

kosila je uporaben. Z medom lahko nadomestimo sladkor, ki ga uporabljamo v naši prehrani, ali ga uporabimo kot dodatek glavnim jedem. Sladkanje čaja z medom je stara navada, z njim pa lahko sladkamo tudi kavo, šabeso, ledeni čaj, smutije, limonado, mlečni riž, razne kaše, sladoled, sadne solate ... Poleg tega, da si med zjutraj namažemo na kruh, ga lahko dodamo tudi v kosmiče, si pripravimo skutni namaz z medom ali namaz z medom in kakavom, kislo smetano z medom, dodamo ga lahko v jogurt ali si pripravimo palačinke z medom. Podaja se pri pripravi piščančjih, divjačinskih in azijskih jedeh. Tudi omake, prelive, marinade in zelenjava dobijo z dodatkom medu posebno aromo. Nepogrešljivo je seveda pri pripravi slaščic. Uporabimo lahko recepte za navadni sladkor, pri tem pa moramo upoštevati, da je slajši kot navadni sladkor in da vsebuje več vode, zato vzamemo malo manj medu, kot je predpisanega sladkorja, količino tekočine v receptu zmanjšamo za ¼ teže dodanega sladkorja. Pečemo pri malo nižji temperaturi, da preprečimo prekomerno porjavitev peciva. Med nase veže vlago, zato ostane pecivo z medom dalj časa sveže in zmanjšuje drobljenje peciva.

Pri pripravi jedi iz medu je potrebno upoštevati tudi njegovo aromo. V splošnem je za svetlejšje vrste medu značilna mila, nežna aroma, temnejše vrste pa imajo močnejšo aromo. Zato bomo za slajenje nežnih jedi, kjer ne želimo, da prevladuje okus medu,

uporabili nežen akacijev med, v golaž bomo dodali temen gozdni med, medenemu pecivu pa bo odlično aromo dal kostanjev med. Medu pri peki in kuhi ne uporabljamo le zaradi njegovih zdravilnih lastnosti, ampak predvsem zaradi njegove arome. Če je le možno, ga dodamo na koncu kuhanja, da ohranimo več sestavin.

Razlika med belim sladkorjem in medom je več kot očitna. V belem sladkorju je le disaharid saharoza, ki se razkroji v glukozo in fruktozo, in nič drugega. V medu so tudi sladkorji in druge snovi, skoraj vse, kar vsebuje in potrebuje človeško telo, zato ima med posebne lastnosti, ne samo sladkost. In nenazadnje: pri proizvodnji sladkorja se uporabljajo različne kemikalije, v nasprotnem primeru pa je med popolnoma naraven proizvod čebel, ki mu ničesar ne dodajamo niti ne odvezujemo, ne vsebuje nobenih konzervansov, vsebuje pa antioksidante in deluje protimikrobno. Naša novoletna zaobljuba bi lahko bila bolj zdrav način živiljenja – v vsakdanji prehrani zamenjajmo med za sladkor.

Za začetek lahko pripravimo preprost osvežilen in krepičen napitek, limonado z medom. Iztisnemo sok polovice limone, dodamo kozarec tople vode in žlico medu ter dobro premešamo. Napitek bo še izdatnejši, če ga bomo uživali na tešče.

Andreja KANDOLF BOROVIŠAK

## DOBRA VODA ZA BOLJŠI JUTRI

Na območju občine Muta se gradnja novih cevovodov ter pripadajočih objektov vodovodne infrastrukture, ki bodo vodovod občine povezali v celovit in sodobni sistem petih občin zgornje Dravske doline, počasi bliža koncu. Zgrajenih je že dobrih 65 odstotkov novih cevovodov, za leto 2019 ostajajo še dela na objektih črpališč in vodohranov. Naložbo v skupni vrednosti skoraj 50 milijonov evrov v večji meri financirajo Kohezijski sklad Evropske unije ter deloma državni in deloma občinski proračuni sodelujočih občin.



Projekt Oskrba s pitno vodo v porečju Drave – 3. sklop, ki je skupni projekt občin Muta, Dravograd, Podvelka, Radlje ob Dravi in Vuzenica, na območju občine Muta obsega gradnjo več sklopov novih cevovodov v skupnem obsegu 21 kilometrov in gradnjo objektov vodovodne infrastrukture. Izgradnja cevovodov na povezovalnem vodu ter cevovodov na odsekih Abrasiv, Breznik in Matij se zaključuje, v prihodnjem letu bodo zgradili še odseka Verber in Mlake. Do zdaj je bilo zgrajenih že približno 14 kilometrov novih cevovodov, kar predstavlja dobrih 65 odstotkov vseh predvidenih na območju občine Muta. Leto 2019 bo poleg preostalih cevovodov zaznamovala še gradnja potrebnih črpališč in vodohranov.

V industrijski coni občine Radlje ob Dravi se je že začela tudi gradnja skupnega nadzornega centra, ki bo bdel nad delovanjem celotnega vodovodnega sistema in zagotavljal kakovostno oskrbo prebivalcev vseh petih občin s pitno vodo. Nadzorni center bo zgrajen ob prostorih Javnega komunalnega podjetja Radlje ob Dravi, d. o. o., ki bo v prihodnje upravljalo novozgrajeni vodovod.

Namen projekta Oskrba s pitno vodo v porečju Drave – 3. sklop, katerega gradnja se je začela spomladi 2016 in bo zaključena aprila prihodnje leto, je prebivalcem občin Muta, Dravograd, Podvelka, Radlje ob Dravi in Vuzenica zagotoviti zadostne količine pitne vode v vseh letnih časih, ne glede na vremenske pogoje, ter ustrezno kakovost vode. Z naložbo bomo občine poskrbele za dolgoročno varno oskrbo tako sedanjih kot prihodnjih generacij prebivalcev s čisto in zdravo pitno vodo. Z nadgradnjo vodovodnih sistemov bomo izvedli hidravlične izboljšave omrežja, z novimi priključki pa razširili sistem javne vodooskrbe. S projektom bomo zagotovili boljšo in varnejšo oskrbo s pitno vodo za 18.000 prebivalcev, 5.000 prebivalcev pa bomo na novo priključili na javno vodovodno omrežje.

Podjetje Dialog, d. o. o.

