



Thüringer Honig



Die Honigbienenhaltung - unschätzbar für eine intakte Umwelt

"Honig kann man importieren - Bestäubung nicht"

Im Altertum war der von den wildlebenden Bienen gesammelte Honig das "liebliche Mahl der Götter". Im Mittelalter genossen Imker, damals Zeidler genannt, als Lieferanten der wichtigen Rohstoffe Wachs und Honig hohes Ansehen und Sonderrechte. Sie waren beispielsweise vom Militärdienst befreit und durften Armbrüste tragen. Neben Honig als Süßungsmittel war das Bienenwachs für die Herstellung von Kerzen und anderen Produkten sehr begehrt. Honig wurde zu Honigwein (Met) vergoren, der bei den Germanen aufgrund seines Alkoholgehaltes und seiner anregenden Wirkung sehr beliebt war.

Auch Thüringen kann auf eine lange Tradition in der Honiggewinnung zurückblicken. Die ausgedehnten Waldgebiete wurden zur Gewinnung des Waldhonigs genutzt. Bedeutende Imker und Wissenschaftler aus Thüringen, insbesondere August von Berlepsch (Seebach bei Mühlhausen), Ferdinand Gerstung (Oßmannstedt) und August Ludwig (Jena), gaben der deutschen und internationalen Bienenhaltung und -zucht viele Impulse und werden liebevoll als die Thüringer Bienenväter bezeichnet.

Die Imker haben die Bienen in Ihre Obhut genommen. Sie nutzen nicht mehr die in Baumhöhlen lebenden Bienen, sondern halten sie in so genannten Beuten. Diese Bienenwohnungen sind meist aus Holz und transportabel. Der Imker kann mit den Beuten beliebig "wandern", d. h. er kann die Bienen zu lohnenden Honigtrachten und zu gezielter Bestäubung von Nutzpflanzen, wie z. B. Obst, Raps, Sonnenblumen u. a., bringen. Dadurch können köstliche Sortenhonige gewonnen werden.



Erst seit dem 19. Jahrhundert weiß man um die Bedeutung der Bienen bei der Pflanzenbestäubung. Viele Obstarten, Feldfrüchte und Wildpflanzen sind auf Fremdbestäubung angewiesen. Die Honigbiene nimmt dabei unter den Insekten eine Hauptrolle ein. Zur Erhaltung der Pflanzenvielfalt, aber auch zur Ertrags- und Qualitätsverbesserung bestimmter Arten leistet die Bienenhaltung einen unschätzbaren Beitrag. Bei Ihrer Sammeltätigkeit fliegen die Bienen bis zu fünf Kilometer weit und bestäuben Wild- und Nutzpflanzen. Der wirtschaftliche und ökologische Wert der Bestäubungsleistung übersteigt den des Honigertrages um ein Vielfaches.

Honig - Natur pur



Honig ist ein naturbelassenes Produkt, das durch den Imker ohne Zusätze oder verändernde Behandlungen gewonnen wird. Honig vom Imker ist eines der wenigen Lebensmittel, die ohne industrielle Bearbeitung zum Verbraucher gelangen.

Die Honigbiene gibt es seit Jahrtausenden. Durch ihre Sammelflüge bestäubt sie viele Pflanzenarten und sorgt somit für die Samenbildung und die Vermehrung der Pflanzen. "Belohnt" wird dies mit Blütenstaub (Pollen) und Nektar. Letzterer ist als zuckerhaltige Absonderung der Blüte die wichtigste Nahrungsquelle der Biene. Weiterhin sammeln die Bienen zuckerhaltige Sekrete von Blättern und anderen Pflanzenteilen, die man als Honigtau bezeichnet. Die Bienen reichern den Nektar und den Honigtau bereits beim Sammeln mit körpereigenen Sekreten an. Nach der Einlagerung in der Wabe werden während des Reifungsprozesses Fermente zugesetzt und Wasser entzogen. Abschließend wird die volle Wabenzelle durch die Bienen mit Wachs verschlossen.

