



*Miody  
wiosenne*



*Biesiady  
u Bartnika*



*Wielka  
przygoda  
z małą  
pszczołą*



*Poznaj  
dobrą  
żywność*



*O miodach  
pitnych*



# MIODOWY KURIER

Nr 1/2011 WIOSNA

WYDAWNICTWO BEZPŁATNE

  
SADECKI  
BARTNIK®

*Miodowe  
kulinaria*





## OD WYDAWCY

Moja wielka przygoda z małą pszczołą rozpoczęła się, gdy miałem 12 lat. Mama kupiła od sąsiada ul z pszczołami, czyli - mówiąc fachowo - rodzinę pszczołę. Chłopięca fascynacja zaprowadziła mnie do Technikum Pszczelarstwa, a potem na studia w poznańskiej Akademii Rolniczej. Pszczoła i jej otoczenie stały się nie tylko pasją, ale i zawodem. Kończąc studia miałem już 60 pszczelich rodzin.

Obecnie wraz z żoną i synami prowadzimy firmę rodzinną „Sądecki Bartnik”. Nasze gospodarstwo pasieczne, liczące ponad 1500 pni, położone jest w ekologicznie czystym terenie na skraju Beskidu Sądeckiego i Beskidu Niskiego. Produkujemy smaczne i zdrowe miody - lipowy, spadziowy, oraz wiele innych. Pozyskujemy wosk, pyłek, propolis, mleczko pszczele oraz jad - od wielu lat uznane za produkty zdrowotne i przydatne w medycynie. Wspieramy pszczelarzy-hobbystów oraz popularyzujemy wiedzę o pszczołach, wydając książki i albumy pszczelarskie.

Historia polskiego pszczelarstwa liczy ponad tysiąca lat. Jesteśmy dumni z tradycji, ale też otwarci na najnowsze osiągnięcia naukowe, np. badanie jakości naszych miodów w specjalistycznych laboratoriach.

Pszczoły to niezwykle owady - doskonale zorganizowane i pracowite, cierpliwe i rzetelne. Pełnią pierwszoplanową rolę przy zapyłaniu roślin. Postępująca chemizacja rolnictwa niesie wielkie zagrożenia dla pszczoł, a przecież aż 1/3 światowej produkcji żywności zależy od produktów zapyłanych przez owady. Mamy nadzieję, że periodyk, który oddajemy w Państwa ręce, wzbudzi zainteresowanie Czytelników bogactwem, jakie oferuje nam świat pszczoł.

Gorąco zachęcam do korzystania z produktów sprzedawanych pod marką „Sądecki Bartnik” i serdecznie zapraszam Państwa do Stróż k/Grybowa, w województwie małopolskim. W tej podgórskiej miejscowości, idealnej do rodzinnego wypoczynku, znajduje się nasze gospodarstwo, a przy nim: Muzeum Pszczelarstwa, restauracja „Bartna Chata”, sklep firmowy „Miodowa Spizarnia” oraz domy gościnne „U Babci Marysi”.

Janusz Kasztelewicz

## PYTANIA I ODPOWIEDZI

Jestem chora na cukrzycę typu II (czyli nabytą). Podobnie moja koleżanka, która sładzi herbatę miodek akacjowym. Zezwolił jej na to lekarz. Czy ja też mogę używać tego miodu do słodzenia płynów i pokarmów?



Celina

Miód akacjowy zawiera łatwo przyswajane cukry - glukozę i fruktozę. Niektórzy lekarze zezwalają swoim pacjentom na korzystanie - z umiarem - z tego dobrodziejstwa natury. Proszę skonsultować się z prowadzącym Pani leczenie lekarzem rodzinnym lub diabetologiem.

Królowa Pszczół

## MIODOWY KURIER

Redaguje zespół.

### Wydawca:

Gospodarstwo Pasieczne „Sądecki Bartnik”

A. i J. Kasztelewicz,

33-331 Stróże 235

tel. 18 445 18 82, 18 445 18 72

e-mail: bartnik@bartnik.pl

www.bartnik.pl



**Zdjęcia:** Waclaw Bugno, Leszek Horwath, Janusz Kasztelewicz, Krzysztof Kasztelewicz, Tomasz Kasztelewicz, Bogdan Klimczyk, Milan Motyka, Marcin Siuta, Michał Stec, Jerzy Żak, Zenon Żybartowicz.

### Przygotowanie do druku:

Przedsiębiorstwo ALT, tel. 18 444 48 48

**Druk:** Z. G. COLONEL S.A., tel. 12 423 66 66

Wydawnictwo bezpłatne



# MIODY WIOSENNE

Pierwszymi, wiosennymi roślinami miododajnymi są: podbiał, wierzba iwa, mniszek lekarski, drzewa owocowe rosnące w sadach, a także rzepak i malina, a miody z nich uzyskiwane są jasne, zawierają sporo naturalnej glukozy, dlatego dość szybko krystalizują. Pamiętajmy, że krystalizacja jest naturalną cechą miodu, uznawaną za jego zaletę, świadcząca o wysokiej jakości, a wielu smakoszy szczególnie ceni miód w takim stanie.

szukiwanym przez konsumentów, szybko znikającym ze sklepowych półek.

