

Właściwości miodów z dodatkami

Miód z cynamonem

Ten ciemny miód o typowym smaku to coś dla smakoszy. Jego wartości gastronomiczne można poznać najlepiej jedząc go z chlebem lub pijąc w herbacie (jabłkowej). Miód z cynamonem jest nowością w Polsce, którą można kupić tylko w naszej Pasiece „U strusi”.

Miód z propolisem

Do miodu rzepakowego lub wielokwiatowego dodajemy 1% ekstraktu propolisu.

Stosowany w schorzeniach układu oddechowego (szczególnie przy bólu gardła), przewodu pokarmowego, gruczołu krokowego i układu krążenia. Działa przeciwnowotworowo, odtruwająco, a także żółciotwórczo i przeciwwrzodowo.

Miód z pyłkiem kwiatowym

Do miodu dodajemy 10% mielonego pyłku kwiatowego. Jest to smaczniejsze niż sam pyłek dla ludzi, którzy chcą codziennie trochę pyłku spożyć w celach zapobiegania chorobom. Dla leczenia chorób lub dolegliwości polecamy używać suszony pyłek w granulach.

Więcej informacji można uzyskać u Twojego pszczelarza pod adresem:

Pasieka „U strusi” Peter i Magda Vanhoof – Pełczyńska
82-103 Jantar (gm. Stegna), Droga do Rybiny 1

Tel: 55 / 247 79 63 tel.kom. 066 33 66 498

e-mail: pastrus@wp.pl

www.organic-forest.eu/pasiekaustrusi



Produkty pszczele



Miód pszczeli

Jak pszczoły robią miód?

Pszczoły robotnice zbierają nektar z kwiatów lub spadź z drzew i przynoszą do ula w wolu. Aby wyprodukować 1 kg miodu, pszczoły muszą zebrać około 3 kg nektaru.

Nektar zawiera ok. 75% wody. Już w ulu pszczoły magazynują nektar w plastrach i dodają do niego enzymy.

Później miód ma dojrzewać, to znaczy że zawartość wody musi być obniżona. Dzięki wysokiej temperaturze oraz wentylacji przez robotnic, woda z miodu wyparowuje.

W momencie gdy miód zawiera mniej niż 18% wody, pszczoły zamykają daną komórkę plastra cienką warstwą białego wosku. Dopiero kiedy znaczna większość komórek jednego plastra jest przykryta woskiem, pszczelarz może zbierać ten miód.

Jeśli wiruje miód za wcześnie, zawiera on jeszcze za dużo wody i może ulec fermentacji.

Jak pszczelarz zbiera miód?

Najpierw bierze z ula plastry pełne dojrzałego miodu i przynosi do warsztatu.

Tam odsklepia komórki z miodem, to znaczy zdejmuje cienką warstwę białego wosku. Używa do tego specjalnego widelca.

Otwarty już plaster wstawia do wirówki aby wykręcić miód. Potem leje świeży miód przez sito do odstojnika.

W odstojniku miód stoi kilka dni, ewentualne zanieczyszczenia w postaci piany pływają do góry.

Miód z dołu rozlewa do słoików. Potem ten miód krystalizuje drobno- lub grubo-ziarniście, w zależności od warunków przechowywania i rodzaju miodu.

Właściwości miodu wielokwiatowego

Smaki i kolory są różne, w zależności od odwiedzanych przez pszczoły roślin.

Miód wielokwiatowy zawiera większość pyłków danego regionu. Dla miejscowych ludzi działa bardzo skutecznie oduczulająco na pyłki, występujące w tym regionie, w przypadku **alergii, kataru siennego i astmy oskrzelowej**.

Kuracja polega na spożyciu miodu w coraz większej ilości, od 1 łyżeczki (± 7 g) do 15 łyżek stołowych (± 300 g) dziennie a potem znowu stopniowo do 1 łyżeczki. Ten sposób leczenia działa u 90% pacjentów. Można zapobiegać problemom przyjmując kilka łyżeczek miodu co kilka dni na miesiąc przed terminem pylenia roślin.

Właściwości leczniczych wszystkich miodów

Przez obecność cukrów prostych (glukoza i fruktoza) **każdy miód** ma wyraźny dobry wpływ na działanie serca i wątroby. Glukoza i fruktoza działają szczególnie na **serce**, wzmacniają bicie serca, rozszerzają naczynia wieńcowe i hamują miażdżycę.

