

Obsah

Úvod	5	Sběračův rok – sbíráme v přírodě	66
Etnobotanika	7	V březnu	67
Byliny v různých kulturách	9	Podběl lékařský (Tussilago farfara)	68
Klášteřní zahrady	11	Pampeliška lékařská – kořen	69
Bylinky kolem nás	15	Violka vonná (Viola odorata)	70
Zásady sběru	15	Bříza bělokorá (Betula pendula)	73
Bylináři a herbáře v české historii a současnosti	19	V dubnu	75
Kuchyňské bylinky do květináče, do truhlíku i do zahrady	22	Sedmikráska chudobka (Bellis perennis)	76
Meduňka lékařská (Melissa officinalis)	23	Pampeliška lékařská (Taraxacum officinale)	77
Šalvěj lékařská (Salvia officinalis)	24	Medvědí česnek (Allium ursinum)	78
Tymián obecný (Thymus vulgaris)	26	Kopřiva dvoudomá (Urtica dioica)	80
Bazalka pravá (Ocimum basilicum)	28	Kostival lékařský (Symphytum officinale)	84
Máta peprná (Mentha piperita)	30	Plicník lékařský (Pulmonaria officinalis)	86
Levandule lékařská (Lavandula angustifolia)	32	V květnu	89
Libeček lékařský (Levisticum officinale)	35	Ostružiník řasnatý	
Dobromysl obecná (Origanum vulgare)	38	(křovitý, zřasený) (Rubus fruticosus)	90
Majoránka zahradní (Majorana hortensis)	41	Podběl lékařský – list	92
Pažitka pobřežní (Allium schoenoprasum)	43	Kokoška pastuší tobolka	
Řeřicha setá (Lepidium sativum)	45	(Capsella bursa-pastoris)	93
Kopr vonný (Anethum graveolens)	47	Bříza bělokorá (Betula pendula)	95
Měsíček lékařský (Calendula officinalis)	49	Smrkové výhonky	97
Třapatka nachová (Echinacea purpurea)	51	Česnáček lékařský (Alliaria petiolata)	99
Sléz maurský (Malva mauritiana)	53	Jetel luční (Trifolium pratense)	101
Ostropěstřec mariánský (Silybum marianum)	55	V červnu	103
Suchomilné bylinky v truhlíku	57	Jahodník obecný (Fragaria vesca)	104
Jak si postavit bylinkovou spirálu	57	Černý rybíz (Ribes nigrum)	106
Kde koupit semena a sazenice	60	Černý bez (Sambucus nigra)	107
Zpracování bylinek	61	Penízeček rolní (Thlaspi arvense)	109
Mrazíme bylinky	61	Řebříček (Achillea millefolium)	110
Konzervujeme bylinky solí	62	Kostival (Symphytum officinale)	112
Nakládáme bylinky do oleje	63	Třezalka tečkovaná (Hypericum perforatum)	113
Nakládáme bylinky do octa	65	V červenci	115
Nakládáme bylinky do medu	65	Světlík lékařský (Euphrasia rostkoviana)	116
		Lípa srdčitá (Tilia cordata)	117

Borůvka (<i>Vaccinium myrtillus</i>)	119
Jitrocel kopinatý (<i>Plantago lanceolata</i>)	121
Divizna velkokvětá (<i>Verbascum densiflorum</i>)	123
V srpnu	125
Černý bez – plod	126
Řepík lékařský (<i>Agrimonia eupatoria</i>)	128
Přeslička rolní (<i>Equisetum arvense</i>)	130
V září	133
Pýr plazivý (<i>Elytrigia repens</i>)	134
Pampeliška lékařská – kořen	136
Kostival – kořen	136
Křen selský – kořen (<i>Armoracia rusticana</i>)	137
V říjnu	139
Violka vonná – kořen (<i>Viola odorata</i> L.)	140
Šípková růže (<i>Rosa canina</i>)	141
V listopadu	145
Jmelí bílé (<i>Viscum album</i>)	146

Netradiční pokrmy	149
Losos se smrkovými výhonky	150
Salát s česnáčkem	150
Taštičky s česnáčkem a špenátem	150
Čaj s květy růží	151
Kuře s bazalkou na cizrně	151
Červená čočka s listy řepíku	152
Chlebíčky s ančovičkami a jitrocelem	152
Jogurtové slané sušenky s tymiánem	152
Hlávkový salát s olivami, vejci a pažitkou	153
Bylinná krev – posilující nápoj při rekonvalescenci	153
Koprový koláč s hlívou	153
Bylinkové dárky a potřeby pro pěstitele	155
Vzdělávání	157
Poznámky	158