

ВсЕ ОБ ОБЫЧНОМ

МЕДЕ

*Рецепты, целительные свойства,
косметика и уход за кожей
а также многое
другое*



Иван Ильич Дубровин
Все об обычном меде
Серия «Всё об обычных продуктах»

Издательский текст
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=176096
Все об обыкновенном меде: Эксмо-Пресс, Яуза; М.;

Аннотация

Какие разновидности меда существуют? Как выбрать качественный мед? Как правильно его хранить? Ответы на все эти и многие другие вопросы, касающиеся меда вы получите прочитав нашу книгу. Вы узнаете, как приготовить из этого ценного продукта лекарственные средства, как использовать мед в косметических целях. В книге вы найдете и всевозможные кулинарные рецепты. Книга «Все об обычном меде» рассчитана на массового читателя.

Содержание

ВСТУПЛЕНИЕ	4
РАЗДЕЛ I. НАРОДНЫЙ ЛЕЧЕБНИК О МЕДЕ	12
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Иван Дубровин

Все об обычном меде

ВСТУПЛЕНИЕ

Мед является очень ценным натуральным продуктом, который вырабатывается пчелами.

Издавна люди применяли мед для разных целей, ибо считали, что он содержит многие полезные вещества, необходимые организму человека. В те далекие времена, когда химический состав меда еще не был изучен, он широко использовался и как пищевой продукт, и как косметическое средство: красавицы прошлого делали из него всевозможные маски для лица.

К сожалению, в настоящее время мы мало внимания уделяем меду. Возможно, потому, что сейчас существует множество самых разнообразных лекарств, современных косметических кремов, сливок, пилингов и разных пищевых полуфабрикатов. Люди привыкли ходить в аптеки, магазины и на рынок, чтобы купить себе все необходимое.

В книге «Все о меде» мы напомним вам о его разновидностях; дадим советы, как приобрести на рынке качественный мед; расскажем, как хранить этот продукт. Мы не задаемся целью отговорить вас от приема современных лекарственных

ных средств, от использования великолепной косметики, — мы лишь напомним вам народные рецепты медовых мазей, кремов, настоев, масок для лица, рук, ног... И, конечно же, мы обратимся к кулинарным рецептам, которыми пользовались наши предки.

Надеемся, что, прочитав нашу книгу, вы найдете в ней для себя много нового и интересного.

РАЗНОВИДНОСТИ МЕДА

Существуют две разновидности меда: мед цветочный и мед падиевый. Наиболее известным и используемым является цветочный мед, падиевый же находит применение в основном в пищевой промышленности. И хотя цветочный и падиевый мед существуют вместе, принято различать эти 2 вида, тем более, что не во всяком цветочном меде присутствует падь. Наличие или отсутствие падиевого меда в цветочном легко обнаружить, если растворить 1 кг меда в 1 литре дистиллированной воды и, добавив 2 литра известковой воды, довести до кипения. Падь появится в таком растворе в виде хлопьев.

Цветочный мед, в свою очередь, делится еще на два вида: монофлерный и полифлерный. Монофлерный мед — это мед из нектара одного вида растений, а полифлерный — из нектара разных растений. Конечно понятно, что получить монофлерный мед практически невозможно... Мед полифлерный

также имеет свои разновидности или, вернее сказать, сорта. Сорта устанавливаются по преобладающему в меде нектару какого-либо растения. Сорт меда определяется при помощи химического анализа, а иногда по аромату, цвету и вкусу.

Большой популярностью в настоящее время пользуется светлые сорта цветочного меда: липовый, хлопковый, акациевый, донниковый... К сожалению, мы не отдаем должного темным сортам, в особенности меду гречичному, хотя научно доказано, что чем темнее мед, тем больше полезных минеральных веществ он содержит, а это может значить лишь одно: темные сорта меда исцеляют организм человека от самых страшных недугов.

Падиевый мед также имеет свои сорта, которые порой очень неприятны на вкус, а иногда даже ядовиты. Потому, определив в цветочном меде большое количество пади, не советуем сразу же применять этот мед, обратитесь за консультацией к специалисту.

