

Vad är äkta honung?



Vad betyder egentligen naturlig honung, kallslungad eller rå honung och vad krävs för att få kalla sin honung ekologisk?

Hur hanterar man bäst honungen för att behålla all nytta och smak? Svenska Bin reder ut begreppen.

Över 40 grader förstörs viktiga nyttigheter

All honung är hanterad på ett eller annat sätt, annars kan man inte få den från vaxkakan till burken. Det absolut väsentligaste i arbetet med honung, och för konsumenten, är att inte värma den över 40 grader. Över detta gradantal börjar aktiva ämnen som olika enzymer att förstöras. En försiktig uppvärmning däremot gör det möjligt att hålla honungen i konsumentförpackningar. Nyslungad honung innehåller levande mjölksyrabakterier som är hälsosamma och fungerar som probiotika.

Olika begrepp och etiketter på honung

NATURLIG ELLER ÄKTA HONUNG: Är en taftologi då äkta honung är helt naturlig. Bara det som inte har några tillsatser som exempelvis fruktsocker eller smakämnen får kallas honung. För att få kallas honung så ska ursprunget till 100% komma från blommornas nektar.

NYSLUNGAD HONUNG: Honung som är från årets säsong, högst 3 månader gammal och flytande. Hur snabbt en honung går från flytande till fast beror på vilken växt bina hämtat nektar från, vilket i sin tur påverkar mängd av de olika sockerarterna. Med mer fruktsocker än druvsocker håller honungen sig flytande längre. Kristallisationen och stelmandet kan hindras genom att man förvarar honungen i frysen, då håller sig även mjölksyrabakterierna levande längre.

PRIMÖRHONUNG: Tidig honung som skattas redan i maj eller juni, beroende på vårens utveckling.

SORTHONUNG: Beroende på vilka blommor bina hämtar nektar från får honungen olika smak och karaktär. Genom att skörda ofta och hålla isär skördarna kan man få honung med smak av exempelvis klöver, lind, maskros eller ljung.

FÄRSK HONUNG: Honung som är nyslungad och högst ett par veckor gammal. Kan fortfarande innehålla levande mjölksyrabakterier.

RÅ HONUNG: Honung som slungats och sedan direkt tappats på burk utan någon extra hantering.

KALLSLUNGAD: Ett påfunnet begrepp som används för att berätta att man inte värmt upp honungen under hanteringen. Man kan inte slunga honung kallt – den blir då trögflytande och går inte att få ut ur vaxkakorna. Därför håller man oftast en temperatur på cirka 25 grader i slungrummet. Begreppet kallslungad är missvisande då man kan få uppfattningen att all honung som inte etiketteras kallslungad är uppvärmd, vilket inte är sant.

VILDHONUNG: Ett begrepp som ibland används för att beskriva färsk honung men egentligen hör hemma i andra delar av världen där man går på honungsjakt och tar honung från vilda bisamhällen.

Region och växtsort ger olika smak och konsistens

Den svenska honungen blir ofta ljus och fast, det beror på våra växtsorter, och kan variera stort mellan olika landsändar. En ren ljunghonung från Bohuslän är till exempel mörkare och mer flytande än en rapshonung från Skåne som blir vit och fast. Precis som med vin så handlar det om växtsorter och regioner.

Flytande och fast honung och honungsprodukter

Den svenska honungen är naturligt flytande när den är nyslungad men kristalliseras sedan i olika utsträckning beroende på vilken sorts nektar honungsbin samlar och gjort honung av.

Dessutom finns olika produkter med honung, ibland även uppblandade med fruktos för att hålla produkten flytande. De kan ibland vara värmebehandlade, då har man hettat upp honungen över 50 grader och då blir det en så kallad fördröjd rekristallisation som gör att honungen håller sig flytande längre. Det bra sockret som fruktsocker och druvsocker finns dock kvar i honungen även om den hettats upp, men enzymerna finns inte kvar.

Ekologisk honung

Ekologisk är den honung som är producerad enligt regelverket för ekologisk honungsproduktion. Det innebär bland annat att det inom en radie av 3 km från bikupan enbart ska finnas bra föda till bina på ekologiska odlingar eller i naturområden. Detta gör att honung från stadsbin inte kan klassas som ekologisk. Eftersom bin är blomtrogna så håller de sig kvar där så länge det finns tillgång på mat. Bina ska matas med ekologiskt socker eller honung som vintermat och det är inte tillåtet att använda läkemedlet Apistan mot varroakvalstret. De som producerar biodynamisk så kallad Demeterhonung får inte mata bina med annat än honung.

Ett av världens mest förfalskade livsmedel

Jämte olivolja är honung det livsmedel som är mest utsatt för förfalskningar och utspädning. Leta gärna efter svensk honung och gynna dina lokala biodlare, de bidrar till pollineringen i ditt närområde.

Vad får bina när vi har skördat honungen?

Biodlaren skattar under hela sommaren en del av honungen som bina samlar och på hösten får de i gengäld en sockerlösning. Bin är beroende av att ha tillgång till rätt sorts foder, annars svälter de lätt ihjäl. En del av de sena honungssorterna, som ljung, kan vara direkt dålig för bina att övervintra på och där är sockret att föredra.

Inga undersökningar visar att binas hälsa blir sämre av socker som vintermat, men det är viktigt att odlaren inte skattar all honung i bikupan och att de får tillräckligt med socker för att klar sig ända fram till april, maj året därpå.

Honungen är bara en biprodukt – pollineringen är det viktigaste

Eftersom honung är en så fantastisk produkt är det lätt att glömma att biodlingen egentligen är en ekosystemtjänst, och att honungen bidrar till finansieringen av pollineringen i Sverige. Var tredje tugga vi stoppar i oss är beroende av pollinering.

Skördarna varierar

Honungsskörden kan variera från år till år och hänger främst ihop med vädret, men kan även höra ihop med stora vinterförluster av bisamhällen, och därför är det viktigt att svensk biodling ständigt växer och utvecklas. I första hand för att pollineringen av våra livsmedel ska säkras, men även för att det ska finnas tillräckligt med honung i butik.

Endast 50 procent av den honung som säljs i Sverige kommer från svenska biodlare.

För att lyfta svensk honung och binas pollineringsarbete har vi skapat föreningen Svenska Bin.

Bakom detta står Svenskt Sigill, Biodlingsföretagarna, Sveriges Biodlares

Riksförbund, Svensk Honungsförädling, Svensk Landskapshonung,

Bee Urban, Apinordica, Gårdshonung, Bimäster och Lovö honung.

<http://www.mynewsdesk.com/se/svenska-bin>

<http://svenskabin.se/>

<https://www.facebook.com/svenskabin>

