

Tajomstvá tekutého ZLATA

SPOLUŽITIE ČLOVEKA A VČELY PODĽA VEDCOV TRVÁ NEUVERITELNÝCH 20-TISÍC ROKOV. DOMESTIKÁCIA TOHTO SVOJRÁZNEHO A USILOVNÉHO ŽIVOČÍCHA PREBEHLA PODĽA VŠETKÝCH PRAVIDIEL. ČLOVEK, KTORÝ ZBERAL MED LESNÝCH VČIEL BRTNÍCKYM SPÔSOBOM, SA NAUČIL O VČELÁCH TAKMER VŠETKO.

Začal im budovať nové domovy, prútené, drevené aj sklenené úle, pozoroval ich život a možno, ak ste pozorne čítali Tisícročnú včelu, včelstvo začlenilo človeka do svojho spoločenstva. Nie vždy sú aspekty tejto spolupráce pozitívne. Napríklad Francúzsko svojho času zaskočil modrý med, to sa včeličky popásali na cukríkoch, ktoré vyhadzovala továreň na výrobu cukríkov. Milovníci prírody dvihli varovný prst, mnohé včely po takejto znáške uhynuli. Jednoducho im uškodilo priveľa cukru a farbiva. Možno preto mnohí ľudia radšej používajú med ako sladidlo, lebo je to čisto prírodný produkt, ktorý obsahuje množstvo enzýmov, vitamínov a má antibiotické účinky. Nie nadarmo je v staroegyptskom chráme v Luxore hieroglyfickým písmom nápis: „Ak budeš piť mlieko, konzumovať med a cvičiť, dožiješ sa v pevnom zdraví vysokého veku.“ Aj Mojžiš viedol Izraelitov do zeme mlieka, medu a chlebovej striedky. Med možno využiť naozaj rôznymi spôsobmi. Okrem konzumácie je skvelý v kozmetike, pretože hĺbkovo regeneruje pokožku a účinne bojuje proti vráskam.

MED JE VZÁCNY PRÍRODNÝ PRODUKT

V stredoveku sa ničenie úľov trestalo smrťou. Aj v období temna sa totiž med pokladal za veľmi vzácnu potravinu a svojím spôsobom bol nezastupiteľný vo výžive obyvateľstva. Aj rakúsko-uhorská cisárovná Mária Terézia mimoriadne podporovala včelárstvo na území ríše a upravovala túto, ako sama hovorila, „nesmierne bohumilú a užitočnú činnosť“ niekoľkými cisárskymi výnosmi. Včelári sa tešili podpore a spoločenskému uznaniu. V období jej vlády včelárstvo vstupuje do modernej doby a med sa stáva superpotravinou v tom zmysle, ako ho vnímame dnes. Starí Slovania uchovávali med v hlinených nádobách a takmer vo všetkých slovanských jazykoch medveďa vnímajú ako tvora, ktorý vie, kde sa nachádza med. Nie nadarmo boli a sú mimoriadne obľúbené medy v sklenených a plastových obaloch,

MED V MEDICÍNE

Med sa už v starom Egypte využíval ako vynikajúci prostriedok na hojenie rán, s jeho používaním sa však stretávame vo všetkých civilizáciách a kultúrach. Má totiž najvyšší a najvyváženejší obsah prírodných cukrov, ktoré sú nevyhnutné na fungovanie organizmu. Obsahuje vitamíny, enzýmy, minerály, liečivé látky s antioxidantným, antibakteriálnym, imunostimulačným a revitalizačným účinkom. Med je sám osebe sterilná látka, ktorá znemožňuje množenie mikroorganizmov. Preto je jednou z mála prirodzene trvanlivých potravín. Liečivé účinky medu do veľkej miery vychádzajú aj z liečivých účinkov rastliny, na ktorých včela meduje. Liečenie včelími produktmi sa nazýva apiterapia. Med urýchľuje scelenie rany produkciou bielych krviniek a redukuje jazvy. Pomáha pri žalúdočných vredoch, pri chorobách pečene, žlčníka, pri chronickom zápale žalúdka, dvanástnika a hrubého čreva. Môžu ho sem-tam používať aj diabetici, pretože ho organizmus odbúra oveľa rýchlejšie ako cukor. Med pomáha pri angíne pectoris a je to tradičný liek proti chrípke a prechladnutiu v jesennom a zimnom období.

