

ВСЕ ОБ ОБЫЧНОМ

МЕДЕ

Рецепты, целебные свойства,
косметика и уход за кожей
и также много
другое



Annotation

Какие разновидности меда существуют? Как выбрать качественный мед? Как правильно его хранить? Ответы на все эти и многие другие вопросы, касающиеся меда вы получите прочитав нашу книгу. Вы узнаете, как приготовить из этого ценного продукта лекарственные средства, как использовать мед в косметических целях. В книге вы найдете и всевозможные кулинарные рецепты. Книга «Все об обычном меде» рассчитана на массового читателя.

- [Иван Дубровин](#)
 - [ВСТУПЛЕНИЕ](#)
 -
 - [РАЗНОВИДНОСТИ МЕДА](#)
 - [ХРАНЕНИЕ МЕДА](#)
 - [КАК НЕ ОШИБИТЬСЯ, ПОКУПАЯ МЕД?](#)
 -
 - [СПОСОБ 1](#)
 - [СПОСОБ 2](#)
 - [СПОСОБ 3](#)
 - [РАЗДЕЛ I. НАРОДНЫЙ ЛЕЧЕБНИК О МЕДЕ](#)
 -
 - [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ПРОСТУДЕ И ГРИППЕ](#)
 - [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ БОЛЕЗНЯХ СЕРДЦА](#)
 - [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ БОЛЕЗНЯХ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА](#)
 - [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ТУБЕРКУЛЕЗЕ](#)
 - [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ МАЛОКРОВИИ И НАЧАЛЬНОЙ СТАДИИ ЧАХОТКИ](#)
 - [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ИСТОЩЕНИИ И ОСЛАБЛЕНИИ ОРГАНИЗМА](#)
 - [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ](#)
 - [МЕДОВО-ТРАВЯНЫЕ РАСТВОРЫ ПРИ ЭКЗЕМЕ](#)
 - [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ](#)
 - [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ОДЫШКЕ И ГРУДНОЙ ЖАБЕ](#)

- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ КАТАРЕ ГОРТАНИ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ОТЕКЕ ЛЕГКИХ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ РАН И ЯЗВ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ПОДЗУБНОМ ФЛЮСЕ, ОПУХОЛИ И НАРЫВАХ ДЕСНЫ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ЦИНГЕ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ЗОЛОТУШНОМ ЛИШАЕ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ГРУДНИЦЕ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ВОСПАЛЕНИИ ГЛАЗ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ КАМНЯХ В МОЧЕВОМ ПУЗЫРЕ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА В БОРЬБЕ С ГЛИСТАМИ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ РЕВМАТИЗМЕ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ РАЗДРАЖЕНИИ МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ МАЛЯРИИ](#)
- [ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ВОДЯНКЕ](#)
- [РАЗДЕЛ II. МЕД КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО](#)
 -
 - [КОСМЕТИЧЕСКИЕ МЕДОВЫЕ МАСКИ ДЛЯ ЛИЦА](#)
 - [МЕДОВЫЕ МАСКИ ПРИ НОРМАЛЬНОЙ КОЖЕ](#)
 - [МЕДОВЫЕ МАСКИ ПРИ СУХОЙ КОЖЕ ЛИЦА](#)
 - [МЕДОВЫЕ МАСКИ ПРИ ЖИРНОЙ КОЖЕ](#)
 - [ДРУГИЕ МЕДОВЫЕ МАСКИ ДЛЯ ЛИЦА](#)
 - [МЕДОВЫЕ МАСКИ ОТ УГРЕВОЙ СЫПИ](#)
 - [МЕД КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ РУК](#)
 -
 - [РЕЦЕПТ 1](#)
 - [РЕЦЕПТ 2](#)
 - [РЕЦЕПТ 3](#)
 - [МЕД КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ НОГ](#)
 - [МЕД КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО ПО УХОДУ ЗА ВОЛОСАМИ](#)
 - [МЕДОВО-ТРАВЯНЫЕ НАСТОИ ПРИ ОБЛЫСЕНИИ](#)
 - [МЕД КАК СРЕДСТВО БОРЬБЫ С ПОТЛИВОСТЬЮ](#)
 - [МЕД ПРОТИВ ПОТЛИВОСТИ ЛИЦА](#)
 - [МЕД ПРОТИВ ПОТЛИВОСТИ РУК](#)
 - [МЕД ПРОТИВ ПОТЛИВОСТИ ПОД МЫШКАМИ](#)
 - [МЕД ПРОТИВ ПОТЛИВОСТИ НОГ](#)

- ПОЛЕЗНЫЕ МЕДОВЫЕ МАСКИ
- РАЗДЕЛ III. РЕЦЕПТЫ БЛЮД ИЗ МЕДА
 - - ПЕРВОЕ БЛЮДО
 - РУССКАЯ БОТВИНЯ
 - ВТОРЫЕ БЛЮДА
 - ГУРИЙСКИЙ ПЛОВ С ИЗЮМОМ «СЛАДКАЯ ЖИЗНЬ»
 - КАРТОФЕЛЬ С ТМИННЫМ СОУСОМ «ЩЕДРЫЙ ХОЗЯИН»
 - КАШИ
 - ГРЕЧНЕВАЯ КАША НА СОКЕ САХАРНОЙ СВЕКЛЫ С МЕДОМ
 - ПШЕННАЯ КАША С ЯБЛОКАМИ И МЕДОМ
 - САЛАТЫ
 - САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МЕДОМ «ОРИГИНАЛЬНЫЙ»
 - САЛАТ «МОЗАИКА»
 - САЛАТ ИЗ ЛИМОНОВ И ЯБЛОК С МЕДОМ «СОЛНЕЧНАЯ ДОЛИНА»
 - САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, ТВОРОГА И МЕДА «БУРАТИНО»
 - САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ И МЕДОМ «ЛГУНИШКА»
 - ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА
 - ТОРТ МЕДОВЫЙ
 - ТОРТ «СОЛНЕЧНЫЙ ЗАЙЧИК»
 - ТОРТ «ВСЕ ЦВЕТА РАДУГИ»
 - ТОРТ «СМЕХ МАЛЫША»
 - ТОРТ «СОЛНЕЧНОЕ ЗАТМЕНИЕ»
 - РУЛЕТ С МАКОМ «ПЧЕЛКА»
 - ПРЯНИКИ «ЗОЛОТЫЕ СЛИТКИ»
 - ПРЯНИКИ «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ»
 - КЕКС «НЕГРИТЕНОК»
 - ПЕЧЕНЬЕ «ЗВЕЗДНАЯ НОЧЬ»
 - ПЕЧЕНЬЕ «ДАЛЬНЯЯ ДОРОГА»
 - ТРУБОЧКИ «НА ВЫСОКОМ БУГОРКЕ»
 - ПИРОЖНОЕ «КОРЗИНОЧКА»

- [ПИРОЖНОЕ «БАБА РОМОВАЯ»](#)
- [ПИРОГ «МЕДОВЫЕ ОРЕШКИ ДЛЯ БЕЛОЧКИ»](#)
- [ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С МЕДОМ](#)
- [ПИРОГ С МЕДОМ «КРАСОТИЩА»](#)
- [НАПИТКИ](#)
 - [МЕДОВОЕ МОЛОКО](#)
 - [ЯИЧНОЕ МОЛОКО С МЕДОМ](#)
 - [МЕДОВЫЙ ФЛИП «КРАСИВЫЙ ЖЕСТ»](#)
 - [ЛИМОНАД «СВЕТЛЯЧОК»](#)
 - [КЛЮКВЕННЫЙ МОРС С МЕДОМ «ДАЛЕКИЕ ЗЕМЛИ»](#)
 - [КИСЕЛЬ ИЗ МЕДА «ДОМАШНИЙ ОЧАГ»](#)
 - [НАПИТОК С МЕДОМ «ВОЛШЕБНЫЙ ЛЕКАРЬ»](#)
 - [МОРС ИЗ КАЛИНЫ С МЕДОМ «УЛЫБКА»](#)
 - [МОРС С МЕДОМ И ЛИМОННЫМ СОКОМ «ПРИНЦЕССА»](#)
 - [НАПИТОК С МЕДОМ «ТЕМНЫЙ ЛЕСОК»](#)
 - [ЧАЙ С КИСЛЫМИ ЯБЛОКАМИ, ШИПОВНИКОМ И МЕДОМ «ВЕЧЕР С ДРУЗЬЯМИ»](#)
 - [ЧАЙ С СУШЕНЫМИ ЯБЛОКАМИ И МЕДОМ «ВЕЧЕР В КРУГУ СЕМЬИ»](#)
 - [ЧАЙ С ВИШНЯМИ, МАЛИНОЙ И МЕДОМ «АЛЫЕ ГУБКИ»](#)
 - [СБИТЕНЬ](#)
 - [СБИТЕНЬ «ВКУС МЕДА»](#)
 - [СБИТЕНЬ «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР»](#)
 - [СБИТЕНЬ «ЗАМЕРЗШИЙ ПУТНИК»](#)
 - [МЕДОВЫЕ ХМЕЛЬНЫЕ НАПИТКИ](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ОТДЫХ»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ДЕРЕВЕНСКИЕ ПОСИДЕЛКИ»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «КРАСНАЯ ЯГОДКА»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «МОНАСТЫРСКИЕ СТЕНЫ»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ЛЕСНАЯ ИЗБУШКА»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «МЕСЯЦ ПОСЛЕ СВАДЬБЫ»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «УСТОЯТЬ БЫ НА НОГАХ»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ВЕСЕЛАЯ ПИРУШКА»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «БЕРЕЗОВАЯ РОЩА»](#)

- [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «СЕМЕЙНЫЙ»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «МАЛИНКА-КАЛИНКА»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «КРАСНАЯ ШАПОЧКА»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «КОЛОКОЛЬНЫЙ ЗВОН»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ЛЕСНАЯ ПОЛЯНКА»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ТРУТЕНЬ»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ПЧЕЛИНЫЙ УЛЕЙ»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ЗА ЗДОРОВЬЕ!»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ЛУННЫЙ СВЕТ»](#)
 - [МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ПОСЛЕДНЕЕ ПРОЩАЙ»](#)
-

Иван Дубровин
Все об обычном меде

ВСТУПЛЕНИЕ

Мед является очень ценным натуральным продуктом, который вырабатывается пчелами.

Издавна люди применяли мед для разных целей, ибо считали, что он содержит многие полезные вещества, необходимые организму человека. В те далекие времена, когда химический состав меда еще не был изучен, он широко использовался и как пищевой продукт, и как косметическое средство: красавицы прошлого делали из него всевозможные маски для лица.

К сожалению, в настоящее время мы мало внимания уделяем меду. Возможно, потому, что сейчас существует множество самых разнообразных лекарств, современных косметических кремов, сливок, пилингов и разных пищевых полуфабрикатов. Люди привыкли ходить в аптеки, магазины и на рынок, чтобы купить себе все необходимое.

В книге «Все о меде» мы напомним вам о его разновидностях; дадим советы, как приобрести на рынке качественный мед; расскажем, как хранить этот продукт. Мы не задаемся целью отговорить вас от приема современных лекарственных средств, от использования великолепной косметики, — мы лишь напомним вам народные рецепты медовых мазей, кремов, настоев, масок для лица, рук, ног... И, конечно же, мы обратимся к кулинарным рецептам, которыми пользовались наши предки.

Надеемся, что, прочитав нашу книгу, вы найдете в ней для себя много нового и интересного.

РАЗНОВИДНОСТИ МЕДА

Существуют две разновидности меда: мед цветочный и мед падиевый. Наиболее известным и используемым является цветочный мед, падиевый же находит применение в основном в пищевой промышленности. И хотя цветочный и падиевый мед существуют вместе, принято различать эти 2 вида, тем более, что не во всяком цветочном меде присутствует падь. Наличие или отсутствие падиевого меда в цветочном легко обнаружить, если растворить 1 кг меда в 1 литре дистиллированной воды и, добавив 2 литра известковой воды, довести до кипения. Падь появится в таком растворе в виде хлопьев.

Цветочный мед, в свою очередь, делится еще на два вида: монофлерный и полифлерный. Монофлерный мед — это мед из нектара одного вида растений, а полифлерный — из нектара разных растений. Конечно понятно, что получить монофлерный мед практически невозможно... Мед полифлерный также имеет свои разновидности или, вернее сказать, сорта. Сорта устанавливаются по преобладающему в меде нектару какого-либо растения. Сорт меда определяется при помощи химического анализа, а иногда по аромату, цвету и вкусу.

Большой популярностью в настоящее время пользуется светлые сорта цветочного меда: липовый, хлопковый, акациевый, донниковый... К сожалению, мы не отдаем должного темным сортам, в особенности меду гречичному, хотя научно доказано, что чем темнее мед, тем больше полезных минеральных веществ он содержит, а это может значить лишь одно: темные сорта меда исцеляют организм человека от самых страшных недугов.

Падиевый мед также имеет свои сорта, которые порой очень неприятны на вкус, а иногда даже ядовиты. Потому, определив в цветочном меде большое количество пади, не советуем сразу же применять этот мед, обратитесь за консультацией к специалисту.

Хочется сказать и еще об одной разновидности меда — пьяном меде. Это не хмельной медовый напиток, о приготовлении которого мы будем говорить позже и который не наносит какого-либо вреда человеку, — это натуральный пьяный мед, который является продуктом обработки пчелами нектара азалии, болотного вереска, багульника и других. Эти растения содержат ядовитые вещества, которые и переносят пчелы в мед.

Ядовитый мед очень легко спутать с обыкновенным медом, потому

что он ничем не отличается от него по внешним признакам, и лишь сосредоточившись, можно уловить чуть заметный запах пережженного сахара, исходящий от так называемого пьяного меда.

Употребив в пищу даже минимальное количество ядовитого меда, человек начинает вести себя так, как будто бы он перебрал алкоголя. Он чувствует резкое головокружение, тошноту, его тело сводят судороги. Человеку, отравившемуся пьяным медом, можно помочь, если промыть ему желудок и дать слабительное. Без какой-либо помощи отравление проходит само собой через 48 часов, но по истечении этого времени человек чувствует себя очень слабым и разбитым.

Так что же делать, если вы живете в тех районах, где растут перечисленные выше растения семейства вересковых, и у вас есть подозрение, что приобретенный вами мед ядовитый?

Такой мед можно обезвредить, если кипятить его в течение 30 минут при температуре 45–50 градусов.

ХРАНЕНИЕ МЕДА

При правильном хранении мед может не портиться сотни лет и даже несколько тысячелетий. Виной тому его специальный состав, а вернее сказать, глюкоза, в результате кристаллизации которой мед и приобретает удивительное свойство — способность жить вечно.

Конечно, при длительном хранении мед видоизменяется — мутнеет и густеет, но это вовсе не говорит о том, что он испортился, а даже наоборот, свидетельствует о хорошем качестве меда, о большом содержании в нем глюкозы. Так что если вы купили мед, который через некоторое время превратился в единую плотную массу, то вас можно поздравить: вы сделали удачное приобретение.

Если же ваш мед с течением времени не густеет, то это мед плохой, содержащий большое количество фруктозы и, к сожалению, не обладающий целебными свойствами, приписываемыми этому лакомству.

Возможно, что мед при хранении поделится на 2 равных пласта, причем снизу будет густой пласт, а сверху — жидкий. Такое явление свидетельствует о том, что данный мед незрелый, а значит храниться долго он не будет.

Хранить мед лучше всего в стеклянной посуде с плотно закрывающейся крышкой. Мед также хорошо сохраняется в бочонках из осины, ольхи, липы и тополя. В дубовых же бочонках оставлять мед нельзя во избежание изменения его цвета и вкусовых качеств. Не рекомендуется держать мед в железной, алюминиевой и оцинкованной посуде, ибо с течением времени мед в соприкосновении с этой посудой приобретает ядовитые вещества.

Но не думайте, что налив мед в стеклянную банку или в пригодные для хранения бочонки, вы можете больше не беспокоиться о его сохранности. Все дело в том, что кроме посуды очень большое значение для хранения меда имеет помещение, в котором вы его оставите. Мед нельзя хранить во влажных и теплых помещениях, а также рядом с пахучими продуктами, ибо мед способен воспринимать посторонние запахи, а это значит, что в скором времени, попробовав лакомство, хранящееся в таких условиях, вы не узнаете его вкуса.

Помните, что хранить мед следует в сухом, хорошо проветриваемом помещении при температуре 5-10 градусов. Только в этом случае он будет радовать вас на протяжении долгих лет.

КАК НЕ ОШИБИТЬСЯ, ПОКУПАЯ МЕД?

Ранее мы уже говорили о том, что мед бывает зрелый и незрелый, и даже рассказали, как отличить один от другого. К сожалению, зрелость меда можно обнаружить лишь при хранении. Как же во время покупки определить, хороший, целебный мед мы приобретаем или плохой, не обладающий лечебными качествами?

Существует несколько способов не обмануться при покупке восхитительного натурального лакомства.

СПОСОБ 1

При покупке меда лучше всего иметь при себе чайную ложку, ибо она поможет вам определить, содержит ли в себе данный мед полезные вещества, приписываемые ему. Итак, остановившись у прилавка с медом, попросите продавца наполнить им вашу ложечку. Уверены, что любой продавец вам не откажет уже потому, что ложка невелика. Хозяину качественного товара беспокоиться нечего, но все же, наполнив ложку медом, отойдите в сторонку и нагрейте ложку при помощи захваченных с собой спичек.

Если при нагревании мед лишь потеряет свою густоту и немного изменит цвет, то перед вами мед высокого качества, содержащий в себе целебные вещества. Этот мед будет храниться долго и не потеряет своих лечебных и вкусовых качеств.

Если же при нагревании вокруг меда образовалась каемка темного цвета, то этот пчелиный продукт содержит очень много сахара, что не является показателем хорошего качества меда. Приобретать такое лакомство не советуем.

СПОСОБ 2

При покупке меда попросите продавца зачерпнуть большую ложку лакомства, так чтобы она была очень полной, и попросите поднять ее высоко над бидоном или бочкой, в которой он продается. Если при подъеме ложки на высоту 1–1,5 метра струя меда будет тянуться до самой бочки, то предлагаемый вам мед заслуживает самой высокой похвалы, если же она сразу оборвется, то не обессудьте — вам хотят продать мед

некачественный.

СПОСОБ 3

Отличить хороший мед от плохого можно и не прибегая к помощи спичек и большой ложки. Попросите продавца наполнить медом небольшую ложку, после чего несколько раз переверните ее. Высококачественный мед тягучий, а это значит, что он тоненькой струей обовьется несколько раз вокруг ложки; если же этого не произойдет, то покупаемый вами мед не обладает теми полезными свойствами, которые ему приписываются.

РАЗДЕЛ I. НАРОДНЫЙ ЛЕЧЕБНИК О МЕДЕ

Если хочешь сохранить молодость, то обязательно ешь мед.

Ибн-Сина (Авиценна)

Эти знаменитые слова великого врача, поэта и естествоиспытателя древности актуальны и сегодня. Издавна люди считали, что мед не только оберегает их от болезней, но и продлевает жизнь. И хотя наши предки в далекие времена еще не могли с точностью сказать, почему мед исцеляет те или иные страшные недуги, их уверенность в том, что, употребляя постоянно его в пищу, они проживут долгую и счастливую жизнь, вряд ли кто-нибудь смог бы поколебать.

Так почему же сейчас мы так мало внимания уделяем лекарственным свойствам меда, применяя его лишь для лечения простуды и гриппа, совсем забыв о широко известных в народе чудесных случаях исцеления при помощи этого лакомства от таких тяжелейших болезней, как туберкулез, гиперацидный и гипоацидный гастрит, язва желудка и двенадцатиперстной кишки, бронхит, трахеит, бронхиальная астма и даже трихомонадный кольпит?... Может быть, потому, что сейчас появилось много лекарств, которые широко применяют для лечения тех или иных заболеваний, и ушли в далекое прошлое народные рецепты целебных снадобий, главным компонентом которых является богатый глюкозой, витаминами, минералами и противобактериальными веществами мед?...

