

INHALTSVERZEICHNIS

Prolog	5
Aus dem Leben der Bienen – eigene Wahrnehmungen	15
Was ist Nektar	23
Was sind Honigbienen	27
Was ist Pollen?	34
Das Besondere: Honigtau	40
Wie wird aus Blütennektar Honig?	43

Wie kommt der Honig in die Gläser?	48
Zur Verwendung des Honigs	51
Was ohne Honig nicht denkbar wäre...	55
Rezepte, Rezepte, Rezepte	66
Shakes/Miälk	68
Was unterscheidet Honig von Zucker?	78
Salate/Salaot	80
Dressings	84
Brotaufstriche/Knäpken/Smiär	97
Marinaden	103
Die verschiedenen Honigsorten	114
Suppen/Soßen – Süpken	122
Reis- und Nudelgerichte – Ries und ...	134
Was ist Propolis?	141

Kartoffelgerichte/Kartuffel/Grappel	143
Kuchen/Köken	158
Wissenswertes zum Bienenwachs	162
Süßes, Naschiges und Außergewöhnliches	164
Professioneller Honig – Biohonig	181
Literaturhinweise	193