochu chmelové historie	304
U kolébky Gambriнова moku	305
Jak chmel přišel ke cti	308
Naše české pivo kdysi	309
Nakonec si pivo pochválíme	311
LEHKÁ VEČEŘE SE DOPORUČUJE	313
XVIII. Po večeři něco ostřejšího	315
Ředkev chroupali již před 4000 lety	316
Ředkev za Alpami	317
Křestní listy ředkve a ředkvičky	318
XIX. A pro změnu trochu ovoce	320
Třebas miskou dobrých jahod	321
O jahody se zasloužil inženýr	322
Také náhoda přispěla	323
Jahoda s vůní ananasu	324
Oranžové ovoce jižního slunce	325
Brzo bude pomerančové jubileum	325
Hořký proti sladkému	327
Maličké, ale sladké mandarinky	328
Adamovo jablko	328
Král ovoce	330
Asijské ovoce z Ameriky	331

Královna pouštních oasis	335
Stoupající obliba datlí	337
Nejvěrnější přítel Arabů	338
Fíky od pravěku do dneška	340
Fíky zničily Kartago?	341
Není fíků bez lumčíků	343
Cukrové melouny	344
Orientální země v melounovém objetí	345
Vodní meloun — štavnaté občerstvení	347
XX. Při sklence vína	349
Šlechetný dar láskovného Dionysa	351
Za révou do dávnověku	353
Egyptské »mýdlo starostí«	354
Kdo se zasloužil o víno?	357
Místo hliněných džbánů dřevěné sudy	358
Vinná réva u nás	359
Dokonalé vinice Karla IV.	360
Víno a Mohamed	362
Záchrana z Nového světa	363
Znám jen dvojí víno: dobré a ještě lepší!	364
XXI. Louskáme ořechy, oříšky a mandle	366
Začínáme největším	367
Coco portugalských mořeplavců	368
Sladký chléb svatého Jana	370
Rohovník poskytl váhovou jednotku	371
Turek z Ameriky	372
Ořechy královského stromu	373
Ořechové skořápky holičem	375
Naše oříšky	376
Podivné ořechy z Nového světa	378
Tajemství burských oříšků	379
Skoro jako světoběžník	381
Burský oříšek není jen pro fotbalové fanoušky	383
Na jaře krásu a na podzim užitek	384
Kaštany-marony	386
Osudy jedlého kaštanu ve starověku	387
Kaštanová invaze na sever	388

XXII. Do večerního čaje	391
Původce čajového opojení	391
Úzkostlivá čistota při čajové sklizni	392
Zelený nebo černý?	393
Čaj v zajetí čísel	395
Není čaj jako čaj	396
Zrození čajovníku	398
Východoasijská pout' čajovníkového keře	399
Čaj cestuje na západ	401
»Nestydatá novinka«	402
Čaj u kolébky Spojených států	403
Ústup čínského čaje ze slávy	404
Čaj nechce být sám	405
Pětirčí sladkého punče	406
Do čaje také někdy citron!	407
Rozjímání nad kyselým citronem	410
XXIII. Doušek pro neabstinenty	413
Kořalka přišla z Orientu	414
Pro mlsný jazyk — whisky	415
Naše slivovice a borovička	416
Koňak a jeho příbuzní	418
U barmanova pultu	419
Likérnictví je poctivé řemeslo	422
Na rozloučenou	425
Rejstřík	427
Seznam obrazových příloh	437