

# Obsah

<b>Předmluva</b> .....	7
<b>Divoké zeleniny aneb jedlé plevele</b> .....	8
<b>ANDĚLIKA LÉKAŘSKÁ</b> .....	8
<i>Recept na cukrovinky</i> .....	10
<i>Kandované kořeny anděliky</i> .....	10
<i>Kandované listy a lodyhy anděliky</i> .....	11
<b>ÁRON PLAMATÝ</b> .....	11
<b>ASFODEL BÍLÝ</b> .....	12
<b>BLATOUCH BAHENNÍ</b> .....	14
<i>Smetanový blatouch</i> .....	14
<i>Milá informace</i> .....	14
<b>BRŠLICE KOZÍ NOHA</b> .....	16
<b>BRUTNÁK LÉKAŘSKÝ</b> .....	17
<b>CIBULE ZIMNÍ, SEČKA</b> .....	18
<i>Pomazánka na černý chléb</i> .....	20
<b>ČEKANKA OBECNÁ</b> .....	20
<i>Čekankový salát</i> .....	21
<i>Sirup z kořenů čekanky (ze starého herbáře)</i> .....	21
<b>ČERNOBÝL, PELYNĚK ČERNOBÝL</b> .....	21
<i>Koření na chleba se sádlem</i> .....	22
<i>Pomazánka z černobýlu</i> .....	22
<b>ČESNÁČEK LÉKAŘSKÝ</b> .....	23
<i>Česnáčková majonéza</i> .....	24
<b>ČESNEK KUCHYŇSKÝ</b> .....	24

Česnekový dip .....	25
Salát z obří kedlubny s česnekem: .....	25
Dobré rady .....	26
ČISTEC BAHENNÍ .....	26
ČISTEC HLÍZNATÝ .....	26
DENIVKA ŽLUTÁ.....	27
DRNAVEC LÉKAŘSKÝ .....	27
FIALKA, VIOLKA VONNÁ .....	28
<i>Fialkové sirupy</i> .....	28
<i>Fialková limonáda</i> .....	29
<i>Fialky v cukru</i> .....	29
<i>Fialky v sirupu</i> .....	30
<i>Fialky v soli</i> .....	30
HADÍ MORD ŠPANĚLSKÝ, ČERNÝ KOŘEN .....	30
„ <i>Humrové</i> “ chlebičky z černého kořene .....	31
<i>Dušený černý kořen</i> .....	31
HLUCHAVKA BÍLÁ.....	33
HRACHOR HLÍZNATÝ .....	33
HRACHOR JARNÍ .....	33
CHMEL OTÁČIVÝ .....	34
<i>Salát z chmelíčku (podle M. D. Rettigové)</i> .....	35
<i>Polévka z chmelíčku</i> .....	35
JABLEČNÍK OBECNÝ .....	35
JEHLICE TRNITÁ .....	36
JETEL LUČNÍ .....	37
JITROCEL KOPINATÝ.....	37
<i>Jarní salát</i> .....	37
<i>Smažený jitrocel</i> .....	38
<i>Jitrocelový sirup I</i> .....	38
<i>Jitrocelový sirup II</i> .....	38
<i>Jitrocelový sirup III</i> .....	38

KOKOŠKA PASTUŠÍ TOBOLKA .....	39
KOMONICE LÉKAŘSKÁ .....	39
KOPŘIVA DVOUDOMÁ.....	40
<i>Jarní špenát z kopřiv.....</i>	40
<i>Volské oko na kopřivách.....</i>	41
<i>Zelený nápoj s kopřivou.....</i>	41
<i>Kopřivový lektvar .....</i>	42
<i>Kopřivový sirup.....</i>	42
KOTVICE PLOVOUCÍ.....	42
KOZÍ BRADA VÝCHODNÍ.....	44
KŘEN SELSKÝ .....	44
<i>Hovězí maso s křenovou omáčkou.....</i>	44
<i>Jablečné křeny.....</i>	45
<i>Křen se zelím.....</i>	45
<i>Pomazánka s křenem .....</i>	45
<i>Salát z křenu a červené řepy.....</i>	45
<i>Křenové chutney (čatní).....</i>	46
<i>Křenové víno .....</i>	46
KUKUŘICE SETÁ .....	46
LASKAVEC HRUBOZEL.....	47
LEBEDA ZAHRADNÍ .....	47
LÉKOŘICE LYSÁ.....	48
<i>Sirup z lékořice .....</i>	49
LÍČIDLO JEDLÉ .....	50
LÍČIDLO OBECNÉ.....	50
<i>Špenát z listů líčidla.....</i>	52
<i>Štáva z bobulí.....</i>	52
LICHOŘEŘIŠNICE VĚTŠÍ.....	53
<i>Nepravé kapary.....</i>	54
LOPUCH VĚTŠÍ.....	54