Мы ни в коем случае не говорим вам: откажитесь от применения современных лекарственных препаратов и лечитесь только медом! Мы лишь хотим напомнить удивительные рецепты, которые, возможно, помогут вам и вашим близким избавиться от недугов.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ПРОСТУДЕ И ГРИППЕ

Ни для кого не секрет, что мед обладает удивительным потогонным свойством, а потому широко применяется для лечения простудных заболеваний и гриппа в домашних условиях. Лучше всего для этих целей подходит липовый мед, который способствует наибольшему очищению организма от различного рода шлаков во время болезни, а потому именно об этом виде меда пойдет речь в приведенных ниже рецептах. И еще одна немаловажная деталь: использовать мед как потогонное средство лучше всего на ночь (выздоровление наступает намного быстрее).

При простуде и вы, наверное, не раз пользовались таким средством как мед с горячим молоком или чаем (1 столовая ложка меда на 1 стакан горячего молока или чая) или мед с соком лимона (100 г меда и сок одного лимона)...

В народной медицине кроме этих широко распространенных рецептов существует ряд менее известных, но не менее эффективных способов применения меда при простудных заболеваниях. Во всех этих способах мед применяют с лекарственными растениями, во взаимодействии с которыми увеличивается его потогонный эффект.

Приведем несколько таких рецептов.

Настой ягод малины с медом

Возьмите 2 ст. ложки сухих ягод малины и заварите их в стакане. Через 15–20 минут, когда вода в стакане немного остынет и помутнеет, добавьте 1 ст. ложку меда. Все тщательно перемешайте.

Принимайте целебный настой по полстакана в теплом виде перед сном как потогонное средство.

Отвар листьев мать-и-мачехи с медом

Высыпьте в стакан 1 ст. ложку предварительно высушенных и измельченных листьев мать-и-мачехи. Затем залейте листья кипятком таким образом, чтобы стакан заполнился лишь на четверть. Накройте стакан крышкой, а через 5–6 минут долейте его кипятком до краев. Остывший отвар процедите и добавьте 1 ст. ложку меда.

Принимайте чудесный отвар по 2 ст. ложки в день как отхаркивающее.

Настой цветов липы с медом

Возьмите 1 ст. ложку цветов липы и заварите ее в стакане воды. Через 20–30 минут полученный настой процедите и добавьте 1 ст. ложку меда.

Все тщательно перемешайте и принимайте по полстакана перед сном как потогонное средство.

Эти рецепты очень хорошо помогают также при гриппе, снижая в короткое время температуру больного. В народной медицине при гриппе широко практикуют и еще одно медовое средство. Приготовить это снадобье не составит большого труда, зато результат после его приема будет виден уже на следующее утро.

Итак, возьмите 3–5 зубчиков чеснока и натрите их на терке. Затем смешайте приготовленную массу с 1 ст. ложкой меда. Принимайте лекарственное средство перед сном, запивая теплой водой.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ БОЛЕЗНЯХ СЕРДЦА

«Ой, как колет сердце!» — эту фразу в последнее время нам приходится слышать все чаще и чаще, причем произносят ее самые разные люди: и молодые, и пожилые, и совсем старики.

Врачи говорят, что никогда им еще не приходилось заниматься лечением такого количества людей с больным сердцем, и виной тому наше время — время нестабильности в политике и экономике.

Боль в сердце несравнима ни с какой другой болью: она настолько сильна и страшна, что человек сразу же начинает принимать известные ему лекарственные препараты, лишь бы как-нибудь успокоить свое расшалившееся сердечко. Принимаются средства самые разные: современные и испытанные, дорогие и не очень, отечественные и импортные, но, к сожалению, мало кто знает, что самое главное лекарство при болях в сердце у них всегда под рукой. Вы, конечно же, уже догадались, что это широко известный нам мед.

В народной медицине мед рекомендуется применять при ослаблении сердечной мышцы и гипертонической болезни. Это, конечно, не значит, что как только заболит сердце, следует сразу же бежать на кухню или в подвал, открывать трехлитровую банку меда и начинать поедать ее содержимое большими ложками, запивая изредка горячим чаем. При больном сердце мед можно употреблять лишь небольшими порциями. Это связано с тем, что мед обладает потогонным средством, и, применяя его как при простуде, вы создадите дополнительную нагрузку на сердце и усилите боль. При ослаблении сердечной мышцы мед нужно употреблять по 1 чайной ложке 2–3 раза в день с творогом, молоком, фруктами и другими богатыми витаминами продуктами.

Такой способ очень легок в применении, и им может воспользоваться каждый — результат не заставит себя долго ждать.

Существует еще один способ восстановления ослабленной сердечной мышцы при помощи меда. Для этого нужно приготовить настой, богатый витамином С, с медом. Для его приготовления вам потребуется 1 ст. ложка сухих плодов шиповника, 2 стакана кипятка и 1 ст. ложка меда. Итак, 2 ст. ложки сухих плодов шиповника залейте 2 стаканами кипятка и кипятите в течение 10–15 минут. Затем остудите, процедите и добавьте 1 ст. ложку меда. Все тщательно перемешайте и поставьте в темное место на 2–3 часа,

предварительно поместив целебный настой в плотно закрытую посуду.

Принимайте это народное средство по 1/4 стакана 2–3 раза в день.

При гипертонической болезни, особенно на начальной ее стадии, хорошо помогают настои меда с соком самых разнообразных овощей.

Приведем 2 подобных рецепта.

1. Настой включает в себя следующие компоненты: стакан меда, стакан сока моркови, сок 1 лимона и стакан сока хрена, который следует приготовить заранее, настояв мелко натертый хрен на воде в течение 24 часов. Все эти компоненты тщательно перемешайте и поставьте в закрытой посуде в темное прохладное место на 2–3 часа.

Принимайте чудодейственный настой по 1 ст. ложке за 1 час до еды.

2. Для приготовления второго лечебного настоя вам потребуется стакан меда, стакан сока моркови, стакан сока свеклы, сок 1 лимона и стакан сока тертого хрена, который предварительно следует настоять с водой в течение 36 часов.

Все тщательно перемешайте и поставьте в плотно закрытой посуде в темное прохладное место на 2–3 часа.

Принимайте полученный настой по 1 ст. ложке за 1 час до еды.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ БОЛЕЗНЯХ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

Мы уже говорили о том, что мед чудесно излечивает такие тяжелые болезни, как гиперацидный (повышенная кислотность желудочного сока) и гипоацидный (пониженная кислотность желудочного сока) гастрит. Остановимся подробнее на роли меда в борьбе с этими заболеваниями.

При низкой кислотности желудка мед в виде холодного водного раствора (1 ст. ложка меда на 1 стакан воды) следует принимать перед едой, так как он способствует выделению желудочного сока, и пища, поступившая после принятия меда, усвоится легко и безболезненно.

При гиперацидном гастрите, а также язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, сопровождающихся повышенной кислотностью, мед нужно принимать, предварительно растворив его в теплой воде. Ведь именно в таком виде мед способствует рассасыванию желудочного сока, устраняет тошноту и изжогу при приеме и после приема пищи. Причем больным гиперацидным гастритом мед рекомендуется употреблять за 1,5–2 часа до еды, заранее смешав 1 ст. ложку лакомства со стаканом теплой воды. Страдающим язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки приготовленный таким же способом мед нужно принимать за 1,5–2 часа до завтрака и обеда и через 2–3 часа после ужина.

Видимые улучшения после регулярного приема меда при гастрите и язвенной болезни желудка наступят через 2–2,5 месяца, а потому не бросайте лечение, лишь приступив к нему, ибо только усердие и терпение приведут к желаемым результатам.

Не нужно забывать и о том, что мед оказывает легкое слабительное действие, а потому является просто необходимым лекарством при запорах. При этой, прямо скажем, «неприятной» болезни, излишних газах в животе, мед рекомендуется употреблять перед едой в чистом виде или предварительно растворив его в воде. За 1 прием количество принимаемого меда не должно превышать 100 г. В особо тяжелых случаях народная медицина советует ставить клизму с 20–30 г меда и 2 стаканами теплой воды.

Существуют и другие народные медовые средства для борьбы с газами в животе:

1. Залейте 1 ст. ложку меда стаканом кипятка, после чего все хорошо

перемешайте. Полученную смесь варите на медленном огне в течение 10–15 минут. Целебное средство принимайте по 1–2 ст. ложке 7–8 раз в день.

2. 1 ст. ложку меда залейте 1 стаканом кипятка, добавьте 1 ст. ложку предварительно высушенных листьев полыни и варите на медленном огне в течение 15–20 минут.

Полученный отвар принимайте по 1 ст. ложке натощак. Храните целебное средство в темном прохладном месте.

3. Возьмите 2 чайные ложки предварительно высушенных листьев подорожника. Залейте их стаканом кипятка и поставьте в темное место на 3–4 часа. В полученный настой добавьте 1 ст. ложку меда.

Все тщательно перемешайте и принимайте по 1 ст. ложке после еды. Храните лекарственное средство в темном прохладном месте.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ТУБЕРКУЛЕЗЕ

Мед является очень ценным лекарством в борьбе с такой страшной болезнью как туберкулез. Он помогает ослабленному организму бороться с инфекцией, повышает его сопротивляемость, но, к сожалению, не действует прямым образом на туберкулезную палочку, а потому принимать мед больным этим тяжелым, трудноизлечимым недугом следует параллельно с другими противотуберкулезными средствами.

Заболевший туберкулезом человек чувствует постоянную слабость, сонливость и нехватку энергии; ему больше чем кому бы то ни было требуются те полезные вещества, которые содержит в себе мед.

Существует множество рецептов, составленных ведущими врачами мира, специализирующимися на лечении туберкулеза. Главным компонентом здесь является мед, а второстепенными — различные высококачественные вещества и сок алоэ.

Приведем некоторые из рецептов.

1. Срежьте взрослые листья алоэ и выдержите их в темном прохладном месте 2 недели. Затем тщательно вымойте их в теплой воде, мелко порежьте и залейте кипятком так, чтобы соотношение листьев и воды было 1:3. Полученную массу поставьте в теплое место на 2–3 часа, а затем процедите; 100 г приготовленного сока алоэ тщательно перемешайте с 350 г меда и 500–600 г предварительно измельченного грецкого ореха.

Принимайте это целебное народное средство за полчаса до еды 3–4 раза в день по 1 ст. ложке.

2. Возьмите несколько листьев алоэ и отожмите сок. Затем 150 г только что отжатого сока алоэ смешайте с 300 г меда и 400 г красного вина. Полученную массу настаивайте в темном прохладном месте в течение недели.

Принимайте чудодейственный настой по 1 ст. ложке за полчаса до еды 3–4 раза в день.

3. Тщательно перемешайте 100 г меда, 100 г какао, 100 г растопленного свиного сала и 15–20 г сока алоэ. Приготовленную смесь принимайте по 1 ст. ложке 2 раза в день, запивая стаканом горячего молока.

Если же у вас под рукой нет какого-либо из компонентов перечисленных выше рецептов, то не отчаивайтесь, потому что существует еще один способ восстановить силы больного туберкулезом.

Для этого вам нужно давать больному каждый день по стакану теплого молока, предварительно смешав его с 2 ст. ложками меда.

Если больного туберкулезом мучает кровохарканье, он чувствует нестерпимую боль. Если кровь из горла идет очень сильно, то на грудь и шею больного рекомендуем положить холодный компресс.

Если же кровь из горла появляется систематически и в небольшом количестве, то больному туберкулезом следует принимать лекарственное снадобье, готовящееся по следующему рецепту: возьмите 2 листа алоэ и отожмите с них сок. Полученный сок смешайте с таким же количеством свежего меда.

Принимайте снадобье 3 раза в день перед едой по 2 ст. ложки.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ МАЛОКРОВИИ И НАЧАЛЬНОЙ СТАДИИ ЧАХОТКИ

Малокровие — очень тяжелая болезнь, с которой справиться порой бывает очень трудно. То же самое можно сказать и о чахотке: хотя этот недуг встречается в настоящее время нечасто, заболев им, человек порой не имеет возможности излечиться. Прислушайтесь к советам наших предков, исцеляющих медом болезни и потяжелее этих.

1. Возьмите 200 г свежего меда, 200 г какао, 250 г топленого свиного сала и 300 г сливочного масла. Все сложите в алюминиевую кастрюлю и поставьте на слабый огонь. Постоянно помешивая, варите массу до тех пор, пока она не станет жидкой и не начнет кипеть. Затем целебную смесь остудите. Когда она застынет, сложите в банку, плотно закройте крышкой и храните в темном прохладном месте.

Принимайте целебное медовое средство 3–4 раза в день, предварительно разведя 1 чайную ложку массы в 1 стакане горячего молока.

2. Хорошо известно, что больным чахоткой не хватает кальция. Однако прямое введение кальция в кровь заболевшего человека очень болезненно, хоть этот метод и способствует быстрейшему выздоровлению. Мы рекомендуем вам народное средство против чахотки и заключается оно во введении в организм кальция вместе с пищей.

Для приготовления лекарственного снадобья положите в банку 6 свежих яиц, не очищая их от скорлупы (она обязательно должна быть белой). Затем залейте яйца соком 10 лимонов, оберните банку марлей и бумагой и поставьте ее в сухом и темном месте с комнатной температурой на 8-10 дней. Когда яичная скорлупа растворится, разогрейте 300 г меда и добавьте его в банку. Все хорошо перемешайте, после чего влейте 150–200 г хорошего коньяка. Еще раз все хорошо перемешайте и перелейте в темную посуду, которую поместите в сухое темное прохладное место.

Храните это целебное средство не больше 2–3 недель, после чего приготовьте новое.

Принимайте снадобье 3 раза в день через 10 минут после еды по 1 десертной ложке. Первые результаты будут видны уже через 2 дня приема: исчезнут прыщики, вызывавшие сильный зуд.

3. Это медовое средство очень древнее, а потому известно очень много случаев исцеления с его помощью от чахотки и малокровия.

Готовится оно следующим образом: тщательно перемешайте 300 г меда со 100 г кипяченой воды и 1 листом мелко нарезанного алоэ; полученную смесь поместите в алюминиевую кастрюлю и варите на медленном огне в течение 2 часов.

Принимайте снадобье по 1 ст. ложке 2 раза в день.

4. Тщательно перемешайте 200 г меда со 100 г свиного сала, 150 г сливочного масла, 100 г порошка какао и 2 ст. ложками сока алоэ, который нужно отжать примерно за 5–6 часов до приготовления лекарства.

Принимайте целебное средство по 1 ст. ложке, предварительно разведя ее 1 стаканом горячего молока, 2 раза в день.

Храните лекарство в прохладном темном месте.

5. Растопите 1 кг 200 г свежего меда в кастрюле, после чего добавьте 1 стакан сока алоэ и, постоянно помешивая, варите на слабом огне в течение 15–20 минут. Отдельно от готовящейся смеси залейте 1 стаканом кипятка 2 чайные ложки березовых почек и 1 стаканом кипятка — 2 чайные ложки липового цвета на 1–2 минуты, затем кипяток слейте.

Из березовых почек и липового цвета выжмите сок, добавьте его в приготовленный мед и все тщательно перемешайте.

Лекарство разлейте в 2 бутылки, добавив в каждую по 100 г прованского масла.

Храните бутылки с целебным снадобьем в сухом прохладном месте.

Принимайте по 1 ст. ложке 3 раза в день.

6. Возьмите 5 долек чеснока, очистите их и мелко порежьте, после чего залейте 1 стаканом свежего меда и варите на медленном огне 10–15 минут.

Принимайте готовое снадобье по 1 ст. ложке перед едой.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ИСТОЩЕНИИ И ОСЛАБЛЕНИИ ОРГАНИЗМА

Мы уже не раз говорили о том, что мед богат различными полезными веществами (глюкозой, витаминами, минеральными веществами), которые, легко усваиваясь в организме человека, не только повышают его сопротивляемость различным инфекциям, но и улучшают состояние больного, способствуя полноценному сну, прибавке в весе и даже повышению уровня гликогена в печени и гемоглобина в крови. А потому мед является просто незаменимым продуктом на столе истощенного тяжелой болезнью или просто уставшего человека.

Попробуйте это народное средство сами, приняв перед сном хотя бы 1 ст. ложку меда, — вы сразу почувствуете, как все заботы дня уходят на второй план, клонит ко сну, и, что самое главное, перестают волновать самые тяжелые вопросы... Утром вы проснетесь полным сил и энергии.

В тяжелых случаях истощения организма рекомендуется употреблять мед в виде питательных клизм, готовить которые нужно следующим образом: 1 ст. ложку меда, 1 яичный желток и 40 мл теплой воды тщательно перемешайте; полученную массу подогрейте до 40 градусов и влейте в клизму. Вводите питательную клизму постепенно.

Существует и еще одно народное средство, хорошо помогающее при усталости и нервных срывах, которые в результате нее возникают. Готовится оно следующим образом: разболтайте в стакане горячего молока сырой желток и добавьте 1 ст. ложку меда. Пейте маленькими глоточками.

При необходимости принимайте целебное питье 2–3 раза в день.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

Читая эту главу, вы, наверное, уже не раз воскликнули: «Ну что за чудесное средство этот мед! Как это раньше мне никто не рассказал о его целебных свойствах?»

Ваше удивление вполне понятно, ведь, к сожалению, сейчас осталось очень мало народных лекарей, дающих людям целебные «медовые» рецепты. А знаете ли вы, что мед — великолепное средство при заболеваниях нервной системы и бессоннице, которая очень часто возникает вследствие нервного расстройства?

Итак, если у вас, как говорится, «пошаливают нервишки» или, ложась спать, вы не можете сомкнуть глаз, то незамедлительно воспользуйтесь простым народным средством: перед сном надо выпить стакан теплого молока или воды, предварительно размешав в ней 1 ст. ложку меда.

Очень часто причина бессонницы заключается в приливе крови к голове. В этом случае для ее лечения надо приложить натертый на крупной терке хрен к икрам ног и накрыть его сверху полиэтиленовой пленкой и теплым полотном. Во время этой процедуры нужно пить рассол соленых огурцов с медом. Это снадобье готовится из расчета 1 ст. ложка меда на стакан рассола.

Повторяйте эту процедуру перед сном ежедневно до тех пор, пока не исчезнут проблемы со сном.

Причем можете не бояться, что в скором времени вы привыкнете к такому способу успокоения своей нервной системы и скорому засыпанию, ведь мед абсолютно безвреден, а потому советуем вам остановиться именно на нем, выбирая себе снотворное.

Не забывайте и о своих детях. Если у вашего ребенка ночное недержание мочи, которое также очень часто является следствием какого-либо нервного заболевания, то ему просто необходимо давать перед сном 1–2 чайные ложки меда. Этого количества меда будет вполне достаточно, чтобы ребенок проспал всю ночь спокойно и проснулся сухим.

Не рекомендуем давать детям много меда во избежание развития отвращения к нему. Если же ваш ребенок неохотно ест мед, то предложите ему целебное лакомство с другой пищей, например, фруктами, молоком или кашей.

МЕДОВО-ТРАВЯНЫЕ РАСТВОРЫ ПРИ ЭКЗЕМЕ

Экзема — очень тяжелое и трудноизлечимое заболевание кожи, с которым вам помогут справиться следующие рецепты.

1. Возьмите 1 десертную ложку травы зверобоя продырявленного, добавьте по 1 чайной ложке рыльцев кукурузы обыкновенной, листьев шалфея лекарственного и подорожника большого и по 0,5 чайной ложки травы полыни горькой и плодов можжевельника обыкновенного. Полученную смесь залейте 1 литром кипятка, после чего добавьте 2 ст. ложки меда. Все хорошо перемешайте и поставьте в темное место на 30 минут.

Принимайте целебный настой по 1/3 стакана 3 раза в день за 10–15 минут до еды.

2. Перемешайте взятые в одинаковом количестве (примерно по 1 ст. ложке) корни цикория обыкновенного и одуванчика лекарственного, плоды фенхеля обыкновенного, кору крушины ольховидной. Эту смесь залейте 1 литром горячей воды и, добавив 2 ст. ложки свежего меда, кипятите на медленном огне в течение 10–15 минут.

Готовый целебный отвар принимайте по 2 стакана в день при экземе.

3. Возьмите по 0,5 ст. ложки траву череды трехраздельной и корень валерианы лекарственной, смешайте со взятыми по 1 чайной ложке листьями крапивы двудомной, душицы обыкновенной, фиалки трехцветной, цветками ромашки аптечной и корнем солодки голой. Залейте смесь 1 литром кипятка, добавьте 2 ст. ложки свежего меда и поставьте в темное место на 30–40 минут.