Na funkcjonowanie **wątroby i dróg żółciowych** też mają duży wpływ, tym samym odtruwają organizm.

Cukry proste mogą być wykorzystane przez nasz organizm od razu, czyli dają natychmiastową energię. Jest to korzystne w stanach **wyczerpania fizycznego lub psychicznego**. np. dla sportowców przed dużym wysiłkiem, dla stresowanych ludzi, dla pacjentów po ciężkiej chorobie lub operacji.

Właściwości miodów odmianowych

Miód rzepakowy

Ma kolor biały, prawie jak smalec. Dzięki dużej zawartości glukozy posiada wyraźny wpływ leczniczy w chorobach serca i wątroby. Wzmacnia serce, rozszerza naczynia wieńcowe i hamuje miażdżycę. Poprawia działanie wątroby i tym samym odtruwa organizm. Przyspiesza leczenie wrzodów trawiennych żołądka i dwunastnicy.

Miód gryczany

Zapobiega i leczy choroby serca i krążenia przez zawarta w nim glukozę. **Fruktoza** w miodzie gryczanym daje mu cenne właściwości dla chorych na **cukrzycę niezależną od insuliny**. Pomaga w przyswajaniu witaminy C, reguluje przepustowość ścianek włosowatych naczyń krwionośnych, więc pomaga przy skłonnościach do zylaków. Jest bogaty w żelazo, wit.C oraz wiele mikroelementów, co jest bardzo przydatne w przypadku niedokrwistości lub rekonwalescencji po zabiegach operacyjnych z utratą krwi. Zalecany w nerwicach i stanach wyczerpania psychicznego.

Miód lipowy

Działa antyseptycznie, uspokajająco, przeciwgorączkowo, przeciwkaszlowo, i wykstuśne. Stosowany w leczeniu chorób układu oddechowego i wskazany przy zapaleniu oskrzeli i płuc. Jest stosowany z powodzeniem przy przeziębieniach, grypie, chorobach z gorączką i stanach zapalnych błon śluzowych. Jest skutecznym środkiem dla układu nerwowego w przypadku np. stresu, bezsenności, pobudzenia nerwowego.

Miód ogórecznikowy

Miód z ogórecznika zaleca się osobom narażonym na silny stres i wykonującym pracę wymagającą dużego wysiłku umysłowego. Specjaliści zalecają pomocniczo miód z ogórecznika osobom cierpiącym na wszelkie alergię, bezsenność i kłopotach z wydolnością nerek i wątroby. Miód ten szczególnie ceniony jest przez dzieci i osoby preferujące łagodne odmiany miodów

Konsystencja miodu

Zaraz po wybieraniu z ula każdy miód ma konsystencją płynną. Po jakimś czasie każdy pełnowartościowy miód ulega krystalizacji. Najprędzej krystalizuje miód rzepakowy – już po kilku dniach. Większość miodów krystalizuje w czasie 1 do 2 miesięcy, w zależności od warunków przechowywania. Miód akacjowy krystalizuje dopiero po kilku latach, to znaczy że prawie zawsze jest oferowany płynny.

W praktyce oznacza to że od około dwóch miesięcy po ostatnim miodobraniu (np.w sierpniu) w zasadzie nie ma już miodów płynnych.

Krystalizacja miodu

Pod wpływem znikomej ilości pyłku kwiatowego w miodzie rozpocznie proces krystalizacji miodu. Cukry proste w miodzie przybierają stan stały. W zależności od okoliczności, miód może krystalizować drobno- lub gruboziarniście, ostatecznie miód może być twardy jak kamień, lub miękki jak masło, ze wszystkimi etapami pośrednimi. Nie świadczy to o jakości miodu, tylko o traktowaniu miodu przez pszczelarza.

Jeśli miód był gotowany przez dłuższy czas, jest pewne, że skryształizuje dopiero po wielu miesiącach. To sposób wygodny dla supermarketów, bo mogą nieświadomym klientom oferować ciągle płynny miód.

Miód kremowany

Jeśli miód jest bardzo intensywnie mieszany, może w idealnych warunkach powstać, tak zwany miód kremowany, o konsystencji tak miękkiej jak masło. Jest to idealny kompromis między płynnym a stałym miodem. Nie jest płynny, ale można go jednak zawsze łatwo smarować, jest miękki. Zarówno pszczelarzowi i klientom taka konsystencja również pokazuje, czy dany miód ma jeszcze swoją pierwotną jakość. Jeśli staje się płynny, klient przechowywał go zbyt ciepło i mógł stracić enzymy. Jeśli utrzymuje swoją konsystencję, klient go dobrze przechowywał.

