

# „Dzika kuchnia” - nowa książka Łukasza Łuczaja

Ukazała się nowa książka Łukasza Łuczaja „Dzika kuchnia”. Ta publikacja to zielnik i książka kucharska w jednym, a zarazem przewodnik po ponad dwustu dzikich roślinach jadalnych Polski. Patronat nad książką objęło Dzikie Życie.

**Ukazała się nowa książka Łukasza Łuczaja „Dzika kuchnia”. Ta publikacja to zielnik i książka kucharska w jednym, a zarazem przewodnik po ponad dwustu dzikich roślinach jadalnych Polski. Patronat medialnym nad książką objął miesięcznik Dzikie Życie.**

Nowa książka Łuczaja to praktyczny przewodnik po ponad dwustu dzikich roślinach jadalnych Polski, takich jak: bez, brzoza, chmiel, czosnek niedźwiedzi, czeremcha, klon, łopian, pokrzywa, podbiał, tatarak i wiele innych. Każdy rozdział wyjaśnia, gdzie szukać danego gatunku i jak go rozpoznać, które części rośliny są jadalne, podaje informacje na temat okresu zbioru, substancji czynnych i właściwości farmakologicznych rośliny, a także jej tradycyjnego i współczesnego użytkowania w różnych kulturach.

To książka napisana dla każdego. Omawia głównie pospolite i łatwo dostępne gatunki. Znajduje się w niej jednak wiele smaczków - informacji „z pierwszej ręki” - wyników najnowszych badań terenowych autora czy mało znanych danych archiwalnych o użytkowaniu roślin w Polsce, które mogą zainteresować etnografa czy miłośnika regionalistów.

Warto dodawać dzikie rośliny do wszelkich potraw, które robimy - makaronów, chleba, pierogów, zup, gulaszy itd. Zachęcam do eksperymentu pt. „W każdy dzień dzika roślina”. W marketach są puste kalorie z pestycydami, ryby z rtęcią, mięso z antybiotykami. Nie bójcie się zielska!

mówi Łukasz Łuczaj, w niepublikowanym jeszcze wywiadzie dla miesięcznika Dzikie Życie (wywiad ukaże się w wakacyjnym numerze już 3 lipca)

19 czerwca o godz. 19.00 w Warszawie w Klubokawiarni Solec odbędzie się spotkanie promocyjne z autorem książki.

**Łukasz Łuczaj** - dr hab. biologii, profesor Uniwersytetu Rzeszowskiego, etnobotanik i ekolog roślin, autor wielu prac naukowych z dziedziny etnobotaniki. Autor kilku książek m.in. „W dziką stronę” (Krosno 2010). Członek rady redakcyjnej „Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine”. Twórca warsztatów popularyzujących wiedzę etnobotaniczną ([luczaj.com](http://luczaj.com)). Stały współpracownik miesięcznika Dzikie Życie.

**„Dzika kuchnia”, Łukasz Łuczaj**

Wydawnictwo Nasza Księgarnia, [wnk.com.pl](http://wnk.com.pl)

320 stron, kilkaset zdjęć, ponad sto przepisów, wiele felietonów, ryciny

**Patronat medialnym nad książką objął Miesięcznik Dzikie Życie.**