Принимайте целебный настой по 0,5 стакана 3 раза в день до еды.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

Мало кого из нас хоть раз в жизни не мучил ужасный кашель, кашель, от которого содрогается все внутри и который не дает покоя ни нам, ни нашим близким. Надеемся, что борясь с трахеитом, синуситом, бронхитом или ларингитом вы не игнорировали мед. Известно, что мед хорошо помогает и при лечении такого серьезного заболевания верхних дыхательных путей как бронхиальная астма. Думаем, что врачи не забывали порекомендовать своим пациентам медовые ингаляции... Мы расскажем вам о том, как в домашних условиях можно провести лечебную медовую ингаляцию.

Для проведения подобной процедуры возьмите чайник, налейте в него немного воды (примерно 1 стакан) и поставьте на электрическую плитку. После того, как вода в чайнике закипит, добавьте 1 ст. ложку меда. Когда вода закипит вновь, плитку выключите, а на носик плотно закрытого крышкой чайника наденьте резиновую трубку, через которую и следует вдыхать целебные пары. По мере остывания лечебного состава плитку периодически включайте. Ингаляцию лучше всего проводить перед сном, ее длительность не должна превышать 15–20 минут.

При заболеваниях органов дыхания мы также рекомендуем ставить медовые компрессы на грудную клетку, которые нужно готовить следующим образом: смешайте мед с водкой и соком алоэ в соотношении 2:3:1, полученную смесь подогрейте и пропитайте ей марлю, которую затем положите на грудь больного; сверху марлю накройте целлофановым пакетом, а далее ватой и шерстяным полотном.

При сильном грудном кашле вам помогут следующие медовые снадобья:

1. Возьмите 10 средних луковиц и 1 головку чеснока. Хорошо очистите лук и чеснок и порежьте на мелкие кусочки. Все перемешайте и варите в 1 литре молока на медленном огне, постоянно помешивая. Когда лук и чеснок станут мягкими, не выключая огня прибавьте сок 1 лимона и 2 ст. ложки свежего меда. Образовавшуюся массу доведите до кипения, остудите.

Принимайте лечебное снадобье 5–6 раз в день по 1 ст. ложке.

2. Тщательно перемешайте 2 чайные ложки свежего меда с 2 ст. ложками свежего масла, 2 желтками яиц и 1 чайной ложкой пшеничной

муки.

Принимайте лекарственное средство по 1 чайной ложке 5–6 раз в день.

3. Натрите на терке репу средних размеров. Натертую массу отожмите через марлю. Полученный сок вылейте в кастрюльку, добавьте свежий мед и, постоянно помешивая, доведите до кипения (на 0,5 стакана сока репы — 2 ст. ложки меда). Массу остудите и принимайте по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды.

4. При сильном грудном кашле рекомендуем принимать сироп брусничного сока с медом (на 1 стакан сиропа — 3 ст. ложки меда).

Снадобье употребляйте 5–6 раз в день по 1 ст. ложке.

5. Тщательно перемешайте 2 чайные ложки свежего меда с 2 желтками яиц и 1 чайной ложкой пшеничной муки. В полученную смесь добавьте 1 стакан морковного сока и еще раз все перемешайте. Массу поставьте в темное прохладное место на 1–2 часа, после чего принимайте по 1 чайной ложке 7–10 раз в день.

6. 1 чайную ложку исландского мха залейте 1 стаканом кипятка и поставьте в сухое теплое место на 10–15 минут.

Принимайте настойку перед сном, предварительно добавив в нее 2 ст. ложки меда.

Это народное средство очень сильное и помогает даже при хроническом кашле.

7. Натрите на терке 1 черную редьку и при помощи марли выжмите из получившейся массы сок. Затем смешайте 2 стакана этого сока с 400 г свежего меда.

Принимайте целебное средство по 2 ст. ложки перед едой и перед сном.

8. Доведите до кипения 1 ст. ложку семян аниса и 1 чайную ложку свежего меда в 1 и 1/4 стакана воды.

Принимайте снадобье по 4–6 ложек в день.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ОДЫШКЕ И ГРУДНОЙ ЖАБЕ

Предлагаемый вашему вниманию рецепт чудесен по своему действию, ибо он помогает вылечиться от одышки даже очень старым людям, которые порой 2 шага не могут сделать без отдыха.

Для приготовления этого средства тщательно перемешайте 1 литр свежего меда с соком 10 лимонов. Затем очистите 10 головок (не долек) чеснока и натрите их на мелкой терке или пропустите через мясорубку. Смешайте чеснок с медово-лимонной массой, после чего поместите смесь в плотно закрывающуюся посуду и поставьте в темное место на 7 дней.

Принимайте снадобье по 4 чайные ложки 1 раз в день. Выпивать эти 4 чайные ложки нужно не торопясь, по одному глоточку (это существенная деталь в лечении).

Приготовленной массы при правильном использовании должно хватить на два месяца.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ КАТАРЕ ГОРТАНИ

Катар гортани — профессиональная болезнь учителей, певцов и ораторов — одним словом, людей, которым приходится много говорить. Проявляется эта болезнь в припухлости и щекотании гортани, хриплом голосе и сухом кашле.

Больные катаром гортани не должны курить, принимать горячую и холодную пищу, выходить на улицу в морозы, но, к сожалению, соблюдать все эти условия не всегда предоставляется возможным.

Мы предлагаем вам 2 чудесных народных средства от катара гортани, которые, надеемся, помогут избавиться вам от этого недуга раз и навсегда.

1. Медовое полоскание

Возьмите 2 ст. ложки свежего меда и залейте их 1 стаканом кипятка. Затем добавьте 1 чайную ложку уксуса и все хорошо перемешайте.

Полученным раствором надо полоскать горло как можно чаще.

2. Медовый отвар

Залейте 1 стаканом свежего меда 1/4 стакана предварительно натертого на терке очищенного корня имбиря. Все хорошо перемешайте и варите на слабом огне в течение 10–15 минут. Полученную смесь остудите и добавьте 1 чайную ложку на 1 стакан чая. При желании можно добавить немного сахара.

Принимайте целебный медовый чай перед сном (будет просто замечательно, если вы за 1 раз выпьете 2–3 чашки чая). После приема лекарства надо накрыться теплым одеялом и лечь спать.

Повторяйте процедуру 3–5 вечеров.

Катар гортани можно предупредить, если каждый день перед сном выпивать отвар меда, предварительно поварив 10 минут 1 ст. ложку меда в 1 стакане кипятка.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ОТЕКЕ ЛЕГКИХ

Отек легких — очень тяжелая и страшная болезнь. Симптомы этой болезни видны сразу: это хрип и сильный кашель. Но самое ужасное — больной отеком легких может задохнуться.

Конечно, в таких случаях нужна помощь высококвалифицированного врача, но дорога каждая минута.

Если случился приступ, надо напоить больного горячим кофе, к рукам и ногам поставить горчичники, на спину — сухие банки.

После приступа необходимо дать что-нибудь отхаркивающее. Лучше всего для этой роли подойдет отвар анисового семени с медом.

Рецепт его приготовления следующий: 3 чайные ложки анисового семени залейте 1 стаканом меда и варите на слабом огне в течение 15–20 минут. В готовую массу добавьте 0,5 чайной ложки чайной соды.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ РАН И ЯЗВ

Занимаясь сбором материала для этой книги, мы однажды оказались в глухой деревушке, в которой, по рассказам жителей соседних сел, жил удивительный человек, обладающий способностью заживлять любую рану и язву при помощи меда.

Мы долго не решались отправиться к нему в дом, потому что сразу же окружившие нас люди говорили о том, что этот человек — колдун. После долгих колебаний мы все-таки пошли к «страшному колдуну». И, к нашему удивлению, вместо злого человека с большими черными глазами в темной одежде, мы увидели обыкновенного пожилого мужчину, который радушно пригласил нас в дом.

Этот человек охотно рассказал нам о том, что он действительно в своей практике широко применяет мед, который, по его наблюдениям, оказывает удивительно целебное действие при лечении ран и язв.

Михаил Иванович (так звали народного лекаря) обладал большими медицинскими знаниями и поведал, что мед при наложении его на рану убивает микробы, усиливает кровоток и отток лимфы, благодаря чему рана хорошо промывается и быстрее заживает. Мы поняли, что имеем дело со знающим человеком, а потому с удовольствием записали несколько его рецептов для лечения ран и язв, которые сейчас поведем и вам.

Отвар листьев эвкалипта с медом

Возьмите 50 г предварительно высушенных листьев эвкалипта, и, поместив их в медную посуду, залейте 0,5 л воды. Варите листья в закипевшей воде в течение 5 минут, после чего полученный отвар процедите и добавьте 2 ст. ложки меда. Все тщательно перемешайте.

Применяйте в виде примочек для лечения ран и язв.

Настой травы сушеницы болотной

Возьмите 1 ст. ложку заранее высушенной травы сушеницы болотной и залейте ее стаканом кипятка. Настаивайте 30–40 минут в темном месте, после чего добавьте 1 ст. ложку меда и все тщательно перемешайте.

Целебный настой используйте для промывания ран и язв или при язвенной болезни желудка, принимая лекарство по 2 ст. ложки за 30 минут до еды.

Настой цветов ромашки обыкновенной

Возьмите 1 ст. ложку предварительно высушенных цветов ромашки

обыкновенной и заварите ее в стакане кипятка. Настаивайте в темном месте 20–30 минут, после чего процедите, добавьте 1–2 ст. ложки меда и все тщательно перемешайте.

Этой настойкой народная медицина рекомендует применять как полоскание при ангине, стоматите.

Вернувшись домой, мы решили заняться вопросом влияния меда на скорейшее заживление ран и язв в плотную, и через некоторое время узнали об удивительном опыте заслуженного врача Украины А.С. Бурдея, который изобрел чудесную мазь, способную в течение нескольких дней уничтожить самую большую рану или язву. Мазь, известный украинский врач, рекомендовал готовить следующим образом: для приготовления ее взять 80 г пчелиного меда, 20 г рыбьего жира (богатого витамином А) и 3 г ксероформы. Все перемешать и пропитать полученной смесью марлевую повязку, которую затем наложить на рану.

Хорошо известен также рецепт «медовой» мази хирурга М. Райвичера, который рекомендовал применять свою мазь для лечения трофических язв нижних конечностей. Готовить мазь М. Райвичера нужно следующим образом: тщательно перемешайте 10 г меда с 5 г рыбьего жира, 2 г новокаина и 500 000 единицами пенициллина. Целебную смесь наложите на рану и забинтуйте. Повязку меняйте через 2–3 дня. Первые результаты после применения этой мази появятся уже через 2 недели.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ПОДЗУБНОМ ФЛЮСЕ, ОПУХОЛИ И НАРЫВАХ ДЕСНЫ

Не обязательно при флюсе и вообще опухлях десны идти к стоматологу, тем более, что судьба может забросить вас в такие места, в которых рядом просто не окажется нужного вам специалиста, зато мед и ржавый гвоздь — основные компоненты этого снадобья — вы найдете всегда.

Для приготовления средства налейте на дно кастрюли или чашки около 100 г свежего меда, если под рукой не окажется свежего меда, то растопите такое же количества меда выдержанного. После чего возьмите старый ржавый гвоздь, раскалите его докрасна на огне и положите в мед. Через некоторое время вы заметите, как рядом с гвоздем появится густое черное вещество. Именно это вещество и является поистине целебным. Смажьте им свои десны. Через 2–3 такие процедуры нарыв прорвется, а опухоль спадет.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ЦИНГЕ

Говорят, что цинга канула в лету, но мы считаем своим долгом напомнить чудесное медово-осиновое средство, которое поможет вам и вашим близким в случае этой страшной болезни.

Для приготовления этого средства 300 г почек или коры осины залейте одним стаканом кипятка и варите на слабом огне в течение 8-10 минут, не закрывая крышки кастрюли. После чего осиновый отвар остудите, добавьте 3 ст. ложки свежего меда, все тщательно перемешайте.

Принимайте лекарство по 3 ст. ложки 4-5 раз в день до полного исчезновения цинги.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ЗОЛОТУШНОМ ЛИШАЕ

Золотушный лишай появляется главным образом у детей и является следствием грязи и золотухи. Поражает лишай лицо в области рта и носа. Лишайные лепешки хорошо вылечиваются смесью свежего меда с солью (2 чайные ложки меда на 1 чайную ложку соли).

Масса наносится на лицо больного 2–3 раза в день, после чего через 20–30 минут смывается теплой водой.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ГРУДНИЦЕ

Грудница — болезнь кормящих женщин. Все дело в том, что при кормлении нежные соски многих женщин трескаются, в результате чего у них повышается температура, груди краснеют и твердеют. В особо тяжелых случаях грудница сопровождается нарывами.

При нарыве на груди очень хорошо помогает смесь печеного лука с медом, которая готовится в соотношении 1:2. Эту массу прикладывают к груди, накрывают полиэтиленовой пленкой и привязывают.

Повторять эту процедуру следует 2–3 раза в день, держа лекарственную смесь по полчаса и смывая затем теплой водой.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ВОСПАЛЕНИИ ГЛАЗ

Если у вас воспалились глаза, то наш вам совет: делайте почаще медовые примочки.

Для этого 1 чайную ложку меда залейте 1,5 стаканами кипятка и варите на сильном огне до тех пор, пока не останется 1 стакан.

Полученное лекарство остудите и, смочив им ватный тампон, протирайте глаза как можно чаще.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ КАМНЯХ В МОЧЕВОМ ПУЗЫРЕ

Камни в мочевом пузыре порой становятся причиной очень сильных болей и задержки мочи. Конечно же, как только вы обнаружите у себя такие явления, сразу же вызывайте врача. Если же вы не имеете возможности сделать это, то, по крайней мере, в ваших силах смягчить свою боль.

Выпейте 1 стакан отвара полевого хвоща, который готовится по следующему рецепту: 1 ст. ложка полевого хвоща заливается стаканом кипятка и варится на слабом огне в течение 15–20 минут. После чего сядьте в теплую ванну на 20–30 минут.

После ванны лягте в постель и принимайте через каждые 2 часа 1 ст. ложку сока редьки с медом. Надеемся, что вам станет лучше после теплой ванны и вы сами приготовите целебное снадобье, если же нет, то попросите кого-нибудь из своих близких натереть редьку средних размеров на терке, отжать ее сок через марлю и смешать с 1 ст. ложкой меда.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА В БОРЬБЕ С ГЛИСТАМИ

Мед является незаменимым средством в борьбе с таким видом глистов как аскариды. Живут аскариды в тонких кишках и, расползаясь по внутренним органам, порой достигают очень большого количества. Эти круглые глисты красноватого цвета очень часто становятся причиной рвоты, тошноты и сильного головокружения.

Для приготовления целебного средства смешайте 1 чайную ложку цитварного семени с 1 ст. ложкой меда. Приготовленную смесь съешьте утром натощак, через 2 часа съешьте такую же порцию (в перерыве между первым и вторым приемом ничего не ешьте).

После чего выпейте слабительное, и аскариды выйдут.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ РЕВМАТИЗМЕ

Излечить ревматизм можно таким народным способом:

найдите большую муравьиную кучу и отбросьте ее верхний слой; потом смажьте медом рубашку и положите ее на муравьиную кучу на 5-10 минут. Когда рубашка пропитается муравьиным спиртом, наденьте ее на тело больного ревматизмом.

Если больна рука или нога, то смажьте медом льняное полотенце и, накрыв им больную конечность, поместите ее на муравьиную кучу. Через некоторое время руку или ногу уберите с муравейника, но медовое полотенце не снимайте еще на протяжении получаса.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ РАЗДРАЖЕНИИ МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ

Раздражение мочевого пузыря, прямо скажем, явление малоприятное. От постоянных позывов в туалет и болях внизу живота можно избавиться, воспользовавшись рецептами наших далеких предков:

2-3 чайных ложки кукурузного волоса или стебельков вишни заварите 1 стаканом кипятка и поставьте в теплое место на 5–6 минут, после чего добавьте 1 ст. ложку меда, все тщательно перемешайте.

Принимайте целебное снадобье каждое утро натощак. При обострении лекарство можно принимать несколько раз в день.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ МАЛЯРИИ

Возьмите щепотку коры веток ивы и залейте 1,5 стаканами кипятка. Массу поставьте на слабый огонь и варите до тех пор, пока не выкипит 1/3 содержимого. В полученный отвар добавьте 1 ст. ложку меда и все хорошо перемешайте.

Целебное средство пейте каждое утро натощак до полного исцеления.

В очень тяжелых случаях малярии кроме приема медового чая из коры веток ивы советуем положить на свою простынь листья ивы и спать на них.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДА ПРИ ВОДЯНКЕ

Приведенное ниже народное средство, помогающее избавиться от такой страшной болезни как водянка, очень древнее, а потому испытанное не одним поколением знахарей. И хоть наряду с медом его главным компонентом является не совсем «съедобное вещество» — черные тараканы, советуем воспользоваться этим снадобьем, тем более, что больному водянкой человеку совсем не обязательно говорить о том, что он принимает в пищу мерзкие существа.

Готовится это народное средство следующим образом: втайне от больного наварите черных тараканов, засушите их и истолките в порошок. После чего две столовые ложки этого порошка тщательно смешайте с 4 ст. ложками меда и давайте больному человеку не менее 4 раз в день по 1 ст. ложке.

Храните медовую массу в сухом прохладном месте, заготавливая ее немного во избежание дурного запаха.

РАЗДЕЛ II. МЕД КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО

Во вступлении к этой книге мы упомянули о том, что красавицы далекого прошлого использовали мед для того, чтобы продлить свою молодость, сохранив юные краски лица, нежные руки, великолепную грудь и, конечно же, изящные ножки.

Настало время остановиться поподробнее на косметических свойствах пчелиного меда.

Издавна до нас дошли самые разнообразные народные медовые маски для лица, рук, ног и даже волос. Полагаясь на опыт предков, современные косметические салоны тщательно изучили состав каждой маски и сделали вывод, что они удивительны и приносят великолепные результаты в борьбе с морщинами, веснушками, пигментными пятнами на лице, с мозолями, шероховатостями, заусенцами, ломкостью ногтей на руках, с усталостью, сухостью ног и с жирными, поврежденными волосами.

Внимательно ознакомьтесь с содержанием данной главы, возьмите на вооружение приведенные здесь рецепты и по истечении уже небольшого промежутка времени вы заметите, как к вам вернулась уверенность в своей красоте, грации, изяществе и, конечно же, обаянии.

Приведенные ниже медовые маски готовятся либо из одного чистого меда, либо на его основе с добавлением других веществ, которые всегда находятся под вашей рукой (мука, сок лимона, яичный желток и др.). Мы не ставим своей целью приводить в главе сверхсложные, хоть и чудодейственные рецепты — рецепты, компоненты которых очень трудно найти в реальной жизни. Мы лишь постараемся еще раз доказать одну простую истину: «Все гениально — просто», а потому, не задумываясь, творите маски, наносите их и продлевайте свою молодость.

Мы желаем Вам удачи!

КОСМЕТИЧЕСКИЕ МЕДОВЫЕ МАСКИ ДЛЯ ЛИЦА

МЕДОВЫЕ МАСКИ ПРИ НОРМАЛЬНОЙ КОЖЕ

Приведенные ниже маски делают кожу нежной и бархатистой, а также предупреждают появление морщин. Так что, если даже у вас великолепная кожа на лице, рекомендуем периодически делать эти маски, дабы впоследствии не пришлось сожалеть о том, что вы были в силах, но не предупредили увядание кожи на своем лице.

Медовая маска «НЕЖНАЯ ЗАРЯ»

Очистите кожу лица при помощи косметических сливок или специального очищающего крема.

Растопите 2 чайные ложки, желательного, липового меда на «водяной бане». После чего, чуть остудив его, нанесите маску на 15–20 минут. В течение действия маски рекомендуется принять положение «лежа» и, по возможности, расслабиться.

Снимайте маску с помощью ватного тампона, сначала теплой, а затем холодной водой.

Маску «нежная заря» делайте не менее 2–3 раз в неделю, каждый раз заново приготавливая ее на «водяной бане».

Медовая маска «МИНУТКА»

Эта маска готовится быстро, но результат после систематического нанесения ее на лицо не заставит себя ждать.

Растопите на «водяной бане» 100 г меда, после чего смешайте его с соком 1 лимона. Все хорошо перемешайте и нанесите на кожу лица в теплом виде. Оставьте маску на 10 минут, стараясь в течение этого времени не сокращать мышцы лица.