ktoré majú tvar macíkov. Med je definovaný ako prírodný produkt, tekutina viskózovej konzistencie, ktorá môže mať jantárovo priehľadnú farbu, zlatistú, hnedastú alebo aj červenkastú. Podľa toho, na akých rastlinách včely medujú, získavajú včelári lipový, agátový, lesný, slnečnicový med atď. Pravda je, že včely by mohli zberať nektár aj zo smrteľne jedovatých rastlín, ako je napríklad durman zlomocný. Pre včely takéto med nie je toxický, ale človeka by mohol zabiť. Preto sa včelári snažia úle strategicky umiestňovať tam, kde sa takéto druhy rastlín vôbec nevyskytujú.

Med by sa nemal dosládzat', pretože stráca kvalitu a zdravotné benefity. Netreba zabúdať na to, že ďalšími cennými produktmi, ktoré včelstvo poskytuje človeku, sú peľ, materská kašička a propolis. Peľ sa zachytáva na chlupoch posledných dvoch nožičiek každej včely. Niektorí ľudia milujú med s prímiesami rôznych druhov peľov. Mnohí ľudia užívajú propolis, prípadne ho používajú ako prírodný liek na rany alebo boľavé zuby. Materská kašička je veľmi zdravá a populárna najmä v medicíne a kozmetike.



MED AKO ANTIALERGIKUM

Vostatnom čase vyhľadávajú plástový med nielen labužníci, ale aj alergici na peľ. Pomocou medu s plástom chcú zmierniť príznaky svojej alergie. V každom nefiltrovanom kvetovom mede sa nachádza peľ. V apiterapii sa odporúča v jeseni a zime denne zjesť jednu lyžicu medu. Podľa druhu alergie buď jarný, alebo letný kvetový med a podľa možnosti z regiónu, kde alergik žije. Od decembra do januára sa odporúča jedna čajová lyžička plástového medu a, ak je to možné, žuť aj kúsok plástu ako žuvačku. Niektorí ľudia uvádzajú, že sa im príznaky alergie zmiernili alebo aj úplne vymizli. Naslovovzatý včelár a vlastník rodinnej farmy upozorňuje, že doteraz nebola uverejnená žiadna seriózna vedecká štúdia, ktorá by potvrdila tento liečivý účinok medu. Napriek tomu, že niektorí ľudia majú pozitívne skúsenosti s týmto druhom liečby, treba byť mimoriadne opatrný. Ak sa objavia príznaky anafylaktického šoku, treba okamžite kontaktovať lekára.

Čiňania zvyknú užívať včeliu materskú kašičku spolu so ženšenom a hubami šitake ako osvedčené omladzujúce prostriedky, ktoré podporujú regeneráciu, detoxikáciu a dlhovekosť organizmu. Med môže byť odkvapkávaný, vzniká tak, že sa nareže plást a z neho sa uvoľňuje med, ktorý steká do zbernej nádoby. Topený med sa získava zohrievaním plástov. Lisovaný med sa tvorí stlačením plástu a vytlačením medu, nie jeho odstreďovaním. Pastovaný med je špecifickým spôsobom vymiešaný kvetový med, ktorý takto získava trvácnu pastovitú konzistenciu vhodnú na natieranie. Zvláštnou kategóriu je napríklad sušený med, ktorý je vysušený do tuhej konzistencie alebo doslova do práškovej instantnej konzistencie. Používa sa ako rýchly a praktický doplnok energie do čaju alebo v pekárstve. Potravínovou raritou je abchásky skalný med. Jednodruhový med je med z nektáru alebo medovice prevažne jedného druhu rastliny. Napríklad agátový, lipový, smrekový, repkový atď. Viacdruhový med môže byť ovocný, lúčny, pampový, džungľový, prériový, savanový, púštny, horský, lesný atď. Zaujímavou kategóriou je sirupový med. Nepochádza z nektáru alebo medovice rastlín, ale z včelárskeho liečivého