Honig war bis vor rund 200 Jahren das einzige Süßungsmittel und stand in nur begrenzten Mengen zur Verfügung. Trotz des vielfältigen Angebots an Süßprodukten nimmt der Honig bis heute eine Sonderstellung ein. In Deutschland werden pro Kopf



Erika



Klee



Minze



Lindenblüte

und Jahr ca. 1,2 kg Honig verzehrt. Dazu müssen die Bienen ca. 4 - 6 Millionen Blüten anfliegen.

Der Käufer, der seinen Honig direkt beim Imker in Thüringen erwirbt, hat die Garantie höchster Qualität. Er weiß um die Herkunft seines Produktes und kann sich von dessen sachgemäßer Gewinnung überzeugen. Er kann beim Genuss des köstlichen Lebensmittels sicher sein, dass er ein naturbelassenes Erzeugnis der Honigbienen aus Thüringen verzehrt.



Fichten-
blüte

Inhaltsstoffe des Honigs

Im Honig sind insgesamt 180 verschiedene Substanzen nachgewiesen worden. Er setzt sich im Wesentlichen aus folgenden Inhaltsstoffen zusammen:

- ca. 38 % Fruchtzucker (Fructose)
- ca. 32 % Traubenzucker (Glukose)
- ca. 20 % Wasser
- ca. 5 % Mehrfachzucker
- ca. 5 % Vitamine (B₁, B₂, B₆, C, H)
- ca. 5 % Mineralstoffe (Kalium, Kalzium, Kupfer, Eisen, Natrium, Magnesium, Phosphor, Zink und weitere Spurenelemente)
- Aminosäuren (Prolin, Leucin, Phenylalanin, Alanin, Histidin, Isoleucin, Glutaminsäure, Arginin, Asparaginsäure u. a.)
- Organische Säuren
- Enzyme (Fermente)
- Aromastoffe
- Inhibine (antibakterielle Stoffe)
- Pollen

Die Anteile der Inhaltsstoffe variieren je nach Honigsorte.

Honiggewinnung - auch heute noch fast wie zu Omas Zeiten

Vor der Honiggewinnung muss der Imker die Wachsdeckelchen von den Wabenzellen mit einer speziellen Gabel entfernen. Dann wird der stockwarme und dünnflüssige Honig aus den Waben in einer Honigschleuder ausgeschleudert. Nach dem Sieben, Abschäumen und dem Rühren bis zum Beginn der Kristallisation folgt das Abfüllen in das Honigglas.



Die schonende Behandlung des unverfälschten Naturproduktes garantiert die ursprüngliche Qualität, mit welcher die Bienen den Honig durch ihren Sammeltrieb erzeugt haben. Dies bedeutet, dass der Imker das Naturprodukt Honig unverändert gewinnt. Es wird nichts entzogen und nichts hinzugefügt und die Inhaltsstoffe werden nicht durch äußere Einwirkungen geschädigt. Abweichend davon darf dem Honig durch Filtern der Pollen (Blütenstaub) entzogen werden. Dieser Honig ist als "gefilterter Honig" zu kennzeichnen. Das Schleudern erfolgt "stockwarm", das heißt, mit der Temperatur, welche im Bienenstock herrscht. Eine zusätzliche Erwärmung nimmt der Imker nicht

vor. Landläufig nennt das der Kunde "kalt geschleudert". Bei der Gewinnung des Honigs ist der Imker an die hohen Anforderungen der Leitlinie für eine gute Lebensmittelhygiene-Praxis und zur Durchführung betrieblicher Eigenkontrollen in landwirtschaftlichen Betrieben mit Direktvermarktung gebunden.

Flüssiger oder fester Honig?

Honig wird von Natur aus fest, er kristallisiert. Wie schnell das geschieht und wie fest der Honig wird, ist von der Honigsorte abhängig. Manche Honigsor-

ten werden innerhalb weniger Tage fest (z. B. Rapshonig), andere Sorten, wie z. B. Wald- und Robinienhonig (Akazienhonig) kristallisieren erst nach Monaten.