Większość naszych stałych klientów nie chce już innego miodu.

Ogólne właściwości i skład miodu

Wszystkie odmiany miodu mają cechy wspólne, ale też każda z racji odmiennego składu wyróżnia się czymś specjalnym.

Po pierwsze miód jest bardzo **bogaty w cukry proste**, które działają korzystnie na serce i wątrobę. Można stwierdzić, chemicznie patrząc, że miód jest "wysuszony" przez obecność cukrów. W efekcie w takim suchym środowisku bakterie i grzyby nie mogą rosnąć.

Miód jest **hydrofilny**, co oznacza że przyciąga wodę z otoczenia, np. z powietrza.

Pełnowartościowy miód zawiera również **enzymy**. Jednym z najważniejszych enzymów jest **oksydaza glukozy**. Ten enzym rozkłada glukozę do kwasu glukonowego i wody utlenionej, jeśli miód rozcieńczymy wodą.

Każdy miód **zawiera trochę pyłku kwiatowego**, w którym znajduje się drugi enzym **katalaza**, który rozkłada wodę utlenioną do wody i tlenu.

Miód do leczenia ran i oparzeń

Dzięki w/w właściwościom miód jest **bardzo dobrym środkiem do leczenia ran i oparzeń**. Po nałożeniu miodu do rany, cukry w nim zawarte wyciągają wodę z rany, która wysycha. Poza tym warstwa miodu chroni ranę przed inwazją bakterii. To hamuje wstępnie rozwój bakterii. Później, kiedy miód wchłonie więcej wody, zaczyna działać enzym oksydaza glukozy, więc powstaje woda utleniona, co dodatkowo dezynfekuje. Na koniec katalaza z pyłku rozkłada w uszkodzonych komórkach wodę utlenioną do tlenu, co stymuluje regenerację tkanek. Praktyka pokazuje, że po miodzie nie zostaną blizny i następuje szybsze leczenie niż z użyciem drogich tradycyjnych leków na bazie srebra.

Dr Subrahmanyam leczył w Indiach oparzenia u 104 pacjentów, którzy mieli oparzenia na obszarze od 5 do 40% powierzchni ciała. Po tygodniu u 91% pacjentów leczonych miodem rany były sterylne. Po 2 tygodniach nastąpiło całkowite wyleczenie ran u 87% pacjentów. Tylko u 10% pacjentów, leczonych tradycyjnymi lekami na bazie srebra po 2 tygodniach odnotowano całkowite wyleczenie.

Przeciwwskazania

Jest kilka grup osób, dla których miód może być szkodliwy.

Po pierwsze można być **uczulonym na miód**. Objawy mogą być różne. Najczęściej są spowodowane przez alergię na pyłki kwiatowe, które w małych ilościach występują w każdym miodzie. Z drugiej strony, w niektórych przypadkach spożycie miodu może pomóc ludziom nadwrażliwym na pyłki w wyleczeniu z alergii, na zasadzie odczulania.

Drugą grupą są ludzie cierpiący na **cukrzycę**. Wiadomo, że nadmiar cukru może być dla nich szkodliwy. Czasami miód może być i przez nich wykorzystywany aby szybko podnieść zbyt niski poziom cukru we krwi. Radzimy chorym na cukrzycę spożywać miód tylko według wskazań ich lekarza.

Trzecią grupę stanowią **dzieci poniżej jednego roku**. Ich układ pokarmowy jeszcze nie jest w pełni ukształtowany, co powoduje że mają ograniczoną odporność przeciw niektórym bakteriom. W miodzie nie ma czynnych bakterii, ale mogą się zachować ich przetrwalniki. Jedyną groźną bakterią która ewentualnie może występować w bardzo małych ilościach w miodzie jest Clostridium botulinum. Jej rozwój w jelitach niemowlęcia może powodować zaburzenia w układzie trawiennym lub w najgorszym przypadku nawet śmierć. Zdarza się to bardzo rzadko, i najczęściej u dzieci osłabionych, ale najlepiej nie ryzykować.

