



# Le miel

## Tout savoir sur le miel

Pour fabriquer un kilo de miel, les abeilles doivent parcourir une distance égale à plusieurs fois le tour de la Terre. Mais le nectar récolté n'est pas encore du miel. Jusqu'à l'obtention de l'or liquide, il faut qu'il passe par l'estomac de plusieurs abeilles.

### Le travail de la butineuse

Les abeilles butineuses ont en charge l'approvisionnement de la ruche. Une fois posée sur une plante à fleurs (angiospermes), l'abeille en écarte les pétales, plonge sa tête à l'intérieur, allonge sa langue et aspire le nectar qu'elle stocke provisoirement dans son jabot. Du fait de leur anatomie et en particulier de la longueur de leur langue, les abeilles ne peuvent récolter le nectar que sur certaines fleurs, qui sont dites alors mellifères. Le nectar des fleurs a pour fonction d'attirer les insectes pollinisateurs, qui assurent ainsi leur fécondation.

Les abeilles peuvent aussi récolter du miellat, excrétion produite par des insectes suceurs comme le puceron, la cochenille ou le metcalfa à partir de la sève des arbres. Il sera utilisé de la même façon que le nectar de fleur (c'est ce produit de base qui est notamment utilisé pour élaborer le miel de sapin).

L'élaboration du miel commence dans le jabot de l'ouvrière, pendant son vol de retour vers la ruche. L'invertase, une enzyme de la famille des diastases, est ajoutée, dans le jabot, au nectar. Il se produit alors une réaction chimique, l'hydrolyse du saccharose qui donne du glucose et du fructose.

Arrivée dans la ruche, l'abeille butineuse régurgite le nectar à une receveuse (prophallaxie), qui, à son tour, régurgitera et ré-ingurgitera ce nectar riche en eau, en le mêlant à de la salive et à des sucs digestifs, ayant pour effet de compléter le processus de digestion des sucres. Une fois stocké dans les alvéoles, le miel est déshydraté par une ventilation longue et énergique de la part précisément des ouvrières ventileuses. Parvenu à maturité, le miel a une durée de conservation extrêmement longue.

### Composition du miel :

IL est composé de glucides (sucres) en grande quantité : 78 à 80 %. Mais également d'eau, de protides, de sels minéraux, de lipides, et d'autres composés organiques.

### La santé par le miel :

Le miel est un antibiotique naturel. Du miel dans une tasse de lait chaud ou tisane aide si l'on a un rhume, une toux ou un refroidissement. Dissous dans de l'eau chaude, il est également adapté pour se gargariser. Il devient énergisant en cas de fatigue ou de baisse de tonus car il amène le sucre du raisin ou des fruits directement et rapidement au cerveau et au cœur.

Certaines personnes l'appellent «le baume des nerfs».