**Včelí med, najsladší liek na svete!**

Pravý včelí med a včelie produkty sú naozajstným darom pre človeka! Včelí med a včelie produkty od Veronika Kocianová & family, sú povýšené ešte na vyššiu úroveň, pretože sú obohatené o lásku, s ktorou sa staráme o naše včielky. V našej rodine je včelárstvo 50 ročnou tradíciou, ktorú začal ešte môj dedo Kocian v Skalici a tú sme zachovali až dodnes. Som tiež registrovanou včelárkou v Slovenskom zväze včelárov CRV(centrálny register včelstiev) reg.č.24751.

Kocianová & family vlastní niekoľko včelstiev (úľov), ktoré momentálne rozširujeme a budeme v tom aj naďalej pokračovať. Preto môžeme ponúkať domáci, čerstvý včelí medík a včelie produkty len v obmedzených množstvách. Ponúkame len právý včelý med, v žiadnom prípade neponúkame nejaké riedené, miešané a chemicky prifarbované varianty plné chémie, antibiotík, alebo lacný, nekvalitný med z Ázie najmä Číny a pod. Falšovanie medu je celosvetovým obrovským problémom. Problémom je tiež aj používanie antibiotík a iných liečiv pri chove včiel, ktoré je stále povolené v USA, Číne a iných krajinách. V EÚ je zakázané používať antibiotiká, ale veľkovýrobcovia častokrát dovážajú veľmi lacný med v ktorom sa môžu nachádzať aj antibiotiká a následne ho primiešavajú, pančujú, chemicky prifarbujú/upravujú, prevárajú, aby bol v obchodoch stále tekutý, farebne príťažlivý, čo môže byť veľký problém aj pre zdravie človeka! Rozoznať na prvý pohľad pravý med od falošného môže byť náročné, ale nie nemožné.

Preto, aby ste mali vždy istotu pravosti, prichádza na trh naša rodina Veronika Kocianová & family, aby sme ponúkli všetkým najvyššiu kvalitu včelích produktov i včelieho medu a ten slovenský medík je TOP aj vo svete. Všetky naše medíky sú vyšetrené a neobsahujú žiadnu chémiu, antibiotiká a iné pre človeka nebezpečné látky. Naše včielky sú počas roka umiestnené na vybratých, najčistejších miestach, aby kvalita medu bola čo najvyššia a včely sa dožili svojho najdlhšieho veku.

**Toto ste určite o včelom mede a jeho konzumácii nevedeli:**

Konzumácia medu má veľa výhod. **Včelí med má antibakteriálne, antivírové, antiparazitné účinky!** Poskytuje nám veľmi silnú antioxidačnú ochranu. Včelí med obsahuje veľa antioxidantov, enzýmov, bielkovín, vitamínov, minerálnych látok. Med nezaťažuje organizmus tak, ako biely repný cukor, ktorý organizmu škodí. Med môžete používať všade tam, kde používate cukor. Vyraďte cukor zo svojho života a nahraďte ho pravým včelím medom. Urobíte tak veľký krok k zdravému telu. Med môžu kontrolovane konzumovať aj ľudia s cukrovkou, pretože obsahuje jednoduché cukry fruktózu (nezaťažuje pankreas) a glukózu. Med má blahodárne, povzbudzujúce, skrášľujúce účinky a je tiež vinikajúcim konzervantom.

Včelí med odporúčame konzumovať dospelákom aj deťom pravidelne každý deň 2-3 čajové lyžičky, najlepšie ráno na lačno a vždy pred jedlom. Jednoducho ho zjedzte, alebo pridajte do nápoja, ale nápoj nesmie byť nikdy teplejší ako 45°C, pretože pri vyššej teplote sa zničia všetky prospešné a výživové látky. Vyskúšajte vlažnú vodu s medom a čerstvou citrónovou šťavou. Konzumácia domáceho medu vám pomôže pretože:

