

全国に向けて 田沢湖の旬^旬をお届けします!

山のはちみつ屋新聞

No.60

発行 有限会社 ビースクープ

Summer
2022.6

ごあいさつ

夏のしごやにもオススメはちみつドリンク!

熱中症・夏バテ予防に

はちみつパワーで楽しもう♪

山のはちみつ屋からも見える
夏山登山で人気の「秋田駒ヶ岳」
6月1日に山開きされました!



おすすめ! 『はちみつレモン』

夏は冷やして美味しい! スポーツの後などにゴクゴク
飲みたい「はちみつレモン」! エネルギーが欲しい時
素早く栄養補給に消耗したスタミナを回復してくれる
スグレモノなんですよ(^ ^)

炭酸水で作ると「はちみつレモンスカッシュ」に!
リフレッシュしたい時やおもてなしドリンクにもGOOD!



材料を全て混ぜ合わせ
たら完成! レモンやミント
を飾ってオシャレに♪

- 材料<1杯分>
- 水(または炭酸水) 200ml
 - はちみつ…………… 小さじ2
 - レモン汁…………… 適量

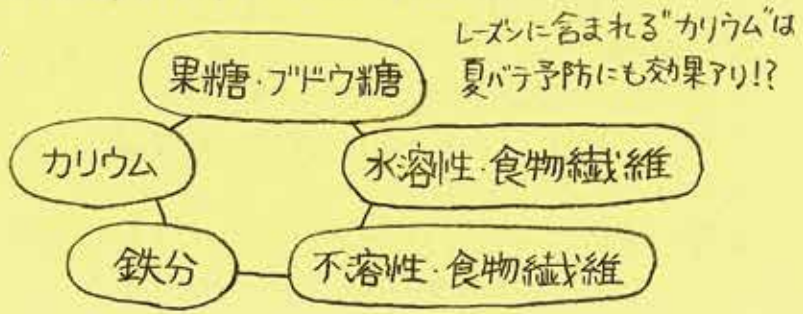
もっと簡単! 『はちみつフルーツ酢』

天然の栄養成分いっぱいので疲労回復やエネルギー補給としても優れた
食材の「はちみつ」とクエン酸など有機酸による疲労回復効果のほか
体の血流促進効果やアンチエイジングなど美容にうれしい成分を含む
「お酢」、食物繊維やポリフェノールなど嬉しい成分を持つ「フルーツ果汁」
3つのパワーが合わさった飲みやすいヘルシードリンク!

新登場



レズン酢



レズンに含まれる「カリウム」は
夏バテ予防にも効果アリ!?

季節限定国産はちみつ〈奈良県産〉

ヘアリーベッチってなに？



山のはちみつ屋のキャンペーンにて毎回人気の季節限定国産はちみつ、今回は今密かに注目されている「ヘアリーベッチ」をご用意しました！和名「クサフジ」といいます。実はこの花、近年緑肥として植えられている飼料作物なのです！雑草抑制効果などがあり田畑や果樹の雑草対策として利用されていて、花も良い香りがあるためミツバチにとって良い蜜源植物となっています。

同じ緑肥として栽培され、はちみつが採れる有名な花といえば「れんげ」とても上品な味わいで日本人に古くから親しまれています。ですが、

※近年では害虫被害や種子価格の高騰、逆に稲などの生育量が少なくなるなどの課題も見つかっていることも相まり、代わりに注目されているのがヘアリーベッチなのです！！ヘアリーベッチは安土桃山時代より日本にもたらされ、その頃から肥料の代替え用などにも使用されていました。近年では科学的にも、雑草の発芽を抑制することや、窒素含有量が高いこと、虫害も受け難く耐寒性にも優れているなど、れんげより優れている点が多いことから近年注目を集めているのです！※牧草と園芸 第62巻第3号



クリームハネをそのまま温かいものと召し上がると程よく溶けておいしいですよ♡

また、れんげと同じくヘアリーベッチもマメ科ということもあってか、はちみつはクセも少なく上品なやさしい甘さで、さっぱりとした良い後味です。色は透き通る黄金色でとてもキレイです。見た目は小さな赤紫色の花が房となっていくつもついています。どちらかというとなんか花は小さめでツツ状の細い茎や葉がたくさんあります。クセが少ないので何にでも合うかと思いますが、若干結晶化しやすいのが特徴です。結晶化してもクリームハネとしてそのままパンに塗ったり、コーヒーの甘みとして使うのもオススメです♪



花によって味も香りも様々
はちみつ使用のフルーツソースも美味！



お待ちしました〜！

はちみつ試食再開

5月のGW前より、コロナの影響でお休みしておりましたはちみつの試食を一部再開しました！国産はちみつ、世界のはちみつ数種に加えハチミツを使用した加工食品、ブルーベリーのソースやメーフルなどをご試食いただけます♪
※試食内容は変更となる場合があります。

ハチミツ甘酒、はちみつフルーツ酢も通常通りお試しいただけます。
実際に試してお好きな味わいを見つけて下さいね！
※お召し上がりになる前の手指の消毒にご協力下さい。



4月下旬

日差しは暖かくなったとはいえ、
風はまだまだ寒い田沢湖です

蜜蜂達のお世話

雪がようやく解け気温が上がってきた4月下旬、
南の暖かい地方で冬の間過ごしたみつばちたちが山のはちみつ屋にやってきました！
今年の採蜜期に向けて働き蜂を増やし、元気なコロニーを作るべく蜂五郎のお世話がスタート！
長旅をして来たみつばちたちを労いながら、
巣箱を増築したりエサをあげたり、巣内部を

