

Pot od cveta do medu...

Uvod

Slovenski čebelarji so večinoma ljubiteljski čebelarji. Osnovni čebelji pridelki iz čebeljega panja so med, cvetni prah, propolis, matični mleček, vosek, nekateri pa pridobivajo tudi čebelji strup. Glavni pomen čebelarstva je v oprraševanju rastlin, s čimer se ohranja rastlinsko raznolikost in pestrost človekove prehrane. Med je ena izmed najstarejših slaščic - nekdanje veljal za hrano samih bogov in je bil dolgo časa edino sladilo. Dokler ljudje niso poznali iz sladkornega trsja in sladkorne pese pridelanega sladkorja, so sladkali jedi z medom. Med uvrščamo k naravnim nepredelanim živilom z visoko energijsko vrednostjo. Najpogosteje ga namažemo na kruh z maslom ali pa z njim sladkamo čaj. Od nekdanje ga v kulinariki ljudje radi dodajajo tudi drugim jedem (sladicam, pecivu, mesu, različnim napitkom)... Tehnologija predelave medu je kompleksna, pri njej pa ima nepogrešljivo vlogo čebelar. Pot od cveta do medu se začne na cvetočem travniku, v sadovnjaku, na polju, v gozdu, gre preko čebele, ki nabere medičino oz. mano na paši, ju prenese v panj ter predela v med, do čebelarja, ki med iz panja čebelam odvzame in ga iztoči. Med je sestavni del t. i. tradicionalnega slovenskega zajtrka,¹ ki med otroki in mladimi v vrtcih in šolah promovira kmetijstvo in čebelarstvo ter kakovostno lokalno pridelano slovensko hrano. Nepogrešljiv je v zdravem načinu prehranjevanja ljudi, zaradi številnih zdravih učinkovin pa so ga od nekdanje skupaj z drugimi čebeljimi proizvodi uporabljali tudi v kozmetiki in ljudski medicini.

1

Kako nastane med?

“Med je naravno živilo, ki ga iz nektarja ali rastlinske mane proizvajajo medonosne čebele (*Apis mellifera*).”² Nektar – sladek sok iz cvetov čebele nabirajo na cvetočih travnikih, poljih in vrtovih. Lepljivo snov iz drevesnih sokov t. i. mano, pa izločajo drevesne ušice, škržati in kaparji. Čebele nektar oz. mano s paše prinesejo v panj, jo zgostijo in ji primešajo izločke svojih žlez ter jo nato

¹ <http://tradicionalni-zajtrk.si/>

² Terezija Golob et al., Med: značilnosti slovenskega medu, Čebelarstva zveza Slovenije, Lukovica 2008, str. 7.

shranijo v satje. "Panjske čebele s posebnimi gibi iztisnejo nektar iz svoje golše, tako da se v obliki kapljice prikaže vsakih 5 do 10 sekund na koncu rilčka. Nato se sladki sok nekaj sekund suši na toplem sorazmerno suhem zraku, potem se vrne v medeni želodček, od koder ponovno pripolzi na kratko osuševanje. To se dogaja 15 do 20 minut. V tem času izgubi do 50 % vode, nato čebele majhne kapljice na pol zrelega medu odložijo v satje."³ Med, shranjen v satju, nato čebele zatesnijo z voščenimi pokrovčki. Čebelar med, ko izgubi odvečno vodo in dozori iz satja stoči in ga pretoči v kozarce. Poznavalci posebno cenijo med v satju, ki je ponovno postal zelo priljubljen med kulinaricnimi sladokusci. Čebelar odvzame med iz panja enkrat ali večkrat letno glede na to, koliko medu se je nabralo v panju.⁴

Kakšne vrste medu poznamo?

Pri zgodnjih pašah običajno nastane mešan med iz nektarja, t.i. cvetlični med, ki ga čebele naberejo na različnih cvetočih cvetlicah, zato se različni cvetlični medovi med seboj ločijo po okusu, barvi in vonju. Kadar čebele nabirajo mano, nastane gozdni med. Kadar čebele nektar ali mano nabirajo predvsem na eni sami rastlini in med vsebuje lastnosti te rastline, ga lahko poimenujemo po tej rastlini, tako lahko govorimo o smrekovem, hojevem, lipovem, akacijevem, regratovem ... medu.

Prvi med je običajno nabran na sadnem drevju. Maja cveti akacija – takrat čebelarji poberejo največ akacijevga medu. Akacijev med nima izrazitega vonja, je milega okusa skorajda brez barve in zelo tekoč. Lipov med se toči običajno junija, ko cveti lipa. Lipov med je rumenkaste barve, diši po lipi. Kostanj cveti v drugi polovici junija in na začetku julija, kostanjev med pa je grenkega okusa, temen značilno rjavkastordeče barve. Smrekov med je rdečkasto rjav in precej gost. Hojev med je gost, lahko temno rjavozelene barve, brez vonja in prijetnega okusa ter se le stežka strdi. Različne vrste medu so poimenovane po rastlini, na katerem so medonosne čebele

³ Peter Kozmus, Boštjan Noč, Karolina Vrtačnik et al., Brez čebel ne bo življenja, Beebooks, Žirovnica 2017, str. 126.

