

- JEDOVATÉ !**
- 
- The illustration shows two plants on the left: a snowdrop and a crocus. Both are crossed out with a large, thick red 'X'. Above them, the text 'JEDOVATÉ !' is written in red. To the right is a book with a red cover. The front cover features a drawing of a snowdrop plant and a small gold coin. The book is shown at an angle, revealing its pages.



- Suroviny**

A simple line drawing of a kitchen knife with a dark handle and a light-colored blade, resting on a rectangular cutting board. To the right of the cutting board is a small glass salt shaker with a perforated top and a handle.

Medvědí česnek

The illustration shows a whole garlic bulb on the left and a green garlic sprout on the right. The bulb is white with a papery skin and a small stem at the top. The sprout has a long, thin green stem with several long, thin green leaves and a small green bulb at the bottom.

Bylinkové recepty

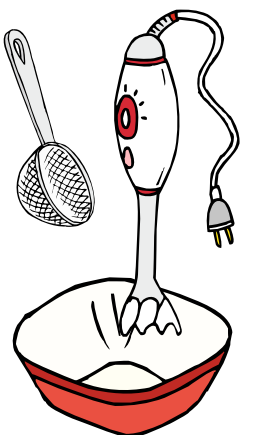


**Inspirujte se našimi
recepty a vyzkoušejte
si, že vyrobit si doma
zdravou věc, není zase
tak těžké.**

Suroviny



- 1 Nasbírané šípky omyj ve studené vodě.
- 2 Z šípků odstraň stopky a bubáky a nakrájej je na poloviny.
- 3 Napučené šípky dej do hrnce a zalij vodou tak, aby je překrývala.
- 4 Šípky přiveď k varu a vař 30 minut.
- 5 Uvařené šípky namel na masovém mlýnku nebo je rozmixuj tyčovým mixermem.
- 6 Připravenou směs pasíruj přes jemné síto.
- 7 Získanou hmotu smíchej s cukrem a opět povař. Cukru přidej dle chuti.
- 8 Marmeládu nakonec dej do čistých sklenic a pořádně uzavři víčkem. Otoč sklenice dnem vzhůru a nechej vychladnout.



Šípky jsou jedním z našich nejbohatších zdrojů vitamínu C. Tím nám pomáhají zvyšovat naši odolnost proti infekčním onemocněním. Pomáhají ale také při jarní únavě nebo při zánětu močových cest. V lidovém léčitelství se šípku někdy říkalo „růže psí“, protože lidé věřili, že dokáže vyléčit vřetklnu.

