

Obsah

006 LIKÉRY A DIGESTIVY

- 008 Likér z bezových květů
- 008 Pampeliškový likér
- 010 Hořký elixír
- 010 Žaludeční likér
- 010 Likér z aloisie citronové
- 012 Ořechový likér
- 012 Ořechové víno
- 014 Bezinkový likér
- 014 Dřínový likér
- 016 Šípkové sherry
- 016 Trnkový oheň
- 016 Srdeční likér z hlohu

018 SMOOTHIE

- 020 Jarní smoothie
- 022 Kopřivové smoothie
- 022 Květové smoothie s pampeliškou
- 024 Smoothie z pěti bylin
- 024 Letní smoothie
- 026 Univerzální smoothie
- 026 Ovocné smoothie

028 MED, CUKR A SIRUP

- 030 Květy v medu
- 030 Med s růžovými květy
- 032 Květový cukr
- 034 Cukr s příchutí citrónových bylin
- 034 Růžový cukr
- 034 Mátový cukr
- 036 Sirup ze svízele vonného
- 036 Zázvorovo-limetkový sirup
- 038 Sirup z jehličí
- 040 Mátový sirup
- 040 Růžový sirup
- 040 Sirup z bezových květů

042 DŽEMY A ŽELÉ

- 044 Švestkovo-trnkové pyrė
- 046 Kařtanovo-řvestková marmeláda
- 046 Jeřabinovo-hruřkové řelė
- 046 Dřínovo-jablečná marmeláda
- 048 Fíkovo-kdoulovo-ořechová marmeláda
- 048 Fíková marmeláda s chilli a řokoládou
- 050 řelė ze svízele vonného
- 050 řelė z pampeliřkových květů
- 052 řelė z bezových květů
- 052 řelė ze smrkových výhonků
- 054 Bylinkovo-vínové řelė
- 056 Kařtany v sirupu
- 056 Kařtanové pyrė

058 ČATNÍ, OMÁČKY A HOŘČICE

- 060 Dřínové řatní
- 060 Jeřabinové řatní
- 062 Jablečná omáčka s mátou
- 062 Cuketové řatní
- 064 Bezinková omáčka s jablky
- 064 Ostruřinové řatní s hruřkami
- 066 Hořřice z medvědího řesneku
- 066 Hořřice ze smrkových výhonků
- 068 Bylinková hořřice
- 068 Fíková hořřice

070 ČAJE

- 072 Osvěřující řaj
- 072 Jarní řaj
- 074 řaj pro potěchu duře
- 074 Uklidňující řaj
- 076 řaj z květů
- 076 Trnkový řaj s divokým ovocem
- 076 řaj z řůřovitých

078 BYLINKOVÉ A KOŘENÍCI SOLI

- 080 Svěží šalvějová sůl
- 080 Citrónová sůl
- 082 Mátovo-pomerančová sůl
- 082 Červená růžová sůl
- 082 Sůl a la Provence
- 084 Ohnivá bylinková sůl
- 084 Sůl s pikantními semínky
- 084 Středomořská sůl
- 086 Posilující sůl
- 086 Sůl s ohňostrojem květů
- 086 Sůl s divokými bylinami
- 088 Kořenící směs

090 OLEJE A OCTY

- 092 Poupata medvědího česneku v oleji
- 092 Chuťovka z poupat medvědího česneku
- 092 Olej s medvědí česnekem
- 094 Ostrý olej s ovocnou příchutí
- 094 Jemný olej s příchutí jihu
- 094 Silný kořeněný olej
- 096 Úžasný trnkový ocet
- 096 Ocet z planě rostoucího ovoce
- 098 Ocet s medvědí česnekem
- 098 Kořeněný ocet
- 100 Růžový ocet
- 100 Ocet s bezinkovými květy
- 102 Trnky nebo dřínky naložené jako olivy

104 MÁSLA

- 106 Svěží máslo se smrkovými výhonky
- 106 Vydatné máslo s medvědí česnekem
- 108 Jalovcové máslo s citrónem
- 108 Dřínové máslo
- 108 Máslo s divokými bylinami
- 110 Romantické máslo
- 110 Máslo s barevnými květy

112 PESTA

- 114 Pesto z divokých bylin
- 114 Kopřivové pesto
- 116 Pesto s lichořeřišnicí a bazalkou
- 116 Pesto s petrželkou a vlašskými ořechy
- 118 Kořenící pasta s bršlicí
- 118 Kořenící pasta s medvědí česnekem
- 118 Kořenící pasta s bazalkou
- 120 Omáčka z bršlice
- 120 Pesto s arašídou a chilli

122 OXYMELY

- 124 Zlatý medový oxymel
- 126 Lesní a luční oxymel
- 126 Oxymel ze semínek kopřivy
- 128 Oxymel z bezových květů
- 128 Jemný levandulový oxymel
- 130 Oxymel na cesty
- 130 Oxymel pro podporu krevního oběhu

132 PŘEHLED BYLIN

- 132 Lesní byliny
- 133 Luční byliny
- 134 Aromatické byliny
- 135 Voňavé rostliny
- 136 Letní bylinky
- 137 Celoroční bylinky
- 138 Podzimní plody
- 139 Letní plody
- 140 Exotické ovoce
- 141 Domácí ovoce
- 142 Ostré a sladké koření
- 143 Aromatické koření

JE DOBRÉ VĚDĚT

- 012 Doba sběru zelených ořechů
- 014 Můj tip k ovocným digestivům
- 020 Základní recept na smoothie s planě rostoucími bylinami
- 032 Konzervování pomocí cukru
- 038 Základní recept na přípravu sirupu
- 044 Sběr a zpracování plodů trnky
- 052 Plovoucí květy v želé
- 054 Základní recept na bylinkové nebo květové želé
- 072 Sušení bylin na přípravu čaje
- 088 Vše o soli
- 124 Základní recept na oxymel