

# 蜂蜜哪种好 蜂蜜 汉都文化

产品名称	蜂蜜哪种好 蜂蜜 汉都文化
公司名称	南阳汉都文化传播有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	河南省南阳市宛城区孔明南路建业凯旋广场凯旋中心
联系电话	15303776153 15303776153

## 产品详情

### 糖尿病人吃蜂蜜等于自杀？

蜂蜜在生活中无处不在，比如肠道不通畅的时候，可以喝一杯蜂蜜。早餐的时候面包配蜂蜜，或者用蜂蜜煲汤、煮粥；女生用蜂蜜来制作面膜，保养自己的皮肤……蜂蜜在我们心中就是“甜食”的代名词，很多人说人吃蜂蜜等于，那到底这一说法是不是正确的呢？

#### 一、营养论述

人吃蜂蜜等于的说法是不严谨的，蜂蜜，事实上的根本原因是人体无法正常代谢糖分，终导致血液中大量的糖分随尿液排出而形成，也就是说在血糖未得到控制时喝蜂蜜可能会使血糖进一步升高，什么蜂蜜好，但若血糖已得到控制则可在医生的指导下少量喝些蜂蜜来补充营养。

#### 二、适量食用

在血糖得到控制时适量喝一些蜂蜜是有助于身体健康的，因为蜂蜜中除了含有我们的熟知的果糖等物质，还有矿物质、维生素、氨基酸等对人体有益处的营养物质，这些物质可以让患者提高抵抗力，增强患者的体质。

#### 三、过量食用

任何事物都切忌过量，蜂蜜也是如此，虽然蜂蜜与并没有直接的关联，蜂蜜哪种好，但是长期过量吃蜂蜜是会增加患上的几率。因为蜂蜜中富含单糖，食用过多久而久之单糖就会在体内转化为脂肪，因此长期过量吃蜂蜜是不可取的，如果需要可以每天保持适量的运动来保证身体的代谢循环。

蜂巢蜜到底可不可以造假？怎么选可以买到安心的产品？

## 一、蜂巢蜜造假方法有很多，而且成本也还好

1、造假情节轻微：这一类倒还好，并没有什么添加剂，也是蜂巢蜜，但是选用的是不封盖的蜂蜜制作成的。不封盖的蜂蜜通俗来说就是没有酿制好的，还不成熟，营养成分不完整，但是没有什么别的添加，如果品质达到标准的话，它充其量只能算是以次充好，不能算是造假，毕竟人家还是用的蜂巢蜜做成的。

2、造假情节严重：现如今蜂巢蜜特别受欢迎，几乎是达到了供不应求的局面，所以这一行业利润很大，这块市场也正在不断被挖掘。像是夏天等花源丰富的时候还好，但是像一些不太丰富的季节怎么办呢，人们就开始给蜜蜂喂食蔗糖，让蜜蜂能够在花源不丰富的时候也能够量产，虽然外观一样，但是这完全对身体就没有好处了。

3、造假情节恶劣：如果说前两类起码还有蜂巢和蜂蜜的存在，那这一种完全就是人工意义上的造假，没有任何蜂蜜的添加，仅仅只是人工培育出假的蜂巢蜜，当然这种在市场上也是比较少见的，但也不乏有人去做。

## 二、如何区分真假蜂巢蜜

1、首先是味道：真正的蜂巢蜜吃起来并不像商家说的那样香甜可口，丝滑诱人，而是齁甜齁甜的，有时候还带着一点点特殊的腥味。蜂巢蜜就是没有经过分离的原蜜，所以香甜是不可能的，正常吃蜂蜜都会觉得甜，更何况这样大口嚼着吃的蜂巢蜜。

2、其次是观察：通过巢蜜表面的颜色，和巢蜜盒边缘状态来判断真假。由于巢蜜酿造周期长，很多巢蜜盒的边缘会被附着蜂胶，封盖的颜色也会加深变成黄褐色，这恰恰代表了岁月的痕迹，所以这种巢蜜并不是质量不好，蜂蜜有哪些好，反而更靠谱。

接下来我们来看看市场上常见的假蜂蜜该如何鉴别。

### 一、白糖勾兑的蜂蜜

现在很多商会选择使用明矾、白糖和酱油来勾兑蜂蜜，这样制作出来的蜂蜜价格十分低廉，还可以根据酱油来调节蜂蜜的颜色。但是如果勾兑的含量过高，蜂蜜厂家和消费者都可以检测出来，所以这些商只会勾兑一部分。

另外还有一种情况是针对专业养殖户和职业养蜂人来说的，在冬天没有蜜源的情况下，他们或多或少地会使用白糖作为蜜蜂越冬的饲料，蜜蜂会将白糖储存起来以供冬天消耗。

### 二、果葡糖浆直接冒充或者勾兑蜂蜜

用果葡糖浆勾兑的人工蜂蜜比白糖还要便宜，这也使这种勾兑方法成为了市场上常见的假蜂蜜。果葡糖浆是一种澄澈透明的黏稠、无色糖浆，一小麦、大米、玉米的淀粉为原料，经过脱色、分离精制后转化为果糖。

果糖浆和天然的蜂蜜相似度极高，这就给鉴别带来了一定的难度。可以通过看、闻、尝等方式来鉴别。

#### 1、看气泡

天然的蜂蜜经过摇晃会产生气泡，在上层和蜂蜜间都有而且比较均匀、持久不消。而加工过的蜂蜜只会有少量的气泡，甚至没有气泡。

## 2、看颜色

真的蜂蜜成分比较复杂，往往不会那么透亮，而假蜂蜜的色泽鲜艳、非常透明。

## 3、闻味道

真的蜂蜜会有花香味，不会跟假蜂蜜一样有酸味、化学味等。

## 4、尝味道

真的蜂蜜比较浓，味道比较纯正，而且甜味会比较持久，也不会太甜。而假蜂蜜的蜜味很淡，吃下去只能感觉到甜味。

蜂蜜哪种好-蜂蜜-汉都文化(查看)由南阳汉都文化传播有限公司提供。南阳汉都文化传播有限公司(www.tfengmi.com)实力雄厚，信誉可靠，在河南南阳的蜜制品等行业积累了大批忠诚的客户。公司精益求精的工作态度和不断的完善创新理念将引领汉都文化和您携手步入辉煌，共创美好未来！同时本公司(www.tfengmi.com)还是从事蜂蜜，土蜂蜜，真蜂蜜的厂家，欢迎来电咨询。