

Obsah

Úvod	9
Med	10
Trošku historie. Med jako potravina i lék.....	12
Livance bez droždi.....	14
Jak si vyrobit domácí medovinu	15
Domácí výroba medoviny	19
Jak si vyrobit ochucené medy.....	24
Med s oříšky a čokoládou	24
Med s vlašskými a kešu ořechy	24
Med se skořicí	24
Med s dýňovými semínky a solí.....	24
Med se zázvorem	24
Med s levandulí	24
Medové perníčky.....	27
Miletínské modlitbičky.....	27
Norimberské perníčky	28
Pardubický perník.....	29
Toruňský perník	30
Toruňské katarzynky – toruňské perníčky	31
Medová zmrzlina	32
Jahodová zmrzlina s kokosovým mlékem	32
Levandulová zmrzlina	32
Vanilková zmrzlina	33
Jogurtová borůvková zmrzlina	32
Medová šunka.....	34
Domácí medová šunka.....	34
Medová vánoční šunka I.....	35
Medová vánoční šunka II.....	35
Džemy a želé s medem.....	36
Čokoládovo-třešňový džem s medem	36
Malinové želé tolárky s čokoládou	37
Medové želé	37
Meruňkový džem s medem	37
Ovocné medové želé.....	38
Rajčatový džem s medem	38
Likéry s medem.....	40
Bezinkový likér	40
Likér s ořechy	40
Likér z lipových květů	40
Medový vaječný likér	41
Ostružinový likér	42
Šípkový likér	42

Vanilkový likér	42	Zázvorový likér	
Zázvorový likér	43	s vodkou.....	43

Medové karamelky44

Čokoládové karamelky		Kávové karamely s kokosem	
s vlašskými ořechy.....	44	a dýňovými semínky	46
Karamelky s vaječným likérem.....	45		

Medové bonbony47

Mátové bonbony.....	47	Šalvějové bonbony	48
Medoví gumídci	48		

Medové a oříškové tyčinky a flapjacky.....49

Banánový flapjack.....	49	Jáhlové tyčinky.....	52
Bezlepkové tyčinky s meruňkami		Makové tyčinky	52
a mandlemi	50	Datlové tyčinky se zázvorem	52
Čokoládové tyčinky bezlepkové.....	51	Flapjack	53
Ovesné tyčinky	52	Nepečené tyčinky.....	53
Pohankové tyčinky.....	52	Sezamky s medem	56

Polévky s medem.....58

Mrkvová polévka s medem a koriandrem		Studená letní polévka s tuňákem	
.....	58	marinovaným v medu	58
Polévka s krevetami	58		

Masové pokrmy s medem.....60

Hovězí guláš na černém pivu	60	Kuřecí prsa se švestkami a kokosovým	
Hovězí žebra se sladkokyselou		mlékem.....	65
zeleninou	61	Kuřecí prsa v medové marinádě	66
Irský hrnec.....	61	Kuřecí stehna pečená s dýní	
Jehněčí kolínka s medem a zeleninou	61	a bramborem.....	67
Jehněčí maso se slivovicovou		Králičí stehna na černém pivě.....	68
vůní podle manželů Vilkošových	62	Lín s červenou řepou	68
Kapr na černo	62	Losos s pomerančovo-medovou krustou...69	
Kapr na medu.....	64	Špek s medem a Toffifee.....	70
Kuřecí prsa na medu a hruškách	64	Vepřové kotlety na medu a jablkách	70

Bezmasé pokrmy a přílohy s medem71

Brambory s kokosovým mlékem		Dýně hokkaidó zapečená s medem	
a medem	71	a čerstvým sýrem.....	72
Domácí pečené medové brambůrky.....	71	Dýňové placky	72
Dýňové hranolky	71	Pučálka s medem	74

