

---

## OBSAH:

---

<b>PŘEDMLUVA:</b> .....	<b>5</b>
<b>POVÍDÁNÍ O MEDU</b> .....	<b>21</b>
Včela medonosná .....	21
Proč je med tak hodnotný?.....	22
Složení medu .....	23
Vyhláška č. 76/2003 ze dne 6. března 2003 .....	27
Skladování medu .....	32
Medové zajímavosti .....	32
Rady do kuchyně.....	33

### RECEPTY

<b>HLAVNÍ JÍDLA - MASITÁ, POPŘ. SLANÁ</b> .....	<b>36</b>
<b>MARINÁDY A GRILOVACÍ OMÁČKY</b> .....	<b>36</b>
<b>DRŮBEŽ, KRÁLÍK</b> .....	<b>40</b>
Čínská kuřecí křídélka .....	40
Čínská kuřecí směs s nudlemi .....	40
Čínské kuřecí závitky.....	41
Chilli kuře na citronu.....	42
Dábelská kuřecí stehýnka .....	42
Drůbeží maso na medu .....	43
Grilované nebo rožněné kuře.....	44
Grilované kuře .....	44
Grilované kuřecí špalíčky s pивní marinádou .....	45
Kuře moutarde.....	45
Kuřecí prsíčka plněná banánem.....	46
Kuře s jablky na medu.....	46
Kuře na medu.....	47
Smažené kuře .....	47
Kuře na medu s paprikou .....	48
Kuře plněné banány .....	48

Kuře na medu s ananasem.....	49
Kuře v červeném kabátku.....	50
Kuřecí nohy v kukuřičné krustě.....	50
Kuřecí kousky v medové marinádě.....	50
Kuřecí medová stehýnka.....	51
Kuřecí plátky v medovo-jogurtové marinádě.....	51
Kuřecí prsa na medu po čínsku.....	52
Kuřecí závitky s omáčkou z medu a hořčice.....	53
Rozmarýnové kuře na zelenině.....	53
Medová kuřecí prsa.....	54
Kuře pečené na medu s jablky.....	55
Kuřecí prsa na medu.....	55
Kuře (nebo králík) na medu.....	56
Kuřecí prsa na medu s mandlemi.....	56
Kuřecí řízky na pomeranči s medem.....	56
Kuře s medem a kari.....	57
Kuře s medem a ořechy.....	57
Kuřecí špíz v hořčicovo-medové marinádě:.....	58
Pikantní kuřecí stehýnka.....	58
Kuřecí křídla na medu.....	59
Krůtí prsíčka na medu.....	59
Krůtí závitky se sušenými švestkami.....	60
Kachna na medu s jablky.....	60
Pekingská kachna.....	61
Kachna na medu.....	62
Kachna na medu a zeleném citronu s plátky vařeného pórku.....	62
Kachna s medem.....	63
Kachna s višňovou omáčkou.....	63
Kachní prsa na medu s barevnými fazolkami.....	64
Lakovaná kachnička z čínské kuchyně.....	65
Holub na medovo-tymiánové omáčce s kousky jablek.....	66
Králík pečený na medu.....	66
<b>RYBY.....</b>	<b>68</b>
Filé po karibsku v rajčatové omáčce.....	68
Lososový pstruh na medu s koprem.....	68
Pikantní kapr.....	69
Kapr v pikantní omáčce.....	70

Mexická smažená zmrzlina.....	242
Míchaný ovocný salát I. ....	243
Míchaný ovocný salát II. ....	243
Mléčný marcipán pro děti.....	244
Mražené ovocné kostky .....	244
Mrkvový salát.....	245
Mrkvový salát s jablky, medem a ořechy .....	245
Muzika (staročeský vánoční pokrm) .....	246
Müsli z ovesných vloček .....	246
Ořechy v medu.....	247
Ořechy v medu po čínsku.....	247
Ovoce s jogurtovým krémem .....	247
Ovoce v medu .....	248
Ovocná zmrzlina.....	248
Ovocný salát s bílým jogurtem .....	249
Ovocný salát I. ....	249
Ovocný salát II. ....	249
Tiramisu .....	250
Salát z čínského zelí s ananasovou šťávou.....	250
Salát ze syrové červené řepy s medem.....	251
Slavnostní ovocný salát.....	251
Smetanové medové karamelky .....	252
Turecký med I. ....	252
Turecký med II.....	253
Výborná vídeňská čokoláda.....	253
Zálivka na salát s medem a hořčicí .....	254
NÁPOJE – NEALKOHOLICKÉ.....	255
Banana mix.....	255
Banánový koktejl.....	255
Bezinkový nápoj stoletých.....	255
Čajová limonáda.....	256
Čokoládové mléko.....	256
Horká citronová limonáda.....	256
Horká jablečná limonáda .....	257
Jablečný džus.....	257
Jablečná limonáda .....	257
Osvěžující jablečná limonáda .....	258
Jablkové mléko.....	258

