

Gyógyít, szépít, édesít, s nassolnivalónak éppoly kiváló, mint kozmetikumnak: szervezetünk kívülből megújul tőle. Már az ókorban ismerték áldásos hatását, Hippokratész is sokféle betegségre javallotta. Alkalmazták balzsamozáshoz, hisz kiválóan konzervál, de energiát is merítettek belőle: a római katonák csata előtt mézes szezámmagot ettek, hogy vitézből harcoljanak, s a Mont Everestre elsőként feljutott hegymászónak is ott lapult a hátizsákjában. Van, aki azért kanalaz belőle este, hogy nyugodt álma legyen, más épp afrodisziákumként remél tőle férfierőt. A méz csodálatos adománya a természetnek, hálásak lehetünk érte a méheknek.



Aranyló életelixír: a méz

– Mivel virágpor-allergiám van, óvatosan szabad csak mézet ennem, bár ez furcsán hangzik egy méhész szájából – meséli Nagy István, a pécsi Nektár Méhészbolt tulajdonosa. – Szerencsére akácmézet nyugodtan fogyaszthatok, mert az akácpollen nem allergizál. A sorstársaimnak is ezt javaslom. Más méztől viskét a torkom és a szájpudlásom, tüszögök, szóval előjön az összes, kellemetlen reakció.

Nagy István családjának történetéhez immár száz esztendeje hozzátartozik a méhészkedés. Szakmai tudásukat, tapasztalatukat generációról generációra átadják, és Szent Ambrusnak, a méhészek védőszentjének oltalma alatt szolgálják vásárlóikat. 1986-ban ők alapították az ország első, magánvállalkozásban működő méhészeti szaküzletét Pécs belvárosában, s azóta Magyarsarlóson bemutató méhészetet és méhészeti arborétumot is létesítettek, hogy az oda ellátogatók megismerhessék a mézkészítés technológiáját, bepillantassanak a kaptárakban zajló különleges világba, és szemügyre vehessék hazánk méhészeti szempontból legjelentősebb fajt-bokrait.

– Pécsi boltunkban 8-9-féle mézet árulunk, ebből hatot-hetet magunk termelünk, a többit megbízható méhésztársaimtól vásárolok, vagy cserélünk – avat a részletekbe. – Például itt Baranyában mindig sikerül hársmézet termelni, amit az Alföldről származó selyemkóró-mézre cserélek.

– *Legősbibb, természetes eredetű táplálékunkról beszélünk.*

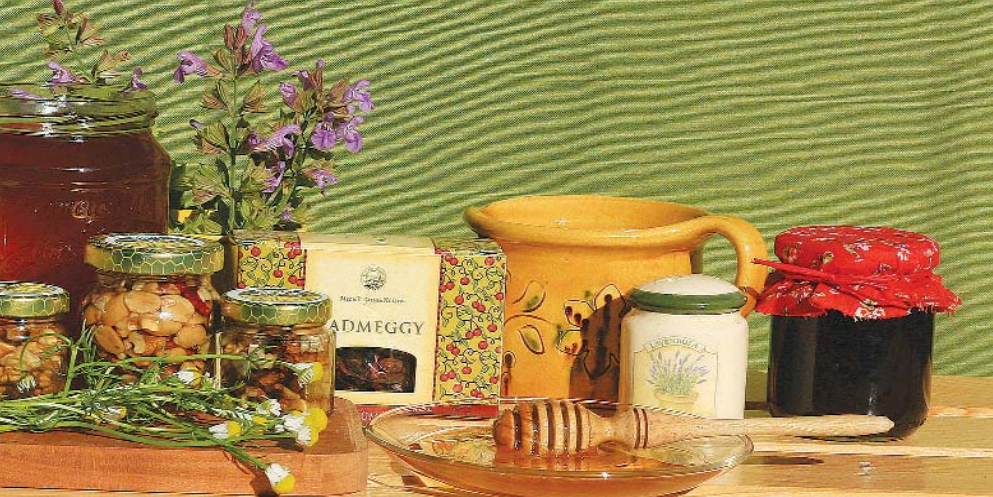
– Cukorgyártásunk csupán kétszáz éves múltra tekint vissza, előtte az emberek gyümölcsökkel és mézzel édesítették mindent. Ám a repacukor