Хочется сказать и еще об одной разновидности меда – пьяном меде. Это не хмельной медовый напиток, о приготовлении которого мы будем говорить позже и который не наносит какого-либо вреда человеку, – это натуральный пьяный мед, который является продуктом обработки пчелами нектара азалии, болотного вереска, багульника и других. Эти растения содержат ядовитые вещества, которые и переносят пчелы в мед.

Ядовитый мед очень легко спутать с обыкновенным ме-

дом, потому что он ничем не отличается от него по внешним признакам, и лишь сосредоточившись, можно уловить чуть заметный запах пережженного сахара, исходящий от так называемого пьяного меда.

Употребив в пищу даже минимальное количество ядовитого меда, человек начинает вести себя так, как будто бы он перебрал алкоголя. Он чувствует резкое головокружение, тошноту, его тело сводят судороги. Человеку, отравившемуся пьяным медом, можно помочь, если промыть ему желудок и дать слабительное. Без какой-либо помощи отравление проходит само собой через 48 часов, но по истечении этого времени человек чувствует себя очень слабым и разбитым.

Так что же делать, если вы живете в тех районах, где растут перечисленные выше растения семейства вересковых, и у вас есть подозрение, что приобретенный вами мед ядовитый?

Такой мед можно обезвредить, если кипятить его в течение 30 минут при температуре 45–50 градусов.

ХРАНЕНИЕ МЕДА

При правильном хранении мед может не портиться сотни лет и даже несколько тысячелетий. Виной тому его специальный состав, а вернее сказать, глюкоза, в результате кристаллизации которой мед и приобретает удивительное свойство – способность жить вечно.

Конечно, при длительном хранении мед видоизменяется – мутнеет и густеет, но это вовсе не говорит о том, что он испортился, а даже наоборот, свидетельствует о хорошем качестве меда, о большом содержании в нем глюкозы. Так что если вы купили мед, который через некоторое время превратился в единую плотную массу, то вас можно поздравить: вы сделали удачное приобретение.

Если же ваш мед с течением времени не густеет, то это мед плохой, содержащий большое количество фруктозы и, к сожалению, не обладающий целебными свойствами, приписываемыми этому лакомству.

Возможно, что мед при хранении поделится на 2 равных пласта, причем снизу будет густой пласт, а сверху – жидкий. Такое явление свидетельствует о том, что данный мед незрелый, а значит храниться долго он не будет.

Хранить мед лучше всего в стеклянной посуде с плотно закрывающейся крышкой. Мед также хорошо сохраняется в бочонках из осины, ольхи, липы и тополя. В дубовых же бочонках оставлять мед нельзя во избежание изменения его цвета и вкусовых качеств. Не рекомендуется держать мед в железной, алюминиевой и оцинкованной посуде, ибо с течением времени мед в соприкосновении с этой посудой приобретает ядовитые вещества.

Но не думайте, что налив мед в стеклянную банку или в пригодные для хранения бочонки, вы можете больше не беспокоиться о его сохранности. Все дело в том, что кроме

посуды очень большое значение для хранения меда имеет помещение, в котором вы его оставите. Мед нельзя хранить во влажных и теплых помещениях, а также рядом с пахучими продуктами, ибо мед способен воспринимать посторонние запахи, а это значит, что в скором времени, попробовав лакомство, хранящееся в таких условиях, вы не узнаете его вкуса.

Помните, что хранить мед следует в сухом, хорошо проветриваемом помещении при температуре 5-10 градусов. Только в этом случае он будет радовать вас на протяжении долгих лет.

КАК НЕ ОШИБИТЬСЯ, ПОКУПАЯ МЕД?

Ранее мы уже говорили о том, что мед бывает зрелый и незрелый, и даже рассказали, как отличить один от другого. К сожалению, зрелость меда можно обнаружить лишь при хранении. Как же во время покупки определить, хороший, целебный мед мы приобретаем или плохой, не обладающий лечебными качествами?

