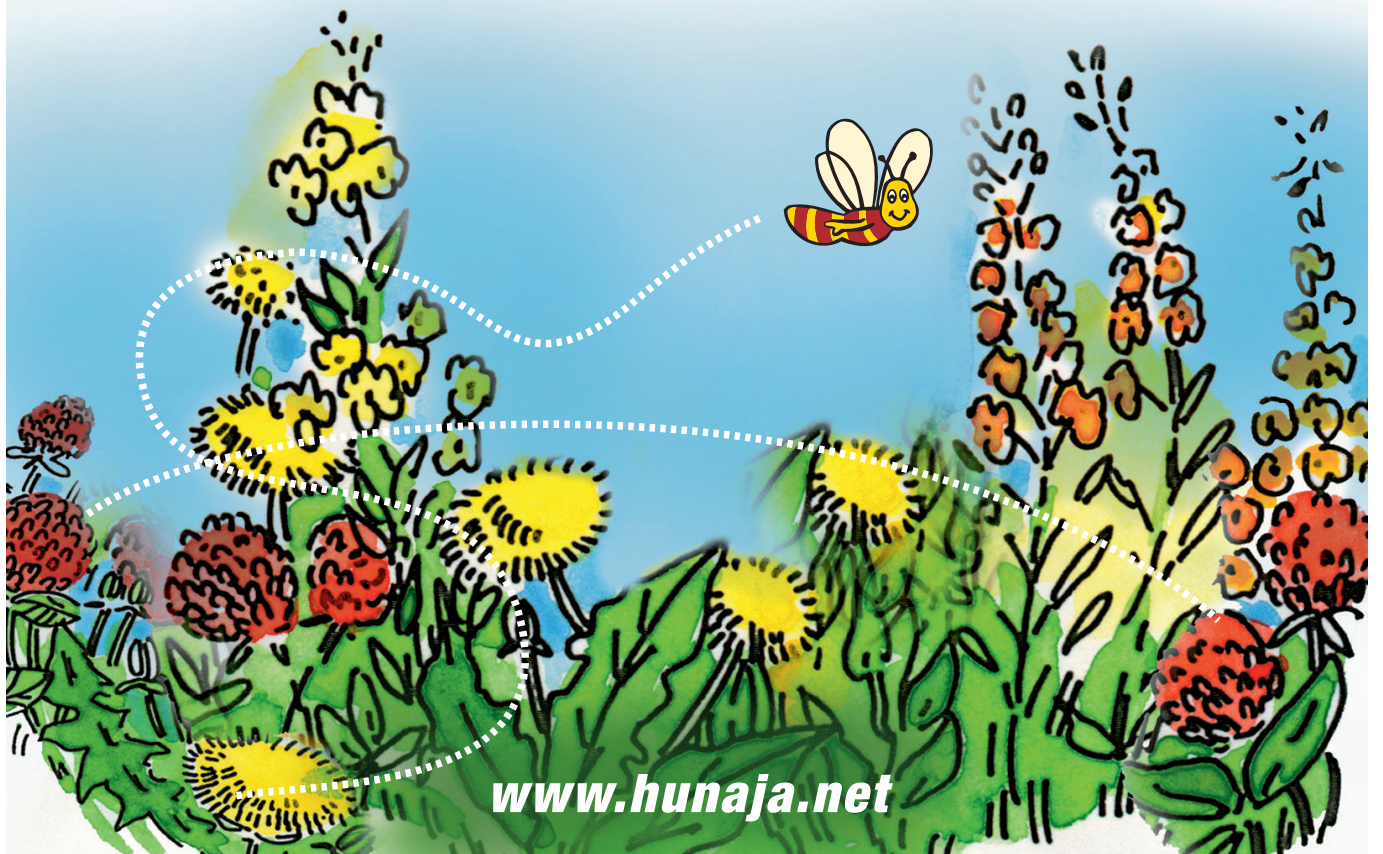




# Hunaja

**MAKUA ENEMMÄN,  
KALOREITA VÄHEMMÄN**



[www.hunaja.net](http://www.hunaja.net)

# Hunaja!

## **HUNAJA MAKEUTTAA VÄHEMMÄLLÄ**

*Hunajan monipuolinen sokerikoostumus antaa saman makeuden 40 % vähemmällä. Hunajan sokerit ovat mehiläisen kukkien mesistä keräämiä ja hunajaksi muokkaamia. Hedelmäsokeria on suomalaisessa hunajassa 35-40 % ja rypälesokeria 30-35 %.*

### **HUNAJASSA ON**

- luonnonsokerilajeja, jopa 22 erilaista
- kivennäis- ja hivenaineita (mm boori, kromi ja fluori)
- orgaanisia happoja
- aminohappoja
- entsyymeitä
- flavonoideja
- aromiaineita
- vitamiineja
- vatsalle ja iholle ystävällinen pH-arvo 3,7-4,0
- vettä 17 %



*Flavonoidit suojaavat elimistöä hapettumisreaktioilta eli estävät eltaantumista ja suojaavat ihoa vanhenemiseen liittyviltä muutoksilta. Kynnet, iho ja hiukset pitävät aminohapoista. Orgaaniset hapot vilkastuttavat aineenvaihduntaa. Hunajassa on bakteereita torjuvia aineita!*

