



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## GERÇEK BAL NASIL ANLAŞILIR?

Sofralarımızın baş tacı olan bal, vücudumuz için de tam bir şifa kaynağı. Doğanın mucizesi arıların bir gram bal üretebilmeleri için, 4 binden fazla çiçekten nektar topladıkları biliniyor. Aynı zamanda ne kadar zaman geçerse geçsin balın hiç bozulmadığı da bilinenler arasında. Ancak son yıllarda yaşamımızda birçok şeyde olduğu gibi balın da doğallığında bozulmalar meydana gelmiştir.

Hakiki bal bulmak giderek zorlaşmaktadır. Sağlığımız açısından balın doğal olması çok önemlidir. Tabii ki doğal balın kendine ait özellikleri bulunmaktadır. Bu özellikler çeşitli yöntemlerle test edilebilir. Peki, gerçek bal nasıl anlaşılır? Tükettiğimiz balın gerçek mi, sahte mi olduğunu nasıl ayırt ederiz? Doğal balın özellikleri nelerdir? Balı akıttığınızda eğer kesintisiz olarak akıyorsa balınız doğaldır. Katkılı bal kesik kesik akar ve tamamen akışkan değildir.

Gerçek bal soğuk havada donar. Özellikle bal bulunduğu kabin tabanında donma yapar. Ancak katkılı bal soğuk havada donma yapmaz.

Balın doğallığından emin olmak için diğer bir yöntem yanma testidir. Balı yakmaya çalıştığınızda yanıyor sa doğal baldır. Doğal bal yanar ama katkılı ballar genellikle yanmaz.

Bal özellikle uzun süre beklediğinde kristalize olur. Buna şekerlenme denir. Buzdolabınızda beklettiğiniz bal yaklaşık 30 gün sonra tereyağı kıvamına gelip kristalize oluyorsa doğaldır. Bilinenin aksine doğal bal şekerleme yapar. Ancak hiçbir değişiklik göstermeden ilk günkü kıvamda ve görüntüde duruyorsa muhtemelen balınız sahtedir.

Bir bardak ılık suya bir kaşık bal ekleyin. Eğer bal su içerisinde çözünmüyorsa doğaldır. Katkılı bal su içerisinde çözünmeye başlayacaktır.

Balı bir kağıt havlu üzerine döktüğünüzde eğer kağıt havlu balı emiyorsa balınız katkılıdır. Çünkü doğal bal kağıt havlu tarafından emilmez.

Doğal bal biraz fazla yenildiğinde genzi yakar. Yedikten sonra ortalama 20 saniye içinde, tadını damağınızda hissedersiniz. Eğer genzinizi yakmıyor ve tadı damağınızda kalmıyorsa muhtemelen balınız katkılıdır.

Doğal balı kokladığınızda herhangi bir koku almazsınız. Eğer net bir koku alıyorsanız balınız gerçek bal değildir. Doğal balın rengi çok açık olmaz. Biraz daha koyu bir renktedir. Sahte balın ise genellikle rengi daha açıktır.

Herhangi bir markanın balını aldığınızda içindekiler kısmına mutlaka bakmalısınız. Eğer glikoz, glikoz şurubu, şeker gibi maddeler yer alıyorsa bu katkılı bir baldır. Ayrıca ürünün gerekli onay ve sertifika almış olmasına da dikkat etmelisiniz.