<i>Organické hnojivo z lopuchu (ze starého herbáře)</i> .....	55
<b>MACEŠKA POLNÍ, VIOLKA TROJBA- REVNÁ</b> .....	56
<b>MÁK SETÝ</b> .....	56
<i>Staročeské řepánky s mákem</i> .....	57
<i>Maková náplň</i> .....	57
<b>MÁK VLČÍ, MÁK POLNÍ</b> .....	58
<b>MÁTA PEPRNÁ</b> .....	59
<i>Mátový sirup I</i> .....	59
<i>Mátový sirup II</i> .....	60
<i>Mátový likér I</i> .....	60
<i>Mátový likér II</i> .....	60
<i>Julep s mátou (americký předpis)</i> .....	60
<i>Voňavá omáčka (indický předpis)</i> .....	61
<i>Anglická mátová omáčka</i> .....	61
<i>Zelená jícha</i> .....	61
<b>MEDUŇKA LÉKAŘSKÁ, CITRONOVÁ</b> .....	62
<i>Domácí jogurt s meduňkou</i> .....	62
<i>Karmelitánské kapky</i> .....	62
<b>MERLÍK BÍLÝ</b> .....	63
<b>MĚSÍČEK LÉKAŘSKÝ, ZAHRADNÍ</b> .....	65
<b>MOCHNA HUSÍ</b> .....	65
<b>NETÝKAVKA MALOKVĚTÁ</b> .....	66
<b>OMAN PRAVÝ</b> .....	66
<i>Ománkové víno</i> .....	67
<i>Omanová zavařenina</i> .....	67
<b>OROBINEC ŠIROKOLISTÝ</b> .....	68
<b>OROBINEC ÚZKOLISTÝ</b> .....	68
<b>PAMPELIŠKA SMETANKA</b> .....	69
<i>Bělení pampelišek</i> .....	69

<i>Pampeliškový salát</i> .....	70
<i>Postup na přípravu pampeliškového čaje</i> .....	70
<i>Jarní bylinkové saláty</i> .....	70
<i>Pampeliškové „kapary“</i> .....	71
<i>Pampeliškové pivo</i> .....	71
<i>Pampeliškový med</i> .....	71
<i>Pampeliškový pražený kořen</i> .....	72
<i>Mlsejte i stonky pampelišek!</i> .....	72
<b>PAŽITKA PRAVÁ, POBŘEŽNÍ</b> .....	72
<i>Pečené kuře s pažitkou</i> .....	73
<b>PĚŤOUR MALOÚBORNÝ</b> .....	73
<b>PETRŽEL OBECNÁ, ZAHRADNÍ</b> .....	75
<i>Sýrové koule s petrželkou</i> .....	75
<i>Francouzská obloha</i> .....	76
<b>PCHÁČ ZELINNÝ</b> .....	77
<b>PÍSKAVICE ŘECKÉ SENO</b> .....	77
<i>Kořeněné brambory s pískavicí</i> .....	78
<i>Pískavice na povzbuzení</i> .....	78
<b>POPENEC BŘEČŤANOVITÝ, OBECNÝ</b> .....	79
<i>Jarní polévka z popence</i> .....	79
<i>Zeleninové omelety</i> .....	79
<i>Popencová omeleta se slaninou</i> .....	80
<i>Velikonoční „hlavička“</i> .....	81
<i>Recept „co dům dal“</i> .....	81
<i>Bramborový báč (Klatovsko)</i> .....	81
<b>POTOČNICE LÉKAŘSKÁ</b> .....	82
<i>Salát s jogurtem</i> .....	83
<i>Sladká nádivka</i> .....	83
<b>PROSKURNÍK LÉKAŘSKÝ</b> .....	83
<b>PTAČINEC PROSTŘEDNÍ, tzv. ŽABINEC</b>	
<b>OBECNÝ</b> .....	84
<i>Pomazánka z ptačince</i> .....	85

