

## Co byste měli vědět o medu?

---



Důležitým vodítkem při nákupu medu jsou údaje na etiketě výrobku. **Názvem med se smí označit jen pravý včelí med.** Slova „pravý“ i včelí“, případně „přírodní“ jsou tedy na etiketě už nadbytečná.

### Povinné údaje na etiketě

Povinné údaje na etiketě jsou dva:

**1. Původ medu - květový či medovicový.** Označuje, zda med pochází z nektaru květů, anebo z medovice, což je šťáva z výměšků hmyzu sajícího mízu rostlin. Toto povinné vymezení nemůže být nahrazeno slovy „luční“ nebo „lesní“, případně „horský“.

**2. Země původu označuje, kde byl med získán.** Na pultech narazíme i na směsi z různých zemí, které nutně nemusejí ležet na stejném kontinentu. Unijní i česká legislativa to povoluje. Pokud jde o směs medů z více zemí EU, označuje se „směs medů ze zemí ES“g. Je-li z mimounijních států, musí být na výrobku uvedeno „směs medů ze zemí mimo ES“g. Třetí možností je „směs medů ze zemí ES a ze zemí mimo ES“g. Musí se také uvádět, zda med pochází z regionů s tropickým klimatem.

**Je dobré vědět, že pro med z tropických regionů platí méně přísný limit na jeden z klíčových ukazatelů kvality medu, na hydroxymethylfurfural (HMF).** Jedná se o látku, která vzniká stárnutím medu či jeho nešetrným zahřátím v průběhu jeho zpracování. Přehřátý či starý med ztrácí svoji biologickou hodnotu, významně se snižuje obsah vitamínů a enzymů. V „tropickém“ medu smí být dvakrát více HMF než v medu z jiných klimatických pásem. V čerstvém medu je HMF jen velmi málo nebo žádný.

## Co dále říká etiketa?

**Botanický druh rostlin, z nichž med pochází, je označení nepovinné.** Když ho ale producent uvede, zavazuje se tím, že med skutečně pochází zcela nebo převážně z uvedeného rostlinného druhu, například akátový, vřesový či pohankový. **Druhem rostliny se řídí i barva medu.** Třeba akátový med je velmi světlý; tmavou barvu propůjčuje medu medovice z lesních dřevin.

Unijní i česká legislativa definuje med jako potravinu přírodního sacharidového charakteru vytvořenou včelami a složenou převážně z glukózy, fruktózy, organických kyselin a enzymů. Nedílnou složkou medu jsou i pevné částice zachycené včelami při sběru sladkých šťáv rostlin, tedy květového nektaru nebo medovice.

**Filtrovaný med** je med, který byl po získání upraven odstraněním cizích anorganických nebo organických látek takovým způsobem, že došlo k významnému odstranění pylu. O této skutečnosti musí být spotřebitel informován na etiketě.

**Pekařský med (průmyslový) není určen k přímé konzumaci, ale výhradně k průmyslovému použití nebo jako složka do jiných potravin.** Může mít cizí příchuť nebo pach, což standardní med mít nesmí. Pro pekařský med je povoleno počínající kvašení nebo zahřátí do takové míry, že jeho přirozené enzymy jsou zničeny. Smí v něm být až 25 % vody, zatímco v standardním nesmí její obsah překročit 20 procent.

Pekařský i filtrovaný med se nesmí přidávat do standardních medů.

**Krystalizace je přirozenou vlastností medu a není proto na závadu.** Je běžná u medů s vyšším obsahem glukózy. Nejrychleji z českých medů krystalizuje řepkový, nejpomaleji akátový.

Do kdy med spotřebovat, uvádí datum minimální trvanlivosti. Čím vzdálenější toto datum je, tím lépe. **Nejlepší med je med čerstvý.**

**Antibiotika k léčbě včel jsou v Evropské unii zakázána** a jejich rezidua se nesmí vyskytovat ani v medu z mimounijních států.

*Alice Olbrichová, [www.dtest.cz](http://www.dtest.cz)*

## Oslazeno medem

Přečtěte si náš **další článek pojednávající mimo jiné o tom, jaké druhy medu známe, jak med vzniká a jak bychom jej měli používat či skladovat** - naleznete jej ZDE