

Obsah

Úvod	7
Jaro	10
Svatý Jiří, patron rolníků, vojáků a skautů bojující s drakem	14
Kouzelná filipojakubská noc	19
Bršlice kozí noha, výborná dnová bylina	24
Smetanka lékařská, jaterní a žlučnicková vzpruha	39
Kopřiva dvoudomá, žahavá kráska při okrajích cest	58
Bříza bělokorá, dárce mízy i léčivého listu	75
Sedmikráska chudobka, léčivka podporující vykašlávání	89
Jitrocel kopinatý, vztyčený panáček v rytířské zbroji	103
Brukev řepák vodnice, staročeská léčivá pochoutka	121
Třešeň ptačí, sladký plod nalitý šťávou	136
Krátká vsuvka o molech	157
Léto	160
Svátek Jana Křtitele	164
Letnice	171
Přeslička rolní, zázrak nabitý kyselinou křemičitou	176
Chrpa modrá, hojivý odkaz plynoucího léta	189
Tužebník jilmový, účinné přírodní antipyretikum	199
Kontryhel obecný, střížený ženám na míru	214
Řebříček obecný, výtečná ženská bylina	226
Topolovka růžová, impozantní bylina zahrádek a luk	241
Jahodník velkoplodý, sladká pochoutka přímo ze záhonku	248
Krátká vsuvka o čiroku	263

Podzim

266

Posvícení	270
Dušičky	275
Lnice květel, bylina bojující proti žloutence	281
Pelyněk černobýl, mocná léčivka ulevující trávení	288
Líska obecná, poklad v podobě sladkých ořechů	300
Mrkev obecná setá, to pravé pohlazení pro naše játra	312
Rajče jedlé, výtečný zdroj lykopenu	330
Mák setý, symbol plodnosti, ale též bohatství	341
Slivoň švestka, úžasně sladký, šťávou nabitý plod	355
Krátká vsuvka o těhotenství, porodech a šestinedělí	367

Zima

374

Štědrý den se svými kouzly	389
Nový rok	402
Hromnice	406
Krátká vsuvka o medu	409
Závěr	412
Rejstřík receptů	413
Použitá literatura	420