

Sai riconoscere il miele puro al 100%?

Quando acquistiamo il miele, dobbiamo essere consapevoli di volere un prodotto puro al 100% e soprattutto che non sia manipolato.

In linea di massima con una buona probabilità è acquistarlo da un apicoltore, ma quando lo acquistiamo in un negozio o al supermercato sappiamo che è da verificare ed ecco alcuni trucchetti infallibili per individuare il suo grado di integrità.

Parliamo di un alimento di alto valore biologico, un vero e proprio alleato per la nostra salute dalle infinite proprietà benefiche e nutritive. Stimola la memoria e la concentrazione, rilassa il sistema nervoso, protegge la flora intestinale. È perfetto come antinfiammatorio e antibatterico in caso mal di gola, può anche essere utilizzato all'interno di maschere fai da te come anti-age. Contiene antiossidanti molto potenti che sostengono le difese immunitarie. A patto, però, che le sue qualità non siano compromesse da aggiunte dubbie che possono virare la sua composizione organolettica.

È dunque importante saper riconoscere un miele contraffatto, dal momento che alcune ricerche hanno evidenziato che 80% dei mieli commercializzati non è puro.

Si seguito ecco alcuni esempi per poter verificare la purezza del miele:

Il primo consiste nel riempire un bicchiere di acqua e far scivolare al suo interno un cucchiaino di miele. Se è contraffatto si dissolverà, in caso di miele integrale, invece, resterà intatto.

In alternativa, potete provare anche con il test del fuoco. Immergete un cotton fioc nel barattolo, poi mettetelo a contatto con la fiamma di un accendino e se si incendia immediatamente è puro.

Oppure, mettetene una goccia su un cucchiaino, se sgocciola non è miele integrale, mentre se resta compatto, invece sì.

Ancora, c'è sempre la prova principale, ossia quella dispensa: un miele puro cristallizza, da qualsiasi tipologia di fiori derivi (tranne per l'acacia, che resta sempre liquido). Un miele alterato da altri ingredienti, invece, non cambia consistenza con il passare del tempo.

Se il vostro miele ha superato tutte queste prove, allora, potete essere certe che sia un prodotto di qualità, integro da contaminazioni, genuino e puro e diffidate dalle imitazioni.