<i>Zelinkový salát</i> .....	85
PUPALKA DVOULETÁ.....	86
PUPAVA BEZLODYŽNÁ.....	86
<i>Pupava s česnekovým máslem a sýrem</i> .....	86
PUŠKVOREC OBECNÝ .....	87
<i>Kandovaný puškvorec</i> .....	88
<i>Puškvorcový likér</i> .....	88
<i>Puškvorcové posilující víno</i> .....	89
PÝR PLAZIVÝ .....	89
<i>Nápoj z pýru</i> .....	89
RDESNO HADÍ KOŘEN .....	90
RDESNO PEPRNÍK .....	91
RDESNO PTAČÍ TRUSKAVEC .....	91
REVEŇ DLANITÁ.....	92
REVEŇ KADEŘAVÁ.....	92
ROZRAZIL LÉKAŘSKÝ.....	93
ROZRAZIL POTOČNÍ.....	93
ŘEBŘÍČEK OBECNÝ.....	93
ŘEŘICHA SETÁ.....	94
<i>Vitaminový talíř</i> .....	94
SEDMIKRÁSKA CHUDOBKA .....	95
<i>Jarní polévka</i> .....	95
<i>Sedmikráskový sirup</i> .....	97
SLÉZ PLANÝ, LESNÍ .....	97
SLÉZ PŘEHLÍŽENÝ .....	97
SLÉZ OKROUHLOLISTÝ .....	97
<i>Polévka ze slézových „knoflíčků“</i> .....	98
STÉVIE CUKROVÁ, SLADKÁ.....	98

SVÍZEL SYŘIŠTOVÝ .....	99
SVÍZEL PŘÍTULA .....	99
ŠÁCHOR JEDLÝ .....	100
ŠÍPATKA VODNÍ, STŘELOLISTÁ.....	101
ŠMEL OKOLIČNATÝ .....	102
ŠRUCHA ZELNÁ PRAVÁ, PORTULÁK.....	102
ŠRUCHA ZELNÁ SETÁ, PORTULÁK.....	103
<i>Plněná vejce s tuňákem a portulákem</i> .....	103
ŠTAVEL KYSELÝ .....	104
ŠTOVÍK KYSELÝ neboli KYSELÁČ LUČNÍ .....	105
ŠTOVÍK ZAHRADNÍ PRAVÝ neboli KYSELÁČ ZAHRADNÍ.....	105
<i>Pikantní tvaroh</i> .....	106
<i>Slaný koláč se šťovíkem</i> .....	106
<i>Šťovíková omáčka</i> .....	106
TOLICE VOJTĚŠKA, TOLICE SETÁ.....	107
VRATIČ OBECNÝ .....	108
VRBKA ÚZKOLISTÁ.....	109
<i>Ivanův čaj</i> .....	109
VSTAVAČ KUKAČKA.....	110
VSTAVAČ MÁJOVÝ .....	110
VSTAVAČ MUŽSKÝ ZNAMENANÝ.....	110
<i>Posilující nápoj</i> .....	110
ZAVINUTKA PODVOJNÁ .....	111
<i>Osvěžující limonáda</i> .....	112
ZBLOCHAN VODNÍ .....	112
ZBLOCHAN VZPLÝVAVÝ .....	112
ŽABINEC.....	113

<b>Naše domácí koření .....</b>	<b>114</b>
<b>ANÝZ, BEDRNÍK ANÝZ .....</b>	<b>114</b>
<i>Zelená omáčka .....</i>	<i>116</i>
<i>Anýzové šištičky .....</i>	<i>116</i>
<b>BAZALKA VONNÁ.....</b>	<b>117</b>
<i>Bazalkový ocet .....</i>	<i>117</i>
<i>Bazalkový olej.....</i>	<i>118</i>
<i>Bazalka na zimu.....</i>	<i>118</i>
<i>„Pesto“ podomácku .....</i>	<i>118</i>
<i>Rajčata s mozzarellou a bazalkou .....</i>	<i>118</i>
<b>CELER MIŘÍK .....</b>	<b>120</b>
<i>Celerové čipsy .....</i>	<i>120</i>
<i>Celerový salát .....</i>	<i>121</i>
<i>Ovocný celerový salát.....</i>	<i>121</i>
<b>DOBROMYSL OBECNÁ .....</b>	<b>121</b>
<b>ESTRAGON, PELYNĚK ESTRAGON .....</b>	<b>122</b>
<b>FENYKL OBECNÝ.....</b>	<b>123</b>
<b>FENYKL OBECNÝ SLADKÝ .....</b>	<b>123</b>
<i>Zapečený fenykl sladký.....</i>	<i>124</i>
<b>JALOVEC OBECNÝ .....</b>	<b>125</b>
<i>Borovička, genevre nebo gin?.....</i>	<i>126</i>
<i>Jalovcová omáčka.....</i>	<i>127</i>
<i>Jalovcový likér .....</i>	<i>127</i>
<b>KERBLÍK LESNÍ.....</b>	<b>127</b>
<b>KERBLÍK TŘEBULE .....</b>	<b>127</b>
<i>Kerblíková polévka .....</i>	<i>128</i>
<i>Pomazánka.....</i>	<i>129</i>
<i>Studená omáčka.....</i>	<i>129</i>
<b>KMÍN KOŘENNÝ .....</b>	<b>130</b>
<i>Kmínový likér.....</i>	<i>131</i>



