

SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE	9
---------------------------	----------

ROZDZIAŁ PIERWSZY

JAK POWSTAJE MIÓD?	13
---------------------------------	-----------

Nektar	15
Spadz	17
Zagęszczanie nektaru i spadzi	21
Krystalizacja miodu	27
Jakość miodu dostępnego w handlu i sposoby jego oceny	35
Pylek kwiatowy	45

ROZDZIAŁ DRUGI

JAKI MIÓD JEST NAJLEPSZY?	49
--	-----------

Rodzaje miodów	51
Miód lipowy	61
Miód wrzosowy	65
Miód gryczany	69
Miody trujące	73

ROZDZIAŁ TRZECI

CO SIĘ KRYJE W MIODZIE?	77
--------------------------------------	-----------

Właściwości lecznicze miodu	79
Węglowodany	87
Białka, enzymy i aminokwasy	95
Witaminy	99
Inne substancje występujące w miodzie	103
Jaki jest wpływ miodu pszczelego na skład krwi?	107
Wysoka wartość odżywcza miodów pszczelich	115

ROZDZIAŁ CZWARTY

LECZENIE MIODEM 121

Choroby serca i układu krążenia	123
Choroby układu oddechowego.....	129
<i>Mikstury lecznicze</i>	140
<i>Zamiast syropu</i>	143
<i>Napar na kaszel</i>	144
<i>Mikstura w chorobach płuc</i>	147
<i>Miodowe medykamenty</i>	148
Choroby przewodu pokarmowego.....	151
<i>O anyżu z miodem</i>	158
<i>Wino aloesowo-miodowe</i>	160
<i>Mikstura na apetyt</i>	163
<i>Ziołowa mieszanka na żołądek</i>	164
<i>Len z miodem</i>	167
Choroby wątroby i dróg żółciowych	169
<i>Czarna rzodkiew z miodem</i>	174
Choroby układu moczowego.....	177
<i>Napar z liści brzozy z miodem</i>	180
<i>Owoce tarniny</i>	183
Choroby skóry.....	185
Ogólne samopoczucie i rekonwalescencja	193
<i>Miód gruszkowy</i>	197
<i>Lek na ból głowy</i>	198

ROZDZIAŁ PIĄTY

MIODOWE PRZETWORY 201

Masło miodowe	203
Ser miodowy	204
Gruszki smażone w miodzie	207
Konfitura z wiśni na miodzie	208
Napój na grypę	210
Napar na przeziębienie.....	213
Napój na piękną skórę	214
Napój na upały	217
Napój na serce	218
Miód pitny	221