⁴ Terezija Golob et al., Med: značilnosti slovenskega medu, Čebelarstva zveza Slovenije, Lukovica 2008, str. 7; Jože Babnik, Od čebele do medu, Kmečki glas, Ljubljana 1998, str. 376-379; Milan Meglič, Čebelji pridelki: pridobivanje in trženje, Čebelarstva zveza Slovenije, Brdo pri Lukovici 2004, str. 15-40.

v večini nabrale nektar oz. mano. Pri nas poznamo akacijev, lipov, kostanjev, ajdov, hojev, smrekov med, pa tudi med oljne ogrščice .

Različne vrste medu se med seboj ločijo po barvi, vonju, okusu in aromi. Barva medu je različna - vse od svetle prozorne pa tja do temne rjave skorajda črne in je v veliki meri odvisna od vrste medu. Akacijev, lipov med sta svetle barve, svetlo jantarjeve barve je cvetlični med, zlato rumen je regratov med, temnejši so kostanjev, smrekov, hojev, gozdni med. ”⁵ Med ima značilen vonj, ki je odvisen od vrste medu, in tipičen okus po sladkem. Okus medu je značilno sladek zaradi vsebnosti različnih sladkorjev, med katerimi izstopa fruktoza. Medtem ko je mila in nežna aroma značilna za svetlejšje vrste medu, pa imajo močnejšo aromo temnejše vrste.⁶

Zakaj je med sladek?

Med je sestavljen v veliki meri iz vode in sladkorjev, kot so glukoza, fruktoza, saharoza, ter številnih drugih snovi – eteričnih olj, mineralnih snovi, organskih kislin, encimov, vitaminov, beljakovin in aminokislin. Zaradi velike količine različnih naravnih sladkorjev v medu je ta sladek. Glede na količino vode v medu je med bolj ali manj tekoč. Med lahko postane tudi trd – kristalizira, če ga segrejemo pa ponovno postane tekoč. Kristalizacija ali strjevanje medu je naraven proces, ki se slej ali prej zgodi skorajda pri vsakem medu.⁷ Nikoli ga ne smemo segreti na več kot 40 °C.

3

⁵ Jože Babnik, Od čebele do medu, Kmečki glas, Ljubljana 1998, str. 398.

⁶ Jože Babnik, Od čebele do medu, Kmečki glas, Ljubljana 1998, str. 396-398; Terezija Golob et al., Med: značilnosti slovenskega medu, Čebelarstva zveza Slovenije, Lukovica 2008, str. 32-34.

⁷ Terezija Golob et al., Med: značilnosti slovenskega medu, Čebelarstva zveza Slovenije, Lukovica 2008, str. 26-27, 31-32.

Kaj pa čebelji pridelki?

“Med je najbolj znan in najbolj priljubljen čebelji pridelok.”⁸ Poleg vsem znanega medu pa čebele pridelujejo tudi številne druge zdravilne čebelje pridelke: vosek, cvetni prah, propolis in matični mleček.

“Čebelji vosek je produkt voskovnih žlez medonosne čebele.”⁹ Čebele ga uporabljajo za izgradnjo satja, v katerem hranijo med in cvetni prah, vanj matica leže jajčeca. Vosek se je v preteklosti uporabljal v glavnem za sveče in pečate. Danes se vosek uporablja v različne namene – v medicini, sadjarstvu, pri peki peciva, največ pa v kozmetični industriji.¹⁰

Cvetni prah (pelod) je za čebele glavni vir beljakovin – z njim hranijo čebeljo zalego, uporabljajo ga za pridelavo matičnega mlečka, brez njega ne morejo izločiti voska. Poleg medu in vode je njihova glavna hrana. Čebele z obiskovanjem cvetov prenašajo cvetni prah na pestiče, s čimer oprašujejo rastline. Pelod čebele nabirajo in ga nosijo v panj. Ker cvetni prah nabirajo na različnih rastlinah, je različne barve in oblike. Čebele ga nosijo v panj na svojih zadnjih nogah, čebelar pa ga nabira s smukanjem ali z izkopavanjem.

4

Za smukanje je potrebno na žrelo panja namestiti posebne pripomočke z luknjicami, ki se imenujejo »osmukalniki«⁸ Skozi te se čebele vračajo v panj. Pri tem iz čebel, ki so obložene s cvetnim prahom, le-ta pade v zbiralno posodo spodaj.