sirupu, ktorým včelár kŕmi včelstvo. Sirup je z liečivých rastlín, ktoré neposkytujú nektár, ale majú liečivé účinky, napríklad žihľava. V súčasnosti sú populárne aj medy ochutené ovocím, čokoládou, orechmi či bylinkami. Medicínsky med je certifikovaný, určený priamo na terapeutické účely s výraznými antibakteriálnymi vlastnosťami, ktoré ich odlišujú od ostatných medov. Tieto výrazné biologické kvality sú dosiahnuté výberom rastlinného zdroja, z ktorého včelstvo dorába med, zväčša ide o jednodruhový med, napríklad manuka. Podobné vlastnosti majú na Slovensku medovicové medy, ale táto oblasť sa ešte len rozvíja.

VČELY KONTRA OSY A MRAVCE

Včela je nesmierne užitočný tvor. Pre včely je med zásobou energetickej bohatej potravy. Počas roka silné včelstvo vyrobí a z väčšej časti aj spotrebuje rádovo stovky kilogramov medu. Na prečkanie zimy včelstvu stačí približne 1 kg medu. Preto včely nemajú vážne výhrady, ak im človek z týchto zásob odoberá. Väčšina včelárov aj členovia ich rodiny vám môžu potvrdiť, že za normálnych okolností sa nestáva, aby ich vlastné včely poštipali. Mnohí z nich používajú včelársku kuklu a iné ochranné

prostriedky, ak cítia, že včely sú z nejakých dôvodov, napríklad klimatických, rozladené. Takisto treba byť opatrný pri úkonoch, ktoré včely nemajú rady, napríklad dezinfekcii úľov. Obzvlášť agresívne sú juhoamerické druhy divokých včiel. Český cestovateľ Vojtech Alberto Frič svojho času písal o zbere medu v Amazónii. Napríklad Indiáni z kmeňa Čamakoko vynikajú krásou tváre a ľudského tela. Túto krásu zvyrazňujú dlhé vlasy, ktoré u mužov pokladajú Indiánky za obzvlášť sexi. Žiaľ, pri zbere medu divé včely mali taký zvyk, že mocnými hryzadlami odhryzli mužom vlasy už pri korenkách. Cestovateľ s úsmevom písal, že takí muži, ktorí sa vzdali svojich krásnych dlhých vlasov, aby užívali rodinu, boli najväčším hitom na „trhu s manželmi“ v džungli. Mravce majú podobnú spoločenskú hierarchiu ako včely, vrátane svojej kráľovnej. Mravce sú mimoriadne užitočné pri kyprení pôdy, jej očistení od odumretých živočíchov. Ak prírodovedec chcel v minulosti získať napríklad čistú vtáčiu kostru, vložil telo vtáka do mraveniska. Treba podotknúť, že jedine mravčia kráľovná má krídla a používa ich na podobné účely ako včelia matka. Osy a včely sa vzájomne nemajú rady. Ak

sa dá do boja osa so včelou ako jednotlivec, znamená to pre včelu jasnú prehru. Osa je nemilosrdná, krutá, je lepšie fyzicky stavaná a má mocnejšie hryzadlá. Pravda však je, že roj ôs proti roju včiel nemá šancu. Ide o to, že včely sú v boji proti osám lepšie organizované a sú schopné okamžite prijímať nové stratégie. Včela ako jednotlivec rýchlo prehrá, ale vo svojom spoločenstve je prakticky neporaziteľná.

