



... non solo miele

Tanti sono i prodotti che le api producono. Il miele è sicuramente il più conosciuto, ma tante altre ricchezze si nascondono in un arnia. Vediamo di scoprire insieme quali sono questi prodotti e quali possono essere le loro proprietà ed i loro usi.

Il miele è prodotto dall'ape con le sostanze zuccherine che essa raccoglie in natura.

Le fonti di approvvigionamento sono il nettare, che è prodotto dalle piante da fiori (angiosperme), e la *melata*, che è un derivato della linfa degli alberi, che alcuni insetti come la metcalfa, trasformano la linfa delle piante trattenendone le *sostanze azotate* ed espellendo le sostanze zuccherine. Per le piante, il nettare serve ad attirare gli insetti impollinatori, allo scopo di assicurare la fecondazione dei fiori. La composizione dei nettari varia secondo le piante che li producono. Sono comunque tutti composti principalmente da zuccheri, come saccarosio, glucosio, fruttosio, maltosio, isomaltosio e acqua. Giunta nell'alveare, l'ape elabora il nettare, lo arricchisce delle sostanze che lo rendono un alimento, che deve poi essere disidratato per assicurarne la conservazione. Quando l'umidità del miele è ridotta ad una percentuale dal 17-18%, questo è maturo e viene quindi immagazzinato nelle cellette, sigillate con un sottile strato di cera ricco di propoli.





Miele

L'apicoltura offre mieli assai vari per origine, sapore e aspetto. Il miele è detto *uniflorale* se proviene prevalentemente da un'unica varietà di fiori. Sono detti invece *multiflorali* o *millefiori* quelli ottenuti da varie essenze primaverili, estive e di alta montagna; oppure *melata*, se ottenuti dalla linfa delle piante.

La **qualità del miele** dipende da alcuni fattori essenziali: la salubrità dell'ambiente, la situazione climatica, l'operosità delle api e la capacità dell'apicoltore. Infatti il miele è deposto dalle api nei favi con caratteristiche organolettiche ottimali che ne assicurano la perfetta conservazione, pertanto deve essere prelevato dall'apicoltore nel più breve e razionale modo possibile, con molta cura e meticolosità per non rovinare questo prodotto che vale più dell'oro ma che costa molto meno.

Ma non esiste solo il miele: vediamo quali sono gli altri prodotti.

Il **polline** è il seme maschile del fiore ed è raccolto dalle api per alimentare la covata, contiene moltissimi elementi nutrienti, tra cui vitamine, aminoacidi e sali minerali. Il polline rappresenta un alimento adatto ai convalescenti, ai bambini ed agli adulti inappetenti ed in generale a tutti coloro che desiderano sentirsi più in forma. Contiene naturalmente sostanze capaci di prevenire e trattare i disturbi alla prostata: assunto con regolarità, infatti, sfiamma efficacemente questa delicata ghiandola, secondo quanto riportato dalla bibliografia attuale. Il polline è per altro indicato come ricostituente e rinfrescante, nella dose di 10/15 gr. al giorno, preferibilmente al mattino. Ha funzioni antidepressive, combatte l'inappetenza; può anche essere diluito nel tè o nel latte, se gradito il floreale sapore del prodotto.



Polline

La **propoli** è una sostanza cerosa e resinosa di colore variabile dal giallo-bruno al marrone scuro, a volte quasi nera, di consistenza dura e pastosa a temperatura ambiente. Essa viene prodotta dalle api che prelevano le secrezioni resinose che ricoprono le gemme di alcuni alberi (soprattutto abeti, pioppi, querce, olmi, ippocastani, betulle e pini), cui vengono aggiunte, una volta all'interno dell'alveare, le sostanze enzimatiche. La propoli svolge una massiccia **azione antibatterica**, ma è anche antiossidante, vasoprotettiva ed immunostimolante, contiene sostanze minerali, aminoacidi, vitamine (A, C, B2, B5, acido folico e altre vitamine del gruppo B), polisaccaridi, terpeni, acidi uronici, acidi aromatici e flavonoidi. Il termine **propolis** potrebbe derivare dal greco antico *pro* (in difesa) e *polis* (città), facendo riferimento al fatto che le api utilizzano la propoli per chiudere le fessure dell'arnia e per impedirne l'accesso ai predatori, oppure dal latino: da *pro* (a favore di) e dal verbo *polire* (pulire), facendo riferimento alla funzione antisettica e igienizzante della propoli.



Propoli in polvere
e in soluzione
idroalcolica

La **pappa reale** è una sostanza prodotta dalle api nutrici. Costituisce l'unico alimento dell'ape regina per tutta la sua esistenza, ciò che le consente di vivere molto più a lungo (oltre 5 anni) di tutte le altre api (che vivono massimo 90 giorni), che vengono invece nutrite con Pappa Reale solo nei primi tre giorni di vita e in seguito miele; la regina, oltre a vivere molto più a lungo, è capace di produrre fino a 10.000 uova al giorno: questo dimostra l'enorme differenza di capacità e potenzialità, che l'ape regina acquisisce solo in forza della sua nutrizione, a base esclusivamente di Pappa Reale; infatti essa nasce dallo stesso uovo, da quale nascono tutte le api femmine. La Pappa Reale è forse il più "delicato" tonico-ricostituente fra i tonici naturali; infatti è adatta per bambini gracili, di salute cagionevole e con disturbi dell'appetito, anche se molto piccoli; per anziani, soggetti fortemente debilitati, donne in gravidanza e allattamento, ma anche per gli sportivi e gli studenti. È capace di aumentare la vitalità dell'organismo e lo stato di benessere psicofisico, è un ottimo ricostituente negli esaurimenti nervosi, facilita l'apprendimento, aiuta la memoria, regolarizza l'appetito e il tono dell'umore, e c'è oggi che la usa come cura per ferie, per godersela nel miglior modo possibile.



