

Sittande provning steg för steg

- Samla gärna dina gäster stående med ett glas äppelmust eller annan naturlig dryck.
- Visa de medverkande till bords och berätta lite om dig själv och er bigård.
- Berätta om de verktyg som finns framför dem. Provningsschema, smakhjul mm.
- Berätta vad honung är grundläggande, och varför sorthonung smakar så olika.
- Berätta hur provningen ska gå till och hur gästerna ska använda sina sinnen.
- Prova en sort i taget. Börja med att fylla i schemat tillsammans. Tipsa deltagarna om ord för smak och doft. Titta på Smakhjulet.
- Visa vad de fått prova, en i taget eller alla samtidigt på slutet, det väljer du.

- Frågor på det. Avslutning.

Checklista till provning

- 3-5 sorters honung
- skedar och assietter
- provningsschema, se Honungskollen.se
- smakhjul, se Honungskollen.se
- papper och penna
- vatten
- gurka eller äpple
- olika råvaror att dofta på
- bilder på pollineringsväxter eller riktiga växter
- olika ostar



ÄPPELBLOM



MJÖLKÖRT



MASKROS



BLÅBÄR



SKOGSHONUNG



LINGON



BOVETE



VITKLÖVER



LJUNG



HALLON



RAPS



LIND



Konsten att prova honung

Inspiration, sensorik och praktik
med Malin Landqvist, matkreatör och sommelier

Med inspirerande och förberedda provningar kan biodlare höja värdet på svensk honung och visa på bredden av smaker som våra sorthonungar erbjuder.

Vi sprider kunskap om de olika dragväxterna, om säsong och plats.



svenskabin.se

Vad ska man tänka på när man håller provning?

Förbered en trevlig plats, vare sig det är en sittande, uppdukad provning eller en enklare variant. En attraktiv miljö skapar nyfikenhet. Gör det inbjudande! Lägg gärna fram lite färska växter som bin tycker om att hämta nektar och pollen från. Om det inte är säsong kan man visa bilder. Kopplingen mellan blommorna och bina är alltid fascinerande och där kan man också peka på det viktiga pollineringsarbetet som honungsbina utför.

Förslag på provningar:

Enkel honungsprovning

20–30 minuter med 3–5 olika sorters honung. Ställ fram skedar så att de medverkande kan ta lite honung själva direkt ur burken. Skriv gärna ut smakhjul från honungskollen.se.

Honungsprovning med växttema

20–30 minuter med 3–5 olika sorter honung. Samma upplägg som till enkel provning men med färska växter och/eller bilder på de växter som bina pollinerat på. Dofta, smaka och försök att para ihop rätt honung med rätt växt. Ge de medverkande tips på smakord typiska för respektive sorthonung.

Ost- och honungsprovning

20–45 minuter med 3–5 olika sorters honung samt 2–3 ostar. Vilken honung passar till vilken sorts ost? Smakar en rapshonung likadant ihop med en bit parmesan som med en krämig getost?

Sittande honungsprovning

Cirka 1 timmes provning med runt 5 sorters honung i glas eller burkar. Blindprovning där de medverkande får veta honungssorter på slutet. Provningschema att fylla i. Börja gärna med att berätta vad honung är. Gå tillsammans igenom honung för honung enligt provningsschemat. Dra slutsatser tillsammans och visa sedan vad de smakat på.

Alla har ett förhållande till honung men de flesta har en ganska knapphändig kunskap. Här kan vi biodlare och honungsspecialister hjälpa till att förmedla viktig kunskap. Fundera på vad ni brukar få för frågor om honung, där finns säkert användbart underlag till en egen provning.

Värt att veta

Här kommer en liten lathund att ha till hands när man vill berätta om honung och bin under provningen. Det finns säkert andra frågor som ni ofta får. Använd er av dem – ni är experterna!

Visste ni att:

- honung alltid är flytande när den tas ur kupan
- man kan frysa in flytande honung i mindre förpackningar, och ta fram lite i taget.
- man kan värma fast honung i en burk för att få den flytande. Värm till max 40 grader, det går bra i mikro, över vattenbad eller i diskmaskinen!
- bina flyger cirka 3 km från sin kupa för att hitta olika växter att pollinera på.
- alla sinnen berörs när du provar honung.
- honung är ett av de livsmedel det fuskas mest med.
- bina är livsnödvändiga för pollinering av många svenskodlade grödor, som t ex klöver, raps och frukt.
- man oftare än man tror kan ersätta socker med honung. Det är en smakförhöjare!
- honungen får olika färg beroende vilka växter bina hämta sin nektar ifrån.
- för att få kallas sorthonung så måste honungen bestå av minst 50 procent nektar från en växt.
- honung har många hälsosamma egenskaper och att den som nyslungad är både antibakteriell och antiinflammatorisk.
- den första honungen på våren ofta innehåller raps och maskros som blommar tidigt, efter det kommer andra växter allt efter det att säsongen framskrider. Sist på året kommer ofta ljungen med sina speciella egenskaper.

