

OBSAH

Aperitív	9
Radosť z korenenia	13
Trochu histórie o korení	16
Všeobecne o korení	21
O účinných látkach korenia	26
Nákup, uskladnenie a príprava korenia	29
Zásobník korenia v kuchyni	34
Správne dávkovanie korenia	37
Podrobný výklad o jedálnom a nápojovom korení	42
Angostura	43
Archangelika lekárska	44
Badián (hviezdicový aníz)	46
Baklažán	48
Bazalka pravá	50
Bedrovník aníz	53
Bobkový list	55
Borievka obyčajná	57
Cascarilla	59
Cesnak kuchynský	61
Cibuľa kuchynská	63
Citrón	65
Čierne korenie	67
Čučoriedka obyčajná	69
Ďumbier	71
Fenikel obyčajný	73
Galgán (galang)	75
Grapefruit	76
Horčica biela	77
Chmeľ obyčajný	80
Chren dedinský	81
Kapary	83
Kardamón	85

Klinčeky	87
Koriander siaty	89
Kôpor voňavý	91
Kurkuma	94
Ligurček lekársky	95
Majorán záhradný	97
Marinka voňavá	100
Materina dúška	102
Mäta pieporná	104
Medovka lekárska	107
Muškatový orech	109
Nové korenie	111
Palina dračia	113
Palina obyčajná	116
Palina pravá	117
Pamajorán obyčajný	119
Paprika kajenská	120
Paprika ročná	122
Pastrnák	126
Pažitka	127
Petržlen záhradný	129
Pomarančová šupka	131
Požlt farbiarsky	133
Puškvorec obyčajný	134
Rajčiak	136
Rasca lúčna	138
Rasca rímska	140
Rebarbora pontická	142
Redkev siata	143
Rozmarín lekársky	145
Saturejka záhradná	147
Šafran	149
Šalvia lekárska	150
Škorica	152
Trebuška pravá	154
Vanilka pravá	156
Yzop lekársky	158
Zeler voňavý	159
Železník lekársky	162
Koreninové rastliny v záhradke a v okne	164
Domáce konzervovanie koreninových rastlín	175
Zmesi korenia	183
Korenené nálevy	193

Niekoľko slov o korenených omáčkach	198
Ochucovadlá pokrmov	212
Aj huby sú korením	217
Buďme opatrní pri solení !	222
Korenený rastlinný ocot	226
Moderné pohotovostné jedlá – moderné ochutenie pokrmov	232
Mrazené jedlá	238
Potraviny v hliníkovej fólii	242
Grilované jedlá	245
Mäsové pokrmy	251
Rybacie pokrmy	257
Syrové pokrmy	261
Šaláty	264
Výživa dojčiat a detí	270
Korenenie pri diéte	273
Koreniny ako surovina do nápojov	281
Med ako ochucovadlo	292
Prehľad používania korenín	296
Koreniny do polievok	297
Koreniny do prívarkov	299
Koreniny na prípravu mäsa	300
Koreniny do omáčok	300
Koreniny do šalátov	301
Koreniny do vajcových pokrmov – omeliet	302
Koreniny do maslových, syrových pokrmov	302
Koreniny do zavárenín – kompótov	302
Použitie jednotlivých korenín	302
Užitočné kuchynské rady	307
Koreninové rastliny v kozmetike	316
Literatúra	320
Register	321