

**Jana Vlková** vystudovala ekologii na Přírodovědecké fakultě UK a ještě tamější Fakultu sociálních věd. Vaření, jídlo a gastronomie je její velkou vášní, a stejně tak to platí i pro květiny. Dlouholeté zkušenosti z obou oborů postupně propojila. Pořádá zimní přednášky o jedlých květech, jarní a letní semináře v přírodě a celoročně kulinární koučink, „terapeutické poradenství“ v oblasti jídla. Více na webových stránkách [www.kytkyjidlu.cz](http://www.kytkyjidlu.cz)



muset počkat padesát týdnů, než budu moci na ty rostliny znovu vztáhnout ruku. Takže žiju fakt naplno. Baví mě klidně použít i toto plytké klišé, protože má pro mne reálný obsah.

**Jedlé květy podle mne dodávají jídlu jakousi noblesu. Učíte jiné lidi, jak mají nacházet dobré rostliny, listy, květy, a jak je používat. Které si nejraději dáváte do pokrmu vy?**

S tou noblesou máte nepochybně pravdu. Ten, kdo se rozhodne, že si do jídla nasbírá divoké bylinky nebo použije nějaké květy na zdobenění, se zjevně připravuje jídlo a přemýšlení o něm věnuje. Takové jídlo není odfláknuté a je určité, jak říkáte, noblesní. A s tím učením je to tak, že lidi učím, jak ty rostliny bezpečně poznat, ale není úplně přesné tvrdit, že je učím, jak je používat. Učím je, že je mají používat s láskou a tvořivostí. Dávám jim do ruky prostředky a ostatní nechávám na nich. Radost z vlastního nápadu je daleko větší než nějaká kombinace, kterou jsem někomu nadiktovala. Také já se učím. A ti lidé se občas učí navzájem. Moje semináře nejsou škola, jsou to spíš takové dílny s nepředvídatelným průběhem. Možná by bylo nejpřesnější tvrdit, že učím lidi vyladit se na vlnovou délku přírody.

**Jaké další oživení na talíř si můžeme o prázdninách přinést z louky, pole, lesa, mýtiny či močálu?**

Léto je už spíš aromatické. Na horských loukách, kde se seče později, se můžete „popásat“ na nejrůznějších květech. Nejlepší jsou zvonky a zvonečky, kopretiny, kozí brady, vikve. Polím se zdaleka vyhněte. Chemie, která byla použita na jejich ošetření, by vám mohla způsobit těžší problémy než přirozeně jedovaté rostliny. Lesy a mýtiny poskytují spíš lesní plody, bylinky se v lesích vyskytují jen ve chvíli, kdy stromy nemají listy. No a pak je tu ještě jedna zvláštní lokalita – močály. V zamokřených



*Dobromysl je v létě voňavá, plná slunce. Její květy jsou krásné a výborné. Mnoho podobných bylin může fungovat jako koření. Kvalita se začíná ztrácet, jakmile květy začnou odkvétat, do té doby využijte dobromysl i cokoli dalšího.*

místech roste tužebníček jilmový. Neváhejte s jeho sběrem a nasušte si ho na zimu. Je to originální koření, které se uplatní ve slaných i sladkých jídlech. A na osamělých mezích hledejte mateřídoušku. Osobně ji považuji za nejlepší české koření.

**Naši čtenáři jsou již obeznámeni s vaší první Květinovou kuchařkou. Bude další pokračování?**

Já doufám, že všichni vyznavači jedlého kvítí a býlí se mohou těšit na novou knížku před další vegetační sezonou. Pracuji na ní. Je tolik receptů a tolik rostlin, které se do Květinové kuchařky nevešly! Recepty budou pěkně vypilované, protože občas se mi podařilo trochu zbloudit a mohla jsem s pomocí testujících dobrovolníků vytvořit opravdu výborná jídla. 🍷

Markéta Ostrůžková

Inzerce 273449/10

**DOJEĎTE SVĚŽÍ**

**Orbit**

46

PEPPE

**IDEÁLNÍ DO AUTA**