Wiosenny **MIÓD WIELOKWIATOWY** powstaje z całego bukietu wiosennego kwiecia. Ma barwę jasnokremową i łagodny smak. W zależności od miejsca w którym zebrały go pszczoły, powonienie i podniebienie smaku może wyczuć aromat mniszka lekarskiego, kwiatu maliny lub kwiatu rzepaku. Zawiera dużo cukrów prostych: glukozy i fruktozy. Jego



*Na zdjęciach: wiosenna łąka z mniszkiem lekarskim, miód wielokwiatowy, pszczoła na mniszku, skryształizowany miód mniszkowy.*

Od wieków miód uważany jest za produkt odżywczy, smakowy, o potwierdzonych naukowo walorach profilaktycznych i leczniczych, poetycko nazywanym pokarmem dla ciała i duszy. Najwcześniejszym miodem wiosennym jest **MIÓD MNISZKOWY** pozyskiwany z kwiatów mniszka lekarskiego (popularnego mlecza). Ma jasną, wpadającą w złotą barwę, delikatny zapach i smak. Ze względu na walory zdrowotne szczególnie polecany do wzbogacania codziennych posiłków dzieci. Stosuje się go w profilaktyce schorzeń wątroby, dróg żółciowych, chorobach reumatycznych, niedokrwistości oraz stanach wyczerpania. Jest miodem trudnym do pozyskania, bardzo po-

spożycie zalecane jest alergikom, uczulonym na pyłki kwiatowe oraz osobom cierpiącym na katar sienny. Niewielka zawartość pyłków kwiatowych powoduje, że miód ten nie uczula. **MIÓD RZEPAKOWY** ma barwę słomkową. Jest bardzo słodki, aż mdły, lekko gorzkawy, o wyczuwalnym zapachu kwitnącego rzepaku. Zawiera dużo glukozy, więc krystalizuje bardzo szybko i staje się „smalcowaty”. Zawierając niemal wyłącznie cukry proste jest łatwo przyswajalny przez wątrobę. Ma własności wzmacniające organizm - polecany przy chorobach serca, układu krążenia, wątroby, dróg żółciowych, miażdżycy i stanach zapalnych górnych dróg oddechowych.



# BIESIADY U BARTNIKA



Tradycyjnie w pierwszy weekend lipca - już od 20 lat - (w bieżącym roku 2 i 3 lipca), odbywa się w „Sądeckim Bartniku” doroczne święto pszczół, pszczelarzy oraz konsumentów.



„Biesiada u Bartnika” ma swoich zagorzałych sympatyków, którzy przyjeżdżają na nią całymi rodzinami, by się zabawić, odpocząć, zrelaksować, posłuchać zespołów regionalnych, zaopatrzyć w najlepsze miody.



W programie imprezy każdy znajdzie coś dla siebie. Dla pszczelarzy zawodowych i pszczelarzy hobbystów „Biesiada” to wymiana doświadczeń, pogłębianie fachowej wiedzy (każdej z „Biesiad” towarzyszy pszczelarska konferencja naukowa), ale także spotkania towarzyskie, połączone ze smakowaniem miodów pozyskanych w pasiekach.



Konsumenci miodów mają niepowtarzalną okazję do odkrywania smaków pszczelego świata i siły dawanej organizmowi człowieka nie tylko przez miód, ale również przez pyłek kwiatowy, propolis, mleczko pszczele czy pierzgę. Mogą też wziąć udział w pokazach miodobrania, spotkaniach i prelekcjach poświęconych apiterapii (leczeniu produktami pszczelimi) czy wykorzystaniu produktów pszczelich we współczesnej kosmetologii.

Na kilkudziesięciu straganach można kupić m. in. miody, ale również pieczywo, pierniki, prozdrowotne preparaty oraz kosmetyki wytworzone na bazie produktów pszczelich. Nie brakuje stoisk z rękodziełem ludowym i artystycznym, pokazów dawnych rzemiosł i prezentacji folklorystycznych.



Corocznie sobotniego wieczora odbywa się także widowisko plenerowe (światło-dźwięk), którego główną postacią jest św. Ambroży – patron pszczelarzy.

Od kilku lat „Biesiadzie” towarzyszy sztuka prezentowana na poplenerowych wystawach rzeźbiarzy, malarzy i karykaturzystów oraz wernisaż konkursu fotograficznego „Pszczola i jej otoczenie”, w którym o nagrody rywalizują fotograficy amatorzy i zawodowcy.