Moučníky a dezerty s medem75

Adventní sušenky s medem, skořicí a rozinkami.....	75	Kuličky s medem a konopným semínkem.....	84
Bezlepkové kokosové muffiny s medovými hruškami.....	77	Makový koláč s jablky.....	84
Bezlepkový dýňový koláč z pohankové mouky.....	78	Mandlové sušenky s medem.....	85
Bezlepkový kokosovo-čokoládový medový dort.....	78	Medová očka s marmeládou.....	85
Celer s mákem.....	79	Medová roláda s kávovým krémem.....	85
Dýňová bábovka.....	79	Medové jidáše.....	86
Hrnkový koláč na plech.....	79	Medové sušenky.....	87
Hrušky s medovým krémem.....	80	Medové trojhránky s makovou náplní.....	87
Hrušky v medu.....	81	Medovník (dort).....	88
Chia dezert se šťávou z granátového jablka.....	81	Medový dezert s chia semínky.....	88
Jablečník s medem a ořechy.....	81	Mrkev s medem a ořechy.....	89
Jablečný chlebiček.....	82	Ořechová roláda.....	89
Jáhelník s jablky a medem.....	83	Pečené hrušky s klikvou a oříšky.....	89
Jahodový dort.....	83	Raw koláč s mákem.....	90
Jogurtový dezert s medem a ostružinami.....	83	Rýžová kaše bez laktózy s banány a granátovým jablkem.....	91
Kokosový dezert.....	84	Strouhaná dýně s medem.....	92
		Štramberské uši.....	93
		Včelařova vánočka s medem a medovinou..	93
		Velikonoční medové muffiny ze dvou druhů mouky.....	94

Pomazánky a omáčky s medem96

Balzamiková medová omáčka.....	96	Medoláda ze sušených švestek.....	100
Cizrnová pomazánka s křenem a tahini.....	97	Medovo-oříšková pomazánka ze Salka.....	100
Cizrnová pomazánka s koprem.....	97	Ořechové máslo.....	100
Cizrnová pomazánka s vlaškými ořechy	98	Pomazánka s čokoládou a mákem.....	101
Cizrnová pomazánka se sušenými rajčaty.....	98	Perníková vánoční omáčka.....	101
Domácí medová „Nutella“.....	99	Pomazánka z vlašských ořechů a oliv.....	102
		Skořicovo-mandlové medové máslo.....	102

Saláty a salátové zálivky s medem103

Dressing z avokáda, medu a koriandru...103	Salát z červené řepy a celeru.....	105
Dýňovo-bramborový salát s cizrnou.....104	Salátová zálivka.....	106
Jablečný ocet s medem.....104	Velikonoční bramborový salát s křepelčími vejíčky a slanečkem.....	106
Jarní salát.....104	Zelí nakládané s koprem a křenem.....	106
Okurkový salát s červenou cibulí a medem.....	Zelný salát.....	107
Omáčka k hranolkům či masu.....		105

Medové vánoční cukroví..... 108

Čokoládové lanýže (25 až 30 ks).....	108	Medové pracny	112
Florentýnky	108	Medové vanilkové rohlíčky	112
Marokánky (bezlepkové)	110	Medovníčky.....	114
Medová vosí hnízda světlá (35 až 40 ks)	110	Medový marcipán	115
Medová vosí hnízda tmavá (35 až 40 ks)	111	Ježci z medového marcipánu	116
Medové lupínky.....	112	Mrkvovo-zázvorové cukroví	116
		Ořechové košíčky s mákem	116
		Pistáciové hvězdičky z rýžové mouky ...	118

Nápoje s medem..... 119

Banánový svačkový nápoj	119	Limonáda s restovanými fenyklými semínky	120
Bezová limonáda Dana Kalouska	119	Okurková limonáda	121
Dětský punč bez alkoholu.....	120	Zázvorový čaj s medem.....	121
Gruzínský čaj.....	120		
Koktejl „Dobré ráno“	120		

Med v domácí kosmetice..... 122

Balzám na rty	122	Medový peeling do sprchy.....	123
Maska na mastnou pleť.....	122	Medový zábal na ruce	123
Maska na suchou pleť.....	122	Pivní medový zábal pro lesk vlasů.....	123
Medová koupel.....	123		

Výlety za poznáním 126

Včelařská a jiná muzea	126	Historické včelíny	128
Včelí naučné stezky.....	127		

Chcete začít včelařit?..... 131

Abecední seznam receptů 132