Существует несколько способов не обмануться при покупке восхитительного натурального лакомства.

СПОСОБ 1

При покупке меда лучше всего иметь при себе чайную ложку, ибо она поможет вам определить, содержит ли в себе данный мед полезные вещества, приписываемые ему. Итак, остановившись у прилавка с медом, попросите продавца наполнить им вашу ложечку. Уверены, что любой продавец вам не откажет уже потому, что ложка невелика. Хозяину качественного товара беспокоиться нечего, но все же, наполнив ложку медом, отойдите в сторонку и нагрейте ложку при помощи захваченных с собой спичек.

Если при нагревании мед лишь потеряет свою густоту и немного изменит цвет, то перед вами мед высокого качества, содержащий в себе целебные вещества. Этот мед будет храниться долго и не потеряет своих лечебных и вкусовых качеств.

Если же при нагревании вокруг меда образовалась каемка темного цвета, то этот пчелиный продукт содержит очень много сахара, что не является показателем хорошего качества меда. Приобретать такое лакомство не советуем.

СПОСОБ 2

При покупке меда попросите продавца зачерпнуть боль-

шую плошку лакомства, так чтобы она была очень полной, и попросите поднять ее высоко над бидоном или бочкой, в которой он продается. Если при подъеме плошки на высоту 1–1,5 метра струя меда будет тянуться до самой бочки, то предлагаемый вам мед заслуживает самой высокой похвалы, если же она сразу оборвется, то не обессудьте – вам хотят продать мед некачественный.

СПОСОБ 3

Отличить хороший мед от плохого можно и не прибегая к помощи спичек и большой плошки. Попросите продавца наполнить медом небольшую ложку, после чего несколько раз переверните ее. Высококачественный мед тягучий, а это значит, что он тоненькой струей обовьется несколько раз вокруг ложки; если же этого не произойдет, то покупаемый вами мед не обладает теми полезными свойствами, которые ему приписываются.

РАЗДЕЛ I. НАРОДНЫЙ ЛЕЧЕБНИК О МЕДЕ

*Если хочешь сохранить молодость, то
обязательно ешь мед.
Ибн-Сина (Авиценна)*

Эти знаменитые слова великого врача, поэта и естествоиспытателя древности актуальны и сегодня. Издавна люди считали, что мед не только оберегает их от болезней, но и продлевает жизнь. И хотя наши предки в далекие времена еще не могли с точностью сказать, почему мед исцеляет те или иные страшные недуги, их уверенность в том, что, употребляя постоянно его в пищу, они проживут долгую и счастливую жизнь, вряд ли кто-нибудь смог бы поколебать.

Так почему же сейчас мы так мало внимания уделяем лекарственным свойствам меда, применяя его лишь для лечения простуды и гриппа, совсем забыв о широко известных в народе чудесных случаях исцеления при помощи этого лакомства от таких тяжелейших болезней, как туберкулез, гиперацидный и гипоацидный гастрит, язва желудка и двенадцатиперстной кишки, бронхит, трахеит, бронхиальная астма и даже трихомонадный кольпит?... Может быть, потому, что сейчас появилось много лекарств, которые широко применяют для лечения тех или иных заболеваний, и ушли

в далекое прошлое народные рецепты целебных снадобий, главным компонентом которых является богатый глюкозой, витаминами, минералами и противобактериальными веществами мед?...

Мы ни в коем случае не говорим вам: откажитесь от применения современных лекарственных препаратов и лечитесь только медом! Мы лишь хотим напомнить удивительные рецепты, которые, возможно, помогут вам и вашим близким избавиться от недугов.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ПРОСТУДЕ И ГРИППЕ

Ни для кого не секрет, что мед обладает удивительным потогонным свойством, а потому широко применяется для лечения простудных заболеваний и гриппа в домашних условиях. Лучшее всего для этих целей подходит липовый мед, который способствует наибольшему очищению организма от различного рода шлаков во время болезни, а потому именно об этом виде меда пойдет речь в приведенных ниже рецептах. И еще одна немаловажная деталь: использовать мед как потогонное средство лучше всего на ночь (выздоровление наступает намного быстрее).