Fester Honig ist kein Qualitätsmangel. Der Imker kann den Kristallisierungsprozess nach dem Schleudern jedoch durch intensives Rühren des Honigs vermindern und erreicht dadurch eine bleibende streichfähige Konsistenz. Im Glas verfestigter Honig kann durch Erwärmung im Wasserbad auf maximal 40° C schonend verflüssigt werden. Höhere Temperaturen schaden den wertvollen Inhaltsstoffen.

Tipps zur Lagerung von Honig: Honig stets trocken, kühl und dunkel lagern, um die wertvollen Inhaltsstoffe zu erhalten. Das Honigglas sollte immer dicht verschlossen sein, da Honig leicht andere Gerüche und Feuchtigkeit anzieht. Honig kann so bis zu zwei Jahren ohne Qualitätseinbuße gelagert werden.



Thüringer Sortenhonige

Honig ist nicht gleich Honig. Je nach Pflanzenangebot und Witterungsverlauf tragen die Bienen unterschiedlich zusammengesetzten Nektar oder Honigtau ein und bereiten dadurch verschiedene Honige. Da sich Bienen auf eine ausgewählte Blütenart (Trachtquelle) einfliegen und spezialisieren, also "blütenstet" sind, kann es sogar sein, dass die Völker des gleichen Bienenstandes unterschiedliche Honige erzeugen. Die Honigsorte wird durch den Anteil des jeweiligen Pflanzenpollens im Honig, der mit dem Nektar eingetragen wird, bestimmt.

Bei einem großen Angebot der gleichen Pflanzenart (Massentracht) gibt es **Sortenhonig**. Dieser stammt überwiegend von der gleichen Trachtquelle. Thüringen bietet durch den großflächigen Anbau landwirtschaftlicher Kulturen dafür gute Voraussetzungen.

Häufig setzt sich der Honig allerdings aus dem Nektar mehrerer Pflanzenarten zusammen und lässt sich dadurch nicht einer speziellen Sorte zuordnen. Dann bezeichnet ihn der Imker als **Blütenhonig**.

Thüringer Sorten- und Blütenhonige zeichnen sich durch charakteristische Merkmale aus, die an einigen folgenden Beispielen erläutert werden:



Obstblütenhonig

weißlich bis gelblich, intensiv würzig aromatisch, schnell kristallisierend, fein bis mittel kristallin, streichfähig

Rapshonig

weiß, kräftig im Aroma, schnell kristallisierend, fein kristallin, streichfähig

Löwenzahnhonig

hellgelb bis gelb, hocharomatisch, fein kristallin, streichfähig

Lindenhonig

gelb bis beige, Aroma und Geschmack lindenblütentypisch, dünnflüssig, langsam kristallisierend, fein kristallin, streichfähig

Kleehonig

weißlich, süß aromatisch, länger flüssig bleibend, fein kristallin, streichfähig

Sonnenblumenhonig

leuchtend gelb, angenehmes schwach ausgeprägtes Aroma, ganz leicht säuerlich, etwas körnig kristallisierend, streichfähig

Blütenhonig

dunkelgelb bis hellbraun, aromatisch, je nach Herkunft unterschiedlich kristallisierend, streichfähig

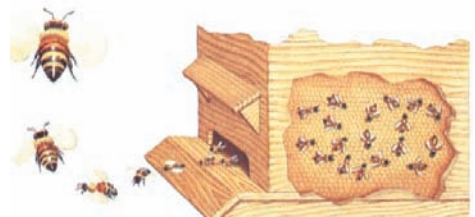
Waldblütenhonig (Himbeere)

hellbraun bis mittelbraun, mild und leicht malzig, fein bis mittel kristallisierend, streichfähig bis fest

Waldhonig (Honigtauhonig)

mittel-, rot- bis dunkelbraun, würzig-aromatisch (malzig), bleibt lange zähflüssig, langsam fein bis mittel kristallisierend

Honig auf jeden Tisch - Guten Appetit



Qualität des Thüringer Honigs - schon am Äußeren erkennbar



Die Thüringer Imker haben die Möglichkeit, für den in Thüringen geernteten Honig die Verleihung des **Qualitätszeichens "Geprüfte Qualität" - Thüringen** zu beantragen. Bei Erfüllung der geforderten Kriterien kann der Imker seinen Honig mit diesem Qualitätszeichen durch das entsprechende Zusatzeetikett (siehe Bild) auf dem Honigglass kennzeichnen.

