

OBSAH

PŘEDMLUVA	7
---------------------	---

K snídani

RANNÍ KÁVA	11
----------------------	----

Na dobrém začátku vždycky záleží — Z historie kávovníkových plantáží — Oranžové nebezpečí — Hovoří čísla — Vybereme si nejlepší — Když se pražilo doma — Škodí nebo neškodí? — Aby nám káva opravdu chutnala — U kolébky kávy — Trest smrti za pití kávy — Káva si razí cestu Evropou — Z historie kávy u nás — O cikorce a jiných kávovinách

KE KÁVĚ DOBRÝ CHLĚB	37
-------------------------------	----

Starobylost žita — Slovo mají spisovatelé starověku — Pátráme po rodičích žita — Kapitola o kulturních rostlinách — Vývojová střediska kulturních rostlin — Žitné lány na světě — Není chléb jako chléb — Pohled za člověkem do dávnověku — Od potulného lovce k rozváženému zemědělci — Pomocníci poznání — Nejstarší zemědělské kultury — Od obilky k moučné kaši — Kvásek a droždí — Předkové pekařského cechu — Také pekárna má prarodiče — Chlebové náhražky a otravy jedovatým chlebem — Konec skoro samozřejmý

KDO NERAD KÁVU	81
--------------------------	----

Kakaový dech tropů — Hledá se pravlast kakaovníku — Na prahu novověku — Pro i proti — Čokoláda na výboji ze Španělska — Královské dvory si oblíbily čokoládu — Vzpomínky a skutečnost

BÍLÉ SLADKÉ ZLATO	91
-----------------------------	----

Sladký zdroj energie — Příslušníci cukrové rodiny — Tráva se sladkými stébly — Za třtinovým cukrem do minulosti — Benátčané přivezli do Evropy první třtinový cukr — Cukerné dědictví Portugalců a Španělů — Napoleon Bonaparte a cukrovka — Po přestávce nové vítězství — Životopis cukrovky — Cukr dnes a denně

K obědu

ZELENINOVÁ POLÉVKA	117
------------------------------	-----

Gastronomie je věda — Starověké a středověké zelinářství — Šíhlá mrkev a buclatá karotka — Bílá sestra oranžové mrkve — Staletí ve službách člověka — Přehlížená zelenina — Pláč nad cibulí před 5000 lety — Oblíbená i opovrhovaná cibule — Česnekové eldorádo pod pyramidami — Do polévky také ságo — Drobtý ze ságové historie — Zelená ozdoba polévek — O jarních polévkových bylinkách

MASA BYCHOM SE NENAJEDLI	136
------------------------------------	-----

Brambory přišly a zvítězily — Bramborová pravlast — Původ kulturních bramborů — Přes oceán do Evropy — Pouť prvních bramborů v Evropě — Bramborový květ zdobí krále — Bramborové války — Brambory na východě — Evropan hledá nové brambory — Jak se brambory dostaly k nám — Časy se mění

PIKANTERIE PODLE CHUTI	156
<i>Kořený dech starověku — Osudy koření ve středověku a později — Kořenné zahrádky našich babiček — Poupatá jako koření — S čela vítězů do kuchyňské kořenky — Ostrá dvojice, křen a hořčice — Také ocet vyrobily rostliny — Pálí jako paprika — Houbová vůně lesa — Lanyže pod duby a žampiony v katakombách — Praktický význam hub — Pochoutka otupělého jazyka</i>	
POCHOUTKY Z RÁJE VEGETARIÁNŮ	186
<i>Rozvětvená rodina zeleninové břečky — Zeli bylo nejpobulárnější — Děti matky břečky — Vodnicové zeli k mladé husičce — Náhražkový tuřín — Královská zelenina — Fialové „okurky“ z Indie — Urozené artyčoky a skromnější kardy — Černý kořen a jeho zeleninové příbuzenstvo — Zelenina u vesla</i>	
JÍTE RÁDI LUŠTĚNINY?	203
<i>Z životní kroniky hrachu — Prvorozenství za čočovicí — Fazole z Nového i ze Starého světa — O fazoly se zasloužili zahrádkáři — Fazolové slavnosti — Čínské fazolky našich zahrádek — Sojové zázraky — Původ kulturní soje — Soja v minulosti a v přítomnosti</i>	
NĚCO PRO ZPESTŘENÍ	221
<i>Porce hlávkového salátu — Rostlinné „grandty“ z Ameriky — Naše domácí okurky — Špenátové zeleniny — Zeli z Číny a šťrbák ze Středomoří — Čekanka není jen na cikorku — Co by vám jistě také chutnalo — Pivodárny chmel jako zelenina — Naše jarní planě rostoucí zelenina</i>	
OMASTKY ROSTLINNÉHO SVĚTA	246
<i>Palmoví dárci omastků — Olej z korun olivovníků — Stránky životní kroniky olivovníku — První ze všech stromů — Rozšiřování kultury olivovníku — Řepky, řepáky a jejich olejné příbuzenstvo — Sezame, otevři se! — Dcera slunce</i>	
Z KOŘENKY HOSPODYNĚ	260
<i>Koření od starověku do novověku — Málo jako šafránu — Černý pepř lidovým kořením — Zázvor do pokrmů i do piva — Kůra jako koření — Není hřebíček jako hřebíček — Tekly proudy muškátového tuku — Vanilková vůně posvícenských koldů — Nové koření</i>	
TROCHU OVOCE NEBO KOMPOTU PROSPÍVÁ	281
<i>Dvě ovocné pokladnice světa — Náš nejstarší ovocný strom — Od doby ráje po novověk — Jablon u nás — Sladší sestra jabloně — Prarodiče ovocných sadů — Mičurin a Burbank — Něco o kyselé višni — Naše domácí třešň — Zřídla božského nektaru — Nejbližší příbuzná broskvi — Německá mišpule z Orientu — Slivy, mirabelky, ryngle a blumy — Ovoce na švestkové knedličky — Ovocné dary našich lesů — Kulturní angrešty jako ovoce novověku — Bratři pichlavého angreštu — Ještě jiné ovocné dary přírody — Využití ovoce a jeho konzervace v kostce</i>	
NAŠE ČESKÁ BUCHTA	334
<i>Přední obilnina světa — Za pšenici do minulosti — Zrození mlýnů — Zaslá sláva dvouzrnky a jednozrnky — Další členové pšeničné rodiny — Samorostlé pšenice — Do naší bučky patří mák</i>	
MOUČNÍK S CIZOKRAJNOU PŘÍCHUTÍ	354
<i>Nejdůležitější z důležitých — Z botanikova zápisníku — O původu kulturní rýže — Počátky rýžové historie — Rýže ve Středomoří a ve střední Evropě — Rýžoviště na americké půdě — Proměny rýžových obiliek</i>	