Więcej na temat działania miodu można przeczytać w książkach na temat apiterapii, np:

- Produkty pszczele w profilaktyce i lecznictwie, doc. dr B. Kędzia, mgr E. Hołderna-Kędzia, Włocławek, 1999 r.
- Pszczela apteczka, E. Kałużny, Leszno, 1996 r.
- Kalendarz pszczelarski 2000, Sądecki Bartnik, Stróże, 2000 r.
- Miody odmianowe i ich znaczenie lecznicze, prof. dr hab. B. Kędzia, mgr E. Hołderna-Kędzia, Włocławek, 2002 r.

Przechowywanie miodu

Miód trzeba przechowywać w suchym, ciemnym i chłodnym miejscu: np. w lodówce, w chłodnej spiżarni lub w zamkniętej szafce w kuchni.

W suchym, bo wchłania wilgoć i obce zapachy z powietrza, po czym może albo dziwnie smakować, albo fermentować i się popsuć. Polega to po prostu na tym, aby po każdym otwarciu słoika dobrze go zakręcić.

W ciemnym, bo światło niszczy enzymy o leczniczych właściwościach. Czyli w praktyce albo przechowywać w ciemnej szafie albo jeszcze lepiej w słoiku z ciemnego szkła. Rzadko sprzedaje się miód w ciemnym słoiku, bo wtedy nie widać pięknego koloru miodu, ale byłoby to lepiej dla samego miodu.

W chłodnym, bo przy temperaturach powyżej 40°C miód się topi, traci ważne enzymy i przy ponownej krystalizacji powstają prawie zawsze duże twarde kryształy oraz ciemna ciecz na górę.

Wykorzystanie miodu dla zdrowia

Wiadomo, że miód może być stosowany po prostu zamiast białego cukru. W porównaniu do sacharozy, miód jest o wiele szybciej wchłaniany przez nasz organizm, bo składa się głównie z glukozy i fruktozy, które są cukrami prostymi.

Znany od dawna jest następujący sposób spożywania miodu. Wieczorem rozpuszczamy łyżeczkę miodu w szklance zimnej wody. Zostawiamy na noc i rano wypijamy na czczo. Szczególnie dla ludzi o słabym żołądku jest to dobra metoda.

Drugim dobrym zwyczajem jest raz dziennie zjeść kanapkę z miodem.

Jeśli słodzimy miodem herbatę, musimy pamiętać aby była ona letnia (do 40°C). W gorącej herbacie miód natychmiast traci swoje najważniejsze walory, bo niszczy w ten sposób witaminy i enzymy.

Jest jasne, że takie działanie ma **tylko miód nieprzeegrzany**. Enzymy ulegają zniszczeniu po przekroczeniu temperatury 42°C. Znaczy to konkretnie, że miód skryzalizowany można topić przez wstawienie słoika do letniej wody, tak aby miód nie ogrzał się powyżej 42°C. Niestety większość klientów chce kupić miód płynny, bo wydaje im się że taki jest najlepszy. Nie każdy pszczelarz ma urządzenia lub cierpliwość aby topić miód w tak niskiej temperaturze, i oferować zawsze pełnowartościowy, płynny miód. Wtedy często w miodzie zniszczone zostają enzymy, co znaczy że stracił powyżej opisane lecznicze właściwości. To samo się dzieje jeśli wkładamy łyżeczkę dobrego miodu do gorącej herbaty.

Przykłady leczenia ran

W naszej rodzinie wyleczyliśmy miodem ranę po żyłakach na nodze 62-letniej babci. Wcześniej różni lekarze, również specjaliści podejmowali próby wyleczenia tej rany. Po ponad 2 latach cierpień, zaczęliśmy w czerwcu leczyć tę ranę świeżym miodem rzepakowym. Pod koniec marca następnego roku rana była całkowicie zamknięta. Lekarz domowy potwierdził na piśmie ten fakt.



Druga osoba w Jantarze wyleczyła rany pooperacyjne po amputacji nogi, po kilku lat cierpień, też tylko miodem.

Znajomy pszczelarz z Belgii całkowicie oparzył twarz podczas pracy w zakładach chemicznych. Po uderzeniu olbrzymiego płomienia spłonęły mu wszystkie włosy na głowie. Skóra twarzy skwierczała niczym boczek na patelni a potem pokryła się pęcherzami. Podpisał oświadczenie, że nie chce pomocy lekarskiej, opuścił szpital, polewał często głowę miodem a teraz nawet nie widać śladów po wypadku.

Jak możemy mieć pewność, że miód nie był przegrzany?

