

OBSAH

Úvod	7
Med	9
Dějiny medu	10
Zajímavosti	13
Výroba medu	14
Produkty úlu	19
Druhy medu	22
Cenné vlastnosti medu	27
Použití medu	33
Rady pro krásu	34
Pleť	34
Oči	41
Krk	42
Rty	42
Vlasy	43
Ruce a nehty	44
Dekolt	45
Nohy	46
Koupel	46
Mýdlo	49
Recepty	57
Zálivky a omáčky	58
Saláty a předkrmy	62
Hlavní chody	66
Zákusky	72
Nápoje	77