長旅
ご苦労さん！

今年のミツバチは
どんな様子かな？

働きバチや子供
女王バチの様子
などをチェック！

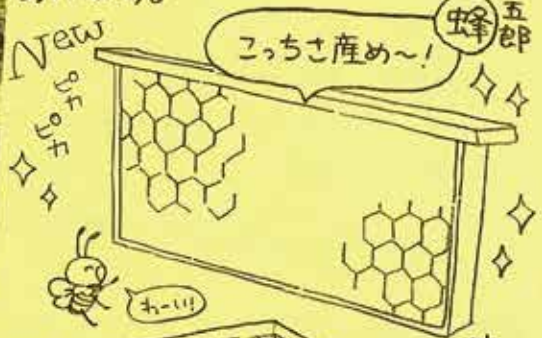
お！女王蜂も
元気そうだな～



子供を産む
場所はどこ
から～

その巣の良し悪しは全て女王次第!!
立派な女王バチでほっと安心!

これから女王蜂に子供を **整えます。**
たくさん産んでもらうために、キレイな
巣板(子供を産むための部屋)を
あげます。



部屋が足りない...
巣板の外側(まわり)に
本来作って欲しくないところに
部屋を作ってしまうことも...

1段だった巣を
2段に増築!!



Before

After

それから採蜜まで時折様子を見つ
ミツバチ達のコンディションを整え...

To Bee
Cano-essence

5月下旬～6月上旬

いよいよ採蜜開始!
今年の採れ高は...?

SNSで随時更新中!!

Instagram Twitter



Facebook



見てくれな～



溶かして...
濾して...

加工すると
キャンドルや
クレヨンなどの
材料になります!

冷まして固めて保存!

蜂五郎

パーフェクトフード!?

ビー・ポーレン

みつばち
花粉



ポーレンは
「みつばちパン」や
「花粉だんご」など
とも言われているよ!



ミツバチが足に黄色い花粉をつけているのを見たことがある方もいるかと思いますが。今回ご紹介するビー・ポーレン〈みつばち花粉〉とはそういったミツバチが花から集めた花粉のことです。ビー・ポーレンが秘めている私たちの健康にも繋がるものすごいチカラをご紹介します!

ポーレンに含まれる成分には、タンパク質・ビタミン・ミネラル。それに体内では生成できない必須アミノ酸、酵素、フラボノイドなど。その他約90種類以上もの栄養素が含まれているのです!

欧米では「自然界に存在する産物としては完璧な食品の一つ」と呼ばれ、商品名は「完全栄養食品(パーフェクトフード)」として知られています。

ポーレンに含まれるタンパク質は牛や豚のモモ肉に匹敵するほど多く含まれていますが、中性脂肪やコレステロールを増やす「動物性」に比べ、「植物性」であるポーレンはコレステロールを適正にし、中性脂肪を減らす働きがあるという点からもポーレンがオススメ!

2022
夏の花粉PM
25ページ
をチェック!



さらに、タンパク質を作る働きがあるアミノ酸20種類のうち、9種類は食物からしか摂ることのできない「必須アミノ酸」と言います。なんとポーレンにはその必須アミノ酸が9種類全て含まれているのです!

ポーレンの主な作用

●アンチエイジング…ビタミンA,C,B2はシミの解消や美白、日焼け防止
さらに目の輝きを促し美しい肌を保ちます。

- 便秘解消…ビタミンB1や食物繊維が吹き出物、肌荒れなどのトラブルの原因になる便秘を解消!
- 疲労回復…良質なタンパク質とビタミン・ミネラルの相乗作用で疲労回復! 元気な毎日を!
- 不眠症解消…ビタミンB6,Dカルシウムが過敏な不眠症に有効!
- 免疫力活性作用…抗菌作用や強い殺菌力がウイルスや菌を撃退し免疫力UP!

私は花粉症だから
食べられないな...

心配
御無用!!



No Worries!!

花粉症の原因となる花粉は「風媒花粉」と言いスギやヒノキの花粉のように「風」によって運ばれる花粉が主です! 一方、ミツバチが集める花粉は「虫媒花粉」主に「虫や鳥」などによって介される花粉で、花粉症の原因とはならないのです!むしろポーレンを摂取することで花粉症が改善された、という研究結果も!

☆お召し上がり方☆

- はちみつと一緒にヨーグルトに!
- スムージーなどのドリンクに入れて!



山のはちみつ屋新聞も今回でなんと60号!!
いつもお読みいただいている皆様、誠に
ありがとうございます。そして、今年も3年振りに
計画中の企画がございませう...!それは...
『秋のはちみつ祭』00! 詳細はまだ検討
中ですが前向きに企画しております!
正式な発表は決まり次第、公式HP・SNS等
にてお知らせいたします! 乞うご期待下さいませ!

花粉PM

今年で、みつばちと関わりを持ち約半世紀となり
ました。近年、以前にも増してみつばちがもたらす
産物の効能について研究が推し進められ、
新たな効果も実証されています。人の半分以上
みつばちと共に過ごしてきている、彼女たちの秘
めたチカラには驚かされます。これからは自ら
体験者として、みつばちの恵みを皆様にお伝え
してゆきたいと思っております。 蜂五郎

山のはちみつ屋新聞発行 山のはちみつ屋&ハニーマーケット&ピザ工房(有) ビースケップ Twitter
☎ 0120-038-318 ✉ bee@bee-skep.com 山のはちみつ屋 検索 Facebook
〒014-1201 秋田県仙北市田沢=胡生保内字石神163-3 “いいね!”よろしくお願ひします! Instagram