Ani polska norma dla miodu, ani inne akty prawne nie wymagają obecności oksydazy glukozy w miodzie. Pewność zależy w tej chwili od uczciwości pszczelarza, u którego klient kupuje miód.

Można dać badać miód w prosty sposób. Jeśli w roztworze 1 części miodu z dwoma częściami wody po kilku godzinach nie powstanie woda utleniona, to można z całą pewnością stwierdzić, że ten miód był kiedyś ogrzewany przez dłuższy czas w temperaturze powyżej 42°C. Aby stwierdzić obecność wody utlenionej w roztworze, wystarczy włożyć odpowiedni pasek testowy. Po kilku sekundach można dokonać oceny.

Jeśli w roztworze jest woda utleniona, strefa reagująca ma niebieski kolor. To pokazuje, że dany miód jest pełnowartościowy

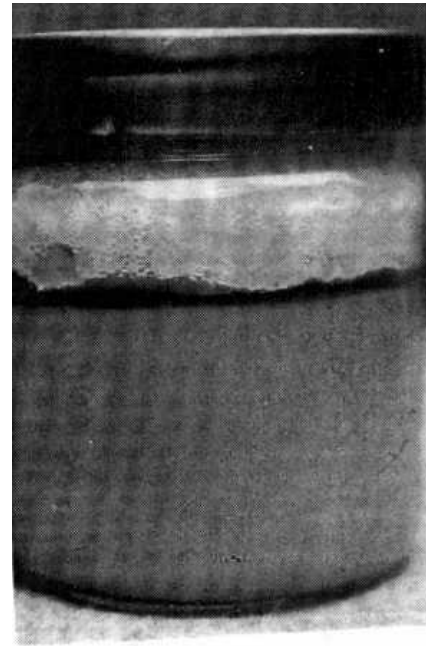
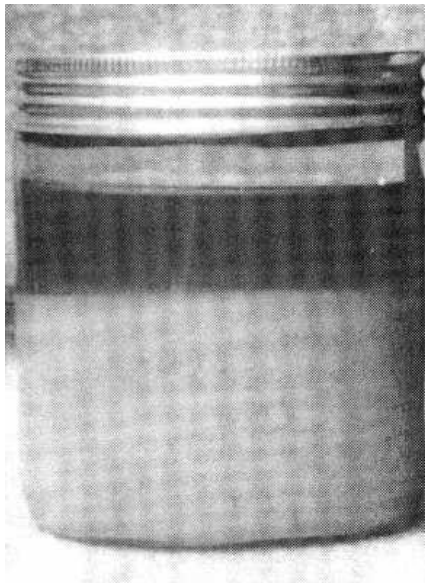
Jeśli natomiast w/w strefa zostanie biała, oznacza to, że dany miód ma wartość tylko taką jak syrop cukrowy.

W razie wątpliwości można u nas w Pasiece „U strusi” w Jantarze dać próbkę miodu do bezpłatnego badania pod tym kątem.

Kilka przykładów dziwnego wyglądu miodu

Są 2 możliwe przyczyny takiego wyglądu, ale w obu przypadkach świadczy to o miodzie kiepskiej jakości. Niestety, zbyt często widać taki miód na półkach w supermarketach: tani i nic nie wart. Jest to objaw przechowywania lub przetopienia miodu w zbyt wysokiej temperaturze.

Drugą przyczyną może być przedwczesne miodobranie oraz rozlewanie niedojrzałego miodu w słoiki. Taki miód zawiera za dużo wody i rozwarstwa się: rzadki miód na górze a kryształy na dole. Póki jest przechowywany w dość chłodnym miejscu, nie fermentuje.



Jeśli miód z podniesioną zawartością wody jest przechowywany w zbyt ciepłym miejscu, rozwiążą się w nim grzyby drożdżoidalne i miód fermentuje. Przyczynami tego zjawiska mogą być: albo źle zamknięty słoik, teraz lub wcześniej, lub niedojrzały miód. Efekt widać gołym okiem. W miodzie pojawiają się pęcherzyki powietrza a czasami nawet podnosi się zakrętka na skutek obecności w słoiku gazów. Taki miód nie nadaje się już do spożycia.

Czasami widzimy kryształy między szkłem a miodem. Powstają one podczas przechowywania w zbyt chłodnym lub nawet mroźnym miejscu. Miód się kurczy w słoiku. Dlatego powstają ładne kryształy, przypominające śnieżynki. Jest to objaw fizyczny, zupełnie nieszkodliwy dla miodu, ale mało estetyczny.