KOPR VONNÝ .....	131
<i>Studená polévka tarator</i> .....	132
KORIANDR SETÝ .....	132
<i>Koriandrová pikantní směs</i> .....	133
LIBEČEK LÉKAŘSKÝ.....	134
„Vopichouka“ nebo také „vopiška“ .....	136
<i>Aromatická bylinková směs</i> .....	136
MAJORÁNKA ZAHRADNÍ .....	137
ROZMARÝNA LÉKAŘSKÁ .....	137
<i>Bylinkové špízy</i> .....	139
<i>Červená řepa s rozmarýnem</i> .....	139
SATUREJKA ZAHRADNÍ.....	139
ŠALVĚJ LÉKAŘSKÁ .....	140
<i>Šalvějové těstoviny</i> .....	141
<i>Grilované kotlety se šalvějí</i> .....	141
ŠAFRÁN SETÝ LÉKAŘSKÝ, KROKUS SETÝ ....	141
TYMIÁN, MATEŘÍDOUŠKA TYMIÁN .....	143
<b>Cizí koření v naší kuchyni.....</b>	<b>144</b>
BADYÁNÍK PRAVÝ .....	144
<i>Koření pěti vůní (Čína)</i> .....	145
HŘEBÍČKOVEC VONNÝ, tzv. HŘEBÍČEK .....	146
<i>Hřebíčkový pomeranč</i> .....	146
KARDAMOM PRAVÝ .....	147
<i>Nápoj s kardamomem</i> .....	148
KURKUMOVNÍK DLOUHÝ .....	148
MUŠKÁTOVNÍK PRAVÝ .....	149
NOVÉ KOŘENÍ - PIMENTOVNÍK LÉKAŘSKÝ .	150
<i>Omáčka pro labužníky</i> .....	151

PAPRIKA KŘOVITÁ .....	151
<i>Chilli vodka</i> .....	153
PEPŘOVNÍK ČERNÝ .....	153
<i>Sýr „pepřák“ (český boursin)</i> .....	154
<i>Pepřový čaj proti nachlazení</i> .....	155
SKOŘICOVNÍK CEJLONSKÝ .....	155
SKOŘICOVNÍK ČÍNSKÝ .....	155
VANILKA PRAVÁ .....	157
<i>Vanilkový cukr</i> .....	159
<i>Vanilín</i> .....	159
<i>Vanilín umělý</i> .....	159
VAVŘÍN PRAVÝ, tzv. BOBKOVÝ LIST .....	160
<i>Zlaté pravidlo</i> .....	160
ZÁZVOR PRAVÝ .....	161
<i>Zázvorové pivo (příprava)</i> .....	163
<i>Zázvorový čaj s medem</i> .....	163
<i>Zázvorovo-citronový sirup</i> .....	164
<i>Zázvorovo-medový sirup</i> .....	164
<i>Kandování zázvoru</i> .....	164
<b>Jedlé květy</b> .....	<b>165</b>
BRUTNÁK LÉKAŘSKÝ .....	165
DENIVKA PLAVÁ; DENIVKA ŽLUTÁ.....	165
FIALKA, VIOLKA VONNÁ .....	166
FRÉZIE ZESLABENÁ.....	166
HLUCHAVKA BÍLÁ.....	166
HRACHOR HLÍZNATÝ .....	166
CHRPA MODRÁ .....	167
LEKNÍN BÍLÝ .....	168
LEVANDULE KLASNATÁ .....	169
<i>Levandulová limonáda</i> .....	169