## ARTYSTYCZNY BARTNIK

Karykaturzyści zajęli się podglądaniem odbicia przyrody w krzywym zwierciadle humoru, zaś inspiracją dla malarzy były nie tylko tereny gospodarstwa ale również codzienna praca pszczelarza, pszczoły oraz piękno krajobrazów Beskidu Sądeckiego, Niskiego i Pogorza Ciężkowickiego.

Twórczy tydzień minął pracowicie i szybko w przyjacielskiej, niemal rodzinnej atmosferze. Wielu mówiło, że zdecydowanie za szybko. Na wernisaże wystaw poplenerowych zapraszamy podczas „Biesiady u Bartnika”. Jak podkreślali artyści, żegnając się z organizatorami, to miejsce ich inspiruje, urzeka, fascynuje, a czas spędzony na plenerach podpowiada również pomysły na kolejne prace.

Efektom twórczych spotkań będą trzy wystawy poplenerowe, których wernisaże odbędą się podczas XX „Biesiady u Bartnika”, w dniach 2 i 3 lipca br.

**V** Plener Rzeźbiarski, III Plener Karykaturzystów, II Plener Malarski - ponad 30 artystów z kraju i zagranicy gościło z początkiem czerwca w Stróżach.

Główną inspiracją dla rzeźbiarzy była postać patronującego pszczelarzom św. Ambrożego. Podczas tych plenerów powstaje corocznie kilka uli figuralnych, wysokich na ponad dwa metry, które są włączane do największej polskiej kolekcji artystycznych pni bartnych, gromadzonej w Muzeum Historii Polskiego Pszczelarstwa.





**Kto z nas mnie lubi łąsuchować? Dzieciom i dorosłym proponujemy nie tylko delikatną i smaczną słodycz, ale jej oryginalne połączenie z profilaktyką zdrowotną.**

# MIODOWE ŁAKOCIE

Sz szczególnie polecamy znakomite „Prosmaczki” - lizaki z propolisem o smakach: cytrynowym, malinowym, truskawkowo-jogurtowym i leśnym.

Zawarty w lizakach ekstrakt propolisowy działa przeciwwzapalnie, bakteriobójczo i miejscowo znieczulająco. Łagodzi podrażnienia błony śluzowej gardła i sprzyja jego ochronie. Wspomaga naturalną odporność organizmu.

„Prosmaczki” zawierają także witaminę C. Warto korzystać z nich na co dzień, a szczególnie w okresach zwiększonego ryzyka występowania przeziębień. Zalecanej porcji dziennego spożycia (od 1 do 4 lizaków) nie powinno się

przekraczać. *Uwaga: produkt niewskazany dla osób uczulonych na produkty pszczele.*

Innym naszym słodkim smakołykiem, o podobnych właściwościach, po który bardzo chętnie sięgają nie tylko najmłodsi, jest guma do żucia „Maja”, także zawierająca ekstrakt propolisowy.

Idealnym uzupełnieniem kalorii traconych podczas zwiększonej aktywności fizycznej, np. podczas wycieczek pieszych i rowerowych oraz podczas uprawiania sportów, będą nasze bloki miodowe. Proponujemy je w dwóch smakach: orzecha włoskiego i truskawki oraz opakowaniach o wadze 50 i 100 g.



# DLACZEGO BADAMY MIÓD?



Każda firma zajmująca się sprzedażą miodu i produktów pszczelich dba, by do konsumentów trafiał towar jak najwyższej jakości. Dlatego duże firmy, takie jak nasza, mają swoje własne, specjalistyczne laboratoria, zajmujące się analizą i badaniem miodów.

Miód jest produktem naturalnym, wytwarzanym przez pszczoły, zaś ingerencja człowieka w jego powstanie powinna ograniczać się tylko i wyłącznie do opieki nad pszczołami, stworzeniem im jak najlepszych warunków do życia i pozyskiwania miodu.

Miód z każdego ula badany jest pod kilkoma aspektami, określanymi przez odpowiednie przepisy.

Przed wszystkim trzeba precyzyjnie określić gatunek miodu. Można tego dokonać zmysłami (organoleptycznie), rozpoznając smak, zapach, kolor, konsystencję, lub laboratoryj-

nie - metodą, która określa procentowy udział pyłku przewodniego w miodzie. Pyłek przewodni to ten, którego jest najwięcej w badanej próbce. Jego ilości też regulują odpowiednie normy.

Kolejne ważne badania to czystość i jakość miodu, określana w wyniku skomplikowanych badań fizyko-chemicznych. Przede wszystkim sprawdzamy i określamy ilość cukrów (głównie glukozy, fruktozy i sacharozy). Badamy zawartość enzymów przekazywanych do miodu przez pszczoły-robotnice, w drodze, którą pokonują od kwiatu do ula. Tych enzymów, naturalnych substancji o skomplikowanych nazwach, jest kilka. Ich odpowiednia ilość w miodzie świadczy nie tylko o jakości, ale i o jego prawdziwości (enzymów nie można dodać do miodu w sposób sztuczny).