MEDOVINA PATRÍ KVIANOCIAM

Už tradične takmer na všetkých vianočných trhoch môžete ochutnať medovinu. Takisto si ju môžete odniesť domov v sklnej fľaši ako jeden z krásnych darčiekov pre seba a pre svojich blízkych. Medovina je vykvasený alkoholický nápoj z medu, ide v podstate o víno z medu. Je to prírodný nápoj sladkej a opojnej chuti, ktorý má jemný medový buket. Vzniká kvasením medového roztoku s pomocou ušľachtilej kultúry

Divé
včely pri
zbere medu
odhryzli
mužom vlasy!

jednota dnes v kuchyni

vínnych kvasiniek. Medovina vyrobená tradičnou technológiou obsahuje zväčša 12 až 14 percent alkoholu. Ak ste čítali Staré povesti české, viete o moci medoviny svoje. Práve medovina hrala kľúčovú úlohu v dievčenskej vojne, ktorú viedla šľachtičná Vlasta so svojou ženskou družinou proti druhej polovici ľudstva. Bola to krásna Šárka, ktorá pomohla zajať vojvodu Ctirada tým, že ho očarila svojou ženskou krásou – a opila medovinou. Bezmocného muža potom ženy obsypali ako osy a priviazali k najbližšiemu stromu. Medovinu poznali už starovekí Gréci, Rimania, keltské aj germánske kmene. Starí Slovania pili medovinu pri významných kmeňových aj rodových slávnostiach, čo znamená, že prikladali tomuto nápoju výnimočný a slávnostný charakter. Medovina sa pokladá za jeden z najstarších nápojov na svete. Predpokladá sa, že prvá medovina vznikala v dutinách stromov obývaných včelami, kde skvasil med spolu s dažďovou vodou. Ľudia túto vzácnu tekutinu objavili a zachutila im natoľko, že ju začali vyrábať a vyrábajú ju dodnes.

SLOVENSKÝ MED, VČELÁRI A FARMY

Slovenský med sa vyznačuje vysokou kvalitou a je prakticky jedno, či ho kupujete v supermarkete, alebo u tradičných včelárov. Med podlieha prísny legislatívny, potravinárskym i veterinárnym

pravidlám. Slovenskí včelári sa usilovne snažia, aby toto ušľachtilé remeslo nezaniklo. Zakladajú aj včelie farmy, ktorých produkty získavajú ocenenia aj v zahraničí. Jednou z takýchto slovenských fariem je včelí ranč Medáreň, ktorej produkty majú vysokú kvalitu a dostupnú cenu. Nie je to tak dávno, čo táto farma získala za svoj agátový med bronzovú medailu na medzinárodnej súťaži Apislavia. Farmu vedie JUDr. Milan Kozický, skúsený včelár, ktorého rodina sa zaoberá medom už viac ako tri generácie. Medáreň vyváža svoj med aj do zahraničia, do Švajčiarska, Nemecka, Veľkej Británie aj do susedného Česka. Všade tam sa podobne ako slovenskí spotrebitelia môžu zákazníci tešiť z chutného slovenského medu. Krásna príroda a včelárstvo k sebe jednoznačne patria a Slovensko by si malo tento jedinečný dar chrániť, ak možno, čo najdlhšie. Slovenskí včelári navštevujú školy, vykonávajú so sklenými úlmi osvetu aj u tých najmladších generácií. Ide o to, aby sme si aj na Vianoce dosládali čaj pravým slovenským medom, urobili niečo pre svoje zdravie aj pre túto čarovnú krajinu plnú „mlika a medu“. Ved' nie nadarmo jedno slovenské príslovie hovorí – Dobrý ako med.

Pripravila: Sabina Fojtíková

Zdroje: www.medaren.sk, wikipédia