üres energia, így egészségtelen, szemben a mézzel, amiben száznál is több bioaktív anyagot találunk. Elsősorban magas szőlő- és gyümölcscukor-tartalma (80%) miatt egészséges, 18-19%-a víz, s a fennmaradó 1-2%-ot a fontos nyomelemek, fermentumok, enzimek, vitaminok, illat- és aromaanyagok adják. Gyógyhatása miatt is célszerű fogyasztani. A hársméz különösen megfázásra és köhögésre, a gesztenyeméz szívproblémákra, érrendszeri betegségekre jó; a pikáns medvehagyma-méz kiváló vértisztító; aki pedig azért ódzkodik a mézevéstől, mert sok a gyomorsava, annak a repcemézet szoktuk ajánlani. A mi családjunkban az akácméz a favorit, cukor helyett mindent azzal ízesítünk: a kávé, a paradicsomlevest, a mákos gubát, most a földiepret, sőt, a feleségem a lekvárokat is azzal teszi el. Semleges ízű, így nem nyomja el az étel eredeti aromáját. Ráadásul nagyon sokáig folyékony marad, s ez a szervirozását is gusztusosabbá teszi.

– *De mit tegyünk az ikrásodóval?*

– Ha repce-, hárs- vagy napraforgómézzel van szó: örüljünk, mert biztosan lehetünk benne, hogy igazi





mézünk van! Ha ezek nem kristályosodnak be, akkor hamisítványok. Az ikrásodás ugyanis a mézben lévő szőlő- és gyümölcscukor arányától függ. Ha a szőlőcukor javára billen a mérleg, akkor bizony elég gyorsan, akár egy-két hét vagy hónap alatt bekristályosodnak. Ettől nem romlik a minőségük, s legalább a gyerek kezébe adott vajás-mézes kenyérről sem csöpög le, ragadós foltokat hagyva maga után. Langyos, óvatos melegítéssel, 40-50 foknál nem magasabb hőkezeléssel a kristályszemcsék újra folyékonnyá válnak, de az ikrásodási folyamat ismét elindul, s ne feledjük: a hőkezelés hatá-

sára a mézben lévő hasznos enzimek károsodnak, s minden egyes alkalommal „öregszik” a mézünk, mintha évekig állt volna. Igaz, a fáraók sírjában talált méztől se lenne ma semmi bajunk, élvezhető, finom és édes, csak épp a beltartalmi értéke csekély.

– *Minek köszönhető, hogy a magyar méz, elsősorban az akác, világviszonylatban is a legjobbak közé tartozik?*

– A Kárpát-medence kedvező klímájának és a hazai méhészeti szakma évszázados szakmai tradíciójának. Egyetlen probléma van, az, hogy itthon az egy főre jutó éves mézfogyasztás mindössze 70 dekagramm, így a meg-

termelt 20-30 ezer tonna kétharmadát külföldre kell vinnünk, még hozzá feldolgozatlanul, élelmiszeripari nyersanyagként. A kiváló magyar mézzel javítják föl az Európai Unióba máshonnan érkező, gyengébb termékeket. Ez olyan gazdasági bűncselekmény, mint ha a remek villányi borokat „vörös” feliratú tartálykocsikban küldenénk ki az országból, hogy hozzáöntsék a silány lőréhez. Ám ha minden ötödik honfitársunk a napi kávéját, teáját cukor helyett mézzel inná, a teljes hazai termés itthon fogyna el. Örülök, amikor alkohol vagy bonbon helyett mézet ajándékoz valaki a szeretteinek, ez jó irány. És érdemes alaposabban megismernünk a méhek csodálatosan szervezett társadalmát is, hátha tanulhatnánk tőlük. Amikor kisgyerekként erre rácsodálkoztam, az öreg méhészek mindig azt mondták: „*Ja, fiam, ezek itt méhek, mi meg csak emberek vagyunk.*”

LEJEGYEZTE: CSATÓ ANDREA

FOTÓ: MÜLLER NÁNDOR



galagonya virágzási napok

2014. június 7-8.

Ökopark – Bükkösd

Igazi természet közeli kikapcsolódás 2 napon át az egész családnak!

Szandi

Kötélpálya

Kerek-perec társulat
Furfangos királykisasszony

Katus Attila
aerobic bemutató, tanácsadás, kötetlen beszélgetés

Káposzta bowling

Varró Dániel
író-olvasó találkozó

Viaszfestés

Trambulín, légvár, körhinta

Helyi, bio ételek, galagonyából készült ételek vásárlása

Kutyatár
kutyás bemutató

Lovasbemutató

Kézműves programok

Részletes program

a www.okobukkosd.hu weboldalon,
ill. a Facebook oldalunkon

Patkóhajítás

A szervezők a műsorváltoztatás jogát fenntartják!