Pszczoły też chorują i trzeba je umiejętnie leczyć. Dlatego musimy sprawdzać, czy w pozyskanych miodach nie występują pozostałości po lekach (w tym antybiotykach).

Kiedy jesteśmy pewni, że dany miód spełnia wszystkie normy jakościowe odpowiadające obowiązującym przepisom, napełnimy nim słoiki i słoje. Każdy, kto zakupi miody z „Sądeckiego Bartnika” może być pewien ich najwyższej jakości.





# ZDROWIE WPROST Z ULA

**Czy potrafimy korzystać z dobrodziejstw, które daje nam Natura? Z pewnością, nie wszyscy. Jednak coraz więcej osób uświadamia sobie, jak wielka i niedoceniana siła drzemie w mleczku pszczelim i pyłku kwiatowym - naturalnych produktach pozyskiwanych z uli.**

Mleczko pszczele, wytwarzane przez robotnice, to jedyny pokarm królowej-matki i największy sekret jej długowieczności - idealny zestaw biostymulatorów i składników pokarmowych. Karmiona nim królowa-matka żyje 60-70 razy dłużej, niż wytwarzające je pszczoły-robotnice.

Naukowcy z wielu krajów świata dowiedli w toku wieloletnich badań laboratoryjnych i klinicznych, że ta niezwykła, biologicznie czynna substancja ma zbawienny wpływ także na kondycję człowieka, jako stabilizator i źródło energii. Wspiera prawidłową przemianę materii, wzmacnia odporność organizmu, pomaga w regeneracji i utrzymaniu sił witalnych.

Na jej bogactwo składają się m.in. szybko wchłaniające się cukry, białko, sterole, aminokwasy, wielonienasycone kwasy tłuszczowe, hormony (w tym substancje hormonopodobne), substancje o działaniu antybiotycznym, witaminy z grupy „B” (B1, B2, B3 i B4), witaminy: PP, E, K oraz wiele mikroelementów (w tym: sód, potas, mangan, glin, arsen, cynk, żelazo, magnez, krzem, chrom, kobalt, wapn, miedź, brom, a nawet złoto).

„Sądecki Bartnik” jest jedynym i wyłącznym polskim producentem dwóch preparatów (suplementów diety) powstających na bazie mleczka pszczelego - „Apivitu” (mleczko pszczele) i „Apivitu P” (mleczko pszczele z pyłkiem kwiatowym).

„Apivit” nie tylko poprawia samopoczucie, sen, zwiększa aktywność życiową oraz tolerancję na wysiłek fizyczny, ale także reguluje ciśnienie krwi, poprawia jej wartości w niedokrwistości oraz działa rozkurczowo na naczynia. „Apivit P” zalecany jest szczególnie osobom ciężko pracującym, osłabionym, przemęczonym fizycznie i nerwowo oraz osobom w podeszłym wieku.

**Uwagi dla Konsumentów: Nie należy przekraczać zalecanej dziennej porcji preparatu. Suplement diety nie może być stosowany jak substytut diety zróżnicowanej. Przeciwwskazania - uczulenie na produkty pszczele.**





# NOWOŚĆ WYDAWNICZA! HIT 2011 !!!



**Heinrich Gritsch, *Nie bójmy się pszczół / No fear of bees*,  
Wydawnictwo „Sądecki Bartnik”**

Obecność pszczół w przyrodzie traktujemy jako naturalną i oczywistą tym bardziej, że owady te są trwałym elementem nie tylko

gospodarki, ale też naszej kultury i sztuki. Do niedawna nie zdawaliśmy sobie sprawy, że coraz głębsza ingerencja w porządek natury, przede wszystkim przez chemizację rolnictwa, może zmieść je z powierzchni Ziemi, powodując zmiany na niewyobrażalną skalę, których skutkiem może być nawet wystąpienia globalnego głodu.

Nie bójmy się pszczół, bo dzisiaj to pszczoły powinny bać się nas. Poznajmy je bliżej i rozsądnie ograniczając nasz wpływ na środowisko, starajmy się działać na rzecz przywracania równowagi w przyrodzie. Publikacja Heinricha Gritscha przekona każdego Czytelnika, że w świecie bez pszczół nie będzie też miejsca dla człowieka.