Jablkový jogurtový nápoj.....	258
Jahodové mléko I.....	258
Jahodové mléko II.....	259
Jahodový koktejl s čokoládou .....	259
Jahodový koktejl.....	259
Jogurtové mléko .....	260
Jogurtový koktejl.....	260
Karotkové mléko .....	260
Koktejl s ovesnými vločkami .....	260
Koktejl z černého rybízu.....	261
Malinový koktejl I.....	261
Malinový koktejl II.....	261
Medová jabloková limonáda.....	262
Medová jahodová bowle .....	262
Medová limonáda (recept Magdaleny Dobromily Rettigové).....	262
Medová káva .....	263
Medový koktejl s muškátovým oříškem .....	263
Medový koktejl zvaný „supersuprák“ .....	263
Medový koktejl.....	264
Meruňkový koktejl .....	264
Mléčný koktejl s vaječným likérem .....	264
Mléčný koktejl s ovocem.....	265
Mrkvová nebo jablečná šťáva.....	265
Mrkvový džus.....	265
Oříškový koktejl.....	266
Ovocný čaj s medem I.....	266
Ovocný čaj s medem II.....	266
Pomerančové mléko s vejci.....	267
Pomerančový koktejl.....	267
Skořicový koktejl s medem .....	267
Švédské mléko.....	268
Teplý medový koktejl.....	268
Vaječné mléko s medem .....	268
Vitaminová bomba proti nachlazení.....	268
<b>NÁPOJE – ALKOHOLICKÉ .....</b>	<b>269</b>
Aperitiv Athole Brose (starý skotský nápoj) .....	269
Domácí punč s vínem .....	269
Hot Butter Cider.....	269

Karlovarská káva.....	270
Medová slivovice .....	270
Medový grog .....	270
Vaječný likér.....	270
Vaječný medový likér .....	271
Vánoční medový grog.....	271
Skotský medový grog .....	272
Zimní sen.....	272
<b>MEDOVINA .....</b>	<b>273</b>
Postup při výrobě medoviny.....	273
Staročeská medovina.....	275
Bernadinská medovina .....	275
Kastelánská medovina.....	276
Královská medovina.....	276
Litevská medovina I.....	276
Litevská medovina II. ....	276
Polská medovina (ruská medovina).....	277
Ovocné medoviny.....	277
Angreštová nebo višňová medovina.....	277
Malinová medovina.....	277
Ovocná medovina.....	278
Rybízová medovina.....	278
<b>ZAVAŘUJEME S MEDEM.....</b>	<b>279</b>
Angreštová marmeláda s medem.....	279
Jablkoý džem.....	279
Medové švestky v koňaku .....	279
Ovoce zavařené v medu (studený způsob) .....	279
Povidla z dýně.....	280
Rybíz v medu .....	280
<b>MED JAKO LÉK.....</b>	<b>281</b>
Použití medu proti kašli.....	283
Pivní cloumák při nachlazení .....	283
Elixír proti kašli .....	283
Lektvar proti kašli .....	283

