



Beim Bio-Imker geht's der Bienenkönigin gut: Hier werden ihr nicht die Flügel gestutzt.

Süße Medizin

Bei den Ägyptern galt Honig als Speise der Götter, für die Griechen war er Quelle der Muse und Weisheit, aber auch der Gesundheit und eines langen Lebens. In unserer Zeit suchen wir Beweise und runzeln ein wenig skeptisch die Stirn. Und doch traut beinahe jeder der goldenen Köstlichkeit mehr zu, als nur gut zu schmecken.

Auf den ersten chemischen Blick scheint Honig nicht viel mehr zu sein als eine Lösung von viel Zucker (80 Prozent) in wenig Wasser (17 Prozent). Die restlichen 3 Prozent aber – ein Gemisch aus Pflanzensäften und körpereigenen Substanzen der Bienen – haben es in sich. Mehr als 125 Inhaltsstoffe, darunter Enzyme, Vitamine, Mineral- und Aromastoffe, verbinden sich zu einem komplexen Cocktail. Je nach aufgesuchten Blüten verfügt jeder Honig über ein einzigartiges Aroma, das man im Gegensatz zu einer Zuckerlösung auch riecht. So ist für ein ganzheitliches Genusserelebnis gesorgt, das vom Mild-Blumigen des Rapses bis zum Herb-Würzigen der Kastanien variieren kann.

Dass Honig damit das Zeug zu viel mehr hat als bloß zu einem Brot-aufstrich, scheint offensichtlich. Ob in Suppen, Vinaigrette oder auch in der Fleischmarinade: Mit ein wenig Fantasie lässt sich mit Honig vieles verfeinern.

Honig schmeckt nach mehr – deswegen braucht man weniger davon

In der Lebzelterei wird Honig gerne verwendet, bei anderem Gebäck vertrauen viele lieber auf Zucker. In der Bio-Bäckerei Waldherr wird von Topfenkolatschen bis hin zu Torten alles mit Honig gebacken. „In der Regel kann man bei einem Rezept 20 bis 30 Prozent weniger Honig verwenden, als Zucker dafür

vorgesehen wäre“, erklärt Clemens Waldherr. Wenn viele Skeptiker den Vorteil von Honig gegenüber Zucker auch anzweifeln: Dass man davon einfach weniger braucht, um den gleichen Süßungseffekt zu erzielen, ist nur einer der großen Pluspunkte.

Mehr als die Summe der einzelnen Teile

Kritiker sind der Meinung, dass Inhaltsstoffe wie Vitamine und Mineralstoffe im Honig in zu geringer Konzentration vorliegen, um einen Zusatznutzen zu erbringen. Isoliert betrachtet erscheinen die einzelnen Mengen wirklich nicht beeindruckend. 100g Honig enthalten gerade einmal sechs Prozent der empfohlenen Tagesration an Vita-



min B2. Doch bekanntlich ist das Ganze mehr als die Summe der einzelnen Teile. So ist noch lange nicht erforscht, ob nicht die einzigartige Kombination auch geringe Mengen der Inhaltsstoffe ernährungsphysiologisch wertvoll macht.

Medizin aus dem Bienenstock

Auch die medizinische Wirkung des Honigs wurde lange belächelt. Mittlerweile zeigten Studien, dass er sehr effektiv in der Heilung chronischer Wunden wirkt. Und zwar auch oder gerade dann, wenn Antibiotika versagen.

Angesichts dieser Tatsachen wird nun an allen Ecken und Enden des Bienenstocks geforscht: Bienengift soll künftig in der Rheumatherapie eingesetzt werden, Honiglösungen zum Inhalieren bei Diabetes. Und auch Propolis, Gelee Royal und den Blütenpollen versucht man ihre Geheimnisse abzurufen.

Von Bienen und Blumen

Am Bio-Honigstand von Christoph Zahlingen auf der Wiener Freyung sind die Kunden verblüfft: Um die Honigwaben, die er verkauft, schwirrt und summt es fröhlich. „In der Stadt gibt es Bienen?“ Wenn man darüber nachdenkt, erscheint es logisch: Blumen und Bäume gibt

es ja auch. Und etwa 80 Prozent der Blütenpflanzen sind auf die Bestäubung durch Bienen angewiesen. Da trifft es sich gut, dass diese etwa 3.000 Blüten besuchen, um nur ein Gramm Honig zu erzeugen.

Hierin besteht aber leider auch die große Gefahr durch gentechnisch veränderte Pflanzen (GVOs). Denn mit dem Fleiß der Bienen wird das neue, bestimmt nicht überall erwünschte Erbgut schnell verbreitet. Es kommt zu Auskreuzungen mit Wild- und Nutzpflanzen. So drohen die geflügelten Helfer unverschuldet zu gefürchteten „Verunreinigern“ zu werden. Bio-Imker Zahlingen ist daher überzeugt, dass ein „friedliches Nebeneinander“ von Gentechnik und Bio-Landbau nicht möglich sein kann. Über die Pollen können GMOs sogar im Honig nachgewiesen werden – wie Beispiele aus Kanada bereits gezeigt haben.

Honig wird nun seit über 10.000 Jahren genutzt und er gibt der Forschung immer noch Rätsel auf. Über die teils verbreitete Ansicht, alle Konsequenzen der Gentechnik bereits abschätzen zu können, würde vermutlich so mancher im alten Ägypten oder im antiken Griechenland skeptisch die Stirn runzeln.

Viktoria Scherrer

Was Bio-Honig ausmacht

Bienen fliegen natürlich nicht nur Bio-zertifizierte Blüten an. Wie kann Honig dann Bio sein? „Der Imker macht den Unterschied!“, erklärt Bio-Imker DI Dietmar Niessner:

- Keine synthetischen Mittel bei der Schädlingsbekämpfung: Parasiten wie die Varroa-Milbe stellen eine große Bedrohung für Bienenvölker dar. Synthetische Bekämpfungsmittel gegen diese Schädlinge reichern sich im Bienenwachs an und können auch den Honig belasten. Bio-Imker verwenden nur biologische Säuren und ätherische Öle.
- Sauberes Wachs – sauberer Honig: Für Bio-Imker ist auch eine Wachsuntersuchung verpflichtend. So wird sichergestellt, dass Bio-Honig nur in reinem, unbelastetem Bienenwachs gelagert wird.
- Kein Flügelstutzen der Königin: Um zu verhindern, dass ein Schwarm mit seiner Königin „abschwärmt“, wird bei einigen konventionellen Imkereien der Königin ein Flügel gestutzt. Im biologischen Landbau ist das Verstümmeln von Tieren generell verboten.
- Artgerechte Beuten („Bienenwohnungen“): Keine Styroporbeuten und Plastikwaben. Die Bienen müssen ihrem Trieb, Waben zu bauen, nachgehen können.
- Natürlicher Holzschutz bei den Beuten: durch Pflanzenöle, Auro-Farben oder ähnliche unbedenkliche Produkte.
- Keine chemisch-synthetischen Reinigungsmittel: Bio-Imker reinigen mittels Dampf, Abschaben oder Abflammen.
- Mindestabstände zu konventionellen Intensivkulturen: Tatsächlich versuchen Bio-Imker sogar, die Blütenauswahl der Bienen durch gewisse Mindestabstände zu beeinflussen.

