



Obsah

Úvod 6

Přehled bylinek 8

Abecední seznam více než stovky bylinek
s informacemi o jejich využití k léčbě i v domácnosti

Bylinky v zahradě 140

Informace pro úspěšné pěstování bylinek
jak na zahradě, tak na okenním parapetu

Bylinná medicína 176

Rostlinné přípravky k upevnění zdraví
a pohody i k léčbě běžných onemocnění

Přírodní kosmetika 240

Bylinky a esenciální oleje jako součásti čistících
a výživných přípravků tělové i dekorativní kosmetiky

Bylinky v domácnosti 282

Přírodní prostředky jako nejlepší a nejbezpečnější
řešení, ať už jde o péči o byt a jeho vybavení,
o oblečení nebo o domácí zvířata

Tvoříme s bylinkami 298

Nápady tradičního i soudobého řemesla, které
je snadné vyrobit a které vyzdobí každý byt

Vaření 326

Chutné a přitom jednoduché předpisy, v nichž
se uplatní vůně koření a bylinek z celého světa

Rejstřík 384

Obsah

Agastache anýzová	12	Maceška	70
Aloe vera	13	Majoránka a dobromysl	71
Aloisie trojlistá	14	Mák a příbuzní	73
Andělíka lékařská	15	Máta	75
Anýz vonný	16	Meduňka lékařská	77
Arnika	17	Měsíček lékařský	78
Bakopa drobnolistá	18	Mučenka pletní	79
Bazalka	19	Myrta obecná	81
Bez černý	22	Pampeliška lékařská	82
Brutnák lékařský	23	Paprika	83
Celer	24	Pelargonie	87
Citronela	25	Pelyněk	89
Čajovník čínský	26	Perila křovitá	90
Čechřice vonná	28	Petržel obecná	91
Česnek a cibule	29	Pivoňka	93
Echinacea	33	Potočnice a lichořeřišnice	94
Estragon	34	Proskurník a sléz	95
Eukalyptus	35	Prvosenka	96
Fenykl obecný	37	Přeslička	97
Fialka	38	Pupalka	98
Galgán velký	39	Roketa či rukola	99
Ginkgo	40	Rozmarýna lékařská	101
Gotu kola	41	Růže	104
Hermánek	42	Řebříček obecný	108
Hvozdík	43	Řimbaba obecná	109
Chmel otáčivý	44	Saturejka	110
Jablečnik obecný	45	Smil úzkolistý	111
Jasmin	46	Sporyš lékařský	112
Jetel luční	48	Světlik lékařský	113
Jitrocel	49	Svízel vonný	114
Kalina	50	Šalvěj	115
Kerblík třebule	51	Šanta kočičí	118
Kmín kořený	52	Šrucha zelná	119
Kopr vonný	53	Šťovík	120
Kopřiva dvoudomá	54	Tea tree	121
Koriandr setý	55	Třezalka tečkovaná	122
Kosatec	56	Tužebník jilmový	123
Kostival lékařský	57	Tymián a mateřídouška	124
Kozlík lékařský	58	Vavřík vznešený	126
Krvavec menší	59	Vratič obecný	128
Křen a wasabi	60	Yzop lékařský	129
Kurkumovník pravý	61	Zavinutka	130
Lékořice lysá	62	Zázvor	131
Len setý	63	Zimostráz vždyzelený	132
Levandule	64	Ženšen	133
Libeček lékařský	67	Stromy	134
Lípa	68	Plody	136
Lopuch větší	69	Koření	138