

Мёд с прополисом обладает многими полезными свойствами благодаря содержащимся в нем веществам. В первую очередь это витамины группы В (В1, В2, Н, РР) и С, различные минералы, такие как натрий, калий, фосфор, магний и железо.

Прополис, также называют пчелиный клей, является ценным и полезным продуктом.

По своим целебным свойствам, пожалуй, превосходит весь ассортимент пчелиного производства. Пчёлы не собирают прополис, а делают его — чтобы защитить жизнь и здоровье своей большой семьи от бактерий, инфекций и прочих нежелательных гостей. Благодаря этому, его противомикробным и противогрибковым свойствам, в пчелином улье поддерживается идеальная чистота, чтобы не испортились припасы на зиму, чтобы были здоровы взрослые особи и пчелиная молодёжь. Таким образом пчёлы дезинфицируют прополисом соты и все проблемные места в улье.

Мёд с прополисом WellFoods богат полезными свойствами:

- мёд с добавлением измельченного прополиса производит поразительный целебный эффект, особенно в области борьбы с язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки;
- просто незаменим при болезни простудой и заболеваниях дыхательной системы в целом.

Рекомендуемая норма употребления:

- при язвенной болезни и колите, будет достаточно съедать, по одной чайной ложке мёда, два раза в день, после приёма пищи;
- при наличии простуды, можно применять три раза в день;
- противопоказан людям с аллергической реакцией на мёд.

Предлагаем Вашему вниманию рецептов кексов с добавлением прополисного меда.

Для этого Вам потребуется:

- теплая вода — 250 мл;
- мёд с прополисом — 2 ст. л. (также отлично подойдет [Мёд подсолнечный \(200мл\)](#))
- масло растительное — 0,5 стак.;
- сахар — 0,5 стак. (+/- в зависимости от предпочтений);
- мука — (+/-) 1,5 стак.;
- сода — 1,5 ч. л.;
- Соль — на кончике чайной ложки.

Приготовление: в блюде добавляем теплую воду, мёд с прополисом, сахар и соль, масло. Все хорошо перемешиваем. Муку смешиваем с содой и просеиваем в блюдо. Перемешиваем венчиком до однородного состояния (по консистенции тесто должно быть не сильно густым, как для оладьев). Разливаем по формочкам (примерно половина формы). Выпекаем при 200С, время выпечки 20-30 минут (зависит от Вашей духовки). Как только кексы подрумянились, то достаём их. Приятного аппетита!