Смывайте маску холодной водой.

Медовая маска «Минутка» рекомендуется также для сухой кожи лица.

Медовая маска «РАДОСТЬ ВСТРЕЧИ»

Эту маску советуем наносить на лицо перед важной встречей, ибо она придаст вашей коже то очарование, которое позволит вам склонить на свою сторону любого делового партнера, а также будет способствовать удачному наложению макияжа.

2 ст. ложки муки смешайте со взбитым белком одного яйца. В полученную массу добавьте 1 чайную ложку свежего меда и все тщательно перемешайте.

Тестообразную маску наложите на заранее очищенную кожу лица тонким слоем на 10–15 минут. По истечении этого времени смойте ее теплой водой.

Выждав еще 15 минут, можете наносить любой экстравагантный макияж, не боясь за свое лицо. Счастливой Вам встречи!

Медовая маска «НОЧНОЙ КАПРИЗ»

Эту маску лучше всего наносить на кожу лица перед сном, ибо после нее нежелательно наложение макияжа. Медовая маска «Ночной каприз» больше, чем любая другая маска для нормальной кожи, предупреждает появление морщин.

35-40 г меда, 90 г ячменной муки и взбитый до пены белок 1 яйца хорошо перемешайте.

Полученную смесь нанесите на предварительно тщательно очищенную кожу лица на 15–20 минут.

Смывайте маску теплой водой при помощи ватного тампона.

Медовая маска «ДАЛЬНИЙ ПУТЬ»

Название этой маски говорит само за себя и вы, конечно же, уже догадались, что наносить ее рекомендуем перед дальней дорогой. А ездить далеко нам, увы, приходится нередко, и не всегда условия во время поездки благоприятствуют уходу за кожей своего лица, а потому советуем приведенную ниже маску.

40 г меда растопите на «паровой бане», после чего, когда мед немного остынет, добавьте взбитый яичный белок, сок 1 лимона и 1 яблоко. Все

хорошо перемешайте.

Полученную массу нанесите на кожу лица на 15–20 минут тонким слоем, после чего смойте водой. По истечении 10 минут можете накладывать макияж.

Оставшуюся медовую массу сложите в пузырек с плотно закрывающейся крышкой.

Медовую маску «Дальний путь» возьмите с собой в дорогу и наносите на лицо при любой предоставившейся возможности в течение 5 дней (столько дней она будет сохраняться при любой температуре).

Медовая маска «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ АЙСБЕРГ»

Эта медовая маска не только способствует предотвращению морщин, но и расслабляет мышцы лица, помогая коже противостоять в течение всего дня различным потрясениям, ибо они, к сожалению, в первую очередь, отражаются на нашем лице.

Медовая маска «Великолепный айсберг» удобна и тем, что готовится на несколько недель вперед. Сохраняется она в морозилке и наносится на лицо каждое утро перед наложением макияжа.

Разведите 3 ст. ложки свежего меда 1 стаканом кипятка, добавьте 2 ст. ложки крепко заваренного чая и сок 1 лимона. Все тщательно перемешайте, остудите, вылейте в удобную посуду и поставьте в морозильник.

МЕДОВЫЕ МАСКИ ПРИ СУХОЙ КОЖЕ ЛИЦА

Если у вас на лице сухая или смешанная (сухая с нормальной) кожа, то приведенные ниже маски для вас. Нам хорошо известно, какие неприятные ощущения испытывает человек, когда кожа лица как бы тянется при каждой улыбке, моргании глаз и даже почесывании подбородка, а потому предлагаем вам несколько удивительных масок, главным компонентом которых является мед. Они не только позволят вам избавиться от «постоянного ощущения кожи на своем лице», но предотвратят появление морщин и защитят от различного рода инфекций.

Медовая маска «АРОМАТ РОЗЫ»

Эта маска носит такое чудесное название, потому что удаляется она охлажденным настоем розы, который надолго оставляет на нашем лице ощущение прикосновений лепестков прекрасного цветка.

Разотрите до белого цвета 1 чайную ложку меда, 1 ст. ложку сливок и 1 желток. Готовую смесь сразу же после приготовления нанесите на лицо и шею на 20–30 минут. Во время действия маски примите лежачее положение и закройте глаза.

Смывайте маску теплой водой, а затем ополосните лицо настоем розы.

Настой розы приготовьте следующим образом: листья 2–3 бутонов розы залейте 1 стаканом кипятка и поставьте в темное место на 3–4 часа, после чего процедите и охладите в холодильнике.

Медовая маска «ДНЕВНЫЕ ЗАБОТЫ»

Маску «Дневные заботы» рекомендуется наносить на кожу лица ежедневно перед утренним туалетом. Она на весь день защитит ваше лицо от неприятных ощущений сухости и придаст коже желаемые блеск и цвет.

Тщательно перемешайте 1 ст. ложку меда с 1 сырым желтком. Приготовленную массу сразу же нанесите на предварительно очищенное лицо на 15–20 минут. Во время действия этой маски можете смело заниматься любыми делами, нисколько не боясь помешать ожидаемому эффекту.

Смойте маску теплой водой, а через 10–20 минут после этого можете нанести макияж.

Приятного Вам дня!

Медовая маска «СВИДАНИЕ С ЛЮБИМЫМ»

Очень часто, отправляясь на свидание с любимым человеком, мы задаем себе вопрос: «А хорошо ли я выгляжу?» И, к сожалению, не всегда можем с твердой уверенностью ответить: «Да.» Особенно это часто бывает у женщин с сухой кожей лица. Они наносят себе макияж по нескольку раз, стараясь скрыть проблемные зоны своего лица. А не проще ли перед наложением макияжа нанести на лицо медовую маску для сухой кожи? Она поможет вашему свиданию пройти удачно и не вызовет ни малейшего беспокойства своим внешним видом.

Растопите на «водяной бане» 2 ст. ложки меда и смешайте их с

небольшим количеством творога и кефира. Приготовленную массу нанесите на лицо на 10–15 минут.

Маску смойте теплой водой и по истечении 20 минут наложите не слишком яркий макияж.

Медовая маска «ЯГОДКА ОПЯТЬ...»

Маску с этим смешным названием рекомендуется делать при сухой, покрытой морщинами коже. Она не сложна в приготовлении, зато результат после регулярного ее нанесения будет заметен уже через 2 недели.

Тщательно перемешайте 2 чайных ложки меда, 2 ст. ложки кипяченой воды. Получившуюся смесь разотрите и прогрейте в «паровой бане».

Теплую маску нанесите на лицо толстым слоем на 15–20 минут. Во время действия маски примите лежачее положение и накройте свое лицо полотенцем, проделав предварительно отверстие для нормального дыхания.

Медовая маска «ЧАРОДЕЙКА»

Для приготовления этой маски смешайте 2 чайные ложки свежего меда с 2 ст. ложками картофельной муки и соком 0,5 лимона. Получившуюся массу нанесите на лицо и оставьте на 10–15 минут.

Смойте маску сначала теплой, а затем холодной водой.

Медовая маска «Чародейка» не только улучшит состояние кожи вашего лица, но и будет способствовать разглаживанию самых глубоких морщин.

Наносите маску не реже 3–4 раз в неделю.

МЕДОВЫЕ МАСКИ ПРИ ЖИРНОЙ КОЖЕ

Участки жирной кожи на лице, как это не прискорбно, встречаются у большинства людей. Найти их на своем лице совсем нетрудно, потому что характеризуются они излишним блеском и скоплением большого количества угрей. Очень часто именно эти участки доставляют нам беспокойство и излишние хлопоты в повседневной жизни.

Если у вас на лице есть такие проблемные зоны, то вам, конечно, не позавидуешь, но это не повод для сильных переживаний. Жирность своей кожи вы можете уменьшить при помощи медовых масок, рецептами приготовления которых мы с удовольствием с вами поделимся.

Медовая маска «СЧАСТЛИВЫЕ БУДНИ»

Эту маску рекомендуем наносить каждое утро ежедневно. Она поможет вам если не избавиться от жирных участков кожи на лице, то, по крайней мере, уменьшить их жирность. Кроме того, в течение всего дня вы не будете беспокоиться о том, что нос или щеки устали (именно в этих местах, в основном, и находятся жирные участки кожи).

Смешайте 1 чайную ложку меда с 1 десертной ложкой лимонного сока. Полученную смесь нанесите тонким слоем на лицо на 15–20 минут.

По истечении этого времени смойте ее теплой водой. Через 20 минут можете накладывать утренний макияж.

Медовая маска «ПРИГОРОДНЫЙ ДОМ»

Эта маска носит такое интересное название, наверное, потому, что все ее составляющие вы можете обнаружить на своем дачном участке. Кроме, пожалуй, меда, который, мы надеемся, вы уже приобрели, только начав читать нашу книгу.

Медовая маска «Пригородный дом» в короткое время после ее регулярного применения уменьшает жирность вашего лица и способствует разглаживанию морщин.

Для ее приготовления возьмите 2 ст. ложки меда и смешайте их с капустной и луковой кашицей (чтобы получить такую кашицу, перекрутите заранее в мясорубке свежие капустные листья и лук). Полученную массу нанесите на лицо и шею на 30 минут. Во время действия маски примите лежачее положение и покройте свое лицо бумажной салфеткой.

Смывайте маску сначала теплой, а затем холодной водой.

Медовая маска «МИЛЫЕ ШАЛОСТИ»

Эта маска, главным компонентом которой является мед, поможет вам

в короткое время избавиться от излишней жирности кожи на носу. Мы уже говорили о том, что нос у большинства людей является проблемной зоной — зоной жирной кожи, а потому доставляет немало неприятностей. Если у вас такой нос, то вы, конечно, не раз хотели избавиться от него, завидуя лютой завистью герою гоголевской повести «Нос», и приобрести взамен своего блестящего, покрытого черными точками носа великолепный носик с сухой кожей. Желание ваше, конечно, понятно и, что самое удивительное, легко выполнимо в том случае, если вы воспользуетесь рецептом приведенной ниже маски и нанесете ее на свой носик не единожды, а, по крайней мере, несколько десятков раз. Но не переусердствуйте: медовую маску «Милые шалости» нужно делать не чаще 4–5 раз в неделю.

Для ее приготовления смешайте 1 ст. ложку меда, взбитый белок 1 яйца и овсяную муку. Полученную однородную массу нанесите на свой нос и оставьте на 20–25 минут.

Маску смойте теплой водой.

Медовая маска «ПОПРОБУЙТЕ — НЕ ПОЖАЛЕЕТЕ»

Название этой маски говорит само за себя, потому не будем долго рассказывать о ее чудесном действии. Все дело в том, что нанося на свои проблемные зоны эту маску, вы в скором времени забудете об их существовании.

Медовая маска «Попробуйте и не пожалеете» сделает ваше лицо чистым и нежным и поднимет настроение.

Тщательно перемешайте 0,5 чайной ложки меда с 1 ст. ложкой творога. Полученную массу нанести на лицо на 15–20 минут.

Во время действия маски примите лежачее положение и накройте лицо бумажной салфеткой.

Смойте маску теплой, а затем холодной водой.

Делайте медовую косметическую маску «Попробуйте — не пожалеете» 3–4 раза в неделю перед сном.

Медовая маска для увядающей кожи «ЖИЗНЬ ПРЕКРАСНА»

Эта медовая маска прекрасно подходит пожилым женщинам, которых очень часто беспокоит кожа своего лица. И ничего удивительного в этом

нет, ведь с течением времени кожа на лице, к сожалению, стареет, приобретая морщины и различные пятна.

Пусть эта маска не избавит вас от стрессов и переживаний, которые, конечно же, отражаются на вашем лице, но она поможет сделать кожу лица нежной и мягкой, как в молодости, вводя тем самым окружающих в заблуждение по поводу вашего возраста.

Для приготовления медовой маски «Жизнь прекрасна» тщательно перемешайте 1 чайную ложку меда, 1 чайную ложку растительного масла, 1 чайную ложку сока рябины и желток 1 яйца. Полученную массу разотрите и нанесите на лицо и шею на 15–20 минут.

Маску смойте теплой, а затем холодной водой.

Перед нанесением на лицо этой маски распарьте его или сделайте компресс из отвара цветков липы — в этом случае действие маски будет наиболее эффективным.

Медовая маска для стареющей кожи «РАССВЕТ»

Маска с таким прекрасным названием прекрасно растягивает морщины, образующиеся на лице каждого человека с течением времени. Она обладает очень сильным действием, потому наносить ее следует не чаще, чем 1 раз в 10 дней. Возможно чередование этой маски с другими медовыми масками для вашего типа кожи.

Для приготовления медовой маски «Рассвет» смешайте 1 ст. ложку меда, 2 ст. ложки муки и взбитый белок 1 яйца. Полученную массу тщательно разотрите.

Смесь нанесите на лицо ватным тампоном, сначала 1 слой, а когда он подсохнет — второй. И так — три или четыре слоя.

Во время действия маски лягте и накройте свое лицо полотенцем.

Через полчаса маску смойте сначала теплой, а затем холодной водой.

ДРУГИЕ МЕДОВЫЕ МАСКИ ДЛЯ ЛИЦА

Очищающая и дезинфицирующая медовая маска «ЧИСТОЕ ПОЛЕ»

Эту маску рекомендуется делать людям с разными типами кожи в различном возрасте.

Маску наносите на кожу 3–4 раза в неделю, и уже через некоторое время вы заметите первые результаты: ваша кожа на лице станет мягче, очистится от угрей и приобретет желаемые краски.

Для приготовления медовой маски «Чистое поле» тщательно перемешайте 100 г растопленного свежего меда с 2 ст. ложками спирта и 2 ст. ложками кипяченой воды. Полученную однородную массу нанесите на лицо и оставьте на 10–15 минут.

Снимайте маску вначале теплой, а затем холодной водой.

Питательная медовая маска «НЕЖНОЕ ПРИКОСНОВЕНИЕ»

Эту маску можно было также назвать «Медовой водой», потому что состоит она всего лишь из 2 компонентов — 1 ст. ложки меда и 2 стаканов кипяченой воды.

Умывая «Медовой водой» свое лицо каждый вечер, вы уже через несколько дней заметите, что кожа стала нежной, исчезли морщины и угри. «Медовой водой» рекомендуется мыть лицо в течение 5–7 минут, после чего ополоснуть его теплой водой без мыла.

Медовая маска от загара «ЗАЩИТНИЦА»

Очень часто, отправляясь на пляж или на дачу позагорать, мы даже не задумываемся о том, какой вред наносим своему лицу, беспощадно подставляя его солнечным лучам. Конечно, здорово иметь летом загорелое лицо, но куда лучше не иметь облупившийся нос, покрасневшие щеки и лоб. Кроме того, солнце не безопасно и старит кожу лица.

Сейчас существует множество самых разнообразных кремов для загара, но, к сожалению, воспользоваться из-за дороговизны ими может не каждый. Защищать же кожу лица от прямых солнечных лучей нужно всем.

Мы предлагаем вашему вниманию медовую маску, которая поможет вам сохранить свое лицо нежным и молодым на долгие годы.

Для приготовления маски «Защитница» тщательно перемешайте 60 г меда, 100 мл воды, 10 г сахара, сок 1 лимона, взбитый яичный белок и 100 мл 3 %-ной перекиси водорода.

Полученную массу нанесите на лицо тонким слоем на 15–20 минут, после чего смойте теплой кипяченой водой.

Делать эту маску нужно за 1 час до загара.

Медовая маска от пигментных пятен «ЖЕМЧУЖИНА»

Применение этой маски не реже, чем 3–4 раза в неделю поможет вам без всяких лекарств избавиться от такого неприятного явления на коже лица как пигментные пятна.

Для приготовления маски смешайте 1 чайную ложку меда с 2 чайными ложками муки и 1 чайной ложкой столового уксуса. Полученную массу нанесите на кожу лица тонким слоем и оставьте на 25–30 минут.

Во время действия маски лягте и накройте лицо полотенцем. Смойте маску вначале теплой, а затем холодной водой.

Медовая маска от веснушек «ДАРЫ СОЛНЦА»

Действительно, веснушки называют дарами солнца и считают, что они украшают весной лица его любимчиков. Конечно, когда веснушек немного, это очень красиво, а что делать, если этих так называемых «даров солнца» несчетное количество? Появляясь на лице, они приобретают самые разнообразные формы. В этом случае мы рекомендуем воспользоваться медовой маской от веснушек.

Приготовьте ее следующим способом: 100 г меда тщательно перемешайте с соком 1 лимона. Полученную смесь наложите на лицо на 30 минут.

Смойте маску теплой водой. Маска «Дары солнца» подходит для частого использования.

Медовая маска для отбеливания веснушек и пигментных пятен «УТРЕННЯЯ РОСА»

Для приготовления этой маски 0,5 чайной ложки творога тщательно перемешайте с 1 чайной ложкой меда и 1 ст. ложкой молока.

Полученную массу нанесите на лицо и держите в течение 30–50 минут. По истечении этого времени смойте маску теплой водой и протрите лицо долькой лимона.

Маску «Утренняя роса» наносите на лицо каждое утро и вечер в течение 10 дней.

Если по прошествии этого срока результат не будет достигнут, то повторите курс лечения через 20 дней.

МЕДОВЫЕ МАСКИ ОТ УГРЕВОЙ СЫПИ

Угревая сыпь — явление, которое беспокоит очень многих юношей и девушек. Они с сожалением смотрят на отражение своего лица в зеркале и ждут не дождутся, когда наконец-то станут взрослыми, ведь именно тогда, по уверению родителей, исчезнут эти некрасивые прыщи.

Мы хотим предложить вам медовые способы борьбы с угрями, которые помогут избавиться от них 14-летним подросткам.

Медовая маска «БОЖЬИ ЦВЕТЫ»

Эта маска носит такое название, потому что наряду с медом одним из главных ее компонентов являются одуванчики.

Для того, чтобы в любой момент иметь возможность сделать эту маску, заготовить корень одуванчика надо заранее (весной или летом).

Итак, заготовленный корень одуванчика разотрите в порошок и смешайте его с 1 ст. ложкой меда.

Полученную массу нанесите на лицо и оставьте на 15–20 минут.

Делайте маску 3–4 раза в неделю.

Медовая маска «ВЕСЕЛЫЙ ДЕНЕК»

4 ст. ложки меда тщательно перемешайте с 1 литром кипяченой воды и 1 стаканом капустного рассола (получить который можно при солении капусты). Полученной массой ополаскивайте свое лицо в течение 3–4 минут.

Перед ополаскиванием лицо очистить косметическими сливками, кремом или лосьоном.

Медовая маска «Веселый денек» подходит для частого использования, так что повторять лечебную процедуру можно ежедневно перед сном.

Медовая маска «ТРАВУШКА-МУРАВУШКА»

По всей видимости, эта медовая маска носит такое название, потому что в ее состав входят целебные травы, которые в сочетании с медом позволяют с легкостью избавиться от угревой сыпи.

Смешайте по 1 чайной ложке сухих листьев одуванчика, крапивы, лопуха, щавеля и подорожника. Получившуюся смесь залейте 1,5

стаканами кипятка и кипятите на медленном огне 10–15 минут. Затем остывший отвар процедите и добавьте в него 2 ст. ложки меда. Все тщательно перемешайте.

Полученной массой протирайте лицо каждое утро и вечер.

Курс лечения 2 недели, при необходимости процедуры повторите через 3–4 дня.

МЕД КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ РУК

Очень часто наши руки доставляют нам беспокойство. Мы смотрим на них и с сожалением думаем о тех временах, когда кожа на руках была нежной и мягкой.

Физическая работа и постоянные домашние хлопоты (мытьё посуды, уборка квартиры и работа на даче) делают наши руки сухими и шелушащимися. Сейчас существует множество средств для ухода за руками, но не лучше ли воспользоваться испытанным народным средством — медовыми кремами? В сочетании с другими веществами мед сделает ваши руки мягкими и приятными.

РЕЦЕПТ 1

Тщательно перемешайте 1 чайную ложку меда с 3 ст. ложками глицерина, 1 чайной ложкой нашатырного спирта, 0,5 стаканом воды и небольшим количеством буры.

Полученную смесь нанесите на руки и оставьте на 30–40 минут. Смывайте массу теплой водой без мыла.

РЕЦЕПТ 2

2 ст. ложки меда смешайте с картофельной кашицей. Приготовьте эту кашицу следующим способом: почистите картофель и мелко порежьте его; смешайте кусочки картофеля с горстью льняного семени и варите на слабом огне до образования кашицы.