Průdušky, nemoci dýchacích cest.....	284
Plicní čaj.....	284
Nachlazení.....	284
Chrapot.....	284
Rýma, katar horních cest dýchacích.....	284
Kašel.....	284
Kašel, chrapot.....	285
Katar průdušek.....	285
Růžový med.....	285
Křeče zažívacího systému, bolesti břicha a žaludku.....	285
Nechutenství, kožní choroby.....	285
Vysílení, rekonvalescence.....	286
Nápoj na nervy a nespavost.....	286
Mexický elixír lásky.....	286
Vino na srdce (130 let starý recept).....	286
<b>MED JAKO KOSMETICKÝ PŘÍPRAVEK.....</b>	<b>287</b>
Medové mléko k pěstění pleti.....	287
Směs na křehké nehty.....	287
Pleťový krém „včelí královny“.....	288
Měsíčková mast.....	288
Měsíčková mast s propolisem.....	288
Balzám na rty z včelího vosku.....	289
Pleťová maska pro zralou pleť.....	289
Vlasová kúra.....	289
<b>VČELY A MED V LITERATUŘE.....</b>	<b>290</b>
Včely a Zeus.....	290
Pohádka O perníkové chaloupce.....	290
<b>VČELAŘSKÝ HUMOR.....</b>	<b>292</b>

VEPŘOVÉ MASO .....	71
Grilovaná lahůdková krkovička .....	71
Vepřové plátky s opečenými banány .....	71
Žebírka v javorové marinádě .....	72
Vepřová žebírka na medu .....	72
Vepřová žebírka s medem a zázvorem (z americké kuchyně) .....	73
Vepřové plátky na medu .....	73
Vepřové plátky s medovými bramborami .....	74
Vepřové dušené s medem .....	74
Vepřové medailonky s broskvemi a rajčaty .....	75
Vepřové kotlety na medu .....	76
Vepřové na medu .....	76
Grilovaná žebírka na medu .....	77
HOVĚZÍ A TELECÍ MASO .....	78
Plněné telecí kotlety .....	78
Telecí játra na medu .....	78
Roštěná na medu .....	79
Hovězí maso po virginsku .....	79
Marinované hovězí steaky .....	80
Hovězí steaky s marinádou z černého piva .....	81
JEHNĚČÍ MASO .....	82
Jehněčí ragú s bramborami .....	82
Jehněčí maso na švestkách s medem .....	82
OSTATNÍ .....	84
Žáby v tůni .....	84
Špekáčky zapečené v pive .....	85
Masové fondue .....	85
Mlsné medové uzené koleno .....	86
BEZMASÁ JÍDLA .....	87
Čína ze sójového masa .....	87
Pečené fazole .....	87
Mušličky s tofu v medové omáče .....	88
Ztracená vejce s pikantní oblohou z dušené cibule .....	88
Medové topinky .....	89

<b>HLAVNÍ JÍDLA - SLADKÁ.....</b>	<b>90</b>
Indická rýžová směs s ovocem a kari.....	90
Jablka s rýží a s hrozkami.....	90
Jahelník s medem.....	91
Lívance s hruškami na červeném víně, nadívané karamelovou zmrzlinou.....	91
Ovocná kaše s ovesnými vločkami.....	92
Pivní lívance s medem a ořechy.....	92
Polské skořicové toasty.....	93
<b>PEČIVO Z KYNUTÉHO TĚSTA.....</b>	<b>94</b>
Jidáše I.....	94
Jidáše II.....	94
Medové jidášky.....	95
Medová štóla s marcipánem.....	96
Ovocná pizza.....	97
Svatební koláčky nekynuté.....	97
Velikonoční beránek.....	98
<b>ŘEZY, DORTY, ROLÁDY A ZÁVINY.....</b>	<b>99</b>
Anglický ovocný chlebíček.....	99
Arménské řezy.....	100
Arménský medový dort.....	100
Dýňový koláč.....	101
Černé řezy.....	102
Dort z mikrovlnky.....	102
Mramorová bábovka.....	103
Drobenkový koláč.....	103
Jablkové medové řezy.....	104
Jablkový piškot s mandlemi.....	105
Jemné medové řezy.....	106
Jogurtové řezy s malinami.....	106
Kakaová roláda s medovým krémem.....	107
Královské řezy.....	108
Litý perník na plech.....	109
Litý perník.....	109
Maminčiny medové řezy.....	110
Medová bábovka.....	111