121	<i>Levandulový med</i> .....	170
82	LICHOŘEŘIŠNICE VĚTŠÍ.....	170
82	LILIE BÍLÁ, BĚLOSTNÁ.....	170
82	MEČÍK STŘECHOVITÝ .....	170
82	MĚSÍČEK LÉKAŘSKÝ, ZAHRADNÍ .....	171
72	MUŠKÁTY .....	172
22	TRNOVNÍK AKÁT .....	173
52	TULIPÁN ZAHRADNÍ.....	173
92	<i>Plněné květy tulipánů</i> .....	173
92	TYKEV OBECNÁ, CUKETA, DÝNĚ.....	174
92	<i>Smažené cuketové květy</i> .....	174
08	<b>Další naše jedlé květy .....</b>	<b>175</b>
08	<b>O květech všeobecně (receptury).....</b>	<b>176</b>
18	<i>Květy v cukru</i> .....	176
80	<i>Květy kandované</i> .....	176
50	<i>Květinový sirup</i> .....	177
40	<i>Květy v cukrovém sirupu</i> .....	178
60	<i>Květinové medy za studena</i> .....	178
60	<i>Květy v soli</i> .....	178
70	<i>Květy v salátech</i> .....	178
80	<i>Květy v těstovinách</i> .....	179
80	<i>Kvetoucí ledové kostky</i> .....	179

## **Plané keře a stromy .....** 180

80	BEZ ČERNÝ, BEZINKY .....	180
100	<i>Kosmatice</i> .....	180
100	<i>„Šampaňské“ z bezinkových květů</i> .....	181
100	<i>Sirup z bezinkových květů</i> .....	181
107	<i>Šťáva z bezinek</i> .....	182
80	<i>Šťáva z bezinek pro diabetiky</i> .....	182
80	<i>Bezinkové víno</i> .....	182
80	<i>Bezinkový likér</i> .....	182

<i>Bezinková marmeláda</i> .....	183
<i>Bezinko-jablkový džem</i> .....	183
<i>Babiččin bezinkový ocet</i> .....	183
<i>Bezinkové „kapary“</i> .....	184
<b>BŘÍZA BĚLOKORÁ</b> .....	185
<i>Březové víno</i> .....	185
<b>BUK LESNÍ</b> .....	185
<b>DŘEZOVEC TROJTRNNÝ</b> .....	186
<b>DŘÍN JARNÍ, OBECNÝ</b> .....	186
<i>Likér z dřínků</i> .....	188
<i>Dřínkový džem</i> .....	188
<i>Dřínkový kompot</i> .....	188
<b>DŘIŠTÁL OBECNÝ</b> .....	189
<i>Dřišťálový sirup</i> .....	189
<i>Dřišťálové víno</i> .....	190
<i>Dřišťálový džem</i> .....	191
<b>DUB LETNÍ</b> .....	191
<b>DUB ZIMNÍ</b> .....	191
<b>HLOH OBECNÝ</b> .....	192
<i>Hlohový salát</i> .....	191
<i>Bramborový salát s hlohovými pupeny</i> .....	192
<i>Štáva z plodů (hložinek)</i> .....	193
<i>Hlohové pyré (kaše)</i> .....	193
<i>Rosol ze sušených hložinek</i> .....	194
<b>JABLOŇ LESNÍ, PLANÁ</b> .....	194
<i>Okořeněná planá jablka</i> .....	196
<i>Jáhlová kaše s jablky</i> .....	196
<i>Jablková povidla (starý recept)</i> .....	196
<i>Jablečné octy (různé způsoby přípravy)</i> .....	197
<i>Sladký ocet (bez cukru)</i> .....	198
<i>Léčivé účinky jablečného octa</i> .....	199
<b>JEŘÁB MORAVSKÝ SLADKÝ</b> .....	200

