

## Küchentipps für die Verwendung von Honig

- Honig sollte nicht über 40° C erhitzt werden, die empfindlichen Inhaltsstoffe und Enzyme gehen sonst kaputt.
- Fest gewordener Honig wird im lauwarmen Wasserbad können Sie wieder flüssig, einfach das verschlossene Glas hinein stellen.
- Säuglinge bis zu einem Jahr dürfen keinen Honig bekommen. Ihre Darmflora ist noch nicht ausgereift.
- Honig sollte trocken, kühl (Zimmertemperatur) und dunkel in einem gut verschlossenen Gefäß gelagert werden.
- Honig süßt intensiver statt 100 Gramm Zucker sollte man höchstens 75 Gramm Honig verwenden.
- Honig macht den Kuchenteig flüssiger, die im Rezept angegebene Flüssigkeitsmenge sollte um ca. ein Fünftel reduziert werden.
- Rührteig mit Honig bräunt schneller, Mürbeteig wird dunkler.
- Für lockere Teigarten (zum Beispiel Biskuit) ist Honig nicht geeignet.
- Die Backzeit sollte etwas verlängert und die Temperatur gesenkt werden.
- Der Braten bekommt eine herrliche Kruste, wenn das Fleisch mit Honig eingerieben.
- Salatdressings, Soßen und Desserts bekommen mit Honig eine besondere Note.
- Verwenden Sie Honig vom Deutschen Imkerbund. Diese Gläser sind Pfandgläser. Die Mehrweggläser mit der grünen Banderole werden zum Imker oder Händler zurück gebracht.
- Honig verändert im Laufe der Lagerung seine Konsistenz. Wird er zum Beispiel fest (kristallisieren), ist er nicht etwa verdorben. Es handelt sich um einen normalen Prozess. Kristallisierter Honig lässt sich leicht im lauwarmen Wasserbad wieder verflüssigen.