

Flytande eller fast honung?



HAR DU KOLL?

HONUNGS KOLLEN

för dig, biodlaren och butiken
som vill ha bra koll på honung





Hur får man fast honung flytande?



Nyslungad honung är alltid flytande. Förr eller senare bildas kristaller i honungen och den får fast konsistens. Hög druvsockerhalt påskyndar den här naturliga processen.

Den flytande honung som finns i butik är sällan svensk och om den är svensk kommer den till slut att kristalliseras. Om den inte gör det har den troligtvis blivit värmebehandlad vilket innebär att alla eventuella nyttiga ämnen i honungen är borta.

Gör fast honungen flytande

Fast honung kan enkelt bli flytande genom att värmas upp i ett vattenbad eller i mikrovågsugn. Värm försiktigt, helst inte över 40 grader så honungen behåller sina nyttiga ämnen.

Behåll honungen flytande

Honungen kan frysas för att behålla den flytande konsistensen längre. Då bromsas kristalliseringen in och du kan njuta av flytande honung året runt.

Släng aldrig honung!



Förvaring & hållbarhet

Ställ burken mörkt och lite svalt, då håller den flera år.

Du kan alltid använda

honungen även om den har jäst, både i bakverk och mat.

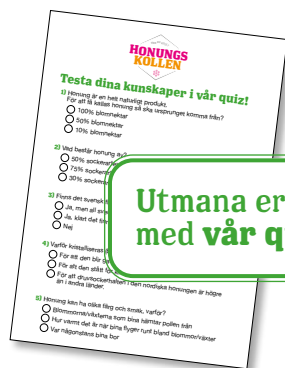
Skittat sig?

Sockerarterna separerar sig. Rör om, ställ burken i kylskåpet så blir den fast igen.

Varför blir honungen fast?

Honung är naturligt flytande när den är nyslungad men beroende på vilka blommor bina tar sin nektar från, kristalliseras honungen mer eller mindre fort och blir fast till slut.

Den fasta honungen, som är vanligast i Sverige, har däremot rörts om. Detta görs för att honungen ska bli len och fin i konsistensen. Oftast har även en så kallad ymp tillsats i denna honung för att den ska bli fast, det vill säga kristallisera sig, fortare. En ymp är honung som har fått kristallisera färdigt och är alltså helt naturlig. Man kan jämföra ympen med den bakteriekultur som krävs vid tillverkningen av yoghurt.



Utmana er med vår quiz!

HONUNGSKOLLEN.se



Ladda hem vår broschyr **Smakkompisar** och lär dig allt om honungens mångfald!

Vad är honung?



Hur använder du honung?

68 % använder honung som smaksättning i the och smoothies. Hur gör du? Varför inte prova något annat?

Honung består av ca 75 % sockerarter. Resterande är till största del vatten och en liten (ca 5%) andel enzymer, mineraler och vitaminer.

Honung tillverkas av bin och består till 100% av nektar från blommor eller honungsdagg (det klubbiga som sitter under blad på ex. lindar).

Honung består av ca 75% sockerarter (druvsocker och fruktsocker). Max 20% får bestå av vatten om det är äkta honung. Ca 5% utgörs av bland annat enzymer, mineralämnen, vitaminer, aminosyror och bakteriehämmande **ämnen**.

För att få kallas honung måste 100 % av honungens innehåll komma från binas nektar- eller dagginsamling. När det står "honung" på etiketten får burken enbart innehålla äkta och naturlig honung.



HONUNGSKOLLEN.se
Här hittar du information,
inspiration och nedladdningsbart material.



Vad kan jag göra?

Köp i första hand honung som är märkt med det land honungen kommer från. **Läs noga** på etiketten och innehållsförteckningen när du köper honung. **Titta efter** märkningar.

Äkta eller falsk?



Om det står **blandning av EU-honung** och **icke EU-honung** på förpackningen kan vi som konsumenter inte veta om honungen är äkta eller inte.