<i>Jeřabinová marmeláda s jablky</i> .....	200
<i>Jeřabinový džem</i> .....	200
<i>Jeřabinový kompot</i> .....	201
<i>Jeřabinový likér</i> .....	202
<i>Jeřabinový sirup</i> .....	202
<b>KAŠTANOVNÍK JEDLÝ</b> .....	203
<i>Kaštanový dezert</i> .....	205
<b>KDOULOŇ OBECNÁ, PODLOUHLÁ</b> .....	205
<i>Kdoulový kompot</i> .....	206
<i>Kdoulový rosol</i> .....	206
<i>Kdoulové čatní</i> .....	207
<i>Recept podle P. O. Mathioliho</i> .....	207
<b>LÍPA SRDČITÁ</b> .....	208
<i>Vitaminový nápoj z listů</i> .....	209
<b>LÍSKA OBECNÁ</b> .....	209
<i>Oříškové mléko</i> .....	210
<i>Medové kuličky s lískovými oříšky</i> .....	211
<b>MORUŠOVNÍK ČERVENÝ</b> .....	211
<b>MORUŠOVNÍK TRNAVSKÝ</b> .....	211
<i>Štáva z morušek</i> .....	212
<i>Morušová štáva s medem</i> .....	213
<i>Morušové víno</i> .....	213
<b>OŘEŠÁK KRÁLOVSKÝ</b> .....	213
<i>Kompot ze zelených vlašských ořechů</i> .....	214
<i>Ořechovka („žaludeční“ z nezralých ořechů)</i> .....	216
<i>Vlašské ořechy v cukru</i> .....	216
<i>Náprava starých vlašských ořechů</i> .....	216
<b>RAKYTNÍK ŘEŠETLÁKOVÝ</b> .....	217
<i>Rakytníkový džem</i> .....	218
<i>Rakytníkový sirup</i> .....	218
<i>Osvěžující nápoj</i> .....	218
<b>RŮŽE ŠÍPKOVÁ</b> .....	218

<i>Růžový med z čerstvých květů</i> .....	219
<i>Růžový med ze sušených květů</i> .....	220
<i>Sirup z růží (podle P. O. Mathioliho)</i> .....	220
<i>Sirup za studena (podle P. O. Mathioliho)</i> .....	220
<i>Šípkový džem za studena</i> .....	220
<i>Šípková marmeláda za studena</i> .....	221
<i>Cukrovinky heče-peče</i> .....	221
<i>Šípkový protlak (z celých šípků)</i> .....	221
<i>Šípková povidla s jablky</i> .....	222
<i>Růžová bowle</i> .....	222
<i>Vánoční „punč“ (bez alkoholu)</i> .....	222
<i>Růžová limonáda</i> .....	223
<i>Šípkové víno</i> .....	223
<b>TRNKA OBECNÁ</b> .....	225
<i>Trnky zavařené v cukru</i> .....	225
<i>Trnkový likér</i> .....	226
<b>TRNOVNÍK AKÁT</b> .....	226
<i>Akátové kosmatice, omeletky nebo „myši“</i> .....	227
<i>Akátová náplň do koláčů nebo koblihů</i> .....	228
<b>TŘEŠEŇ PTAČÍ, PTÁČNICE</b> .....	228
<i>Ptáčnice v rumu</i> .....	230
<i>Marmeláda z ptáčnic</i> .....	230

## **Dobré rady do kuchyně**..... 231

<i>Babiččin domácí punč</i> .....	231
<i>Banány se skořicí a rumem</i> .....	231
<i>Bylinková cukrátka (staročeské „rotule“)</i> .....	232
<i>Bylinková náplň do koláčů</i> .....	232
<i>Bylinkové jarní polévky</i> .....	232
<i>Bylinkové oleje</i> .....	233
<i>„Buquet garni“ čerstvé</i> .....	233
<i>„Buquet garni“ sušené</i> .....	233
<i>Čaj táborových ohňů</i> .....	233
<i>„Čatní“ ze zelených rajčat a jablek</i> .....	234

„Činzáno“ z rýže.....	234
Domácí barevné octy .....	235
Domácí koření „kari“ .....	235
Domácí koření „Vegeta“ .....	236
Domácí perníkové koření .....	236
Domácí „sedmero koření“ .....	236
Domácí vaječné koňaky .....	237
Elixír z aloe léčivé .....	238
Hořící čajový grog.....	239
Hořký likér z bylin (domácí příprava).....	240
Houby v octě (vhodné i pro diabetiky) .....	241
Chlebové víno.....	241
Chlebový kvas – „okroškový kvas“ .....	242
Jablečné octy.....	242
Kompot ze zelených vlašských ořechů.....	243
Kompot ze zelených rajčat.....	243
Kompot ze zelených rajčat jako náplň do perníčků .	243
Konzervování česneku.....	243
Kořeněný čaj.....	244
Krampampule .....	244
Kvašené zeli (rychlý způsob) .....	245
Letní „punč“ pro abstinenty.....	245
Medovice, medovina (recept ze 17. století).....	246
Mrkev v zimě.....	246
Mrkvová pěna.....	246
Mrkvový džus.....	246
Okurky v octě (vhodné i pro diabetiky).....	247
Osvěžující nápoj z netřesku střešního .....	247
Ovocné bowle .....	248
Polní bylinkové saláty.....	249
Pomazánka s droždím .....	250
Pomerančová kůra v čokoládě: .....	250
Pražené ovesné vločky.....	251
Pražené lískové oříšky.....	251
Pražené mandle (sladké) .....	251
Pražené mandle (slané).....	251