Medová roláda .....	111
Medová roláda s ovocnou náplní .....	111
Medové dortíčky .....	113
Medové koláčky .....	113
Medové kremeše .....	114
Medové kremeše slavnostní .....	115
Medové ovocné řezy .....	116
Medové plátky .....	117
Medové řezy s ořechovou náplní .....	117
Medové řezy .....	118
Medové řezy s pudinkovým krémem .....	119
Medovníčky .....	119
Medovník s dvojí náplní .....	120
Medovník I. ....	121
Medovník s javorovým sirupem .....	122
Medovník II. ....	122
Kořeněný medovník .....	123
Rumový medovník .....	123
Medovník s povidly .....	124
Ruský medovník .....	125
Medovník III. ....	126
Medovník s řepným sirupem .....	127
Ořechový medovník .....	128
Medovník Marienka .....	128
Medovníkové řezy s marcipánem .....	130
Medový dort piškotový .....	131
Medový dort .....	131
Mandlový medový dort .....	132
Medový dortík .....	132
Medový koláč .....	133
Medový kukuřičný chléb .....	133
Medový piškotový perník .....	134
Medové řezy lité na plech .....	134
Medový závin s hrozkami .....	135
Měkké medovníčky .....	136
Mramorová bábovka .....	136
Ořechové řezy .....	137
Ořechový medovník .....	138
Oříškový koláč s medem .....	138

Ovocný chlebiček.....	139
Perník ze švestkových povidel .....	139
Perníková roláda.....	140
Perníkové řezy.....	140
Perníkové lité řezy .....	141
Perník sypaný ořechy.....	142
Plněný perník.....	142
Perníkový koláč.....	143
Perníkový závin.....	143
Polévané řezy .....	144
Rychlý perník .....	144
Tradiční arménský medovník.....	145
Tvarohové řezy s jablky .....	145
Žloutkové řezy.....	146
<b>CUKROVÍ.....</b>	<b>147</b>
Arašídové preclíčky.....	147
Bochánky .....	147
Bochánky z müsli.....	148
Čokoládové špičky .....	148
Datlové medové tyčinky .....	149
Dia sušenky .....	149
Doutníčky .....	150
Hrozinková srdíčka.....	150
Jemné čajové pečivo .....	151
Kávévé rohlíčky .....	151
Kokosové rohlíčky .....	152
Kokosové hvězdičky .....	152
Kokosové sušenky.....	153
Linecké pečivo s medem .....	153
Makrobiotické vánoční cukroví.....	153
Mandlové kuličky.....	154
Marcipánky .....	154
Marcipánky z žitné mouky .....	155
Marcipánové trubičky.....	155
Medové dortíčky.....	156
Medové kokosky .....	156
Medové kornoutky .....	157
Medové košíčky .....	157

Medové ovocné trubičky.....	158
Medové pečivo s náplní.....	158
Medové perníkové hvězdičky.....	159
Medové trubičky I.....	160
Medové věnečky.....	160
Medová srdíčka.....	161
Medové máslové koláčky.....	161
Medové ořechové dortíčky.....	161
Medové rohlíčky.....	162
Medové štěpánky.....	163
Medové trubičky II.....	163
Medovníčky s ořechy.....	164
Medový vánoční chléb.....	164
Norimberské suchary.....	165
Ořechová kolečka.....	165
Ovesné koláčky.....	166
Perníkové domino.....	166
Perníkové marcipánky.....	167
Pohankové sušenky.....	167
Pomerančové medovníky.....	167
Pracny.....	168
Pudinkové rohlíčky.....	168
Řecké medové koláčky.....	169
Tyčinky s medovou zálivkou.....	170
Vánoční ořechy.....	170
NEPEČENÉ CUKROVÍ.....	171
Čokoládový lanýžový dort nepečený.....	171
Doutníky.....	171
Fíkové koláčky.....	172
Kakaové kuličky.....	172
Lanýžový dort.....	173
Kávové tyčinky.....	173
Medové kostičky v čokoládě.....	173
Medové kuličky s kokosem.....	174
Medové salonky.....	174
Nepečené punčové cukroví.....	175
Nepečené sójové cukroví.....	175
Marcipán.....	176