*Album nagrodzony Brązowym Medalem XL Kongresu APIMONDIA' 2007 w Melbourne (Australia).*



## PSZCZELE CIEKAWOSTKI

- ◆ Najstarsze pszczoły znalezione w bryłkach bursztynu mają ok. 50 milionów lat, ale pojawienie się tych owadów na Ziemi nastąpiło prawdopodobnie przed 200 milionami lat.
- ◆ W Europie Środkowej występuje ok. 700 gatunków dzikich pszczół, a na całym świecie około 12.000.
- ◆ Maj i czerwiec to miesiące największej aktywności matki pszczelej, która potrafi złożyć do 1500 jaj dziennie. Ciężar tych jaj odpowiada mniej więcej ciężarowi jej ciała.
- ◆ Rodzina pszczela składa się z matki, 30 do 40 tysięcy robotnic i kilkuset trutni.
- ◆ W silnej rodzinie pszczelej znajduje się od 10 do 15 tysięcy pszczół lotnych, z których każda wykonuje ok. 15 lotów dziennie.
- ◆ Aby lecieć z prędkością 30 km/h pszczoła musi wykonać ok. 150 uderzeń skrzydłami na sekundę.

# WIELKA PRZYGODA Z MAŁĄ PSZCZOŁĄ



Wszystkich miłośników przyrody, turystyki i dobrej kuchni zapraszamy do odwiedzin w „Sądeckim Bartniku” w Stróżach k/Grybowa.

Pszczoły, które poprzez zapylenie roślin wnoszą gigantyczny wkład w produkcję żywności, to niezwykle i doskonale zorganizowane owady. W Muzeum Pszczelarstwa w Stróżach odsłaniamy tajemnice świata pszczół.

Interaktywna część muzeum przenosi nas w sam środek ula, gdzie króluje matka pszczela ze swoją świtą. Część skansenowa, to bogaty zbiór pradawnych narzędzi pszczelarskich oraz unikalna kolekcja uli figuralnych.

W „Sądeckim Bartniku” każdy znajdzie coś dla siebie - przez dzień, przez weekend czy przez tydzień. Zapraszamy grupy i osoby indywidualne na zajęcia warsztatowe: miodobranie, sporządzanie potraw i ciast z miodem, wypiek chleba, wyrób woskowych świec oraz degustację miodów pitnych.

Zainteresowanych medycyną naturalną zapoznamy z walorami pyłku kwiatowego, pierzgi, mlecza pszczelego, propolisu, a nawet jadu. Nasi goście mogą przekonać się, jak specyficzne są smaki i walory lecznicze polskich miodów odmianowych, np. mniszkowych, akacjowych, lipowych czy spadziowych.

Zapraszamy całe rodziny do wypoczynku w harmonii z naturą. Oferujemy piękne tereny spacerowe, ścieżki wręcz stworzone do wypraw rowerowych (zimą - saniami).

Na najmłodszych czeka „Pszczeła Wioska”: plac zabaw oraz zwierzyńiec z kucykami, strusiami, ptactwem domowym oraz drobnym inwentarzem. W rozłożystym parku przygotowane są stanowiska do grillowania czy rozpalenia ogniska.

Na kilkuekhtarowym terenie Gospodarstwa czekają na Państwa Domy Gościnne „U Babcy Marysi”.

Daniami tradycyjnej kuchni polskiej podejmie smakoszy restauracja „Bartna Chata”, zaś w miody i produkty pszczele zaopatrzy chętnych firmy sklepik „Miodowa Spizarnia”.

**„Wielka przygoda z małą pszczołą” otrzymała w 2010 r. Godło Promocyjne „Teraz Polska” w kategorii „Usługa turystyczna”.**



[www.bartnik.pl](http://www.bartnik.pl)  
tel. 18 445 18 82







# POZNAJ DOBRĄ ŻYWNOSĆ



Produkty oznaczone tym znakiem są coraz bardziej widoczne na sklepowych półkach i coraz chętniej kupowane przez polskich konsumentów.

Nadanie znaku „Poznaj Dobrą Żywność” jest wyróżnieniem produktu przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi, a zarazem informacją dla konsumenta, że ma do czynienia z artykułem rolno-spożywczym najwyższej jakości.

**Pośród kilkuset produktów wyróżnionych dotychczas znakiem „PDŻ” (program realizowany jest od 2004 r.) znalazło się 5 miódów odmianowych z Gospodarstwa Pasiecznego „Sądecki Bartnik”. Znak - nadawany na określony czas - to nie tylko prestiż dla producenta, ale także obowiązek szczególnej dbałości o jakość wyróżnionego produktu.**

**Miód spadziowy - spadź iglasta** został wyróżniony znakiem już po raz drugi. Ze względu na walory smakowe i zdrowotne jest jednym z najchętniej kupowanych miódów. Szczególnie ceniony za łagodny, korzenny smak i zapach oraz zawartość nektarowych substancji czynnych, w tym biologicznie czynnego żelaza.