ŠKROBNATÉ POKRMY DOCELA PROSAICKÉ 369

Nedoceněná hodnota ovsu — Skromný dárcе ovesných vloček — Hlavolam ovesného původu — Oves v prehistorii a v historii — Sil jsem proso na souvrati — Není proso jako proso — Kukuřice, obilnina aristokrat — Tajemný původ kukuřice — Předhistorická a historická kronika kukuřice — Na ko-nec ještě obilné rostliny

PO OBĚDĚ SKLENKU PIVA 397

V nejstarších dobách — Ječmen ve starověké kuchyni — O kulturních členech ječné rodiny — Prarodiče našich ječmenů — Ječmen na našem stole — Dobré-mu pivu nesmí chybět ani chmel — U kolébky Gambrinova moku — Naše české pivo kdysi — Chvála dobrého piva

K večeři

PO VEČEŘI NĚCO OSTŘEJŠÍHO 423

Ředkev chroupali před 5000 lety — Rodné listy ředkve a ředkvičky — Rostlinní tvůrci mléčných výrobků

PRO ZMĚNU TROCHU OVOCE 431

Miska dobrých jahod — Jahody s ananasovou vůní — Oranžové ovoce jižního slunce — Sladké mandarinky, velké Adamovo jablko a menší grapefruit — Z rodinné kuchyně citronkovitých rostlin — Původ kulturních citronků a pomerančovníků — Král ovoce — Asijské ovoce z Ameriky — Královna pouštních oas — Původ datlovníku — Cukernaté ovoce ze střední Asie — Fíky od starých dob do dneška — Bez stehňatek není fíků — Cukrové, ana-nasové a jiné melouny — Vodní meloun je šťavnatě občerstvení

PŘI SKLENCE VÍNA 478

Šlechetný dar laškovného Dionysa — O pravých rozinkách a jejich surogátech — Za vinnou révou do dávnověku — Egyptské „mýdlo starostí“ a jiné vinné historky — Naše starobylé vinařství — Vinná réva na Slovensku — Váno a Mohamed — Záchrana z Nového světa — Nealkoholické víno a mošty

LOUSKÁME OŘECHY, OŘÍSKY A MANDLE 509

Začínám největším — Sladký chléb svatého Jana — Turek amerického původu — Ořechy královského stromu — Zelené pistacie — Naše domácí oříšky — Po-divné ořechy z Nového světa — Tajemství burských oříšků — Skoro jako svě-toběžník — Zemní mandle a keдрové oříšky — Na jaře krásu a na podzim mandle — Osudy jedlého kaštanu

VEČERNÍ ČAJ 544

Původce čajového opojení — Zelený nebo černý? — Není čaj jako čaj — Zroge-ní čajovníku a jeho světová pout — „Nestydatá novinka“ — Maté a jiné rost-liny s povzbudivými účinky — „Zlepšovatel“ čaje — Do čaje také někdy ci-tron — Citrony starověku — Proti molům i jako ovocný sýr — Rozjímání nad kyselým citronem — Pravá grenadina a její vzdělání příbuzní

DOUŠEK PRO NEABSTINENTY 575

Pálenka přišla z Orientu — Pro mlsný jazyk whisky — Naše slivovice a bo-rovnička — Koňak a jeho sourozenci — U barmanova pultu — Likérnictví je poctivé řemeslo

NA ROZLOUČENOU 589

ZÁKLADNÍ POUŽITÁ LITERATURA 604

REJSTŘÍK JMEN ROSTLIN 605