Эту смесь нанесите на руки и держите в течение 20–30 минут. Затем смойте теплой водой.

Приготовленная таким образом масса поможет вам избавиться от мозолей на руках и сделает кожу рук нежной и приятной.

РЕЦЕПТ 3

Смешайте 1 ст. ложку меда с 1 ст. ложкой пчелиного воска, 0,5 чайной ложкой оливкового масла и каплей розового масла. Получившуюся массу поставьте на «паровую баню» и подогревайте ее до тех пор, пока воск не растает.

Массу периодически помешивайте, потом остудите.

Накладывайте целебный бальзам не меньше 3–4 раз в неделю и дней через 10 вы уже заметите первые результаты: ваши руки станут мягкими, вы избавитесь от мозолей и шелушения.

Медовая ванночка для ногтей на руках «АЛМАЗНОЕ ОЖЕРЕЛЬЕ»

Эта ванночка с таким красивым названием укрепит ваши ногти и избавит руки от заусенцев. Если вы не будете лениться делать медовую ванночку 4–5 раз в неделю, то в скором времени ваши ногти станут похожи на прекрасное алмазное ожерелье, станут белыми, ровными и приобретут правильную форму.

Для приготовления этой ванночки возьмите 2 ст. ложки меда, 1 ст. ложку соли, сок 0,5 лимона, немного яблочного сока и 0,5 стакана горячего молока. Все хорошо перемешайте и в полученную массу опустите свои пальцы.

Держите пальцы в медовой ванночке в течение 10–15 минут, после чего выньте их, и опустите вновь через 20 минут.

После приема ванночки обмойте свои ногти теплой водой.

Медовый пилинг для загрубевшей кожи на локтях «ПРИКОСНОВЕНИЕ КРАСАВИЦЫ»

Этот медовый пилинг удалит отмершие клетки на ваших локтях и избавит вас от необходимости постоянно носить одежду с длинным рукавом, стесняясь того, что кто-то заметит огрубевшие шелушащиеся локти.

Пилинг готовится следующим образом:

тщательно перемешайте 2 ст. ложки светлого меда с 1 взбитым желтком, 3 ст. ложками овсяных хлопьев и 1 ст. ложкой настоя

апельсиновых цветов — его следует приготовить заранее, залив стаканом кипятка 3–4 ст. ложки цветов.

Полученную массу нанесите на локти на 20–25 минут. Во время действия пилинга постарайтесь не сгибать и не разгибать руки в локтях. По истечении этого времени поскребите по локтям ногтями или специальной щеточкой, после чего смойте пилинг теплой водой.

Повторяйте эту процедуру 2–3 раза в неделю, пока не достигнете желаемого результата.

Медовый крем, помогающий в короткое время избавиться от мозолей на руках

Для приготовления этого крема смешайте 2 ст. ложки жидкого меда с 1 ст. ложкой горячего молока, 4 ст. ложками картофельной муки.

Полученную массу нанесите на свои руки в тех местах, где у вас есть мозоли, нежными прикосновениями вотрите ее в кожу.

Оставьте на 30 минут, после чего смойте теплой водой.

Эту процедуру повторите при необходимости через день, и так до тех пор, пока мозоли не исчезнут полностью.

МЕД КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ НОГ

Мы уже не раз говорили о том, что в состав меда входят удивительные целебные вещества. Эти вещества очень полезны и для ног, а в сочетании с другими компонентами являются просто незаменимым средством для ухода за этой частью тела.

Ножные ванночки и компрессы помогают не только снять усталость с ног, но и избавиться ступни от мозолей и трещин, сделать их эластичными и нежными.

Приведем несколько медовых рецептов, которые, несмотря на всю простоту их приготовления, оказывают чудесное действие на ноги.

Медовая ванна «ЭЛЕГАНТНАЯ ПОСТУПЬ»

Тщательно перемешайте полстакана меда со стаканом теплого молока. Приготовленную массу добавьте в 2–3 литра горячей воды. Все вместе

хорошо смешайте в тазике и опустите в медовую ванну свои ноги.

Держите ноги в тазике не больше 10–15 минут. Медовая ванна «Элегантная поступь» сделает ваши ступни эластичными и избавит вас от необходимости постоянно носить носки, дабы никто не увидел дряблые и потрескавшиеся ступни.

Медовая ванна «ТОПТЫЖКА»

Смешайте полстакана меда с отваром ромашки, который следует приготовить заранее следующим образом: возьмите 0,5 стакана цветков ромашки и залейте их 4–5 стаканами воды; смесь кипятите на медленном огне в течение 10–15 минут.

Приготовленную медовую ванну охладите и опустите в нее свои ноги.

Медовая ванна «Топтыжка» идеально подходит при натертой, воспаленной коже ног.

Медовая ванна «ХЛОПОТНЫЕ ДНИ»

Эту медовую ванну рекомендуется делать в те дни, когда ваши ноги очень устали. В сочетании с солью мед снимет усталость с ваших ног и поможет забыть о повседневных заботах.

Готовится чудесная ванна следующим способом: в тазик с 3 литрами воды добавьте 0,5 стакана меда и 2 ст. ложки поваренной соли. Держите ноги в ванне в течение 10 минут. По истечении этого времени ополосните ноги прохладной водой, слегка подкисленной борной кислотой (1 чайная ложка борной кислоты на 1 стакан воды).

После медовой ванны ноги держите в тепле. Эту ванну лучше всего делать перед сном.

Медовая ванна «НОЖКА ЗОЛУШКИ»

Медовую ванну с таким интересным названием рекомендуется принимать в тех случаях, если кожа на ваших пятках загрубела и трескается.

Через 2–3 приема этой ванны с промежутком в 1–2 дня вы уже заметите первые результаты.

Готовится медовая ванна по следующему рецепту: в тазик с 3 литрами воды добавьте 0,5 стакана свежего меда и 2 ст. ложки соды. Все хорошо перемешайте и опустите в тазик ноги. Через 15–20 минут ноги выньте и слегка оботрите.

Эффект ванны «Ножка Золушки» будет больше, если вы сразу же после ее принятия наложите на ноги медово-луковый компресс. Тонким слоем меда смажьте свои пятки, а сверху приложите хорошо размятый репчатый лук. Лук накройте полиэтиленовой пленкой и забинтуйте ноги на ночь.

Утром лук смойте, а пятки хорошо почистите пемзой и смажьте жирным кремом.

Медовый компресс «ПОДСОЛНУХ»

Этот медовый компресс поможет Вам избавиться от заболеваний ногтей на ногах и сделает их изящными, тонкими и ровными.

Компресс накладывается на ночь в течение 5 дней, курс лечения по необходимости можно повторить через неделю.

Для приготовления медового компресса «Подсолнух» вам понадобится 2 ст. ложки свежего меда, 1 ст. ложка поваренной соли и сок 0,5 лимона. Все это хорошо перемешайте и нанесите на свои ногти. Сверху ногти накройте полиэтиленовой пленкой, а пальцы забинтуйте.

Утром компресс смойте теплой водой.

Медовый компресс «ПРЕКРАСНЫЙ СОН»

Хорошо перемешайте 2 ст. ложки меда, 1 чайную ложку соды и 2 ст. ложки теплого молока. Полученную массу нанесите на свои пятки. Сверху накройте полиэтиленовой пленкой и забинтуйте.

Медовый компресс «ПРЕКРАСНЫЙ СОН» поможет вам избавиться от мозолей и сделает ваши пятки нежными и элегантными.

МЕД КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО ПО УХОДУ ЗА ВОЛОСАМИ

Кому не хотелось бы иметь густые блестящие волосы на зависть всем

окружающим? Вот и смотрим мы различные рекламы, покупаем дорогие шампуни и бальзамы, придаем волосам самые удивительные оттенки, но в погоне за шикарными волосами совсем не вспоминаем о нашем старом друге — меде. А все дело в том, что в сочетании с другими веществами он с легкостью может сделать ваши волосы такими, о каких вы даже не мечтали. Мед в силах сделать ваши волосы густыми и блестящими, а также подлечить сухие волосы после окраски.

Медовое полоскание «ОЩУЩЕНИЕ ШЕЛКА»

Медовое полоскание 1 раз в неделю сделает ваши волосы блестящими и мягкими.

Приготовьте следующий состав: 2 ст. ложки меда смешайте с 1 ст. ложкой оливкового масла и 1/4 литра ванильного экстракта.

Приготовленной массой тщательно смажьте влажные волосы и оставьте на 15–20 минут.

На время действия медовой массы накройте свою голову полиэтиленовой пленкой и завяжите полотенцем.

После окончания лечебной процедуры промойте волосы шампунем.

Медовая маска «ВАРВАРА-КРАСА, ДЛИННАЯ КОСА»

Эта медовая маска поможет вам подлечить сухие волосы после окраски и неудачной химической завивки.

Лечебную маску «Варвара-краса, длинная коса» рекомендуется делать за 2–3 часа до мытья волос 1 раз в неделю.

Готовится медовая маска следующим образом: хорошо смешайте 1 чайную ложку меда с растертым желтком и 1 ст. ложкой касторового масла. Полученную массу вотрите в свои волосы.

На время лечения волос накройте голову полиэтиленовой пленкой, а сверху теплым полотенцем.

Медовая маска не должна находиться на ваших волосах больше получаса, по истечении этого времени смойте ее теплой водой, а через 2–3 часа промойте волосы шампунем.

Медовая маска «ПОЦЕЛУЙ НЕЛЮБИМОГО»

Приведенный ниже медовый раствор очень хорошо помогает при выпадении волос, что очень часто является следствием нехватки витаминов или неправильной окраски и завивки волос.

Готовится целебный раствор следующим образом: смешайте 1 ст. ложку высушенной травы вереска обыкновенного, 2 ст. ложки листьев крапивы двудомной, 2 ст. ложки измельченных корней лопуха большого и 1 ст. ложку хмеля обыкновенного.

Полученную смесь залейте литром кипятка и кипятите на медленном огне в течение 10 минут, после чего добавьте 2 ст. ложки меда, все перемешайте и кипятите еще в течение 10–15 минут. Медовый раствор поставьте в теплое место на 30 минут.

Целебным раствором смачивайте волосы за 15–20 минут до мытья волос. Процедуру повторяйте через день.

Медовая маска «ПОЧУВСТВУЙ СЕБЯ КРАСИВОЙ»

Тщательно смешайте 2 ст. ложки предварительно высушенной травы герани луговой, крапивы двудомной. Полученную смесь залейте 1 литром кипятка и поставьте в теплое место на 30 минут. Затем в готовый настой добавьте 1 ст. ложку меда и все хорошо перемешайте.

Этот медовый раствор просто незаменимое лекарство при выпадении волос, зуде кожи и перхоти.

Ополаскивайте волосы за 30 минут до их мытья 1–2 раза. Процедуру повторяйте перед каждым мытьем головы до тех пор, пока ваши проблемы не исчезнут.

МЕДОВО-ТРАВЯНЫЕ НАСТОИ ПРИ ОБЛЫСЕНИИ

Для приготовления этого настоя вам понадобятся высушенные измельченные те или иные части растения.

1 десертную ложку листьев подорожника большого, такое же количество корней лопуха большого, травы зверобоя продырявленного, листьев крапивы двудольной смешайте с взятыми по 1 чайной ложке цветками календулы лекарственной, травы мяты перечной, цветками бессмертника песчаного и рыльцами кукурузы обыкновенной. Полученную смесь залейте 1 литром кипятка и поставьте в теплое место на 30 минут, после чего добавьте 2 ст. ложки свежего меда и все хорошо перемешайте.

Приготовленный раствор принимайте по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Повторяйте процедуру изо дня в день до тех пор, пока ваши волосы не восстановятся.

МЕД КАК СРЕДСТВО БОРЬБЫ С ПОТЛИВОСТЬЮ

Чувствовать себя потным — ощущение, прямо скажем, из малоприятных. Чуть вспотев, мы сразу же отправляемся в ванну и всячески стараемся избавиться от запаха пота, ну, а если это по стечению обстоятельств сделать невозможно, то весь день чувствуем себя грязным, и наше настроение в такие дни равно нулю.

Все люди различаются по степени потливости. Конечно, нет людей, которые совсем не потеют, но есть такие, которые потеют мало. Что ж, этим людям можно только позавидовать. Но как же быть, если ваше потоотделение назвать небольшим никак нельзя? Самое главное, не расстраиваться, ведь вы совершенно не виноваты в своей беде: степень потливости зависит от широты пор, которые даются нам самой природой. Мы не в состоянии совсем избавиться от них, но в силах их сузить.

Еще наши далекие предки пытались любыми способами избавиться от такого неприятного явления как пот, и путем долгих опытов они установили, что главный помощник в борьбе с потливостью и плохим настроением обыкновенный пчелиный мед, который в состоянии сузить поры, тем самым предотвратив образование пота.

МЕД ПРОТИВ ПОТЛИВОСТИ ЛИЦА

Сузить широкие поры на лице вам помогут несколько медовых масок, рецепты которых приведены ниже. Данные маски должны накладываться на предварительно очищенное лицо и смываться через 15–20 минут теплой водой.

Маска 1

2 ст. ложки свежего меда разведите в стакане крепко заваренного чая. Полученную массу поставьте в теплое место на 5–6 минут, после чего при помощи ватного тампона нанесите ее на лицо.

Процедуру повторяйте по 3–4 раза перед сном в течение недели. При необходимости подобное лечение можно повторить через 10 дней.

Маска 2

1,5 ст. ложки меда разведите в 1 стакане молока и добавьте 1 чайную ложку сока лимона. Все тщательно перемешайте и нанесите на лицо при помощи ватного тампона.

Эту маску нужно делать утром и вечером до тех пор, пока вы не добьетесь желаемого.

Храните смесь в холодильнике в плотно закрытой посуде.

Маска 3

Смешайте 1 чайную ложку свежего меда с 2 ст. ложками одеколона. Полученную смесь нанесите на лицо.

Во время действия этой маски лягте и расслабьте мышцы лица.

МЕД ПРОТИВ ПОТЛИВОСТИ РУК

Если у вас часто потеют руки, то вы больше, чем кто-нибудь другой, знаете, как это неприятно. Сами по себе потные руки доставляют нам в течение дня массу неприятностей, но мы чувствуем себя просто ужасно, когда вызываем чувство брезгливости у других людей. Особенно это относится к мужчинам, которым по несколько раз в день приходится здороваться.

Уменьшить и даже совсем избавиться от потливости рук можно при помощи различных косметических средств, в состав которых входит мед.

1. В 3 стаканах теплой воды размешайте 1 чайную ложку буры, 3 ст. ложки свежего меда. После чего положите в воду кусок мыла и держите руки в течение 5–7 минут. Затем выньте их, отряхните от воды и смажьте глицерином.

Процедуру повторяйте раз в 2–3 дня до тех пор, пока не достигнете желаемого результата.

2. Каждый вечер на протяжении 10 дней мойте руки в теплой и в холодной воде. И в теплой, и в холодной воде разведите мед (из расчета 1

ст. ложка меда на 1,5 стакана воды). После подобной процедуры вытирайте руки полотенцем.

3. Смешайте 2 ст. ложки меда с 1 ст. ложкой одеколона и 1 чайной ложкой глицерина. Полученную смесь нанесите на руки и вотрите ее.

Продержав массу на руках 10–20 минут, смойте ее теплой водой или снимите ее ватным тампоном, смоченным раствором спирта.

Смешайте 1–2 чайные ложки свежего меда с 0,5 чайной ложки борной кислоты, добавьте 2 ст. ложки спирта, 0,5 ст. ложки салициловой кислоты. Все хорошо перемешайте и вотрите в свои руки.

По истечении 20–25 минут смойте смесь теплой водой.

Процедуру повторяйте раз в 2–3 дня по протяжении 10 дней.

МЕД ПРОТИВ ПОТЛИВОСТИ ПОД МЫШКАМИ

Справиться с чрезмерной потливостью под мышками вам помогут следующие медовые рецепты:

1. Обмойте эту часть тела прохладной водой с медицинским мылом (тимоловым, ихтиоловым, бензойным), хорошо вытрите и смажьте смесью: 0,5 чайной ложки меда перемешайте с 1 ст. ложкой талька и 1–2 г салициловой кислоты. Полученную массу нанесите на поверхность под мышками на 15–20 минут, после чего смойте ее теплой водой и тщательно вытрите полотенцем.

2. Тщательно вымойте поверхность под мышками теплой водой, после чего вытрите ее полотенцем и нанесите медовую массу: 1 чайную ложку свежего меда перемешайте с 1 ст. ложкой талька и 0,5 чайной ложки окиси цинка.

Через 20–30 минут смойте смесь теплой водой, а поверхность под мышками протрите сухим чистым полотенцем.

МЕД ПРОТИВ ПОТЛИВОСТИ НОГ

Когда потеют ноги, хочется забыть обо всем на свете, кроме того, как бы скорее оказаться дома и сменить носки и обувь. И правильно: при потливости ног просто необходимо каждый день менять носки или колготки и как можно чаще обувь, тем более, что от пота в обуви заводится микроб гноения, который порой становится причиной очень неприятного запаха.

При небольшой потливости ног, когда не ощущается неприятного

запаха, достаточно каждый день менять носки или колготки и мыть ноги в следующем растворе: разведите 3 ст. ложки меда в 5 стаканах теплой воды, добавьте 4 ст. ложки поваренной соли и 2 ст. ложки измельченной дубовой коры. Все хорошо перемешайте и опустите в полученную смесь ноги. Через 15–20 минут ноги выньте, обмойте теплой водой и вытрите насухо полотенцем.

При минимальном потении ног очень хорошо помогает такой медовый раствор: разведите 2 ст. ложки свежего меда в 1 стакане дистиллированной воды. Добавьте 1 ст. ложку спирта. Все перемешайте и протирайте полученной смесью подошву и между пальцами. Процедуру повторяйте 1 раз в неделю.

Иногда на потеющих ногах образуются пузыри, избавиться от которых можно при помощи следующего медового раствора: разведите 4 ст. ложки жидкого меда в 5–6 стаканах холодной воды. В полученную массу добавьте 3 ст. ложки спирта и сок 1 лимона. Все тщательно перемешайте, вылейте в небольшой тазик, в который и опустите свои ноги.

Держите ноги в целебном растворе 15–30 минут, после чего насухо вытрите их. Повторяйте процедуру ежедневно до тех пор, пока не исчезнут пузыри.

Если же, потев, ноги имеют зловонный запах, то меры, принимаемые по сужению пор на ногах, должны быть более серьезными.

Во-первых, такие ноги нужно мыть 2 раза в день в горячей воде с медицинским мылом. После мытья ноги вытрите насухо и протрите их следующим раствором: 2 ст. ложки меда разведите в 3–4 ст. ложках спирта, добавьте 0,5 чайной ложки салициловой кислоты. Все хорошо перемешайте. По истечении 30 минут смойте раствор теплой водой и вытрите ноги полотенцем.

Существует и еще одно народное средство, которое поможет вам избавиться от неприятного запаха потеющих ног.

Налейте в таз горячей воды, положите в него 2–3 разогретые на огне или в духовке камня, добавьте 1 стакан свежего меда. Сверху на таз положите доску, на которую и поставьте свои ноги, сев на стул. Чтобы удержать пар, накройте себя по пояс одеялом.

Через 20–30 минут ноги охладите холодной тряпкой, хорошо вытрите их и посыпьте сверху тальком.

ПОЛЕЗНЫЕ МЕДОВЫЕ МАСКИ

Медовая маска «ЛЕБЕДИНАЯ ГРАЦИЯ»

Эта маска заставит вас забыть о некрасивой шее и позволит носить декольте. Ни для кого не секрет, что любая женщина мечтает иметь лебединую шею и красивую грудь, но не всем, к сожалению, эти прелести даны от природы. Вот и надевают милые женщины одежду, закрывающую их до самого подбородка, стремясь скрыть свои недостатки и втайне мечтая хоть раз в жизни отправиться в ресторан в шикарном вечернем платье с декольте.

Что ж, эта мечта вполне осуществима, если постоянно пользоваться медовой маской «Лебединая грация».

Готовится чудесная маска по следующему рецепту: тщательно смешайте 1 ст. ложку меда со взбитым белком 1 яйца и 2 чайными ложками натурального йогурта. Полученную массу нанесите на шею и грудь и оставьте на 15 минут.