<i>Provensálské koření</i> .....	251
<i>Pytlíčky proti molům</i> .....	252
<i>Růžový pytlíček</i> .....	252
<i>Rybíz jako brusinky:</i> .....	252
<i>Slupky z jablek nevyhazujte!</i> .....	253
<i>Směsi koření na grilování</i> .....	253
<i>Smetanový punč</i> .....	254
<i>Šňupací prášek</i> .....	254
<i>Vody květové, sluncem vyrobené (podle Jana Černého)</i> .....	255
<i>Voňavá vodka</i> .....	255
<i>Bylinková omáčka</i> .....	255
<i>Bylinkový svítek</i> .....	256
<i>Zdravé klíčky</i> .....	256

## **Potraviny kyselinotvorné a zásadotvorné .. 258**

**Kyselinotvorné potraviny .....** 260

**Zásadotvorné potraviny .....** 260

**Neutrální potraviny .....** 261

*Jak zkrotíme pálení žáhy a kyselost v těle?* .....

*Štáva ze syrových brambor (starý recept)*.....

*Čaje proti nadměrné kyselosti* .....

*Kyselost a rakovina*.....

**Živá a mrtvá voda .....** 264

*Zásadotvorná „živá voda“ (podomácku vyrobená podle J. Kuchaře)*.....

**Naše čarodějné bylinky (lidové čarování, zvyky, rady, návody) .....** 267

*Amulety, talismany, škapulíře* .....

**ANDĚLIKA LÉKAŘSKÁ .....** 269

**ANÝZ VONNÝ, BEDRNÍK ANÝZ .....** 270



BAZALKA PRAVÁ, VONNÁ .....	270
BEZ ČERNÝ, BEZINKY .....	271
BLÍN ČERNÝ .....	272
BRČÁL MENŠÍ, BARVÍNEK .....	274
BŘEČŤAN POPÍNAVÝ .....	274
BOLEHLAV PLAMATÝ .....	275
BUKVICE LÉKAŘSKÁ .....	277
CELER MIŘÍK .....	277
ČEKANKA OBECNÁ .....	278
ČERNUCHA SETÁ .....	280
ČERTKUS LUČNÍ .....	280
ČESNEK SETÝ, KUCHYŇSKÝ .....	280
DEVĚTSIL LÉKAŘSKÝ .....	282
DIVIZNA VELKOKVĚTÁ .....	282
DŘÍN JARNÍ, OBECNÝ .....	284
DUB LETNÍ .....	284
DUB ZIMNÍ .....	284
DURMAN OBECNÝ .....	285
DYMNIVKA DUTÁ .....	287
HEŘMÁNEK PRAVÝ .....	287
HLOH OBECNÝ .....	287
HOŘEC ŽLUTÝ .....	288
CHRPA MODRÁ .....	288
CHŘEST LÉKAŘSKÝ .....	290
CHVOJKA KLÁŠTERNÍ, JALOVEC CHVOJKA .....	290
JABLOŇ DOMÁCÍ .....	290