При простуде и вы, наверное, не раз пользовались таким средством как мед с горячим молоком или чаем (1 столовая ложка меда на 1 стакан горячего молока или чая) или мед с

соком лимона (100 г меда и сок одного лимона)...

В народной медицине кроме этих широко распространенных рецептов существует ряд менее известных, но не менее эффективных способов применения меда при простудных заболеваниях. Во всех этих способах мед применяют с лекарственными растениями, во взаимодействии с которыми увеличивается его потогонный эффект.

Приведем несколько таких рецептов.

Настой ягод малины с медом

Возьмите 2 ст. ложки сухих ягод малины и заварите их в стакане. Через 15–20 минут, когда вода в стакане немного остынет и помутнеет, добавьте 1 ст. ложку меда. Все тщательно перемешайте.

Принимайте целебный настой по полстакана в теплом виде перед сном как потогонное средство.

Отвар листьев мать-и-мачехи с медом

Высыпьте в стакан 1 ст. ложку предварительно высушенных и измельченных листьев мать-и-мачехи. Затем залейте листья кипятком таким образом, чтобы стакан заполнился лишь на четверть. Накройте стакан крышкой, а через 5–6 минут долейте его кипятком до краев. Остывший отвар процедите и добавьте 1 ст. ложку меда.

Принимайте чудесный отвар по 2 ст. ложки в день как отхаркивающее.

Настой цветов липы с медом

Возьмите 1 ст. ложку цветов липы и заварите ее в стака-

не воды. Через 20–30 минут полученный настой процедите и добавьте 1 ст. ложку меда. Все тщательно перемешайте и принимайте по полстакана перед сном как потогонное средство.

Эти рецепты очень хорошо помогают также при гриппе, снижая в короткое время температуру больного. В народной медицине при гриппе широко практикуют и еще одно медовое средство. Приготовить это снадобье не составит большого труда, зато результат после его приема будет виден уже на следующее утро.

Итак, возьмите 3–5 зубчиков чеснока и натрите их на терке. Затем смешайте приготовленную массу с 1 ст. ложкой меда. Принимайте лекарственное средство перед сном, запивая теплой водой.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ БОЛЕЗНЯХ СЕРДЦА

«Ой, как колет сердце!» – эту фразу в последнее время нам приходится слышать все чаще и чаще, причем произносят ее самые разные люди: и молодые, и пожилые, и совсем старики.

Врачи говорят, что никогда им еще не приходилось заниматься лечением такого количества людей с больным сердцем, и виной тому наше время – время нестабильности в политике и экономике.

Боль в сердце несравнима ни с какой другой болью: она настолько сильна и страшна, что человек сразу же начинает принимать известные ему лекарственные препараты, лишь бы как-нибудь успокоить свое расшалившееся сердечко. Принимаются средства самые разные: современные и испытанные, дорогие и не очень, отечественные и импортные, но, к сожалению, мало кто знает, что самое главное лекарство при болях в сердце у них всегда под рукой. Вы, конечно же, уже догадались, что это широко известный нам мед.

В народной медицине мед рекомендуется применять при ослаблении сердечной мышцы и гипертонической болезни. Это, конечно, не значит, что как только заболит сердце, следует сразу же бежать на кухню или в подвал, открывать трехлитровую банку меда и начинать поедать ее содержимое большими ложками, запивая изредка горячим чаем. При больном сердце мед можно употреблять лишь небольшими порциями. Это связано с тем, что мед обладает потогонным средством, и, применяя его как при простуде, вы создадите дополнительную нагрузку на сердце и усилите боль. При ослаблении сердечной мышцы мед нужно употреблять по 1 чайной ложке 2–3 раза в день с творогом, молоком, фруктами и другими богатыми витаминами продуктами.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.