Als Voraussetzung für die Verleihung des Qualitätszeichens "Geprüfte Qualität" - Thüringen für Honig gelten Güte- und Prüfbestimmungen, die durch das Thüringer Ministerium für Landwirtschaft, Naturschutz und Umwelt (TMLNU) erlassen wurden und sich an den Qualitätskriterien des gesetzlich geschützten Warenzeichens des Deutschen Imkerbundes e. V. (D.I.B.) orientieren.

Die in den Bestimmungen zu den Warenzeichen des Deutschen Imkerbundes e. V. festgelegten Qualitätsanforderungen an den Honig legen die Kriterien für "Echten Deutschen Honig" im Imkerhonigglass (Einheitsglas) des Deutschen Imkerbundes e. V. (siehe Gläser im Bild) fest und gehen über die gesetzlichen Anforderungen hinaus. Der im Einheitsglas abgefüllte Honig unterliegt einer Honigmarktkontrolle, die durch den D.I.B. in Zusammenarbeit mit der Centralen Marketing-Gesellschaft der deutschen Agrarwirtschaft mbH (CMA) durchgeführt wird.

Thüringer Imker, die ihren Honig in anderen Gläsern abfüllen und das Qualitätszeichen "Geprüfte Qualität" - Thüringen nutzen möchten, müssen die Einhaltung der Qualitätsanforderungen durch Laboruntersuchungen nachweisen.



Vielfältige Verwendung des Thüringer Honigs

Die zahlreichen Aromastoffe - es sind weit über 100 - verleihen dem Honig seinen charakteristischen Geschmack und Geruch und tragen zu seiner Beliebtheit bei. Aufgrund des Gehaltes an so genannten Einfachzuckern, welche direkt ins Blut gelangen, wird der Honig seit Jahrhunderten als natürliches Aufbau- und Stärkungsmittel geschätzt. Die im Honig enthaltenen Inhibine unterstützen den menschlichen Organismus bei der Abwehr von Infektionen.

Die Volksmedizin verwendet den Honig schon seit vielen Jahrhunderten auf mannigfaltige Weise. So hat man festgestellt, dass der Honig z. B. bei der Wundheilung pathogene Keime in ihrer Entwicklung hemmt und somit die Heilung beschleunigen kann. Die Heilung entzündlicher Magen- und Darmerkrankungen kann begünstigt werden. Allgemein ist die Verwendung von Honig in warmer Milch bei Erkältung und Entzündungen der Atemwege hilfreich.

Honig als Lebensmittel ist nicht nur als Brotaufstrich beliebt, sondern auch zunehmend zum Süßen und Aromatisieren von Speisen und Backwaren. Hierbei kann die höhere Süßkraft des Honigzuckers gegenüber der des Haushaltszuckers dem Verbraucher helfen, überflüssige Kalorien einzusparen (Lexikon Ernährung, 1991, Bettina Auermann). Der Honig verleiht den Speisen auf Grund seiner speziellen Aromastoffe eine pikante Note. So kann

Honig bei der Zubereitung von Salaten, Desserts, Müsli, Steaks, Gänsebraten, gedünsteten Forellen, Rührkuchen und Nusskranz oder anderen Kuchen Verwendung finden. Honig-Mixgetränke mit Milch sind kalt oder heiß köstlich.

Honig vergoren zu Honigwein (Met) ist auch heute noch ein beliebtes Getränk. Je nach verwendeter Honigsorte und -menge sowie dem Vergärungsgrad ist der Met trocken bis süß und mehr oder weniger honigbetont. Nach Zusatz von



Kohlensäure gewinnt man ein schaumwein-ähnliches, prickelndes und erfrischendes Getränk. Met genießt man je nach Jahreszeit kalt oder heiß.