Za izkopavanje se družinam odvzame satje s dozorelim cvetnim prahom. Le-tega se s posebnim pripomočkom izkopava iz satnih celic.

Cvetni prah ima številne zdravilne lastnosti. Na trgu ga lahko dobimo v najrazličnejših pakiranjih. Kupimo lahko posušenega zmrznjenega.

⁸ Veroljub Umeljčič, Čebelarstvo za začetnike in strokovnjake, samozaložba, Kamnik 2012, str. 69.

⁹ Ivan Esenko, Svet čebel – O čebelah in čebelarstvu v Sloveniji, Družina, Ljubljana 2018, str. 149.

¹⁰ Ivan Esenko, Svet čebel – O čebelah in čebelarstvu v Sloveniji, Družina, Ljubljana 2018, str. 149-151; Stane Mihelič et al., Moč medu, Založba Centralnega zavoda za napredek gospodinjstva, Ljubljana 1984, str. 111-115; Milan Meglič, Čebelji pridelki: pridobivanje in trženje, Čebelarstva zveza Slovenije, Brdo pri Lukovici 2004, str. 40-53.

Propolis je smolasta snov, ki jo nabirajo čebele na popkih topolov, brez in drugih drevesnih vrst ter ji dodalo lastne izločke. Čebele ga uporabljajo, da z njim zamažejo špranje in razpoke v panju, okrepijo stene satja, zaščitijo vhod v panj pred škodljivimi vremenskimi vplivi (vlago in vetrom). Propolis ima tako kot tudi številni drugi čebelji proizvodi zdravilno vlogo, zavira namreč rast bakterij, pospešuje celjenje ran, z njim se zdravijo sluznica požiralnika, želodca in črevesja in različna vnetja.” Kupimo ga v obliki raztopine oz. tinkture, granul, bonbonov ...¹¹

Matični mleček je gosta tekočina slonokoščene barve, značilnega vonja in kiselkastega ter rahlo pekočega okusa. Nastane kot izloček žlez mladih čebel delavk, s katerim hranijo ličinke čebel delavk, trotov prve tri dni življenja, matic pa ves čas, tudi v odrasli dobi. Matični mleček ima številne zdravilne učinke.¹²

5

Ali so med in čebelji pridelki zdravi?

Med in čebelji pridelki so se od nekdanj uporabljali tudi v zdravilstvu – že v daljni preteklosti so prepoznali zdravilno moč medu in čebeljih pridelkov. “Panj je najstarejša in najbolj zdrava lekarna, čebele pa najboljše zdraviteljice.”¹³ Dandanes je znano, da so čebelarji, ki so redno uživali med, ki so ga pridelali, dočakali visoko starost. Med ima številne zdravilne učinke - deluje protimikrobno in protivnetno, preprečuje strjevanje krvi in širi žile, blaži infekcije in opekline, pomaga pri prehladih in boleznih dihal, preprečuje nastanek zobne gnilobe, uravnava hormone in žleze z notranjim izločanjem, pomaga pri presnovi, zdravi želodec in jetra, dober je za srce in izboljšuje krvni obtok. Zdravljenje s pomočjo čebeljih pridelkov se imenuje apiterapija, ki je danes pri ljudeh ponovno izjemno priljubljena. “Apiterapija je terapija, ki s pomočjo čebeljih

¹¹ Ivan Esenko, Svet čebel – O čebelah in čebelarstvu v Sloveniji, Družina, Ljubljana 2018, str. 157.; Stane Mihelič et al., Moč medu, Založba Centralnega zavoda za napredek gospodinjstva, Ljubljana 1984, str. 108-111; Milan Meglič, Čebelji pridelki: pridobivanje in trženje, Čebelarstva zveza Slovenije, Brdo pri Lukovici 2004, str. 58-65.

¹² Ivan Esenko, Svet čebel – O čebelah in čebelarstvu v Sloveniji, Družina, Ljubljana 2018, str. 159-161; Stane Mihelič et al., Moč medu, Založba Centralnega zavoda za napredek gospodinjstva, Ljubljana 1984, str. 107-108; Milan Meglič, Čebelji pridelki: pridobivanje in trženje, Čebelarstva zveza Slovenije, Brdo pri Lukovici 2004, str. 65-68.