По истечении этого времени смойте маску теплой водой.

Делайте медовую маску «Лебединая грация» 3–4 раза в неделю до тех пор, пока не достигнете желаемого результата.

Медовая маска «ПОЦЕЛУЙ АНГЕЛА»

Эта медовая маска неслучайно носит такое прекрасное название; все дело в том, что делая ее регулярно, вы получите алые мягкие губы.

Ничего сложного в этой маске нет, потому что состоит она из одного единственного компонента — меда. Итак, перед сном нанесите небольшое количество меда на губы и помассируйте их.

Делайте маску «Поцелуй ангела» как можно чаще.

Медовая маска «КРАСИВАЯ ФИГУРА»

Маска с этим общим названием придаст форму вашим бедрам: избавит от «галифе» и рыхлой кожи.

Для приготовления медовой маски хорошо перемешайте 2 ст. ложки меда с 2 ст. ложками картофельной муки, 1 ст. ложкой лимонного сока, 1 чайной ложкой морковного сока и 1 чайной ложкой яблочного сока. Полученную массу нанесите на свои бедра и вотрите ее в кожу.

Маску держите 15–20 минут, после чего смойте теплой водой.

Делайте медовую маску 2–3 раза в неделю до тех пор, пока не достигнете желаемого результата.

РАЗДЕЛ III. РЕЦЕПТЫ БЛЮД ИЗ МЕДА

Уважаемые мастера кулинарного дела, обыкновенные повара, домохозяйки и, наконец, любители вкусно поесть! Это глава для вас.

Здесь мы постарались собрать все известные и неизвестные кулинарные рецепты, в состав которых входит пчелиный мед — пищевой продукт, способный придать любому блюду восхитительный аромат, необыкновенный цвет и, конечно же, незабываемый вкус.

Многие из приведенных ниже рецептов пришли к нам из далеких времен, а потому их состав проверен несколькими поколениями поваров и обыкновенных стряпух. Некоторые блюда подавали на стол лишь самых знатных особ, а без иных не обходились ни один пир и званый вечер. Хотелось бы, чтобы эти далекие «медовые» рецепты не канули в лету... Конечно, намного проще приготовить полуфабрикат или купить в магазине какое-либо лакомство, но никто не сможет заменить пищи, приготовленной собственными руками.

Ниже мы приводим рецепты салатов, напитков, вторых блюд, каш и даже первых блюд, одним из главных компонентов которых является мед. Все эти рецепты выверены с поразительной точностью и не раз проверены на деле, а потому можете смело преподнести своим близким сюрприз, удивив их неожиданным и в то же время очень полезным блюдом. Надеемся, что вы не оставите без внимания и хмельные медовые напитки и замените ими на вашем праздничном столе водку, вино и пиво. Они схожи с современным алкоголем, но намного безвреднее по своему составу и, конечно же, полезнее!

Больших побед вам на кулинарном поприще, и, конечно же, приятного аппетита!

ПЕРВОЕ БЛЮДО

Вы, конечно, удивились, прочитав название «Первое блюдо», и уже задаете вопрос: «Какое же первое блюдо можно приготовить из меда?» Мы ответим: «Можно, и еще какое вкусное!»

Рецепт этого блюда пришел к нам с давних времен, но, к сожалению, сейчас мало кто использует его... Это кушанье займет поистине достойное место на вашем столе.

РУССКАЯ БОТВИНЯ

Возьмите несколько зеленых огурчиков, очистите их от кожуры и нарежьте небольшими кусочками.

Щавель вымойте, отварите в подсоленной воде и протрите сквозь сито.

Ботву свеклы и молодой шпинат тщательно вымойте, обдайте кипятком и мелко порежьте.

Все хорошо перемешайте и подайте к столу, предварительно разведя полученную смесь кислыми щами и добавив тархун, соль, сахар и укроп.

Кислые щи приготовьте по следующему рецепту: в муку влейте 5 стаканов кипятка и вымесите крутое тесто. Тесто положите в таз, который поставьте в теплое место на 3 часа. За это время тесто немного подойдет. Залейте готовое тесто 6–7 литрами кипятка, тщательно перемешайте и поставьте вновь в теплое место на 1–2 часа.

Настоящую прозрачную массу слейте в другую посуду, смешайте с медом и дрожжевой закваской. Смесь поставьте в темное место на некоторое время. Когда она забродит, разлейте молодой квас по бутылкам и, плотно закрыв их, оставьте на 12 часов в теплом месте. Затем бутылки вынесите на холод. Через 3 дня кислые щи будут готовы.

Приготовить дрожжевую закваску можно следующим образом: дрожжи перемешайте с теплой кипяченой водой, мукой, 1 ч. ложкой сахара и поставьте в теплое место на 2 часа.

Для приготовления 1 литра кислых щей в качестве заправки вам понадобится 300 г щавеля, 2–3 свежих огурца, 200 г шпината, 150 г молодой свекольной ботвы, 25 г тархуна, 25 г укропа, соль и сахар (по вкусу).

Для приготовления самих кислых щей потребуется 500 г ржаной муки,

300 г гречневой муки, 500 г меда.

Для дрожжевой закваски понадобится 1/3 палочки дрожжей, 1 стакан воды, 1 ч. ложка сахара, 1,5 стакана муки.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ГУРИЙСКИЙ ПЛОВ С ИЗЮМОМ «СЛАДКАЯ ЖИЗНЬ»

Хорошо промытый рис опустите в соленую (на ваш вкус) кипящую воду и варите на медленном огне. Когда рисовые крупинки снаружи станут мягкими, а внутри будут по-прежнему твердыми, слейте воду и охладите рис при помощи холодной воды.

Охлажденный рис положите в глубокую кастрюлю, предварительно смазав ее дно жиром. На дно кастрюли во избежание подгорания риса можно положить также тонкую лепешку из пресного теста (вымесить это тесто следует из 2-х яиц и небольшого количества муки). Сверху рис полейте топленным маслом. Кастрюлю плотно закройте крышкой и поставьте на слабый огонь на 30 минут.

Готовый плов полейте сладкой подливкой, которую приготовьте во время варки риса. Готовится подливка следующим образом: мед смешайте с таким же количеством кипятка, добавьте в полученную массу изюм и варите на медленном огне 10–15 минут.

Для приготовления плова вам понадобится 2 стакана риса, 0,5 стакана топленого масла, 4 ст. ложки растопленного жира, 200 г меда, 200 г изюма.

КАРТОФЕЛЬ С ТМИННЫМ СОУСОМ «ЩЕДРЫЙ ХОЗЯИН»

Нарежьте лук тонкими кольцами и немного обжарьте его в подсолнечном масле. Во время жарки добавьте немного соли и перца.

Почистите картофель, хорошо вымойте его и вырежьте из каждой картофелины середину, которую и заполните приготовленным луком. Заполненные картофелины выложите в глубокую сковородку, налейте в нее немного масла, 0,5 стакана холодной воды и тушите на слабом огне.

Пока картофель тушится, займитесь вырезанными картофельными серединками. Сварите их в подсоленной воде. После чего добавьте перец и разотрите картошку с подсолнечным маслом, чтобы получилось пюре.

Пюре выложите сверху на готовые фаршированные картофелины.

подавайте картофель на стол, полив их тминным соусом. Соус приготовьте следующим способом:

Возьмите 5–6 луковиц и разрежьте их на 4 части каждую. Сварите лук в воде, затем протрите его через терку. 1 ст. ложку муки поджарьте в подсолнечном масле и смешайте ее с луком. В получившуюся массу добавьте тмин и мед. Все тщательно перемешайте и тушите 10 минут на медленном огне.

Этим соусом залейте картофель и тушите его на слабом огне до полной готовности.

Подавайте картофель на стол в глубокой тарелке, заранее полив его соусом, в котором он тушился, и украсив зеленью.

Для приготовления этого блюда вам понадобится 12 больших картофелин, 5 луковиц, 0,3 стакана подсолнечного масла, соль, черный молотый перец, пучок свежей зелени.

Для соуса потребуется 5 луковиц, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки подсолнечного масла, 0,5 ложки тмина, 1 ст. ложка меда.

КАШИ

ГРЕЧНЕВАЯ КАША НА СОКЕ САХАРНОЙ СВЕКЛЫ С МЕДОМ

Свеклу очистите, хорошо вымойте и натрите на крупной терке. Из полученной свекольной массы при помощи марли отожмите сок. Сок слейте в алюминиевую кастрюлю, добавьте мед и, перемешав, доведите до кипения.

Гречневую крупу пожарьте в масле и всыпьте ее в кипящий на слабом огне свекольный сок с медом. Все вместе хорошо перемешайте и варите до тех пор, пока каша не загустеет.

После чего кашу поставьте в хорошо разогретую духовку на 1 час.

Подавайте кашу со свежим медом или молоком.

Для приготовления каши вам понадобится 150–200 г гречневой крупы, 0,5 литра свекольного сока, 3 ст. ложки меда (при варке), 40–50 г масла, а также 0,5 стакана меда и 1 литр молока (при подаче блюда).

ПШЕННАЯ КАША С ЯБЛОКАМИ И МЕДОМ

Пшено хорошо промойте и залейте кипятком, затем перетрите его руками и воду слейте. Очищенное и чуть размягченное таким образом пшено залейте вторично кипятком и доведите до кипения на слабом огне. Воду вновь слейте.

Возьмите яблоки. Эту кашу лучше всего готовить из 3 сортов яблок: аниса, боровинки или антоновки.

Яблоки хорошо вымойте, нарежьте небольшими кусочками и положите в алюминиевую кастрюлю. Добавьте в яблоки мед и поварите на слабом огне в течение 5–7 минут, после чего в яблочно-медовую смесь положите масло. Все хорошо перемешайте и выложите пшено.

Варите кашу на медленном огне до тех пор, пока она не загустеет.

Загустевшую кашу поставьте в предварительно разогретую духовку на 1 час. Подавайте кашу горячей.

Для приготовления каши вам понадобится 200 г пшенной крупы, 400 г яблок, 5 ст. ложек меда, 100 г масла.

САЛАТЫ

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МЕДОМ «ОРИГИНАЛЬНЫЙ»

Свежие зеленые огурчики нарежьте тонкими ломтиками (при желании их можно очистить от кожуры) и выложите в неглубокую тарелку. Перед подачей к столу залейте огурцы медом.

Для приготовления салата вам понадобится 800 г свежих огурцов, 120 г меда.

САЛАТ «МОЗАИКА»

Потушите шампиньоны, разрезав пополам молодые и на несколько частей — более крупные грибы. Сыр и очищенное от кожицы и сердцевинки яблоко порежьте небольшими кубиками. Удалите сердцевину с перца, порежьте его кольцами и смешайте с порезанными дольками апельсина или мандарина.

Все тщательно перемешайте и полейте соусом, который приготовьте из йогурта, горчицы, цедры апельсина и сока лимона.

Для приготовления салата вам понадобится 50 г шампиньонов, 100 г сыра, 60 г яблок, 1 апельсин, 2 мандарина, 2 перца.

Для соуса потребуется 200 г йогурта, 4 г горчицы, цедра 1 апельсина, 100 г сока лимона.

САЛАТ ИЗ ЛИМОНОВ И ЯБЛОК С МЕДОМ «СОЛНЕЧНАЯ ДОЛИНА»

Лимоны очистите от цедры, удалите зерна, а мякоть мелко нарежьте. Яблоки очистите от кожицы, удалите сердцевину и нарежьте длинными тонкими ломтиками. Лимоны и яблоки положите слоями в салатницу, покрыв каждый яблочный слой слоем свежего меда. Поставьте салат на 1–2 ч. в холодное место.

Подавайте салат «Солнечная долина» на стол, предварительно украсив его сверху кружочками лимона и яблок.

Для приготовления салата вам понадобится 2 лимона, 4 яблока, 0,5

стакана меда.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, ТВОРОГА И МЕДА «БУРАТИНО»

Натрите морковь на терке, творог измельчите и смешайте. Добавьте мед и все тщательно перемешайте.

Подавайте салат чуть охлажденным.

Для приготовления салата на 1–2 порции вам понадобится 100 г творога, 2 средние моркови, 1 ст. ложка свежего меда.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ И МЕДОМ «ЛГУНИШКА»

Хорошо перемешайте натертую морковь, измельченные ядра грецких орехов и 2 ст. ложки меда.

При желании в салат можно добавить немного сиропа шиповника и лимонного сока.

Для приготовления салата вам понадобится 2 моркови, 2 ст. ложки измельченных ядер грецких орехов, 2 ст. ложки меда, 1 ст. сиропа шиповника, 1 ст. ложка лимонного сока.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА

ТОРТ МЕДОВЫЙ

Тесто. На заранее приготовленной паровой бане растопите мед со сливочным маслом. Отдельно разотрите яйца с сахаром и постепенно смешайте их с массой, стоящей на паровой бане. Мешайте до тех пор, пока не увидите, что смесь загустела. Затем, не выключая паровую баню, погасите соду уксусом, добавьте ее в массу и мешайте, пока объем готовящейся вами массы не увеличится приблизительно в 1,5–2 раза. Затем понемногу всыпьте муку, не переставая помешивать.

Полученную тщательно перемешанную массу охладите, а затем разделите на 5–6 частей. Каждую часть раскатайте, посыпьте немного мукой и выпекайте в предварительно разогретой духовке в течение 3–5 минут.

Крем. Выпеченные остывшие коржи тщательно промажьте кремом. Для его приготовления вскипятите, постоянно помешивая, полстакана молока с сахаром. Отдельно разведите полстакана молока с мукой и влейте в кипящую смесь, после чего отключите огонь. Все тщательно перемешайте и остудите. Затем торт можно полить горячей глазурью. Приготовить ее не составит большого труда: смешайте какао со сливочным маслом и доведите до кипения.

Для приготовления теста вам понадобится 1 ст. ложка меда, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 яйца, 1 стакан сахара, 2 чайные ложки соды, 4 стакана муки.

Для крема потребуется 1 стакан молока, 1 стакан сахара, 2 ст. ложки муки, 300 г масла.

Для глазури потребуется 3 ст. ложки сливочного масла, 3 чайные ложки какао.

ТОРТ «СОЛНЕЧНЫЙ ЗАЙЧИК»

Разотрите мед с маслом, в другой посуде взбейте яйцо с сахаром. Все тщательно перемешайте. К полученной смеси добавьте соду, сметану, орехи и, постоянно помешивая, всыпьте муку. Вымесить крутое тесто. Готовое тесто разделите на 3 части, которые раскатайте в коржи. Выпекайте коржи в хорошо разогретой духовке в течение получаса.

Готовые остывшие коржи промажьте кремом, причем 2 нижних коржа и бока торта смажьте кремом, а верхний залейте глазурью.

Крем приготовьте следующим образом: 2 стакана густой сметаны взбейте со стаканом сахара и добавьте орехи.

Для приготовления глазури в алюминиевой посуде растопите 100 г масла, поставана молока, 1 стакан сахара, 4 стакана какао. Полученную массу доведите до кипения и варите в течение 5 минут. Охладив, смажьте верхний слой торта.

Для приготовления теста вам понадобится 2 ст. ложки меда, 1 стакан сахара, 1 стакан измельченных орехов, 100 г сливочного масла, 1 яйцо, 2 стакана муки, 1/4 ч. ложки соды, 2 ст. ложки сметаны.

Для крема потребуется 2 стакана сметаны, 1 стакан сахара, 0,5 стакана орехов.

Для глазури потребуется 100 г масла, 0,5 стакана молока, 1 стакан сахара, 4 ст. ложки какао.

ТОРТ «ВСЕ ЦВЕТА РАДУГИ»

Взбейте белки в пену и добавьте в них мед (мед следует добавлять постепенно, постоянно помешивая). Отдельно взбейте желтки с сахаром и смешайте их с цедрой лимона или апельсина, ванилином и пряностями.

Затем перемешайте 1 и 2 приготовленные массы, затем постепенно добавьте муку и измельченные грецкие орехи. Вымесите тесто. Готовое тесто выложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями неглубокую форму.

Выпекайте большой корж в предварительно разогретой духовке в течение получаса.

Остывший корж смажьте кремом.

Готовится крем следующим образом: кусочки шоколада, немного воды и сливочного масла растопите на «водяной бане». В получившуюся массу добавьте взбитые яйца с сахаром. Не переставая варить крем, отдельно вскипятите молоко, которое влейте в кипящую массу, добавьте ванилин и муку. Варите крем до тех пор, пока он не загустеет.

Для приготовления теста вам понадобится 150–200 г. меда, 3 яйца, 2 ст. ложки сахара, 50–70 г грецких орехов, 200 г муки, 1 ч. ложка соды, цедра с 1 лимона или апельсина, ванилин.

Для крема потребуется 80 г шоколада, 2 яйца, 2 ст. ложки сахара 2 ст. ложки муки, 1 стакан молока, ванилин, 50 г сливочного масла.

ТОРТ «СМЕХ МАЛЬША»

Тщательно перемешайте яйца, масло, сахар и мед. Получившуюся смесь поставьте на «паровую баню» и варите до тех пор, пока мед и масло не разойдутся. Не выключая огня, добавьте негашеную соду и перемешайте. Пенящуюся массу отставьте с огня и немного остудите. Постоянно помешивая, всыпьте муку и вымесите тесто. Из готового теста раскатайте 6 тонких коржей. Коржи выпекайте по отдельности на смазанном маслом противне в предварительно разогретой духовке.

Остывшие коржи смажьте кремом.

Крем приготовьте из банки сгущенного молока и сливочного масла.

Подавайте торт, когда он пропитается кремом. При желании украсьте торт шоколадом, орехами или дольками апельсина и яблок.

Для приготовления теста вам понадобится 2 яйца, 2 ст. ложки меда, 60 г масла, 1 стакан сахара, 1 ч. ложка соды, 4 стакана муки.

Для крема потребуется 1 банка сгущенного молока, 200 г масла.

ТОРТ «СОЛНЕЧНОЕ ЗАТМЕНИЕ»

Тщательно перемешайте мед, сахар и сливочное масло. Полученную смесь поставьте на огонь и, не доводя до кипения, варите до тех пор, пока сахар не растворится.

Когда приготовленная вами масса остынет, добавьте яйца, немного соды, соль и муку. Вымесите крутое тесто, которое впоследствии разделите на 3 части. Раскатайте 3 коржа.

Коржи выпекайте по отдельности. Каждый корж кладите на предварительно смазанный маслом противень и готовьте в горячей духовке в течение 10 минут.

Готовые остывшие коржи пропитайте кремом, который легко сделать по следующему рецепту: взбейте сметану с сахаром при помощи миксера. Верхний корж посыпьте измельченными грецкими орехами.

Для приготовления теста вам понадобится 3 ст. ложки меда, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, 1 стакан сахара, 1/2 чайной ложки соды, 3 стакана муки, немного соли.

Для крема потребуется 1,5 стакана сметаны, 1 стакан сахара, 1/2 стакана очищенных грецких орехов.

РУЛЕТ С МАКОМ «ПЧЕЛКА»

Тесто. Разведите дрожжи в теплом молоке и в полученную массу всыпьте половину муки. Поставьте опару. Через некоторое время, когда опара увеличится приблизительно в 2 раза, добавьте яичные желтки, предварительно растерев их добела с сахаром и солью. Все тщательно перемешайте, всыпьте оставшуюся муку и замесите тесто. Затем добавьте растопленное масло или маргарин и вымесите крутое тесто. Посыпьте тесто мукой, накройте чистым полотном и поставьте в теплое место. Когда объем теста увеличится примерно в 1,5 раза, выложите его на стол и раскатайте большой корж толщиной около 1 см — при этом старайтесь, чтобы толщина его во всех местах была одинаковой.

Начинка. Очищенный и вымытый мак положите в кастрюлю, залейте 2 стаканами кипятка и накройте крышкой. Поставьте мак в теплое место. Через полчаса слейте воду, мак слегка отожмите при помощи марли и, постепенно добавляя мед, а потом сахар, разотрите его в миске. Полученная масса должна быть густой и напоминать джем.

Приготовленную начинку выложите на раскатанный корж, разровняйте и сверните его в трубку. Затем положите рулет на смазанный маслом противень и поставьте в тепло. Когда рулет подойдет, смажьте его яйцом и поставьте противень в предварительно разогретую духовку.

