

OBSAH

1 DĚJINY MEDU

Med a včely v dějinách	14
V mytologii starověkých národů	16
Ve světových náboženstvích	17
V křesťanské tradici	19
Včely a med jako zbraň	20
Vývoj včelích příbytků	22
Včelaření na našem území	24
Novodobé dějiny	25

2 ŽIVOT V ÚLU

Z čeho se skládá včelstvo	28
Matka	30
Dělnice	31
Trubci	32
Plásty	32
Plod	35
Zásoby	36
Úl	36
Co se děje při rojení	37
Jak se včely orientují	38
Dorozumívání včel	38

*Devadesát procent využití včel
spočívá v opylování rostlin a jen
deset procent představují přímé
produkty, hlavně med.*

3 ZÁZRAK ZVANÝ MED

Jak vzniká med	42
Složení medu	46
Vlastnosti medu	48
Viskozita	48
Hygroskopicitá	48
Krystalizace	48
Barva medu	51
Druhy medu	
podle zdrojů	52
Druhy medu	
podle zpracování	55
Biomed	56
Toxický med	57

4 MEDOVINA

Dějiny medoviny	60
Druhy medoviny	64
Výroba medoviny	67
Recepty	68
Domácí medové pivo	70
Medový destilát	70

5 VČELÍ PRODUKTY

Vosk	74
Pyl	78
Propolis	79
Včelí jed	80
Mateří kašička	82
Jiné včelí produkty	83





6 MED V KOSMETICE

Využití medu v kosmetice	86
Regenerace vlasů	90
Přípravky na pleť	
Masky	91
Zábal	93
Balzám	94
Krém	94
Peelingy	94
Medová kúra pro rty	95
Pokožka rukou a nohou	95
Medová masáž	96
Medové koupele	98
Tělové mléko	99
Další včelí produkty v kosmetice	101

7 MED JAKO LÉK

Z historie medu v léčitelství	104
Léčivé účinky medu	109
Praktické domácí recepty	112
Manukový med	114
Med při cukrovce a alergiích	114
Pyl jako lék	115
Užívání pylu	116
Pylový extrakt	116
Léčebné využití propolisu	118
Propolisová tinktura	118
Propolisová mast	119
Účinky mateří kašičky	121
Med s mateří kašičkou	122
Léčebné účinky včelího jedu	123
Produkty s léčivými účinky	123

8 PEČEME S MEDEM

Z dějin medovníkářství	126
Příprava medovníkového těsta	129
Rady před pečením	130
Zdobení medovníků	133
Polevy	137
Medovníky	140
Čajové pečivo	150
Nepečené zákusky	156
Medové moučníky	158
Medové zákusky	166
Rolády a dorty	186
Koláče	194
Medové dezerty	200

9 VAŘÍME S MEDEM

Příprava pokrmů s medem	218
Marinády	222
Glazury	224
Omáčky	226
Zálivky	230
Předkrmy a chuťovky	232
Polévky	240
Hlavní jídla	244
Saláty	256

10 MEDOVÉ NÁPOJE

Mléčné nápoje	264
Osvěžující nápoje	268
Čaje	270
Nápoje s alkoholem	272
Zkratky použité v receptech	274
Rejstřík	274