**Miód wielokwiatowy** - o smaku zależnym od mieszanki nektarów przyniesionych do ula przez pszczoły. Ceniony szczególnie w profilaktyce chorób alergicznych, zawiera bowiem pyłki kwiatowe, które działają jak antygeny.

**Miód lipowy** - pozyskiwany przez pszczoły z nektaru kwiatów lipy. Szczególnie ceniony w profilaktyce chorób układu oddechowego. Podobnie jak kwiat lipy działa przeciwgorączkowo, wykrztuśnie i napotnie.

**Miód akacjowy** - zbierany z kwiatów akacji. Jasny, o delikatnym zapachu i dużej zawartości fruktozy, dzięki czemu bardzo wolno krystalizuje. Polecany w profilaktyce choroby wrzodowej żołądka i dwunastnicy, leczeniu nadkwasoty, a także zapaleń i stanów skurczowych jelit.

**Miód gryczany** - ciemny, brunatny, specyficzny i bardzo wyrazisty (ostry) w zapachu i smaku. Zawiera spore ilości dobrze przyswajalnego magnezu dlatego poleca się go w profilaktyce chorób nowotworowych. Ceniony również w profilaktyce przeciwmiażdżycowej (wspomaga pracę mięśnia sercowego).



# O MIODACH PITNYCH

Tradycja sporządzania miodów pitnych (miodosytnictwa) i piwa miodowego sięga w Polsce - z pewnością - czasów pogańskich, ale pierwsze pisane wzmianki o tych napojach pochodzą dopiero z XII w. Miody warzone na różne sposoby znane były również na Litwie, Rusi, Morawach, w Czechach, Austrii i Niemczech. Zapewne były to lekkie napoje o niewielkiej zawartości alkoholu, służące do popijania posiłków, a zatem będące odpowiednikiem współczesnych kompotów.

Rozwój miodosytnictwa nastąpił wraz z przybywającymi na ziemie słowiańskie zakonnikami. Mnisi, dobrze znający się na uprawie winorośli i produkcji wina, zwrócili uwagę na słowiańskie napitki miodowe, stosując do ich wytwarzania szlachetne gatunki drożdży, co podniosło ich jakość i moc. Z kolei dodatek przypraw korzennych czy soków owocowych zdecydowanie poprawiał smak. Do początku XVII w. miody pitne i piwa miodowe były najpowszechniejszymi polskim napitkami. W „Trylogii” Henryka Sienkiewicza pochwałę miodowych napitków głosił Onufry Zagłoba, któremu poprawiały one nie tylko koncept, ale również dodawały siły i odwagi.

Upadek miodosytnictwa nastąpił za sprawą win gronowych, masowo sprowadzanych na szlacheckie i magnackie stoły z południa Europy od XVII w. oraz z rosnącą popularnością wysokoprocentowych wódek, pędzonych w szlacheckich gorzelniach. Na dodatek miody pitne coraz częściej fałszowano, spadała ich jakość, więc przestały znajdować nabywców. Wytwarzano je już tylko w nielicznych dworach. W jednych jako wyraz przywiązania do staro-

polskiej tradycji, w innych - z konieczności, by jako zagospodarować miód, gdy zbierano go z pasiek w nadmiarze.

Na przełomie XIX i XX w. podejmowano próby przywrócenia miodów pitnych polskiej tradycji, kultury i obyczajowi. Ukażała się wówczas książka Teofila Ciesielskiego „Miodosytnictwo - sztuka przerabiania miodu i owoców na napoje”, uważana do dziś za jedną z najlepszych publikacji dotyczących tej problematyki.

W latach powojennych produkcję miodów pitnych reaktywowano w spółdzielniach pszczelarskich Krakowa, Lublina, Poznania, Nidzicy i Milejowa, a przed dwudziestu laty do grupy tych miodosytników dołączyło Gospodarstwo Pasiczne „Sądecki Bartnik”. W naszej ofercie znajduje się 9 rodzajów miodów pitnych: trójniaki - „Kozacki”, „Litewski”, „Rycerski” i „Kapucyn” (sprzedawany w tradycyjnych, kamionkowych butelkach); dwójniaki - „Bartnik”, „Kasztel Niedzicki”, „Zbyszko” i „Maćko” oraz półtorak - „Chrobry”.

Miody pitne z Polski ponownie trafiają na europejskie stoły. O uznaniu dla ich wielowiekowej historii i tradycji wytwarzania oraz wyjątkowości smaku świadczy nadanie półtorakom, dwójniakom, trójniakom i czwórniakom znaku ochronnego „Gwarantowana Tradycyjna Specjalność” (GTS), przyznanego w 2008 roku przez Komisję Europejską.

(cdn.)