Nugát.....	176
Ořechové koule.....	177
Rozinkové slzičky .....	177
Rumové kuličky .....	178
Vlašské ořechy v čokoládě .....	178
<b>PERNÍKY .....</b>	<b>180</b>
Základní složky perníkového těsta .....	180
Několik rad při pečení perníčků:.....	182
Jak na zdobení perníčků .....	183
Polevy na perníky .....	184
Bílková.....	184
Žloutková.....	184
Biskupské perníky .....	185
Boleslavské perníčky.....	185
Čokoládové perníčky.....	186
Dobry perník.....	186
Dobré perníčky .....	187
Domáci perník .....	187
Gruzínské perníčky.....	188
Jemné čajové perníčky .....	188
Kakaové perníčky .....	189
Lahodné perníky.....	189
Mandlové perníčky.....	190
Medové perníčky anýzové .....	190
Medové perníčky s olejem.....	191
Medové perníčky .....	192
Medové perníčky jednoduché.....	192
Medové perníčky s kakaem .....	193
Medové perníčky bez tuku .....	193
Medový perník strakonické perníkárky paní Julie Chadimové.....	193
Medové perníčky podle perníkárky paní Kolářové .....	194
Medové perníčky perníkárky paní Prokešové.....	195
Medové perníčky z žitné mouky.....	195
Medový vánoční pumpernikl .....	195
Mikulášské perníčky, které neztvrdnou .....	196
Obalovaný krkonošský perník .....	197
Ořechové perníčky .....	197
Pardubické medové perníčky .....	197

Perníčky I. ....	198
Perníčky bez tuku.....	198
Perníčky z žitné mouky .....	199
Perníčky II. ....	199
Perníčky ihned měkké.....	200
Perníčky, které jsou hned měkké.....	200
Perník sypaný ořechy.....	201
Perníková srdíčka .....	201
Perníková kolečka .....	202
Perníkové srdce .....	202
Pumperníkl.....	203
Rumové perníčky .....	203
Ruský plněný perník .....	204
Polévané perníčky .....	204
Rychlé medové perníčky.....	205
Rychlý perník .....	205
Staročeské perníčky.....	206
Šumavské perníčky.....	206
Vánoční mandlový perník.....	207
Vánoční perníčky .....	208
Vánoční perníčky ihned měkké.....	208
Vánoční perníčky, moc dobré.....	209
Vánoční jemné perníčky .....	209
Valašské medové perníčky.....	210
Vrchlabské perníčky .....	210
Vídeňský mandlový perník .....	211
Výborné perníčky I. ....	211
Výborné perníčky II. ....	212
Výborné perníčky, které vždy změknou.....	213
Výborné měkké ořechové perníčky.....	214
Výborný plněný perník .....	214
Žlutkové perníčky.....	215
<b>PERNÍKOVÉ CHALOUPKY .....</b>	<b>216</b>
Perníková chaloupka .....	216
Jednoduchá perníková chaloupka .....	218
Perníková chaloupka z rumového těsta.....	218
Velká perníková chaloupka.....	219
Perníková chaloupka .....	220

Perník na zvířátka .....	220
Perníkový stromeček .....	221
Perníkové figurky .....	221
Perníkové figurky bez tuku.....	222
Těsto na figurky .....	222
<b>POMAZÁNKY, POHÁRY .....</b>	<b>230</b>
Ořechová pomazánka s medem .....	230
Ovocná pomazánka .....	230
Ovocná tvarohová pomazánka .....	230
Ovocný pohár .....	231
Pomazánka z lučiny s medem .....	231
Tvarohová pomazánka s banánem.....	232
Tvarohová pomazánka s medem .....	232
<b>OSTATNÍ A NEZAŘADITELNÉ .....</b>	<b>233</b>
Banánová zmrzlina s medem.....	233
Banánový salát s jablky .....	233
Banány na medu.....	234
Banány s medem a skořicí.....	234
Birchermüsli .....	234
Čokoládové karamelky.....	235
Horké třešně se zmrzlinou v karamelu .....	235
Hrušky v medu .....	236
Hrušky v medu s kokosem .....	236
Italské medové semifredo .....	237
Jablečný medový dort .....	237
Jogurtové želé.....	238
Med s ořechy.....	238
Medová čokoláda .....	239
Medová majonéza.....	239
Medovo-kokosová poleva na moučníky, zmrzliny apod. ....	239
Karamelky.....	240
Křupavé zapečené müsli .....	240
Mandlová zmrzlina.....	241
Medová zmrzlina.....	241
Medová rumová zmrzlina .....	241
Medová jogurtová zmrzlina .....	242
Medový marcipán.....	242