Pappa reale



Cera d'api

La **cera d'api** è uno dei prodotti tipici della attività della apicoltura. Le api la producono per creare i favi, oltre che per necessità fisiologiche. L'apicoltore recupera la cera prima della centrifugazione dei favi per l'estrazione del miele, estraendo una cera di ottima qualità in proporzione di 1,5 kg. ogni 100 kg. di miele estratto e dalla fusione dei favi vecchi. La cera d'api viene utilizzata per **lucidare mobili antichi**, per **realizzare candele** e manufatti ed ancora per usi di **cosmetica** e di **omeopatia** (con cera mista a resina di larice per i **mali reumatici**, **mal di schiena** e come **cicatrizzante**).

Con la cera si ottengono anche **vernici** tra cui la più famosa è quella di **Stradivari**.

Come è noto il celebre Stradivari la utilizzava per i suoi meravigliosi violini, le cui eccezionali qualità sonore sembrerebbero dipendere dal propoli, che rende il legno duro e squillante. Per produrla si scioglie la cera nell'olio di lino riscaldato a bagnomaria, quindi si aggiunge a freddo la tintura di propoli ed eventualmente il colore. Naturalmente per questo tipo di impiego la tintura di propoli si prepara sciogliendo i propoli in alcool etilico denaturato al posto di quello puro.



Vernice di Stradivari

Il **veleno d'ape** è utilizzato per curare affezioni reumatiche, artriti croniche, certe malattie infiammatorie e la sclerosi a placche. Il veleno è somministrato sulle zone da curare sia direttamente, attraverso punture d'ape, sia diluito. Va notato che, quando l'ape punge, il suo pungiglione resta conficcato nella pelle, e quando essa si ritira muore. Oggi si riesce ad estrarre il veleno dall'ape senza provocarne la morte. Il veleno d'ape è contenuto anche in diverse preparazioni - creme, lozioni, compresse, gocce - utilizzate nel trattamento dell'artrite, delle infiammazioni dei tendini, delle articolazioni e di affezioni cutanee.

L'**Idromele** è probabilmente la più antica bevanda alcolica, più antica della birra e del vino. Gli egiziani, i Greci e i Romani, 2000/5000 anni fa già producevano il così detto **vino di miele**. Per i Celti l'idromele era la **bevanda della socialità**, della ritualità. Numerosi sono poi i racconti ed i miti su questa bevanda Sacra. Spesso l'idromele è ritenuta la **bevanda degli Dei** che dona l'immortalità ed è concessa agli uomini, ma gli stessi Dei, per ottenerla, devono faticare ed ingegnarsi per sottrarla alle forze primordiali.



Veleno d'api

L'**aceto di miele** è ottenuto attraverso la fermentazione naturale alcoolica ed acetica del miele. Il processo completo di trasformazione tradizionale e lavorazione, dura più di un anno, il prodotto finito viene fatto decantare naturalmente, senza interventi di filtrazione meccanica, nè di pastorizzazione, nè di additivazione di sostanze stabilizzanti; ed infine, viene messo in bottiglia. Può essere assaporato come **condimento di verdure, carni, salse e preparati agrodolci**. Diluito in acqua e miele, servito freddo, diventa un **ottimo dissetante**. L'Ossimele dei greci, integratore salino degli atleti, era una miscela di aceto di miele e acqua di mare.

L'**acquavite di miele** è ottenuta dalla distillazione dell'idromele. Tutti i distillati possono avere varie gradazioni alcooliche, normalmente tra 28 e 45 gradi. Il colore può essere bianco o giallo a seconda se la stessa è stata invecchiata in botticelle di legno.

L'impollinazione: le api svolgono anche una funzione che vale molto di più di tutti i prodotti sopra elencati. Secondo uno studio della Comunità Europea, l'impollinazione dei fiori, che è l'origine dei frutti che mangiamo, ha un valore economico da 30 a 50 volte superiore a quello dei prodotti di un alveare.

Come avete potuto leggere, molte sono le ricchezze naturali che le api producono, ognuna con grandi proprietà, sia salutari che di utilizzo pratico;

Dal prossimo numero verrà approfondita la conoscenza dei prodotti che abbiamo illustrato e il loro svariato utilizzo, partendo ovviamente dal miele, con curiosità, utili informazioni e perché no, anche per suggerimenti utili a realizzare valide ricette in cucina.

Le informazioni a carattere medico sopra riportate, hanno solo un fine illustrativo: non sono riferibili né a prescrizioni né a consigli medici.

Nel caso di idoneo utilizzo si consiglia in ogni caso di consultare il proprio medico.



Distillato di miele

Idromele

Aceto di miele

Si ringrazia



di Botticino Mattina (Bs),
tel. 030 2693284

www.apiculturasampi.it,
per la disponibilità
e la collaborazione prestate
nella realizzazione

del servizio fotografico eseguito
presso la sede dell'azienda.