# MIODOWE KULINARIA



Naturalny miód pszczeni obecny jest w wielu kuchniach od niepamiętnych czasów. Trudno wyobrazić sobie bez niego nie tylko sporządzanie smakowitych wypieków, ale również wielu potraw. To wspaniały dodatek podnoszący walory smakowe m. in. surówek owocowych i warzywnych, sałatek i sosów.

Oto dwie propozycje do zastosowania w wiosennej kuchni.

## WARZYWNO-ZIOŁOWA SAŁATKA Z MIODEM

### Składniki:

pęczek świeżej rzodkiewki, ogórek, jabłko, 2 łyżki soku z cytryny, 2 łyżki oliwy z oliwek, 2 łyżeczki miodu pszczelego (akacjowego lub wielokwiatowego), pół szklanki śmietany, sól do smaku, 4 łyżki drobno posiekanych ziół (np. bazylii, tymianek, melisa, ogórecznik, rukola, rzeżucha, młode listki pokrzywy, młode listki mniszka lekarskiego, itp.)



### Wykonanie:

Oliwę, śmietanę, miód oraz sok z cytryny wymieszać i przyprawić solą. Poszatkować drobno ogórek, rzodkiewkę i jabłko. Świeże zioła opłukać i odsączyć, a następnie drobno posiekać na deseczce. Wszystkie składniki połączyć i delikatnie wymieszać. Podawać jako dodatek do śniadania.

## NAPÓJ ZIOŁOWO-MIODOWY

### Składniki:

4 gałązki świeżej mięty, 4 gałązki świeżej melisy, sok z połowy cytryny, 2 łyżki miodu akacjowego lub wielokwiatowego, litr wody.

### Wykonanie:

Gałązki ziół starannie opłukać, a następnie włożyć do dzbanka. Wodę zagotować. Zalać wrzątkiem zioła i pozostawić pod przykryciem przez kwadrans. Odcedzić uzyskany napar, dodać sok z cytryny oraz miód. Wymieszać. Taki napój podany w temperaturze pokojowej lub z kostkami lodu znakomicie gasi pragnienie i orzeźwia.

*Uwaga: Świeże zioła można zastąpić suszonymi (najlepiej w torebkach ekspresowych).*





## CO MOŻE MIÓD?



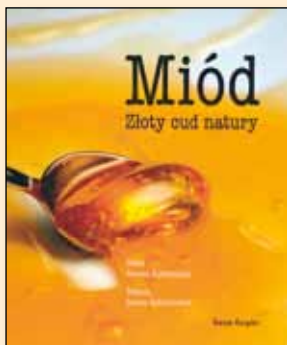
**Helena Noskowicz-Bieroniowa**

Konsultacja: prof. dr hab. Ryszard Czarnecki i Marek Kolek  
Agencja Wydawniczo-Uslugowa „Emilia”, Kraków 2009

*Polska sztuka leczenia produktami pszczelimi wywodzi się ze średniowiecznego pszczelarstwa, a także późniejszego tradycyjnego leczenia środkami naturalnymi. W ostatnich dziesięcioleciach rozwinęła się w nowoczesną metodę zwaną apiterapią. Stosowanie produktów pszczelich cieszy się dużym, stale rosnącym uznaniem polskiego społeczeństwa. Trudno również nie docenić ich roli zarówno w pediatrii, jak i geriatrici. Mimo nieograniczonego dostępu do produktów pszczelich, społeczeństwo nie ma świadomości ich znaczenia w utrzymaniu zdrowia, profilaktyce i leczeniu wielu chorób cywilizacyjnych i nie korzysta z tych cennych źródeł poprawy jakości*

*życia i zdrowia. Książka ta, napisana barwnie, żywo, dobrym językiem, stanowić będzie, miejmy nadzieję, zachętę do poszerzania wiedzy o pszczołach, ich produktach i możliwościach korzystania z nich w codziennych trudnościach ze zdrowiem. Wreszcie, że przyczyni się do wzmocnienia wiary w dobroczynne skutki apiterapii, rozbudzi chęć jej poznania i stosowania - pisze w rekomendacji prof. dr hab. Ryszard Czarnecki, ekspert ds. apiterapii z Collegium Medium Uniwersytetu Jagiellońskiego.*

## MIÓD ŻŁOTY CUD NATURY



**Teresa Kokocińska**

Zdjęcia: Zenon Żybertowicz  
Wydawnictwo „Świat Książki”, Warszawa 2009

*Kiedy sięgamy po słoik tego „złotego cudu natury”, często nie zastanawiamy się, co on naprawdę kryje. Stąd pomysł tej książki - łączącej wiele wątków o miodzie i jego zastosowaniu. W niezwykle fascynującej podróży przez wieki jest trochę „historii z miodem” - od starożytności po współczesność. Staraliśmy się uchylić rąbka tajemnicy kryjącej się w ulu i opisać życie pszczół oraz niezwykle fascynujący proces powstawania miodu; odkryć, co jadali nasi przodkowie, którzy chętnie sięgali po miód, aby wzbogacić swoją kuchnię i smak potraw... - pisze we wstępie Autorka. Czytelnik*

