

# Obsah

## Víte, že...

Botanika.....	4
Historie.....	6
Účinky na zdraví .....	8

## Pěstování

Jak založit záhon? .....	10
Jakou sadbu si vybrat a kdy ji sázet.....	12
Měsíční jahůdky.....	14
Doba květu a zrání plodu.....	16
Jahody z květináče .....	20
Po sklizni .....	22
Jaké si vybrat odrůdy.....	23
Vyrobte si vlastní substrát .....	26
Choroby a škůdci.....	30
Samosběr jahod .....	36

## Jak je zpracovat

Jak zpracovat a uchovat jahody .....	38
Džemy .....	42

## Koláče & dezerty

Mřížkové minikoláčky s jahodami a rebarborou .....	46
---	----



Piškotový dort .....	47
Tvarohový koláč bez mouky.....	47
Jogurtový koláč s jahodami .....	48
Jahodové řezy .....	48
Srdce z bílé čokolády s jahodami.....	49
Křehký jahodový koláč s bazalkou .....	50
Dort z odpalovaného těsta .....	51
Lívanečkový dort .....	52
Žloutkové řezy s jahodovou marmeládou .....	52
Bublanina .....	53
Jahodová Pavlova.....	54
Kynutý jahodový koláč .....	54
Jahodová roláda .....	55
Kardinálové řezy.....	56
Pudinkový koláč na plech .....	57
Jahodové mille-feuilles.....	57
Jahodová galetka .....	58
Krupicový nákyp s jahodami ..	58
Knedlíky z tvarohového těsta plněné jahodami .....	59
Drobenková dobrota s jahodami a rebarborou .....	59
Šneky s pudinkem .....	60
Raffello dort s jahodami .....	60

## Bez pečení

Jahodový cheesecake .....	62
Plněné jahody .....	62
Letní ovocné želé s bublinkami.....	63
Ovocný salát s mléčným krémem .....	63

Panna cotta s jahodami .....	64
Crème brûlée s jahodami.....	64
Jahodové tiramisu .....	65
Jahodový pohár s pudinkem...	66
Piškotový dezert s jahodami ..	66
Oreo skleničky s jahodami ...	67
Jahodové poháry.....	68
Rebarborovo-jahodový krém .....	68
Kozí jogurt s domácí granolou a jahodami.....	69
Salát s jahodami a ořechy ....	70
Kuřecí salát s jahodami .....	70
Jahodové sendviče.....	70

## Zmrzliny & nápoje

Jahodové semifreddo .....	72
Jahodový sorbet s Aperolem ..	72
Jahodový zmrzlinový ,cheesecake' .....	73
Nanuky s jahodami.....	74
Zmrzlina s lesními jahodami...	74
Vinný koktejl s lesními jahodami .....	75
Jahodový koktejl.....	75
Jahodové mojito .....	76
Jahodová bowle bez alkoholu.....	76

Ledový čaj s jahodami.....	76
Melounový drink s jahodami.....	76
Jahodová margarita.....	77
Snídaně do sklenice.....	77
Jahodová šťáva .....	77
Jahodové daiquiri.....	77