Выпекайте рулет в течение 30–40 минут. Подавать рулет нарезанным на куски.

Для приготовления теста вам понадобится 1 кг. муки, 5 яиц, 1,5 стакана молока, 1 стакан сахара, 3/4 чайной ложки соли, 30–40 г. дрожжей, 125–150 г масла или маргарина.

Для начинки потребуется 300–320 г мака, 150 г меда, 3/4 стакана сахара.

ПРЯНИКИ «ЗОЛОТЫЕ СЛИТКИ»

В алюминиевой кастрюльке вскипятите мед, сахар и небольшое количество воды. Затем, постепенно всыпая муку, смешайте до получения однородной смеси. Массу выложите на стол и смешайте со сливочным маслом, щепоткой горчицы, палочкой молотой гвоздики, пищевой содой на кончике ножа. Вымесите тесто.

Получившееся тесто разделите на небольшие комочки — «слитки», которые посыпьте мукой и положите на предварительно смазанный маслом противень. Комочки смажьте желтком и выпекайте в предварительно разогретой духовке при небольшой температуре в течение 30–40 минут.

Подавайте пряники горячими, предварительно посыпав их сахарной пудрой или полив их только что приготовленным сиропом, который нужно готовить следующим образом: смешайте сахар с 1 ст. ложкой воды и варите до тех пор, пока он не загустеет и не начнет тянуться.

Для приготовления теста вам понадобится 1 стакан меда, 1,5 кг муки, 1/2 ч. ложка пряностей, 1 яйцо, 1 ст. ложка сливочного масла, 1/2 стакан сахара, 1 ст. ложка воды.

ПРЯНИКИ «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ»

Высыпьте муку в медный таз, добавьте в нее слегка разогретый мед, цедру лимона, коньяк, соду и яйца. Вымесите крутое тесто. Готовое тесто поставьте в прохладное место на 10–12 часов. Потом раскатайте тесто толщиной около 2 см и вырежьте из него стаканом лепешки. Выпекайте пряники на предварительно смазанном маслом противне в разогретой духовке при средней температуре.

Готовые горячие пряники смажьте глазурью, которую приготовьте следующим образом: в сахар добавьте лимонный сок, кипяток и все вместе растирайте до тех пор, пока глазурь не побелеет и не загустеет.

Подавайте пряники с красивым названием «Медовый месяц» остывшими, в красивой неглубокой тарелке.

Для приготовления теста вам понадобится 0,5 кг. муки, 250 г сахара, 2 яйца, 2 ст. ложки меда, цедра 1 лимона, 1 ст. ложка коньяка, 0,5 ч. ложки соды.

Для глазури потребуется 200 г сахара, 2 ст. ложки лимонного сока, 3 ст. ложки кипятка.

КЕКС «НЕГРИТЕНОК»

Этот кекс со смешным названием приготовить совсем нетрудно, если предварительно запастись всеми нужными компонентами, а их, можете поверить, потребуется немало.

В эмалированной кастрюле тщательно, до однородной массы перемешайте мед, сахар, масло и соль. В полученную смесь добавьте яйца, корицу, заранее смешанную с содой муку и еще раз все хорошо перемешайте. Затем в ту же кастрюлю положите вишню, изюм, лимонную цедру, мелко нарезанный лимон и цукаты, рубленые орехи и вымесите тесто. Готовое тесто выложите в предварительно смазанную маслом и

посыпанную толчеными сухарями форму.

Выпекайте кекс в хорошо разогретой духовке при высокой температуре около часа.

Для приготовления теста вам понадобится 1 стакан меда, 3 стакана муки, 2 ст. ложки сахара, 150–200 г сливочного масла, 10 яиц, 1 стакан изюма, 1 стакан сушеной вишни без косточек, 2 лимона, 1/2 стакана апельсиновых цукатов, 1 стакан рубленого миндаля, 1/2 стакана грецких орехов, 1 ст. ложка молотой корицы, 1/2 чайной ложки соли, 1/2 чайной ложки соды.

ПЕЧЕНЬЕ «ЗВЕЗДНАЯ НОЧЬ»

Разотрите сахар с яйцами. В полученную массу добавьте свежий мед, корицу, погашенную уксусом соду и, постоянно помешивая, всыпьте муку. Вымесите крутое тесто. Тесто разделите на несколько колбасок, которые, в свою очередь, порежьте на кусочки. Эти кусочки скатайте в шарики.

Шарики выложите на предварительно смазанный маслом противень. Сверху печенье посыпьте дроблеными орехами. Выпекайте в заранее разогретой духовке при средней температуре.

Печенье «Звездная ночь» украсит любой праздничный стол, но при его приготовлении следует учитывать, что наилучшие вкусовые качества оно приобретает через 3–4 дня после выпечки.

Для приготовления печенья на 300 г сахара вам понадобится 4 яйца, 5 ст. ложек меда, 1 чайная ложка соды, 1 чайная ложка корицы, мука (столько, чтобы тесто получилось крутым), 1 стакан орехов.

ПЕЧЕНЬЕ «ДАЛЬНЯЯ ДОРОГА»

Тщательно разотрите сахар с яйцами. Когда появится пена, добавьте немного подогретый мед, предварительно натертый шоколад, муку. Вымесите тесто.

Тесто раскатайте в пласт средней толщины, который выложите на предварительно смазанный маслом противень. Выпекайте корж в разогретой духовке при низкой температуре.

Готовый корж порежьте на самые разнообразные фигурки, сверху посыпьте сахарной пудрой.

Для приготовления печенья на 400 г муки вам понадобится 300 г сахара, 4 яйца, 6 ст. ложек меда, 100 г натертого шоколада, сахарная пудра.

ТРУБОЧКИ «НА ВЫСОКОМ БУГОРКЕ»

Растопите сливочное масло. Когда оно немного остынет, добавьте сметану и, постоянно помешивая, всыпьте муку. Вымесите крутое тесто. Готовое тесто раскатайте в корж толщиной около 1 см, который порежьте клиньями (так, как разрезают круглый торт).

Приготовьте начинку: в эмалированной кастрюле растопите заранее смешанный с сахаром мед. Когда смесь закипит, добавьте корицу. Массу доведите еще раз до кипения, после чего остудите и смешайте с грецкими орехами.

Сваренную начинку выкладывайте на широкий край клина, который затем аккуратно сверните трубочкой.

Выпекайте трубочки на смазанном маслом противне в разогретой духовке. Перед выпечкой каждую трубочку желательно смазать взбитым яйцом.

Готовые трубочки «На высоком бугорке» остудите, после чего посыпьте сахарной пудрой.

Для приготовления теста вам понадобится 3 стакана муки, 1 стакан сметаны, 150 г сливочного масла.

Для начинки потребуется 1 стакан сахара, 1/4 стакана меда, 1/4 ч. ложки корицы, 1,5 стакана грецких орехов.

ПИРОЖНОЕ «КОРЗИНОЧКА»

Тщательно разотрите маргарин с сахаром, добавьте свежий мед, яйца, соль, соду, фруктовую эссенцию и перетертые цукаты. Все хорошо перемешайте и вымесите тесто. Готовое тесто раскатайте в ровный пласт толщиной 7–8 мм и вырежьте из него кружочки при помощи стакана.

Кружочки теста уложите в предварительно смазанные маслом гофрированные формочки, плотно придавливая кружочки ко дну и к стенкам. Заполненные формочки поместите на противень и выпекайте в хорошо разогретой духовке при высокой температуре.

Готовые корзиночки охладите и заполните бисквитной крошкой, смешанной с кремом.

Бисквитная крошка готовится по следующему рецепту: тщательно разотрите яйца с сахаром и медом. Когда масса увеличится в 2,5 раза, добавьте муку, крахмал и быстро замесите жидкое тесто.

Приготовленное тесто разлейте по выстланным бумагой

прямоугольным формам и выпекайте в заранее разогретой духовке. После чего бисквит оставьте на 8 часов в теплом месте. По истечении этого времени протрите бисквит — так вы получите бисквитную крошку.

Для приготовления крема сгущенное молоко разведите горячей водой. Добавьте взбитые яичные желтки и, перемешав, варите до тех пор, пока масса не загустеет. Затем готовую массу остудите, положите в нее размягченное сливочное масло, ванильную пудру и все взбейте. В полученную массу добавьте какао и все еще раз хорошо взбейте.

Заполненные бисквитной крошкой и сливочным кремом корзинки украсьте сверху капелькой свежего жидкого меда.

Для приготовления теста вам понадобится 150 г муки, 2 ст. ложки сахара, 90 г маргарина, 1 ст. ложка свежего меда, 3 яйца, немного соли и соды, 0,5 чайной ложки фруктовой эссенции, 1 лимон или апельсин.

Для бисквитной крошки потребуется 100 г муки, 2 яйца, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка меда, 0,5 ст. ложки крахмала.

Для сливочного крема потребуется 2 ст. ложки сгущенного молока, 2 яичных желтка, 100 г сливочного масла, 0,5 чайной ванильной пудры, 1–2 чайные ложки какао.

ПИРОЖНОЕ «БАБА РОМОВАЯ»

150 г муки смешайте с таким же количеством теплой воды. В полученную массу добавьте разведенные водой дрожжи. Все перемешайте и поставьте в теплое место на 40–50 минут. По истечении этого времени добавьте в опару мед, маргарин, яйца, сахар, соль, ванильную пудру и немного воды. Все вместе перемешайте, после чего добавьте муку и вымесите тесто. Затем положите изюм и сделайте еще один замес.

Тесто выложите в таз и поставьте на 40–50 минут в теплое место. Готовое тесто разложите по смазанным маргарином формам и поставьте в теплое место.

Выпекайте ромовые бабки в предварительно разогретой духовке при высокой температуре.

Готовые ромовые бабки оставьте на 8 часов в теплом месте, после чего пропитайте их сиропом и помажьте помадкой.

Сироп готовьте следующим образом: растворите в воде сахар. Полученную смесь доведите до кипения, постоянно помешивая и снимая пену. Добавьте мед, немного коньяка и охладите.

Для приготовления помадки растворите сахар в горячей воде и

доведите до кипения на сильном огне. Затем добавьте мед и варите в течение 5-10 минут на слабом огне. Готовую массу охладите и хорошо взбейте. Помадку наносите на ромовые бабки сразу же после ее приготовления.

Для приготовления теста вам понадобится 450 г муки, 100 г сахара, 20 г дрожжей, 2 ст. ложки меда, 100 г сливочного маргарина, 3 яйца, 130 г воды, немного соли, 2 г ванильной пудры, 50 г изюма.

Для сиропа потребуется 30 г сахара, 2 ст. ложки меда, 1 ст. ложка коньяка.

Для помадки потребуется 180 г сахара, 60 г воды, 1 ст. ложка меда.

ПИРОГ «МЕДОВЫЕ ОРЕШКИ ДЛЯ БЕЛОЧКИ»

Сахар разотрите с медом. Добавьте соду, какао, растопленный жир, молоко, немного корицы, колотые орехи и, постепенно всыпая муку, вымесите крутое тесто.

Тесто выложите на смазанный маслом и посыпанный мукой противень. Выпекайте пирог в хорошо разогретой духовке в течение 30–50 минут при средней температуре.

Подавайте пирог, предварительно посыпав его сахарной пудрой.

Для приготовления теста на 600 г муки вам понадобится 1,5 стакана сахара, 4 ст. ложки меда, 1 ч. ложка соды, 3 ст. ложки жира, 1 ст. ложка какао, 2,5 стакана молока, немного корицы, 1 стакан грецких орехов, сахарная пудра.

ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С МЕДОМ

Для приготовления дрожжевого теста нагрейте воду, добавьте в нее предварительно разведенные в воде дрожжи, третью часть муки и замесите жидкое тесто.

Готовую опару поставьте на 2–3 часа в теплое место. Когда опара увеличится в объеме, добавьте оставшуюся муку, соль, сахар, яйца и растопленный маргарин. Поставьте тесто в теплое место на 3–4 часа.

Готовое тесто раскатайте в пласт шириной около 1 см, положите его на заранее смазанный жиром противень и выровняйте его поверхность. Сверху пласт смажьте свежим медом. Края теста загните на 2 см, а сверху на мед положите узкие полоски теста в виде решетки и смажьте их яйцом.

Затем оставьте пирог в теплом месте на полчаса, по истечении этого

времени выпекайте его в хорошо разогретой духовке при средней температуре.

Для приготовления теста вам понадобится 550–600 г муки, 40 г сахара, 30 г маргарина, 2 яйца, 0,5 чайной ложки соли, 16 г дрожжей, 1 яйцо (для смазки пирога), 5 г жира, 250 г воды, 350–400 г меда.

ПИРОГ С МЕДОМ «КРАСОТИЦА»

Приготовьте дрожжевое тесто точно так же, как в предыдущем рецепте. Поставьте его в теплое место на 8-10 минут, после чего раскатайте в виде круглой лепешки.

Лепешку положите на смазанный жиром противень, в середину лепешки поместите мед. Соедините края, придав пирогу форму.

Сверху пирог украсьте оставшимся тестом и поставьте в теплое место на 30 минут.

Перед выпечкой смажьте пирог яйцом и выпекайте его в предварительно разогретой духовке.

Для приготовления теста вам понадобится 650 г муки, 1 ст. ложка сахара, 15 г маргарина, 2 яйца, 15 г дрожжей, 0,5 чайной ложки соли, 250 г воды, 1 яйцо (для смазки пирога), 1 ст. ложка жира, 300 г меда.

НАПИТКИ

МЕДОВОЕ МОЛОКО

Горячее молоко с медом размешивайте до тех пор, пока мед не растворится.

Для приготовления напитка вам понадобится 50 г свежего меда, 150 г горячего молока.

ЯИЧНОЕ МОЛОКО С МЕДОМ

В алюминиевую кастрюлю положите 40 г меда и смешайте с 1 желтком. Постоянно помешивая, влейте в медовую массу горячее молоко.

Готовый напиток процедите и влейте в заранее нагретый стакан.

Для приготовления напитка вам понадобится 40 г меда, 1 желток, 1 стакан горячего молока.

МЕДОВЫЙ ФЛИП «КРАСИВЫЙ ЖЕСТ»

В течение 1 минуты смешивайте при помощи миксера мед, желток, молоко и сливки.

Подавайте флип в бокале со льдом.

Для приготовления напитка вам понадобится 50 г свежего меда, 1 желток, 120 г молока, 10 г взбитых сливок.

ЛИМОНАД «СВЕТЛЯЧОК»

В стакане хорошо перемешайте мед с ежевичным и лимонным сиропом. В полученную смесь добавьте кусочек лимона. Массу залейте только что заваренным горячим чаем.

Подавайте лимонад на стол остывшим, можно со льдом.

Для приготовления напитка вам понадобится 20 г меда, 1 ч. ложка ежевичного сиропа, 1 ч. ложка лимонного сиропа, 1 стакан свежего чая.

КЛЮКВЕННЫЙ МОРС С МЕДОМ «ДАЛЕКИЕ ЗЕМЛИ»

Клюкву очистите, хорошо вымойте и разомните. Полученную массу кипятите на слабом огне в течение 5-10 минут. После чего сок процедите, добавьте мед и настаивайте в течение 2 часов.

Подавайте клюквенный морс с медом охлажденным.

Для приготовления напитка вам понадобится 1 стакан клюквы, 2 ст. ложки меда.

КИСЕЛЬ ИЗ МЕДА «ДОМАШНИЙ ОЧАГ»

Разведите мед кипятком, после чего добавьте лимонный сок и поставьте на медленный огонь. Когда закипит, добавьте разведенный холодной водой крахмал и еще раз доведите до кипения, постоянно помешивая.

Готовый кисель подавайте горячим.

Для приготовления напитка вам понадобится 1,5 стакана меда, 0,5 стакана лимонного сока, 3 ст. ложки картофельного крахмала, 6 стаканов воды.

НАПИТОК С МЕДОМ «ВОЛШЕБНЫЙ ЛЕКАРЬ»

В литровую банку положите мелко нарезанный лук. Добавьте свежий мед. Все хорошо перемешайте и залейте домашним виноградным вином.

Банку с готовящимся напитком поставьте в темное место на 2 недели. Готовый напиток процедите и употребляйте каждый день по 3–4 столовые ложки.

Этот медовый напиток носит такое красивое название, потому что является прекрасной защитой от инфекций, укрепляет иммунитет, действует как мочегонное средство.

Для приготовления напитка вам понадобится 100 г меда, 100–150 г лука, 1 л виноградного вина.

МОРС ИЗ КАЛИНЫ С МЕДОМ «УЛЫБКА»

Хорошо растворите мед в воде. В полученную массу вылейте сок калины и все тщательно перемешайте.

Подавайте морс холодным, со льдом.

Для приготовления напитка вам понадобится 100 г меда, 0,5 стакана сока калины, 1 литр воды.

МОРС С МЕДОМ И ЛИМОННЫМ СОКОМ «ПРИНЦЕССА»

Разведите мед в воде, после чего добавьте сок лимона. Все хорошо перемешайте.

Этот морс обладает удивительным целебным свойством и является великолепным лекарством при сердечно-сосудистых заболеваниях.

Принимайте морс по 2 ст. ложки 2 раза в день.

Для приготовления напитка вам понадобится 1 ст. ложка свежего меда, 200 г воды, сок 1 лимона.

НАПИТОК С МЕДОМ «ТЕМНЫЙ ЛЕСОК»

Разведите мед в кипяченой воде, затем добавьте клюквенный сок. Все тщательно перемешайте. Принимайте по 3 ст. ложки 3 раза в день до еды как прекрасное средство при температуре.

для приготовления напитка вам понадобится 1 ст. ложка меда, 3 ст. ложки клюквенного сока, 1 стакан воды.

ЧАЙ С КИСЛЫМИ ЯБЛОКАМИ, ШИПОВНИКОМ И МЕДОМ «ВЕЧЕР С ДРУЗЬЯМИ»

Порежьте на небольшие дольки кислые яблоки и положите их в алюминиевую кастрюльку. Добавьте подавленные деревянной ложкой ягоды шиповника. Все перемешайте, залейте холодной водой и кипятите на слабом огне в течение 5–7 минут. Полученную массу процедите и добавьте мед и черный чай.

Все перемешайте и поставьте в темное место на 10–15 минут.

Готовый чай «Вечер с друзьями» подогрейте и подавайте своим гостям.

Для приготовления напитка вам понадобятся 4–5 кислых яблок, 4–5 ст. ложек шиповника, 3 ст. ложки меда, 1 л. холодной воды, 2 ч. ложки черного чая.

ЧАЙ С СУШЕНЫМИ ЯБЛОКАМИ И МЕДОМ «ВЕЧЕР В КРУГУ СЕМЬИ»

Сушеные яблоки положите в кастрюлю, добавьте холодной воды и кипятите в течение 25–30 минут на медленном огне. Готовую яблочную массу процедите и добавьте мед и сок лимона. Все тщательно перемешайте и доведите до кипения на медленном огне.

Затем добавьте черный чай и поставьте в темное место на 10–15 минут.

Готовый чай подогрейте и подавайте на стол.

Для приготовления напитка вам понадобится 200 г сушеных яблок, 1 л холодной воды, 3 ст. ложки меда, 2 ст. ложки лимонного сока, 2–3 ч. ложки черного чая.

ЧАЙ С ВИШНЯМИ, МАЛИНОЙ И МЕДОМ «АЛЫЕ ГУБКИ»

Тщательно вымытые вишни и малину сложите в кастрюлю и залейте холодной водой. Не добавляя сахара, кипятите на слабом огне в течение 30 минут, после чего процедите и добавьте мед. Все хорошо перемешайте и доведите до кипения на слабом огне.

Затем добавьте черный чай и поставьте в темное место на 10–15 минут.

Готовый чай подавайте горячим.

Для приготовления напитка вам понадобится 100 г свежих вишен, 100 г малины, 1 л холодной воды, 3 ст. ложки меда.

СБИТЕНЬ

Сбитень — древнее российское питье, главным компонентом которого является мед, а второстепенным — пряные травы, патока и сахар.

Приводим 2 рецепта этого целебного напитка, который не только разнообразит ваше праздничное меню, но и согреет в самую злую стужу.

СБИТЕНЬ «ВКУС МЕДА»

Разведите в кипятке мед в эмалированной кастрюле. Получившуюся медовую массу варите на слабом огне в течение 20 минут, после чего добавьте корицу, гвоздику, молотый имбирь, горошины черного перца, мяту, кардамон и бадьян. Все тщательно перемешайте и кипятите на слабом огне в течение 15 минут.

