

A mézről és a méhekről

Mézkóstoló és beszélgetés a gyerekekkel



A mai napon Európa sok országában méhészek látják vendégül a gyerekeket egy finom mézes reggelire. Szlovéniából indult ez a kezdeményezés, amelyhez mi, magyar méhészek is csatlakoztunk. Szeretnénk megosztani Veletek a tudásunkat és így személyesen találkozva Ti is kérdezhettek tőlünk.

Biztosan sokat tudtok már a mézről és a méhekről.

- *Tudjátok-e, miből és hogyan készült a méz, amit itt az üvegekben láttok?*

A mézet a virágokban termelődő **nektárból készítik** a méhek. Azok a növények, amelyeknek a megporzását a rovarok végzik, nektárt termelnek. Ez a finom, édes nedv a méhek eledele. Azért látogatják a virágzó növényeket, hogy táplálékot **gyűjtsenek: virágport és nektárt.**

A **szipókájukkal** szívják föl a nedvet, amit a **mézgyomrukban** elkülönítve szállítanak a kaptárba. A virágport is maguk szállítják, talán ezt láttátok is már... A lábukon van egy kitinszörökből álló **kosárka**, ebben viszik az összegyűjtött virágport.

Miközben az enivalójukat gyűjtik, nem is tudnak róla, hogy milyen fontos munkát is végeznek: **megporozzák a virágokat.** Nekik köszönhetjük, hogy sok növény virágából termés lesz. Az ő szorgos munkájuknak is köszönhetjük az almát, cseresznyét, barackot, epret, uborkát, paradicsomot és hosszasan sorolhatnánk még, mennyi mindent.

De térjünk most vissza a dolgozó méhecskéhez:

Amikor megtelt a mézgyomruk, akkor visszarepülnek az otthonukba a családjukhoz. A kaptárban a nektárt rákenik a viaszból készített hatszögletű sejtek falára. A kaptárban dolgozó méhek a nektárból elpárologtatják a felesleges vizet és folyamatosan sűrítik, átalakítják, enzimeket adnak hozzá, érlelik és méregtelenítik: mézzé alakítják.

A méz nagyszerű eledel lesz télire nekik: energiát ad és hűtés nélkül sem romlik meg.

De nem csupán a méhek tudják ezt...

Az ősember is felfedezte, hogy a méz micsoda finom csemege! Egyiptomban már gyógyításra, szépítkezésre is használták. Régóta ismerjük, hogy milyen jó hatással van az emberek szervezetére is.

- *Ti mikor és hogyan szoktatok mézet enni?*

A mézeskalács ideje közeleg, ennek a finomságnak a tésztáját is méz édesíti. A cukrászok szerint a napraforgóméz adja legszebb színt ehhez.

Ha gyulladt és fáj a torkunk, akkor segít a gyógyulásban. Kitűnő segítség ebben a hársméz egy finom hársfateával. Ilyenkor kipróbálhatjátok, hogy egy kis kanállal bevesztek a szátokba és hagyjátok, hogy lassan feloldódjon. Enyhíti a torokfájást, mert a méznek gyulladáscsökkentő hatása is van.

Rengeteg jó hatása van még: könnyen emészthető. Hamar erőre kapunk tőle, ha fáradtak vagyunk. Nyugtató hatású: az elalvásban segít este egy csésze langyos, mézes tej. Ha felhorzsoljátok a bőrötöket, azt is lehet mézzel bekenve gyógyítani.

- *Tudjátok-e, vajon minek köszönhetjük ezt a sok jó dolgot, amit elmondtunk róla? Hallottatok-e már arról, hogy miből áll a méz?*

Nem csupán cukor, hanem sokféle anyag keveréke. A legnagyobb része szénhidrát. A legfontosabb ezek közül a gyümölcs-cukor és a szőlőcukor. (Kisebb mennyiségben vannak benne még enzimek, ásványi anyagok, vitaminok, kalcium, vas, magnézium és egy kevés víz.) Ezért ha valami édességre vágytok, akkor sokkal jobban segítitek a testetek működését, ha cukor helyett mézet esztek.

- *Nézzük meg akkor most közelebbről is a mézet! Milyen mézről hallottatok már?*

Tiszta **fajtaméznek** azokat nevezzük, amelyeket egyféle virág növényéről gyűjtött nektárból készítenek. Ilyen például az akácméz, amit magyar különlegességként, Hungarikumként tartanak számon.

Ha többféle virágról gyűjtenek, akkor **vegyes virágméz** készül.

Figyeljétek meg a mézek színét!

Kóstoláskor lassan ízleljétek... ha jól figyeltek, akkor felfedezhetitek, hogy emlékeztet Benneteket valamire.

A végén döntsétek el, hogy melyik ízlett Nektek a legjobban.

Szavazni is fogtok a végén és megnézzük, hogy mi lesz ebben az évben a magyar gyerekek kedvence.