### **HUNAJA ON PAINONVARTIJAN YSTÄVÄ**

**100 grammassa**

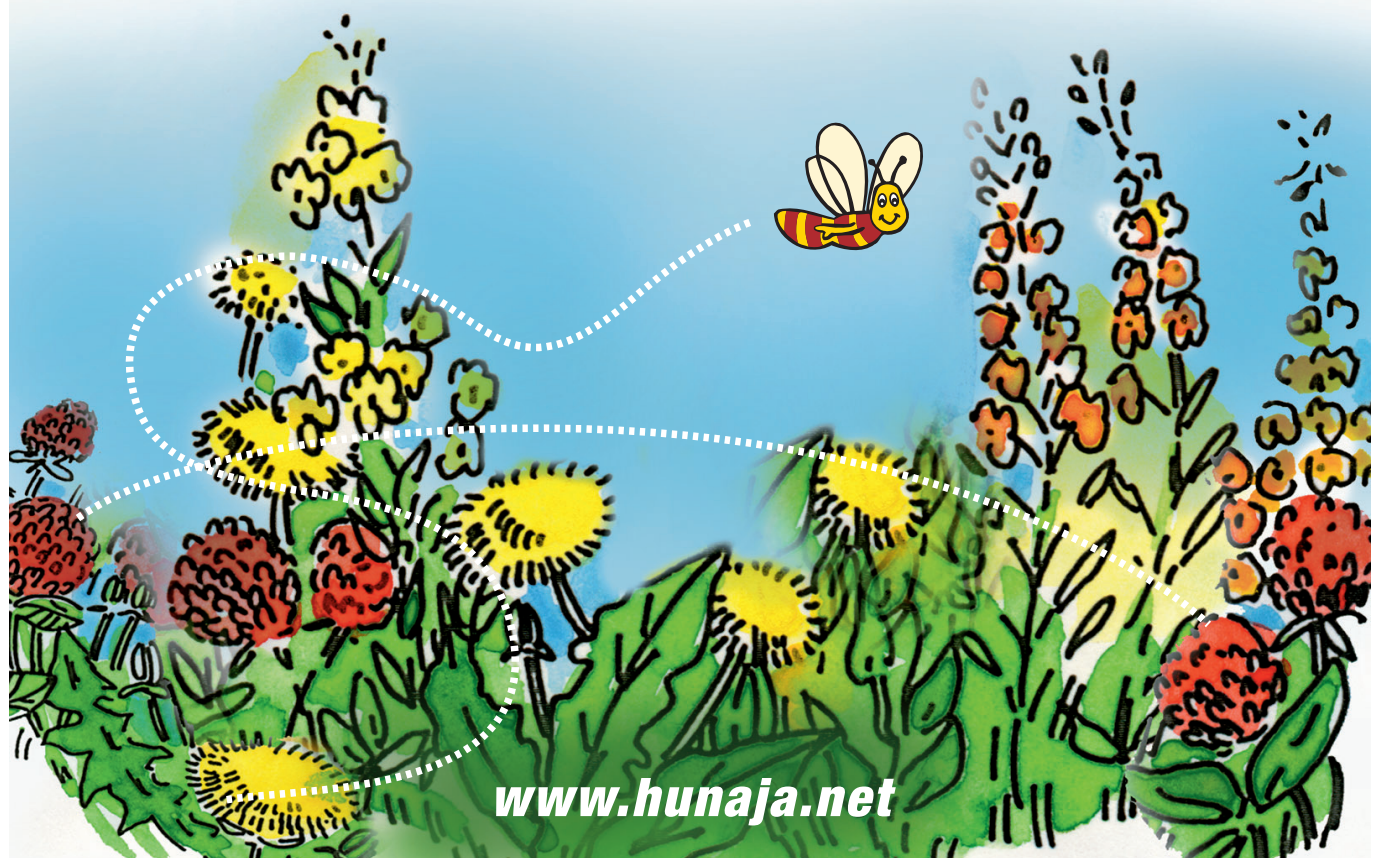
- hunajaa on 1380 kJ (330 kcal)
- sokeria on 1700 kJ (400 kcal)





# *Hunaja*

**MEHILÄINEN LISÄÄ  
SATOJA PUUTARHASSASI**



# Hunaja!

## LÄHELLÄ TUOTETTU HUNAJA ON YMPÄRISTÖYSTÄVÄLLINEN VALINTA

**Mehiläispesien läheltä löytyvät makeimmat marjat ja hedelmät. Luonnonkukkien ja siemenviljelykasvien sato ja siementen itävyys varmistuu mehiläispölytyksellä.**

- yksi mehiläinen käy päivän aikana sadoissa kukissa ja mukana kulkee siitepölyä kukasta kukkaan
- samalla keruuretkellä vain yksi kasvilaji ► tehokasta
- keväällä mehiläispesässä on pölytystyöntekijöitä noin 10.000 ja keskipäivällä jopa yli 50.000
- luonnonvaraisten pölyttäjiä kannanvaihtelut suuria
- mehiläispesiä voi viedä pölytystä tarvitsevalle alueelle

**Mehiläispesien lähistöllä satomäärät nousevat keskimäärin:**

- kotipuutarha 25 %
- pelto- ja puutarhakasviviljelmä 20 %
- rypsi 10 %
- apilat 30 %
- metsämarjat 30 %

**Tehokas pölytys nostaa hyönteispölytteisten kasvien sadon määrää ja laatua.**

**Mehiläisten suorittaman pölytystyön kansantaloudellinen arvo on hunajasadon arvoon verrattuna moninkertainen!**