* znižuje riziko všetkých ochorení a podporuje imunitu
* konzumáciou v surovom stave účinne pomáha pri prechladnutí (nie v horúcom čaji nad 45°C!)
* znižuje krvný tlak
* účinne zlepšuje trávenie, pomáha pri hnačkách, zápche, žalúdočných vredoch, pri chorobách pečene, žlčníka
* zmierňuje svalové kŕče a predchádza im dodaním potrebného draslíka
* upokojuje celú nervovú sústavu a výrazne pomáha pri nespavosti
* pomáha pri fyzickom a psychickom vyčerpaní (med je kvalitným zdrojom energie)
* pomáha pri liečbe alergií
* zmierňuje artritídu
* chráni pred infarktom a redukuje srdečné choroby
* znižuje cholesterol
* ukludňuje žalúdok
* pomáha pri odstránení zápachu z úst
* lieči angínu, zápal priedušiek
* zlepšuje funkciu vnútorných orgánov
* čistí organizmus od voľných radikálov
* lieči pleť zvonku aj zvnútra
* hydratuje a dôkladne vyživuje pleť
* pomáha pri migrénach, strese, depresiách, zlepšuje náladu
* pomáha pri chudokrvnosti
* vracia cievam a žilám pružnosť
* eliminuje plynatosť
* starším ľuďom navracia čulosť

Zloženie včelieho medu je vždy závislé od rastlinného zdroja nektáru, alebo medovice. Existuje med kvetový a medovicový, ten medovicový je najtmavší a najsladší zo všetkých medov. Následne môžeme med ďalej rozdeliť na jednodruhový (slnečnica, repka, agát, lipa a pod.), kvetový zmiešaný (tzv. lúčny), lesný zmiešaný (tento med býva tiež tmavší). Novela zákona ale zakazuje predávať med s označením "lesný", "lúčny" alebo "horský". Aj lesný/horský med je vždy buď len kvetový/zmiešaný, alebo medovicový. Líšia sa obsahom minerálnych látok, čím vyššia vodivosť medu, tým má med vyšší obsah minerálov. Najviac minerálnych látok má medovicový med, čo sa dá zmerať elektirckou vodivosťou medu. Existuje stupnica 80-130 mS/m (milisiemens na meter), ak je vodivosť medu pod 80, je to vždy kvetový med, ak je nad 80 je to med medovicový.

Včelí med obsahuje najmä: fruktózu, glukózu, (medovicový až 10% sacharózy) ostatné cukry, vodu (na SK max. podiel vody do 18%, v EÚ max. podiel vody do 20%), vitamíny A, C, B1, B2, B6, B8 (cholin), B12, D, K, E, minerálne látky, vápnik, horčík, draslík, sodík, železo, meď, zinok, fosfor, aminokyseliny, éterické oleje, bielkoviny. Orientačná nutričná hodnota medu v 100g: Kcal 325, sacharidy 83g, voda 16g, bielkoviny 0,30g, ostatné látky.

Krištalizácia včelieho medu je prirodzeným javom a je dôkazom toho, že včelí med je naozaj pravý. Najdlhšie tekutý zostane vždy agátový a medovicový med, pretože má vyšší podiel fruktózy, ako glukózy. Opačne, vyšší obsah glukózy v mede spôsobuje jeho kryštalizáciu, ale pozor, to nemá vplyv na jeho kvalitu! Kryštalizácia medu nie je scukornatenie pridávaním cukru do medu, ako sa mnohý nazdávajú. Za to môže práve vyšší obsah glukózy, ako fruktózy v mede! Takýto med môžete ľahko rozpustiť ohrievaním v teplej vode, ktorá nesmie mať teplotu viac ako 45stupňov Celzia. Pri vyššej teplote sa znehodnotia všetky prospešné a výživové látky v medíku.

Včelí med obsahuje aj peľ a ľudia alergický na peľ, tiež aj deti do 2 rokov by ho mali konzumovať zo začiatku opatrne. Deti nemajú ešte dostatočne vytvorenú a podporenú imunitu, čo môže v určitých prípadoch vyvolať alergickú reakciu, ale všetko je veľmi individuálne, záleží na jedincovi a nemusí prísť samozrejme k žiadnej alergickej reakcii. Najmenej peľu obsahuje medovicový lesný med, pretože medovicu produkuje hmyz (vošky a červce), tú následne zbierajú včielky z listov a ihličia. Preto ho môžu alergici a astmatici uprednostniť pred ostatnými medmi, ak majú obavy z alergií.