

## ΤΟ ΠΡΟΪΟΝ ΤΗΣ ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΑΣ

# ΜΕΛΙ: Η ΠΟΛΥΤΙΜΟΤΕΡΗ ΤΡΟΦΗ Η ΠΕΡΙΕΚΤΙΚΟΤΗΣ ΤΟΥ ΕΙΣ ΣΑΚΧΑΡΟΝ

Τοῦ κ. ΣΠ. ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΥ, χημικοῦ

Ἡ ἀξία τοῦ μέλιτος ὡς πολυτίμου τροφίμου ἐγκείται κατὰ κύριον λόγον εἰς τὴν μεγάλην περιεκτικότητά του εἰς σάκχαρα (ὕδατάνθρακες).

100 γραμμάρια μέλιτος περιέχουν κατὰ μέσον ὄρον:

Ἐξ ὕδατος 20 γραμμάρια.

Ἰμβροτοσάκχαρον (γλυκόζη-φρουκτόζη) 70—80 γραμ.

Καλαμοσάκχαρον (κοινὴ σάκχαρις) 5 γραμ.

Ὄργανικά ὀξεῖα 0,1—0,2%.

Ἀζωτοῦχοι ἐνώσεις (λευκώματα) ἄνω τοῦ 0,35%.

Τέφρα 0,1—0,35%.

Ἰχνη βιταμινῶν Α (ἀντιξηροφθάλμικη καὶ ἀναπιτύξεως).

Ἐλαχίστη ποσότητα βιταμίνης C (ἀντισκορβουτική).

Τὰ 80% δηλαδή τοῦ βάρους εἶναι σάκχαρα, καὶ μάλιστα ὑπὸ τὴν μορφήν τοῦ σταφυλοσακχάρου (γλυκόζης) καὶ ὀπωροσακχάρου (φρουκτόζης) τὰ ὁποῖα εἶναι ἀμέσως ἀφομοιώσιμα ἀπὸ τὸν ὄργανισμόν μὲ συνέπειαν νὰ μὴ χρειάζεται τὸ ὕδροχλωρικόν ὀξύ τοῦ στομάχου, οὔτε οἱ ζυμομόκητες τοῦ ἐντέρου διὰ τὴν πέψιν τῶν σακχάρων τούτων. Ὅτιω ἢ πέψις γίνεται εὐκολώτερα ἐπειδὴ δὲ περιέχει καὶ ἐλάχιστα συστατικά τὰ ὁποῖα δὲν πέπτονται ἀπὸ τὸν ὄργανισμόν, διευκολύνεται κατὰ πολὺ ἡ ἐργασία τοῦ στομάχου καὶ τοῦ ἐντέρου, ἢ πέψις γίνεται τα-

χύτερα καὶ ἐπομένως ἡ ἀφομοίωσις τῶν χορηγούμενων μετὰ τοῦ μέλιτος τροφῶν εἰς τὸν ὄργανισμόν καλλιτέρα.

Ἐκτὸς τοῦ σακχάρου τὸ μέλι περιέχει μικρὰς ποσότητας λευκώματος (πρωτεΐνης) ὡς καὶ ἀνόργανα συστατικά (ἄλατα) τὰ ὁποῖα ἀποτελοῦν τοὺς οἰκοδομικοὺς λίθους τοῦ ὄργανισμοῦ.

400 γραμμάρια μέλιτος παρέχουν 400 θερμίδες, ἤτοι τετραπλασίας τῆς ἴσης ποσότητος γάλακτος.

Ἡ περιεκτικότης εἰς βιταμίνας τοῦ μέλιτος ὡς ἀνωτέρω ἐμφαίνεται εἶναι ἐλάχιστη μὲ συνέπειαν νὰ μὴ θεωροῦται τὸ μέλι ὡς πηγὴ βιταμινῶν.

Τὸ χρώμα τοῦ μέλιτος ἐξαρτᾶται ἀπὸ τὰ ἄνθη ἀπὸ τὰ ὁποῖα λαμβάνεται τὸ νέκταρ, σκοουραίνει δὲ ὅσον πλησιάζει τὸ φθινόπωρον.

Τὸ ἄρωμα καὶ ἡ γεῦσις τοῦ μέλιτος ἐπίσης εἶναι συνάρτησις τοῦ ἄνθους ἀπὸ τὸ ὁποῖον λαμβάνεται τὸ νέκταρ, ἐξ οὗ καὶ ἔχομεν διάφορες ποιότητες μέλιτος.

Πρέπει νὰ τονισθῇ ἰδιαίτερος ἡ ἀντισηπτικὴ (μικροβιοκτόνος) δράσις τοῦ μέλιτος, ἡ ὁποία ὀφείλεται εἰς τὸ ὅτι δὲν ἐπιτρέπει λόγῳ τῆς μεγάλης περιεκτικότητος εἰς σάκχαρα καὶ τῆς δξύτητός του τὴν ἀνάπτυξιν μικροβίων. Ἡ ἀντισηπτικὴ αὐτὴ δράσις τοῦ μέλιτος ἦτο γνωστὴ ἀπὸ τὴν ἀρχαῖότητα ὁπότε ἐχορηγοῦντο διὰ τὴν