

- **Çam balı ile Çiçek balı arasında ne fark vardır?**

Çam balının en önemli özelliği kıvamı bozulmadan veya kristalleşmeden uzun süre saklanabilmesidir. Rengi çiçek ballarından daha koyudur. Çam balları çiçek ballarına göre çok daha geç kristalleşir. Hatta bazı durumlarda bu balların yıllarca kristalleşmediği görülür. Çam balı, kristalleşmeye dayanıklılığı ve kristalleşmeyi önleyici özelliği ile gıda sektöründe çeşitli ürünlerde (örneğin dondurmalarda) bir doğal katkı maddesi olarak geniş bir kullanım alanına ve önemli ihracat potansiyeline sahiptir. Çam ballarının duyuusal özellikleri çiçek ballarından farklıdır. Çam balları kendilerine has özel bir kokuya, tada ve renge sahiptir. Çam ballarının glikoz ve früktoz içeriği çiçek ballarına göre daha düşüktür. Daha az tatlıdır ve boğazda yakıcı bir his bırakmaz. Çam balları çiçek ballarından daha fazla miktarda enzim, aminoasit ve mineral madde içerir. Çam balı çok miktarda hif ve spor içermektedir ve bu hifler özellikle Türkiye ile Yunanistan'ın dışında hiçbir ülkenin orman balında bulunmayan özelliktedir.

- **Doğal Bal Nedir? Doğal Balla, Doğal Olmayan Bal Arasındaki Fark Nasıl Anlaşılır?**

Şekerli ballar arıların, şeker şurubuyla beslenmeleri neticesinde elde edilen ballardır. Arı, balı çiçeğin nektarından değil, hemen kovanın önüne konmuş olan şekerden imal eder. Bu şekilde üretilen ballar, doğanın ve çiçeklerin özünü sağlığını taşımamaktadır ve bal adı altında satışa sunulamaz. Yapay ballar ise şeker şuruplarına aroma ve boya ilavesi ile üretilen ürünler olup, bu durumun etiketlerinde mutlaka belirtilmesi gerekir. Bunların yanı sıra bir de doğal ballara çeşitli şeker şurupları, su, nişasta vs. katılarak yapılan hile yöntemleri vardır. Burada amaç ucuz maddeler katarak miktarın artırılmasıdır. Yukarıdaki tüm uygulamalar balda sahteciliğe girmektedir ve doğal bal adı altında satışa sunulamaz. Doğal bal arıların çiçeklerin özlerinden yani nektarlarından elde ettiği yani direkt ve yalnız doğadan gelen baldır. Balda hile olup olmadığını sadece balın tadından, kokusundan ya da görüntüsünden anlamak mümkün değildir. Tek yöntem balın yapısının analiz edilmesidir. En iyi netice, tüm bal analizlerinin yapıp, sonuçların, konusunda deneyimli uzman bilim adamları tarafından yorumlanmasıyla elde edilir.

- **Bal neden kristalleşiyor? Kristalleşmiş balın sağlığa zararı var mıdır?**

Balla ilgili merak edilen önemli bir konu, süzme olarak satılan balların bir süre sonra kristalleşmesinin bir problem teşkil edip etmediğidir. Bu durum bazen bala şeker şurubu katılmış olduğu şeklinde yanlış yorumlanır. Ancak bu inanış gerçeğin tam aksidir. Zira şeker şurubu ilave edilmiş ballar çok uzun süre kristalleşmeden kalabilir, saf ve doğal ballar ise, balın elde edildiği çiçeklerin türüne göre değişmekle beraber, özellikle kış aylarında ve soğukta muhafaza edildiği taktirde birkaç ay gibi kısa bir sürede kristalleşebilmektedir. Bu kesinlikle doğal bir olay olup, balın tüketilmesini önleyici bir problem değildir. Bal kristalleşmiş haliyle de tüketilebileceği gibi, benmari usulü bir ısıtma işlemiyle (sıcak su dolu bir kabın içinde balın ısıtılması) kristaller çözülüp bu şekilde de tüketilebilir. Balda kristalleşme hiçbir şekilde bala yapılmış bir hilenin göstergesi değildir. Kristalleşmiş balın tüketilmesinde, sağlık açısından hiçbir sakınca yoktur. Kristalleşmenin başlıca sebepleri; balın oluşmasında yararlanılan çiçeklerin türü, balın içerdiği hava kabarcıkları, polen ve diğer partiküllerin miktarı, balın depolandığı yerin nem ve sıcaklığı ile ambalaj kaplarının çeşididir. Balın kristalleşmesi tabii bir olaydır ve balın glikoz oranı bakımından doymuş hale gelmesiyle, glikoz moleküllerinin kristal duruma geçmesi olarak tanımlanır. Kristalleşme için en uygun sıcaklık 14°C civarındır. 10 °C'nin altında ve 26,5°C'nin üzerinde kristalleşme yavaşlar. Kristalleşmiş balın tüketilmesinde, sağlık açısından hiçbir sakınca yoktur. Avrupa, Amerika ve Kanada'da balın kontrollü şartlarda kristalleştirilerek "Krem bal" olarak tüketimi çok yaygındır. Tüketici krema kıvamında ve daha az akışkan, daha sürülebilir özelliklere sahip bu ürünü sıvı bala tercih etmektedir.

- **Bal küçük çocuklara verilebilir mi?**

Bal 1 yaşından küçük çocuklar için tavsiye edilmemektedir. Nedeni Clostridium Botulinum bakterisinin balda gelişmemesine rağmen, spor formunun balda bulunma ihtimalinin olması ve bu bakterinin bebeklerde Bebek Botulizmi denilen bir hastalığa neden olmasıdır. Bu sporlar çevremizdeki havada, toprakta, tozda ve ham tarımsal ürünlerde bulunmaktadı. Birçok gıdada olduğu gibi balda da bulunabilen bu sporlar erişkinler ve 1 yaşından büyük çocuklardaki gelişmiş bağışıklık ve sindirim sisteminden dolayı problem teşkil etmezken, 1 yaşından küçük bebeklerde bağırsak mikro florasının yeterince gelişmemiş olmasından dolayı botulizme neden olabilmektedir.