JALOVEC OBECNÝ .....	291
JEŘÁB PTAČÍ, OBECNÝ .....	292
JETEL LUČNÍ.....	293
JITROCEL KOPINATÝ .....	294
JMELÍ BÍLÉ.....	295
KAKOST LUČNÍ .....	296
KAKOST SMRDUTÝ.....	296
KAPRADÍ, KAPRAĎ SAMEC.....	298
KAŠTAN KOŇSKÝ, JÍROVEC MAĎÁL .....	300
KMÍN KOŘENNÝ, LUČNÍ .....	300
KOČIČKY A VRBA JÍVA .....	301
<i>Věnečky z posvěcených kočiček.....</i>	<i>301</i>
KONTRYHEL OBECNÝ .....	302
KONVALINKA VONNÁ.....	302
KOPŘIVA DVOUDOMÁ.....	303
KOSTIVAL LÉKAŘSKÝ.....	303
KOZLÍK LÉKAŘSKÝ .....	305
LASKAVEC OHNUTÝ .....	305
<i>Laskavcová obrana proti kulkám v bojích.....</i>	<i>307</i>
LIBEČEK LÉKAŘSKÝ .....	307
LILIE BÍLÁ, BĚLOSTNÁ .....	307
LÍSKA OBECNÁ .....	308
<i>Čarovná korunka z lísky (staré lidové kouzlo).....</i>	<i>309</i>
MÁČKA ROLNÍ .....	310
MAJORÁNKA ZAHRADNÍ.....	310
MÁK SETÝ .....	312
<i>Indické afrodiziakum (13. století).....</i>	<i>313</i>

MÁTA PEPRNÁ.....	313
MATEŘÍDOUŠKA OBECNÁ .....	315
NÁPRSTNÍK ČERVENÝ .....	315
NÁTRŽNÍK, MOCHNA NÁTRŽNÍK.....	316
NETŘESK STŘEŠNÍ.....	316
OMAN PRAVÝ .....	317
OMĚJ ŠALAMOUNEK.....	318
PAMPELIŠKA, SMETANKA LÉKAŘSKÁ.....	318
PELYNĚK BROTRAN .....	319
PELYNĚK ČERNOBÝL, ČERNOBÝL .....	320
PELYNĚK PRAVÝ, ABSINT .....	320
PETRKLÍČ, PRVOSENKA JARNÍ .....	323
PETRŽEL OBECNÁ, ZAHRADNÍ .....	323
PIVOŇKA LÉKAŘSKÁ .....	324
PLAVUŇ VIDLAČKA.....	325
PODRAŽEC KŘOVIŠTNÍ.....	326
POMNĚNKA BAHENNÍ .....	327
POPENEC OBECNÝ .....	327
POSED BÍLÝ .....	328
PUŠKVOREC OBECNÝ, ROTANOVITÝ .....	329
ROUTA VONNÁ.....	330
ROZMARÝNA LÉKAŘSKÁ .....	330
RULÍK ZLOMOCNÝ.....	330
RÝT VONNÝ, REZEDA .....	333
ŘEBČÍK KRÁLOVSKÝ .....	334
ŘEBŘÍČEK OBECNÝ .....	334

ŘEPÍK LÉKAŘSKÝ .....	335
SEDMIKRÁSKA OBECNÁ, CHUDOBKA .....	335
SPORÝŠ LÉKAŘSKÝ .....	336
ŠALVĚJ LÉKAŘSKÁ.....	338
TIS ČERVENÝ.....	338
TOPOLOVKA RŮŽOVÁ .....	340
TOTEN LÉKAŘSKÝ, KRVAVEC TOTEN.....	340
TRNKA OBECNÁ .....	340
TŘEZALKA TEČKOVANÁ.....	341
TYMIÁN, MATEŘÍDOUŠKA TYMIÁN.....	343
UPOLÍN NEJVYŠŠÍ .....	344
ÚROČNÍK BOLHOJ .....	344
VAVŘÍN PRAVÝ, BOBEK, BOBKOVÝ LIST.....	344
VIOLKA VONNÁ, FIALKA .....	346
VRANÍ OKO ČTYŘLISTÉ .....	347
VRATIC OBECNÝ .....	347
ZIMOSTRÁZ VŽDYZELENÝ.....	348

## **Čarování na lásku, lidová magie**

### **a čarodějnice .....** 349

*Nápoj lásky (ze středověkého herbáře).....* 350

*Nápoj lásky z květů petrklíčů .....* 350

*Bylinky svatého Lukáše.....* 351

**Kdo to byly čarodějnice? .....** 351

**Čarodějnické „létací masti“ a vykuřovadla.....** 355

*Čarodějné masti (16. století) .....* 356

*Topolová mast (15. století) .....* 357

*Mast na spánek a dřímotu (podle Jana Černého) ...* 357  
*Vykuřovadla* ..... 357

**Vybájené byliny** ..... 360

**Bludičky, světlušky a strašidelná světýlka..** 364

*Nepravé světlušky* ..... 367

*Víte, co je to „sóma“?* ..... 368

**Magie a nová „fyzika víry“** ..... 369

**Léčení na základě kvantové fyziky** ..... 391

**Obsah** ..... 394