*znajdzie w książce ponad 200 przepisów potraw, wypieków, przetworów, nalewek, do przygotowania których użyto miodu oraz receptury staropolskich miodów pitnych.*

*Są też informacje o miodowych medykamentach i sposobach leczenia miodem, które człowiek stosował od zarania istnienia. Publikacja zilustrowana jest pięknymi, nastrojowymi zdjęciami Zenona Żybertowicza.*

**Obie prezentowane pozycje można jeszcze nabyć w sklepie internetowym [www.bartnik.pl](http://www.bartnik.pl)**



# SKARBNICA ZDROWIA

Pod takim właśnie tytułem Wydawnictwo „Sądecki Bartnik” rozpoczęło realizację cyklu filmów popularno-naukowych, przybliżających szerokiemu odbiorcy zalety miodów i produktów pszczelich. Swoją wiedzę dzieli się z odbiorcami **prof. dr hab. Ryszard Czarnecki** z Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego, wybitny specjalista z zakresu farmakologii, który w działalności naukowej i klinicznej wiele uwagi poświęcił badaniom nad zastosowaniem produktów pszczelich w leczeniu i profilaktyce.

## „SKARBNICA ZDROWIA - MIODY”

Nie ma chyba człowieka, który nie wiedziałby, skąd bierze się miód. Ta niezwykła substancja, produkt wytrwałej pracy pszczół, od tysięcy lat budziła fascynację ludzkości, która szybko dostrzegła nie tylko jej niezwykle walory smakowe, ale także zdrowotne. Zbawienny wpływ miodu na zdrowie i kondycję człowieka znany był już w starożytnej Grecji i Rzymie. Film, w bardzo przystępnej formie, przybliża informacje m.in. o chemicznym składzie miodu i jego wartościach odżywczych i leczniczych oraz walorach najczęściej spotykanych i dostępnych na polskim rynku rodzajów miodów odmianowych.

Film bogato ilustrowany pięknymi, pszczelimi kadrami, mierzy się także z wieloma obiegowymi opiniami wygłaszanymi o miodach. Stanowi znakomite źródło wiedzy dla pszczelarzy hobbystów oraz dla konsumentów, którzy coraz częściej zdając sobie sprawę, że miód miodowi nie jest równy, poszukują produktu najwyższej jakości.

## „SKARBNICA ZDROWIA - PYŁEK KWIATOWY”

Węglowodany, tłuszcze, białka, składniki mineralne, witaminy, rutyna, olejki eteryczne, fitocydy, antybiotyki-inhibitory, hormony, enzymy, kwasy organiczne, stymulatory wzrostu. Ale to nie wszystko. Pyłek kwiatowy, zwany także potocznie pyłkiem pszczelim, skrywa przed badającymi go naukowcami jeszcze mnóstwo zagadek i tajemnic swego składu i przedziwnych, zaskakujących właściwości. Mimo nieustannych badań, nie potrafimy powiedzieć czy oraz jakie funkcje może spełniać w niezwykłym pyłkowym konglomeracie około 300 rozpoznanych dotychczas składników. Nie ulega wątpliwości, że pyłek posiada właściwości odżywcze i lecznicze - w tym m.in. odtruwające, antydepresyjne, antyalergiczne, przeciwmiażdżycowe i antybiotyczne.

Jego wszechstronne działanie wykorzystywane jest w kuracjach regulujących trawienie, leczeniu schorzeń prostaty, profilaktyce cukrzycy, leczeniu wewnętrznych stanów zapalnych organizmu, kuracjach poprawiających komfort widzenia, a także w kosmetyce.

Czeka na Państwa spora dawka znakomicie i przystępnie podanych informacji! Zwiastuny obu filmów dostępne są na naszej „Platformie Video” - [www.bartnik.pl](http://www.bartnik.pl). Film można nabyć w naszym sklepie internetowym oraz w sklepie firmowym. Już niebawem ukaże się kolejny film z tej serii pt. „Propolis”.





SADECKI  
**BARTNIK**®

Gospodarstwo Pasieczne  
A. & J. Kasztelewicz  
33-331 Stróże 235  
tel. 18 445 18 82  
e-mail: bartnik@bartnik.pl

[www.bartnik.pl](http://www.bartnik.pl)



**Miody  
Muzeum  
Pszczelarstwa  
Restauracja  
Pokoje gościnne**

**WIELKA  
PRZYGODA  
Z MAŁĄ  
PSZCZOŁĄ**



**CZYTAJ NA STRONIE 10**

Usługa turystyczna  
nagrodzona w 2010 r.  
godłem promocyjnym  
Teraz Polska



TERAZ POLSKA