Honig ist auch in vielen Kosmetika enthalten, wie Shampoo, Duschgel, Hautcreme, Seife, Masken, Packungen usw. In diesen Produkten ist oftmals ein weiteres wichtiges Bienenprodukt, das Wachs, enthalten, das außerdem zur Advents- und Weihnachtszeit in Form der Kerzen geschätzt ist.

Rezepte mit Honig

Ingwerkuchen

Rührteig mit Honig lässt sich sehr gut herstellen. So macht auch der Ingwerkuchen nicht allzu viel Arbeit, außerdem kann er gut einige Tage eher gebacken werden, als er gegessen werden soll. Einfach mit einer Plastikfolie leicht abdecken, so hält er sich recht gut.

Zutaten: 100 g kandierter Ingwer, 200 g Rosinen, 350 g Honig, 250 g Butter oder Margarine, 2 Eier, 500 g Mehl, 1 Päckchen Backpulver, 1 Prise Salz, 3 EL gemahlener Ingwer, 1 TL gemahlener Kardamom, 1/8 l Wasser, Backpapier

Zubereitung: Den Boden einer Springform mit Backpapier auslegen. Kandierten Ingwer fein würfeln, Rosinen leicht anfeuchten. Honig und Fett erwärmen und wieder abkühlen lassen. Mehl mit Backpulver, Salz und den Gewürzen sieben, die Honig-Fett-Masse zugeben, Ingwerwürfel und Rosinen untermischen. Den Teig in die Form füllen und glatt streichen. Etwa 45 Minuten backen (Elektro 180°C, Gas Stufe 2).

Tipp: Besonders gut schmeckt der Kuchen mit Sahne, unter die man etwas gemahlene Ingwer mischen kann.

Bunter Sauerkrautsalat

Sauerkraut gehört zu den im Winter beliebten Gemüsearten. Die Zutaten ergeben einen sehr schmackhaften Salat, der sich - zum Beispiel für ein Abendessen, aber auch einmal zum Mitnehmen für unterwegs - gut vorbereiten lässt.

Zutaten: 500 g Sauerkraut, 3 süß-saure Gurken, 1 Zwiebel, 1 kleine rote Paprikaschote, 200 g Emmentaler, 1 EL Honig, 3 EL Sahne, 1 Apfel

Zubereitung: Sauerkraut auflockern, eventuell etwas schneiden, Paprika, Käse und Gurken klein würfeln, alles zum Sauerkraut geben. Honig in der Sahne verrühren und gut mit dem Salat vermischen. Den Salat eine Stunde ziehen lassen, dann auch den Apfel würfeln und zugeben.

Tip: Wenn das Sauerkraut sehr trocken ist, einige Löffel Wasser, Apfelsaft oder Weiswein dazugeben. Zu dem bunten Sauerkrautsalat schmeckt besonders gut ein herzhaftes dunkles Brot oder auch knuspriges Weißbrot oder Brezel.

Wildsoße mit Rotwein

Zu einem Wildgericht gehört immer auch eine gute Soße. Die säuerlich-würzigen Zutaten wie Rotwein, Lorbeerblatt oder saure Sahne bekommen durch die süße Zutat Honig eine milde Ergänzung, die den Gesamtgeschmack deutlich verbessert.

Zutaten: 1 große Zwiebel, 1 EL Öl oder Schmalz, 2 Karotten, 1 Stück Sellerie, 400 g Hackfleisch vom Wild, 1 EL Mehl, 1/4 l Rotwein, 1/4 l Wasser, 1 Lorbeerblatt, 3 Nelken, 5 Wacholderbeeren, etwas Salz und Pfeffer, 2 TL Honig, 3 EL saure Sahne

Zubereitung: Zwiebel und Sellerie würfeln und im heißen Fett anbraten. Fleisch durch den Wolf drehen und mit braten, die Karotten reiben und ebenfalls zugeben, das Mehl darüber gießen, mit Salz und Pfeffer würzen, Lorbeerblatt, Nelken und Wacholderbeeren dazu geben, etwa 30 Minuten leicht kochen lassen. Lorbeerblatt, Nelken und Wacholderbeeren entfernen, mit Honig abschmecken, die saure Sahne unterrühren.

