

生活在美国——

自家后院收蜂蜜

本报特约撰稿人：彩烟游士

世界上的美食千千万，迷恋美食的吃货万万千，但没有一种美食有生蜜那么甘甜，那么纯天然，那么令吃货们神往！

生蜜就是直接从蜂窝里收获、没有经过任何处理的蜂蜜。勤劳的小蜜蜂，一天到晚忙着采花蜜，然后把花蜜酿制成蜂蜜，存放在六角形的蜂巢里，再用蜂蜡将蜂巢一个个封盖起来。这些封盖好的蜂蜜本来是蜜蜂的过冬粮，结果被贪嘴的吃货偷来吃了。正因为如此，蜜蜂有时候蜇一下人，也是情有可原的。

未经处理的生蜜营养价值很高。蜂巢蜜除了果糖和葡萄糖，还含有花粉、蜂胶、蜂王浆、维生素、矿物质和抗菌素。祖国医学认为，蜂巢蜜可以改善睡眠、养颜黑发、缓解过敏、抑制病菌、增强免疫、预防衰老、养肺润肠、益脾养肾、消炎消肿、镇痛止咳、止血强心、祛风定痉、兴阳除痹和解酒保肝。生蜜是保健品中的极上品，再往上的保健品就是太上老君在炼丹炉里练出来的仙丹了。仙丹是给玉皇大帝吃的，老百姓吃不到的。

美国是一个植被覆盖率很高的国家，从春天到秋天都鲜花盛开，蜜源丰富，是一个庭院养蜂的好地方。如果家里有老人闲赋在家，那在后院养蜂，老人就会拥有几万个会飞的宠物，老有所为。如果家里的孩子喜欢昆虫，那在后院养蜂，最开心的是孩子了。我在两年前，给儿子买了一箱蜜蜂做生日礼物。我儿子说这是他收到最好的生日礼物了。之后，我和儿子一起，学习昆虫知识，慢慢地迷上了养蜜蜂。

当你第一次从蜂箱里拎出一架沉甸甸的蜂蜜时，你已经是半个昆虫学家了。当你第一次把一勺蜂巢蜜送入嘴里时，你已经是一个很有口福的吃货了。你要知道，这个世界上有这口福品尝到纯生蜜的吃货不是很多的，因为现在市场上的蜂蜜掺假太普遍了。

【友情提示】蜂蜜（尤其是生蜜）可能含有肉毒杆菌的孢子。这些孢子在一定条件下开始生长并产生肉毒杆菌毒素，有可能导致婴儿中毒，甚至危害婴儿的生命。美国疾病控制中心（CDC）建议，一岁以下的婴儿不喂蜂蜜。家里有婴儿的朋友，千万不要给一岁以前的小孩吃任何蜂蜜，包括生蜜和商店里买来的蜂蜜。



上图：从蜂窝中“偷”来的一架蜂蜜。蜜蜂辛辛苦苦酿的蜂蜜被我偷来吃掉，有一点于心不忍的。

下图左：用刮蜜刀轻轻刮去蜡质层。

下图右：装到瓶子里的蜂蜜。