Подавайте сбитень горячим.

Для приготовления напитка вам понадобится 0,5 стакана меда, 2 л воды, немного корицы, 4–6 бутонов гвоздики, 3 ч. ложки молотого имбиря, 10 горошин черного перца, 6 ст. ложек высушенной мяты, 6–8 капсул кардамона, 4 звездочки бадьяна.

СБИТЕНЬ «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР»

Мед и сахар растворите в 1 литре воды. Поставьте на медленный огонь. Когда медовая масса закипит, добавьте в нее немного корицы, гвоздики, кардамона и имбиря. Все тщательно перемешайте и кипятите 10–15 минут, постоянно помешивая и снимая пену.

Затем отставьте сбитень с огня, а когда он остынет, процедите.

Подавайте сбитень горячим.

Для приготовления напитка вам понадобится 150 г меда, 150 г сахара, 1 л воды, немного гвоздики, 3 ч. ложки молотого имбиря, 6 капсул кардамона.

СБИТЕНЬ «ЗАМЕРЗШИЙ ПУТНИК»

Разведите мед стаканом воды в алюминиевой кастрюле и доведите его на медленном огне до кипения, постоянно помешивая и снимая пену.

В отдельной посуде разведите сахар 1 стаканом воды и полученную массу доведите до кипения на слабом огне.

После этого хорошо перемешайте обе массы и варите, постоянно помешивая, на медленном огне до тех пор, пока часть воды не выкипит.

Сварите пряности в 1–1,5 литрах воды. Кипятите их на слабом огне в течение 20 минут в закрытой посуде. Затем поставьте в темное место на 10 минут, после чего процедите и смешайте, но не доводите до кипения.

Подавайте сбитень горячим.

Для приготовления напитка вам понадобится 150 г меда, 1,5–2 л воды, 100 г сахара, 1–2 бутона гвоздики, 5 зерен черного перца, 2–3 ч. ложки сухой травы зверобоя, 2 ч. ложки мяты, 0,4 ложки порошка имбиря, 1 ч. ложка корицы.

МЕДОВЫЕ ХМЕЛЬНЫЕ НАПИТКИ

Вы, конечно же, не раз слышали известные народные выражения:

«Медовый месяц», «И я там был, и мед, и пиво пил; по усам текло, да в рот не попало», «Захмелел от меда»... Эти выражения вошли в нашу жизнь до такой степени, что мы уже даже не задумываемся об истоках их происхождения. А появились они очень давно и причиной возникновения этих крылатых фраз послужил обыкновенный мед, который приготавливался по специальным рецептам, был незаменимым напитком на любом пире.

Существовало множество самых разнообразных способов приготовления медовых напитков, которые, к сожалению, в настоящее время известны далеко немногим. А ведь они могут занять достойное место на нашем праздничном столе, заменив вино, пиво и даже водку. Обладая слабоалкогольным (а иногда и «валяющим с ног») действием, хмельные меды, кроме того, намного полезнее современных алкогольных напитков, потому что издавна известно, что мед обладает целебными свойствами.

Он служит прекрасным лекарством при кашле, нервных заболеваниях, туберкулезе, бессоннице и многих других болезнях. Так что, подав на праздничный стол медовый напиток, вы не только поразите гостей своей фантазией, но и сослужите их здоровью хорошую службу.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ОТДЫХ»

Разведите мед с водой в эмалированной кастрюле и поставьте на слабый огонь. Когда смесь закипит, снимите пену и опустите в кастрюлю с кипящей массой предварительно заготовленный марлевый мешочек с хмелем. Изредка помешивая, варите до тех пор, пока раствор не загустеет. Затем, не вынимая мешочек с хмелем, остудите. Из остывшего напитка выньте хмель и перелейте жидкость в бочонок или в другую посуду. Затем опустите в еще теплый раствор марлевый мешочек с пряностями (гвоздика, корица, кардамон), добавьте дрожжи и поставьте в темное место на сутки. Затем тщательно закройте бочонок с медовым напитком и поставьте его в холодное место. Чем дольше вы выдержите мед, тем крепче он будет.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 4 л воды, 1/2 шишек хмеля, 2 бутона гвоздики, 3/4 чайной ложки корицы, 1/2 ст. ложки дрожжей.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ДЕРЕВЕНСКИЕ ПОСИДЕЛКИ»

Смешайте мед и сахар с водой в эмалированной посуде и варите на

слабом огне, постоянно снимая пену. Через некоторое время, когда пена перестанет появляться, перелейте немного остывшую массу в бочонок. Добавьте сок лимонов, разведенный в воде желатин и дрожжи. Бочонок плотно закройте крышкой и поставьте в холодное место на 2 недели. Храните медовый напиток «Деревенские посиделки» в погребе.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 1 стакан сахара, 4 л воды, 4 лимона, 1 чайная ложка желатина, 1/2 стакана жидких дрожжей.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «КРАСНАЯ ЯГОДКА»

Разведите мед в воде и варите на слабом огне, постоянно помешивая и снимая пену. Вишни хорошо вымойте и сложите их в бочонок, который заполните сваренным раствором (варить его следует до тех пор, пока не перестанет образовываться пена). Добавьте в бочонок дрожжи и поставьте в темное место, наклонив его так, чтобы образующаяся во время брожения пена стекала. Через 10 дней бочонок закройте плотно пробкой и выдержите его в темном месте 2 недели. Затем бочонок хорошо взболтайте, откройте крышку и оставьте его в том же месте на 4–6 месяцев. За это время ягоды станут мягкими. Напиток процедите и добавьте в него разведенный в воде желатин. Выдержите раствор в течение нескольких дней, после чего разлейте хмельной мед по бутылкам, плотно закройте их и поставьте в холодное темное место.

Крепость медового напитка зависит от его выдержки.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 3 стакана воды, 1 кг вишни, 1 ст. ложка дрожжей, 1 чайная ложка желатина,

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «МОНАСТЫРСКИЕ СТЕНЫ»

Разведите мед кипятком и варите его на слабом огне около 3 часов, периодически помешивая и снимая пену. Затем положите в мед хмель и варите его еще в течение 1 часа, постоянно наблюдая за уровнем меда (поддерживайте его кипяченой водой).

Когда раствор немного остынет, процедите его через двойной слой марли и поставьте в темное теплое место, накрыв сверху тонкой тканью. Держите мед в теплом месте до тех пор, пока он не перестанет шипеть.

Затем разлейте медовый напиток по бутылкам и храните его в прохладном месте.

Чтобы получить более прозрачный напиток, нужно в готовый, переставший шипеть мед влить 2 стакана крепкого чая.

Если же вам хочется получить медовый напиток по крепости не уступающий хорошему ликеру, то разлейте его по бутылкам еще шипящим. Храните медовый напиток «Монастырские стены» в этом случае не более 5 недель.

Для приготовления напитка вам понадобится 2 кг меда, 4 л воды, 2 стакана шишек хмеля, 2 ст. ложки сухого чая.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ЛЕСНАЯ ИЗБУШКА»

Разведите мед теплой кипяченой водой и доведите до кипения на медленном огне. Как только мед закипит, опустите в него предварительно заготовленный мешочек с ягодами можжевельника. Варите медовый раствор до тех пор, пока его объем не уменьшится наполовину. Зачем готовый медовый напиток немного остудите, процедите и разлейте по бутылкам, крышки которых во избежание взрыва закрывайте неплотно.

Подавайте медовый напиток «Лесная избушка» не ранее, чем через 1 год, храня его все это время в темном прохладном месте.

Для приготовления напитка вам понадобится 1 кг меда, 4 л кипяченой воды, 1 стакан зеленых ягод можжевельника.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!»

Переберите и тщательно промойте изюм, после чего варите его на слабом огне в течение 20–30 минут. Сваренный изюм выньте, потолките и протрите через сито вновь в воду, в которой он варился. Затем влейте туда мед и варите еще в течение 30–40 минут. Приготовленную массу слегка остудите и добавьте 2 яичных белка для очистки и дрожжи. Медовый напиток поставьте на 2 недели в темное место, после чего разлейте в бутылки.

Медовый напиток «Будьте здоровы» приобретет крепость через полгода хранения в темном прохладном месте.

Для приготовления напитка вам понадобится 1 стакан меда, 400 г изюма, 4 л воды, 2 яичных белка, 2 ст. ложки дрожжей.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «МЕСЯЦ ПОСЛЕ СВАДЬБЫ»

Липовый мед разведите кипятком и поставьте в теплое место на 8-10 часов. Затем снимите появившуюся на поверхности пену и поставьте вариться на медленный огонь. Постоянно помешивая, варите мед до тех пор, пока весь осадок не выпадет на дно. Затем, не выключая огня, добавьте хмель и доведите медовый раствор до кипения 5 раз с промежутками 3–4 минуты. Перелейте мед в бочонок и, остудив, добавьте в него заранее разведенный в воде желатин, кардамон и корень фиалки. Все тщательно перемешайте.

Плотно закрытый бочонок с медовым напитком выдерживайте в течение 3 недель в темном прохладном месте, после чего разлейте его по бутылкам, закупорьте их и храните в погребе.

Настоящую крепость и изумительные вкусовые качества медовый напиток «Месяц после свадьбы» приобретет через 3 месяца, тогда-то вы и сможете предложить испить его своим знакомым молодоженам.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 4 л кипятка, 1/2 стакана шишек хмеля, 1/2 ст. ложки мелко нарезанного корня фиалки, 1/5 чайной ложки кардамона, 1/3 ст. ложки желатина.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «УСТОЯТЬ БЫ НА НОГАХ»

Мед разведите кипятком и варите на слабом огне, постоянно помешивая и снимая пену, до тех пор, пока объем медового раствора не уменьшится наполовину. Затем перелейте его в бочонок и опустите 2 заранее приготовленных марлевых мешочка: один — с дрожжами, другой — с пряностями. Не закрывая, поставьте бочонок с готовящимся медовым напитком в темное место на 2 недели. Затем бочонок плотно закупорьте и в течение 6 месяцев храните в погребе. Готовый медовый напиток разлейте по бутылкам, плотно закройте их и храните в холодном месте.

Будьте осторожны, употребляя этот напиток, — недаром наши предки дали ему такое название.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 4 л воды, 1/3 стакана дрожжей, 1/6 чайной ложки корицы, 2–3 бутона гвоздики, 1/2 чайной ложки имбиря, 2 капсулы кардамона, 2 горошины перца.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ВЕСЕЛАЯ ПИРУШКА»

1 стакан меда и сахар разведите кипятком и варите на слабом огне, постоянно помешивая и снимая пену, в течение 30–40 минут. Сваренный

медовый раствор слегка остудите и размешайте в нем предварительно разведенные в воде дрожжи. Затем перелейте раствор в бочонок и, не закрывая его, поставьте в темное теплое место на 3–4 дня. Окончивший бродить медовый напиток процедите через 2 слоя марли и поставьте в темное холодное место на 1 месяц. Затем вновь процедите, влейте оставшийся стакан меда, все вместе тщательно перемешайте и разлейте по бутылкам.

Храните плотно закупоренные бутылки с медовым напитком «Веселая пирушка» в погребе.

Для приготовления напитка вам понадобится 2 стакана меда, 2,5 стакана сахара, 4 литра воды, 100 г дрожжей.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «БЕРЕЗОВАЯ РОЩА»

Тщательно перемешайте мед с березовым соком, после чего получившуюся смесь варите на слабом огне в течение 1 часа. Сваренный мед немного остудите, перелейте в бочонок, добавьте заранее намазанный дрожжами кусок ржаного хлеба и поставьте в теплое место, не закрывая крышку. Через некоторое время, когда медовый раствор перестанет бродить, разлейте его по бутылкам.

Храните бутылки с медовым напитком в темном прохладном месте.

Для приготовления напитка вам понадобится 2,5 кг меда, 2,5 л березового сока, 1 ст. ложка дрожжей, 1 кусок черного хлеба.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «СЕМЕЙНЫЙ»

Смешайте мед с дождевой водой в бочонке, добавьте дрожжей и полстакана сока предпочитаемых вами ягод. Поставьте бочонок с медовым раствором в место с комнатной температурой. Через некоторое время, когда мед перестанет бродить, процедите его и разлейте по бутылкам. Храните мед в холодном месте в плотно закрытых бутылках.

Для того, чтобы медовый напиток получился более крепким, перед тем, как разливать его по бутылкам, добавьте в него ром или водку, причем на ведро медового напитка надо добавить не более чем полстакана алкоголя.

Для приготовления напитка вам понадобится 1 кг меда, 1,5 л дождевой воды, 1/2 стакана сока ягод, 1–2 ст. ложки дрожжей.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «МАЛИНКА-КАЛИНКА»

Мед разведите кипятком. Остудите медовый раствор и варите его на слабом огне, постоянно мешая и снимая пену. Когда пена перестанет образовываться, опустите в медовый раствор предварительно заготовленный в марлевом мешочке хмель. Доведите до кипения 2 раза. Затем остудите, выньте хмель и перелейте медовый раствор в бочонок. Затем добавьте в бочонок кусок белого хлеба с намазанными на него дрожжами, малиновый сок, разведенный в воде желатин, корень фиалки, все вместе тщательно перемешайте и поставьте в холодильник на 1–1,5 месяца.

Готовый медовый напиток разлейте по бутылкам, плотно закройте их и храните в темном прохладном месте.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 4 л кипятка, 1 стакан малинового сока, 0,5 стакана шишек хмеля, 1 кусок белого хлеба, 1 ст. ложка дрожжей, 1 ст. ложка желатина, 2 ст. ложка корня фиалки.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «КРАСНАЯ ШАПОЧКА»

Мед разведите кипятком и варите на слабом огне, помешивая и снимая пену. Когда пена перестанет образовываться, не выключая огня, добавьте в медовый раствор хмель и вновь доведите до кипения. Перелейте массу в бочонок и опустите в раствор изюм, разведенный в воде желатин, смешанный с медом предварительно поджаренный сахар и завязанные в марлевый мешочек пряности. Не закрывая, бочонок поставьте в темное теплое место. Находиться он в нем должен до тех пор, пока медовый раствор не перестанет бродить и не даст осадок. Затем разлейте напиток «Красная шапочка» в бутылки, плотно закройте их и храните в погребе.

Подавайте хмельной мед на стол не ранее, чем через 3 месяца выдержки.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 4 л кипятка, 1/2 стакана шишек хмеля, 1/2 ст. ложки желатина, 1/2 стакана сахара, 1/2 стакана изюма, немного корицы, 1 зерно кардамона, 2–3 гвоздики.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «КОЛОКОЛЬНЫЙ ЗВОН»

Мед разведите водой, после чего в полученную массу добавьте дрожжи, остуженный отвар хмеля и муку. Отвар хмеля нужно приготовить

заранее, кипятя шишки не менее 15 минут. Все хорошо перемешайте и поставьте в прохладное место на 3 суток. Еще бродящую массу перелейте в бочонок и поставьте в холодное место на 2 недели, не закрывая крышкой. На протяжении всех этих 14 дней не забывайте добавлять в готовящийся медовый напиток по 1/3 стакана меда.

Так через 17 дней вы получите крепкий вкусный хмельной напиток, который сможет занять достойное место на любом праздничном столе.

Храните «Колокольный звон» в погребе в плотно закупоренных бутылках.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда (первоначально) и около 5 стаканов меда для добавок, 4 л воды, 1/2 стакана дрожжей, 1/3 стакана шишек хмеля.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ЛЕСНАЯ ПОЛЯНКА»

Мед разведите кипятком в эмалированной кастрюле. Когда масса немного остынет, поставьте ее на слабый огонь, и, постоянно помешивая и снимая пену, кипятите до тех пор, пока она перестанет появляться. Затем кипящую медовую массу уберите с огня и, помешивая, добавьте в нее дрожжи и сок клюквы. Все хорошо перемешайте и вскипятите. Затем горячий медовый напиток перелейте в бочонок, добавьте в него ванилин и желатин, плотно закройте крышкой и поставьте в морозильник на 2 недели.

Храните медовое хмельное питье в плотно закупоренных бутылках в погребе. Подавайте его стол не раньше, чем через 3–5 месяцев выдержки.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 4 л кипятка, 0,5 кг клюквы (для получения клюквенного сока), ванилин, 1 ч. ложка желатина.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ТРУТЕНЬ»

Мед разведите водой, и, добавив хмель, доведите его до кипения на медленном огне. Затем остудите и добавьте в медовую массу дрожжи, кардамон и поджаренный сахар. Все тщательно перемешайте и перелейте в бочонок, который поставьте в прохладное темное место. Недели через 2 медовый напиток процедите и разлейте по бутылкам.

Храните «Трутень» в хорошо закрытых бутылках в погребе или подвале.

Для приготовления напитка вам понадобится 2–3 стакана меда, 4 л

воды, 1/2 стакана шишек хмеля, 2 ч. ложки дрожжей, 6 зерен кардамона.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ПЧЕЛИНЫЙ УЛЕЙ»

Мед разведите водой и поставьте на слабый огонь. Когда закипит, добавьте сахар и, постоянно помешивая и снимая пену, варите до тех пор, пока пена не перестанет образовываться. Затем перелейте медовую массу в бочонок, добавьте предварительно разведенные в воде дрожжи, имбирь, лимонный сок и марлевый мешочек с корнем фиалки. Бочонок плотно закройте и поставьте в темное прохладное место на 3–4 месяца.

Готовый медовый напиток храните в хорошо закупоренных бутылках в погребе или подвале.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 4 л воды, 1 стакан сахара, 1/3 стакана дрожжей, 1/3 стакана имбиря, 1/4 стакана мелко нарезанного корня фиалки, сок 2 лимонов.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ЗА ЗДОРОВЬЕ!»

Мед разведите кипятком. Полученную массу немного остудите, затем добавьте дрожжи и поставьте в темное место. Постоянно снимая пену, держите напиток в этом месте, пока он не перестанет бродить. Затем процедите, добавьте сок лимона и все перемешайте. Готовый хмельной напиток разлейте по бутылкам, плотно закупорьте их и храните в темном прохладном месте.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 4 л воды, 2 ст. ложки дрожжей, сок 1 лимона.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ЛУННЫЙ СВЕТ»

Разведите мед кипятком. Когда полученная смесь немного остынет, поставьте ее на медленный огонь, и, постоянно помешивая и снимая пену, варите до тех пор, пока пена не перестанет выделяться. Затем опустите в медовую массу предварительно заготовленный хмель в марлевом мешочке и вскипятите на медленном огне 2–3 раза. Потом мешочек с хмелем выньте, а медовый раствор перелейте в бочонок. Добавьте распущенный в воде желатин и кусочки лимона, заранее удалив с них зерна. Бочонок плотно закройте крышкой и поставьте в морозильник на 2 недели.

Готовый медовый напиток разлейте в бутылки, которые храните в

темном прохладном месте. Подавайте хмельное питье на стол не менее, чем через 3 месяца выдержки.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 4 л воды, 0,5 стакана шишек хмеля, 2 лимона, 1,5 ст. ложки желатина.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК «ПОСЛЕДНЕЕ ПРОЩАЙ»

400 г меда разведите в 0,5 литра воды в эмалированной посуде и поставьте на медленный огонь. Кипятите медовую массу в течение 1 часа, постоянно следя за ее уровнем. Когда масса будет выпариваться наполовину, доливайте кипяток. Затем остудите, добавьте дрожжи и поставьте в теплое место на несколько дней.

Когда масса перестанет бродить, возьмите оставшиеся 400 г меда и разведите их 3,5 литрами воды. Затем добавьте хмель и варите массу на слабом огне до тех пор, пока не выкипит половина добавленной воды. Затем массу остудите, процедите и перемешайте с первой приготовленной массой. Все перелейте в бочонок и поставьте в темное прохладное место на 2–3 дня.

С бродящего напитка снимите всплывшие дрожжи и долейте бочонок до краев медом. Бочонок плотно закройте и поставьте в холодильник на 5 дней. Затем добавьте в медовый напиток предварительно разведенный в воде желатин и вновь поставьте его в холодильник уже на 2 месяца.

Храните хмельное питье в плотно закрытых бутылках в погребе. Подавайте на стол после полугодовой выдержки.

Для приготовления напитка вам понадобится 800 г меда, 4 л воды, 1/3 стакана дрожжей, 100 г хмеля.