¹³ Peter Kozmus, Boštjan Noč, Karolina Vrtačnik et al., Brez čebel ne bo življenja, Beebooks, Žirovnica 2017, str. 310.

pikov in pridelkov, kot so med, propolis, matični mleček in cvetni prah, krepi imunski sistem in ohranja zdravje ljudi.”¹⁴ Med in drugi čebelji proizvodi bi morali biti sestavni del domače lekarne vsakega posameznika, saj imajo dokazano zdravilno moč. Med se je zaradi svojih zdravilnih učinkovin od nekdaj uporabljal za nego obraza, kože in telesa. Čebelji pridelki pa so se in se še s pridom uporabljajo tudi v kozmetiki – v kremah, zobnih pastah, vazelinah, v oblogah za obraz in maskah za lase.¹⁵

Zaključek

Slovenski med je po zagotovitvi Čebelarstva Slovenije “varno, kakovostno in zdravo živilo.”¹⁶ Danes so posebej cenjeni med in drugi čebelji pridelki lokalnega izvora iz ekološke predelave, ki se pridelujejo na ekoloških območjih samoraslega rastlinstva, v panjih izdelanih iz naravnih materialov¹⁷ ter medovi, vključeni v sheme kakovosti. Sheme višje kakovosti na področju medu v Republiki Sloveniji so štiri. Gre za zaščitena geografska poimenovanja priznana in potrjena s strani Evropske komisije. Med te sheme kakovosti spada zaščitena označba porekla, ki ju nosita Kočevsko gozdni med in Kraški med ter zaščitena geografska označba, ki jo nosi Slovenski med. Če kupite med, označen s shemo kakovosti ali med v kozarcu za slovenske čebelje pridelke, ste kupili med slovenskega porekla, pridelan v skladu z veljavno zakonodajo in dobro čebelarstvo. Eden od ciljev projekta Štartaj kot čebelar je ozaveščanje ljudi o kupovanju lokalno pridelanega kakovostnega medu in drugih čebeljih proizvodov pri slovenskih čebelarjih.

¹⁴ Peter Kozmus, Boštjan Noč, Karolina Vrtačnik et al., Brez čebel ne bo življenja, Beebooks, Žirovnica 2017, str. 315.

¹⁵ Terezija Golob et al., Med: značilnosti slovenskega medu, Čebelarstva Slovenije, Lukovica 2008, str. 71, 75; Stane Mihelič et al., Moč medu, Založba Centralnega zavoda za napredek gospodinjstva, Ljubljana 1984, str. 118-168.

¹⁶ Čebelarstva Slovenije <http://www.czs.si/content/C2>,

¹⁷ Veroljub Umeljčič, Čebelarstvo za začetnike in strokovnjake, samozaložba, Kamnik 2012, str. 525-526.

Zanimivosti...

- Med so imeli v preteklosti za hrano bogov, imenovali so ga “rumeno zlato”.
- Prebivalec Slovenije na leto poje 1 do 1, 5 kg medu.
- Za 1 kg medu morajo čebele obleteti 4 milijone cvetov.
- “1 kg medu da toliko energije kot 3 kg svežega govejega mesa ali 50 jajc ali 5 litrov mleka ali 3 kg sladkovodnih rib ali 6 kg pomaranč oziroma 3 kg banan.”
- Čebelja družina na leto porabi 34 kg cvetnega prahu in 60 kg medu.
- Čebela za 1 kg medu v panj prinese 3, 5 kg medicīne.
- Med kristalizira oz. se strdi, zato ga imenujemo tudi strd.
- Med se ponovno utekočini pri temperature 40° C.
- Med je sladek zaradi velike količine naravnih sladkorjev, ki jih vsebuje.
- Med in čebelji pridelki imajo zdravilno moč.
- Vsak med ima neponovljivo kombinacijo vonja, okusa in videza.
- Pregovori in reki: “Padla mu je sekira v med.” “Sladek kot med.” “Marljiv kot čebela.”

7

Viri in literatura:

Ana Marija Mihelič et al., Pomen čebeljih pridelkov za vase počutje in zdravje, Zveza čebelarских društev Slovenije, Ljubljana 1973.

Čebelarška zveza Slovenije <http://www.czs.si/content/C2>, (3. 5. 2019)

Ivan Esenko, Svet čebel: O čebelah in čebelarstvu v Sloveniji, Družina, Ljubljana 2018.

Jože Babnik, Od čebele do medu, Kmečki glas, Ljubljana 1998.

Matej Erjavec, Od cveta do medu, Ognjišče, l. 45, št. 6 (jun 2009), str. 14-16.

Milan Meglič, Čebelji pridelki: pridobivanje in trženje, Čebelarška zveza Slovenije, Brdo pri Lukovici 2004.

Peter Kozmus, Boštjan Noč, Karolina Vrtačnik et al., Brez čebel ne bo življenja, Beebooks,

Žirovnica 2017.

Stane Mihelič et al., Moč medu, Založba Centralnega zavoda za napredek gospodinjstva, Ljubljana 1984.

Terezija Golob et al., Med: značilnosti slovenskega medu, Čebelarstva zveza Slovenije, Lukovica 2008, str. 7.

Veroljub Umeljic, Čebelarstvo za začetnike in strokovnjake, samozaložba, Kamnik 2012.

<http://tradicionalni-zajtrk.si/>