Tip: Die Wildsoße schmeckt sehr gut mit Nudeln oder Spätzle, dazu geröstete Semmelbrösel und einen Löffel eingemachte Preiselbeeren reichen.

Suchen Sie einen Imker in Ihrer Nähe? Melden Sie sich beim:

Landesverband Thüringer Imker e. V.

Ilmstraße 3 · 99425 Weimar · Tel. 03643/4920401 - 402 · Fax 4920403

E-Mail: lvthi@t-online.de · Internet: www.lvthi.de

Bärenfang

Bärenfang ist in Imkerkreisen ein wohlbekanntes Getränk, ein feiner Likör, der wenig Mühe in der Herstellung macht und immer ein beliebtes Geschenk ist - wenn man ihn nicht lieber selbst trinkt. Wer sich mit der Herstellung von Bärenfang vertraut macht, wird sicher auch den Quittenlikör und den Orangenlikör einmal versuchen.

Zutaten: 1/4 l Wasser, 1/4 l Weingeist (98 %), 1/4 l Honig

Zubereitung: Honig in Wasser auflösen, mit dem Weingeist mischen und alles zusammen in eine Flasche füllen, dicht verschließen. Die Anfangs trübe Lösung klärt sich nach zwei bis drei Wochen. Dann die Flüssigkeit vom Bodensatz abgießen, eventuell durch einen Kaffeefilter gießen. Längeres Stehen verbessert das Aroma. Der Alkoholgehalt beträgt etwa 33 % vol.

Tipp: Unterschiedliche Honigsorten ausprobieren, denn die Sorte hat einen wesentlichen Einfluss auf den Geschmack. Besonders gut schmeckt Bärenfang mit Frühjahrsblütenhonig, Sommertracht, Waldhonig und Heidehonig.

Quittenlikör

Zutaten: 125 ml Quittensaft (Quitten reiben und auspressen oder mit elektrischem Entsafter auspressen), 100 ml Wasser, 20 ml Zitronensaft, 250 ml Weingeist (98 %), 250 ml Honig

Zubereitung: Alle Zutaten mischen, sonst wie beim Bärenfang vorgehen. Der Alkoholgehalt beträgt etwa 33 % vol.

Orangenlikör

Zutaten: 1/4 l Wasser, 1/4 l Weingeist (98 %), 1/4 l Honig, Schale von 3 Orangen (unbehandelt), Saft von 1 Zitrone

Zubereitung: Das Gelbe der Orangenschale auf einem feinen Reibeisen abreiben. Wasser zum Kochen bringen, über die abgeriebene Orangenschale gießen. Likör entsprechend dem Bärenfang mit dem Orangenwasser ansetzen, die Schalen sollten einige Tage in der Flüssigkeit bleiben. Der Alkoholgehalt beträgt etwa 33 % vol.

Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit des Thüringer Ministeriums für Landwirtschaft, Naturschutz und Umwelt herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern während eines Wahlkampfes zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags- und Kommunalwahlen. Missbräuchlich ist insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken oder Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Landesregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Die genannten Beschränkungen gelten unabhängig davon, wann, auf welchem Weg und in welcher Anzahl diese Druckschrift dem Empfänger zugegangen ist. Den Parteien ist es jedoch gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.

Impressum

Herausgeber: Thüringer Ministerium für Landwirtschaft,
Naturschutz und Umwelt (TMLNU)
- Referat 16-Europa, Öffentlichkeitsarbeit -
Beethovenstraße 3
99096 Erfurt
Telefon: 03 61 / 3 79 99 21/9 22
Telefax: 03 61 / 3 79 99 50
<http://www.thueringen.de/tmlnu>
poststelle@tmlnu.thueringen.de

Bildautoren: Barbara Neumann, Erfurt
Atelier für Gestaltung Papenfuss, Weimar
Roland Dreßler, Weimar
Landesverband Thüringer Imker e.V., Jena

Gestaltung und Druck: Thüringer Druckhaus Gast & Frisch GmbH
Sophienstraße 55-57
99187 Eisenach

4. aktualisierte Auflage
Oktober 2007