

Pravilno shranjevanje medu – odgovornost čebelarjev in potrošnikov

Zanimivo je, da so arheologi v staroegipčanskih grobnicah našli še vedno užiten med, star več kot 3.000 let. Kakovosten med je namreč eno redkih živil, ki se ob pravilnem shranjevanju praktično ne pokvari. Nizka vsebnosti vode, visoka vsebnosti sladkorja in naravne kisline ustvarijo okolje, v katerem se mikroorganizmi ne morejo razvijati. To dokazuje, da je med resnično brezčasen naravni zaklad, katerega trajnost in kakovost sta tudi odvisni predvsem od tega, kako skrbno ga hranimo.

Vendar vam priporočamo, da ne greste v lov za zakopanimi medovi pod piramidami ali zaprašenimi kozarci v gradovih, ampak se raje obrnite na naše pridne lokalne čebelarje, kjer ne boste dobili le užiten med, ampak tudi kakovosten. Dobra novica za vse ljubitelje medu je tudi, da so slovenski čebelarji v letošnjem letu pridelali večje količine. Kot smo že omenili, ima med zaradi svojih naravnih lastnosti zelo dolgo obstojnost, a se njegova kakovost s časom slabša, še posebej, če ga ne shranjujemo pravilno.

Nižja vsebnost vode in HMF ter višja vsebnost encimov pomenijo višjo kakovost medu. Eden od kazalnikov staranja medu je vsebnost spojine HMF (5-hidroksimetilfurfural), ki nastaja naravno, še hitreje pa ob segrevanju in pri skladiščenju na toplem. Višja vsebnost HMF-a ne pomeni, da je med pokvarjen ali nevaren za zdravje, ampak kaže na to, da izgublja del svoje kakovosti. Neustrezna toplotna obdelava in neustrezno ali dolgotrajno skladiščenje lahko povzročijo spremembo okusa in arome ter izgubo dragocenih encimov in vitaminov v medu.

V Sloveniji in Evropski uniji je količina HMF v medu zakonsko omejena. To pomeni, da so čebelarji zavezani, da med ne preseže določenih mej, za med, ki je vključen v evropske sheme kakovosti pa veljajo še strožja pravila. Na Čebelarski zvezi Slovenije v sklopu Javno svetovalne službe v čebelarstvu redno izvajamo analize za čebelarje, s katerimi skupaj skrbimo, da so te meje spoštovane in da je med, ki pride do potrošnika, kakovosten.

Čebelarji med po točenju shranjujejo v hladnem, suhem in temnem prostoru, v posodah, ki so namenjene za stik z žvili. Pazijo, da so posode dobro zaprte in zaščitene pred prahom ter insekti. Pred prodajo določijo tudi rok uporabnosti (»Uporabno najmanj do«), pri čemer upoštevajo, da potrošniki med najpogosteje hranijo na sobni temperaturi in ga ob kristalizaciji pogosto tudi segrevajo, da ga ponovno utekočinijo. Rok uporabnosti na kozarcu potrošniku pove, do kdaj bo med ohranil svojo kakovost, a med je pogosto užiten tudi po tem roku, če je bil pravilno shranjen.

Tudi vi doma pomembno vplivate na ohranjanje visoke kakovosti medu. Shranjujte ga v originalni embalaži, v temnem in hladnem prostoru, stran od direktne sončne svetlobe, štedilnika ali radiatorjev. Če med sčasoma kristalizira, to ni znak, da je pokvarjen. Nasprotno, kristalizacija je povsem naraven proces, ki ne vpliva na kakovost medu. Pri nekaterih tipih medu se kristalizacija pojavi prej, kot npr. cvetlični, gozdni, med oljne ogrščice, lipov; pri nekaterih pa se kristalizacija pojavi redkeje oz. sploh ne, kot npr. akacijev, kostanjev in smrekov. Če ga želite utekočiniti, ga segrejte v vodni kopeli pri najvišji temperaturi 40 °C. Le tako bo ohranil encime, vitamine, arome in druge dragocene lastnosti.

Pravilno skladiščenje medu ni le dobra praksa čebelarjev, ampak tudi odgovornost potrošnikov. S pravilnim ravnanjem lahko oboji pomembno vplivamo na to, da bo med dolgo ohranil svoje naravne lastnosti in biološko vrednost.

Boris Potočnik, svetovalec specialist za zagotavljanje varne hrane
Javno svetovalna služba v čebelarstvu na Čebelarski zvezi Slovenije

