

# OBSAH

<b>ÚVODEM</b> .....	5
<b>ZELENINA A ROČNÍ OBDOBÍ</b> .....	9
<b>KALENDÁŘ SEZÓNŇNÍ ZELENINY</b> .....	11
<b>DOBRÉ RADY PRO ZIMNÍ A JARNÍ JÍDELNÍČEK</b> .....	13
<b>RECEPTY</b> .....	15
CELER .....	17
CIBULE na jaře a v zimě .....	26
ČEKANKA / ENDIVIE ZIMNÍ .....	33
ČERNÝ KOŘEN .....	37
ČERVENÁ ŘEPA .....	42
ČESNEK .....	49
CHŘEST .....	56
KADERÁVEK .....	61
KAPUSTA .....	66
MRKEV na jaře a v zimě .....	76
PETRŽEL A PASTINÁK .....	89
POLNÍČEK (Kozlíček polní) .....	96
PÓREK .....	99
ŘEDKVIČKY / ŘEDKVE .....	107
TOPINAMBURY .....	110
TUŘÍN .....	114
ZELÍ HLÁVKOVÉ v zimě a na jaře .....	118
<b>BYLINKY * KOŘENÍ * KLÍČKY</b> .....	126
<b>ZAHRÁDKA ZA OKNEM</b> .....	127
ŘEŘIČHA SETÁ .....	127
VOJTĚŠKA ALFALFA .....	128
ZELENÁ SÓJA MUNGO (Vigna zlatá) .....	130
ČOČKA .....	132
OBILNÉ KLÍČKY A OSENÍ .....	133
NAŤOVÉ KOŘENÍ ZA OKNEM .....	135
<b>ZAHRADNÍ BYLINKY A KOŘENÍ</b> .....	136
<b>PLANÉ BYLINKY A KOŘENÍ</b> .....	137
<b>REJSTŘÍK RECEPTŮ</b> .....	143