

Test honing

# Verbloemde waarheid

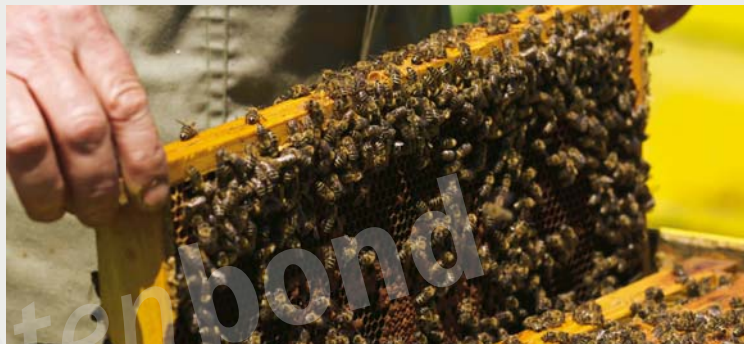
'Ach, wie weet nu hoe acacia smaakt?' Nou, onze experts! En die ontdekten dat op honingpotjes de mooiste namen prijken, die soms kant nog wal raken. Zoals 'manuka-bloemenhoning' waar geen manuka aan te pas kwam.

Tekst: Thomas Cammelbeeck



## HONING VAN DE BRON

Hoe kun je nu weten wat een goede honing is? Ons testpanel van imkers zweert bij honing van één soort bloem en vindt de 'gewone' bloemenhoning niet erg uitgesproken van smaak. De lijst van honingsoorten is schier eindeloos. Vooral bij lokale imkers kom je bijzondere soorten tegen, zoals honing van lamsoor en koolzaad. Wie honing direct bij de imker koopt, heeft een regionaal product, waar supermarkthoning uit de hele wereld kan komen.



» Honing kopen lijkt een simpele zaak. Maar eenmaal voor het schap in de supermarkt blijkt het best ingewikkeld. Knijpflacon of pot, licht of donker van kleur, 'wilde veldbloemen' of 'lichtzoete voorjaars-honing'? Liever een tijmhoning? Lente-bloesemhoning dan?

Om over de enorme prijsverschillen nog maar te zwijgen. Van de 30 potjes en knijpflacons vloeibare honing die de Consumentenbond selecteerde, kost de goedkoopste, een bloemenhoning, iets meer dan €1, terwijl de duurste, een manukahoning, bijna €14 kost.

### 100% nietszeggend

De prijs mag er dan niet om liegen, de etiketten doen dat wel! Maar liefst acht van de elf geteste 'exclusieve' honingsoorten vallen door de mand: ze heten acacia, tijm of manuka, maar de honing is een simpele bloemenhoning. Melvita spant de kroon: deze fabrikant verkoopt een 'bloemen & manukahoning' waarin elk spoor van manukahoning ontbreekt. Ook Lidl slaat de plank volledig mis door een simpele bloemenhoning te verkopen als 'woudhoning'. Wij vinden dit zo ernstig, dat wij deze twee honingsoorten afraden. De andere zes hebben wel wat weg van

acacia, tijm of manuka, maar onvoldoende. Slechts drie honingmerken, De Traay, Holland & Barrett en Jumbo, doen de naam acaciahoning eer aan (zie de kolom Honingsoort in de tabel).

Bij het kopen van honing is het lastig om niet in de loze productclaims te trappen. Wij kwamen er heel wat tegen, zoals:

'natuurzuiver', 'goudkleurig', 'vers geogst' en 'koudgeslingerd'. Dat is overbodige informatie, want dit geldt voor elke echte honing. De etiketten van veel honingsoorten kregen dan ook slechts het Testoordeel 'redelijk' (zie kolom Etiket). Ook zijn er veel honingmerken die pronken met welluidende fantasienamen. ❌

## In Detail



### ALDI DE ZOETE ZON BIJENHONING

**Prijs:** €2,80

**Testoordeel:** 9,3

Een zeer goede bloemenhoning, met onder andere klaver. Is volgens de kenners van het laboratorium houtachtig, exotisch en fruitig. De smaak blijft lang in je mond. Een imker oordeelt: 'lekker en prikkelend achter op de tong'.



### LIDL MARLENE WOUDHONING

**Prijs:** €2,90

**Testoordeel:** 2,5

Deze woudhoning is volgens Lidl hetzelfde als honingdauwhoning. Het blijkt echter niets meer dan een gewone bloemenhoning te zijn en geen honing gemaakt van honingdauw; dat is een zoete afscheiding van insecten.



### MELVITA BLOEMEN & MANUKAHONING

**Prijs:** €4,30

**Testoordeel:** 2,5

De naam is bedrieglijk, want van de geclaimde 10% manuka geen spoor onder de microscoop. Ook de imkers proefden 'blind' geen manuka, maar kastanje. Producent De Traay betwist dit en blijft erbij dat er wel degelijk manuka is toegevoegd.

# TEST VLOEIBARE HONING

Merk & Type		Richtprijs	Testoordeel	Prijs per 100 g	Verpakking: pot (p) of knijpflacon (k)	Inhoud (g)	Honingsoort	Juistheid soort en herkomst	Herkomst	Versheid			Houdbaarheid	Etiket
Weging voor Testoordeel										40%	40%	15%	5%	
▶	1. Aldi De Zoete Zon Bijenhoning	€2,80	<b>9,3</b>	€0,56	p	500	<b>B</b>	++	Argentinië, Mexico	++	++	++	++	
	2. Langnese Bloemenhoning	€3,10	<b>8,8</b>	€0,62	p	500	<b>B</b>	++	vnl. Spanje	++	++		-	
	3. BIO+ Bloemenhoning (bio)	€2,25	<b>8,6</b>	€0,64	p	350	<b>B</b>	++	vnl. Mexico	++	++		--	
	4. Fair Trade Original Honing	€3,00	<b>8,3</b>	€0,67	p	450	<b>B</b>	++	Amerika	+	++		+	
	5. De Traay Bloemenhoning (bio)	€3,95	<b>8,2</b>	€1,05	k	375	<b>B</b>	++	Amerika	+	++		--	
	6. Holland & Barrett Honey acacia	€6,00	<b>8,2</b>	€1,76	p	340	<b>A</b>	++	vnl. Europa	+	+		□	
	7. Lidl Marlene Bloemenhoning	€2,80	<b>8,1</b>	€0,56	k	500	<b>B</b>	++	vnl. Azië	+	+		--	
	8. Holland & Barrett Honey blended	€7,00	<b>8,1</b>	€0,77	p	907	<b>B</b>	++	vnl. China	+	++		+	
	9. De Traay Bloemenhoning	€4,50	<b>8,1</b>	€1,00	p	450	<b>B</b>	++	Mexico	+	+		--	
	10. Jumbo Acaciahoning	€2,60	<b>7,9</b>	€0,74	k	350	<b>A</b>	++	vnl. Europa	□	++		□	
	11. Langnese Wilde bloemenhoning	€3,65	<b>7,6</b>	€0,73	k	500	<b>B</b>	+	vnl. Spanje	++	++		--	
	12. AH Basic Bloemenhoning	€1,20	<b>7,5</b>	€0,27	p	450	<b>B</b>	++	vnl. China	□	+		++	
	13. AH puur&eerlijk Bloemenhoning (bio)	€2,90	<b>7,5</b>	€0,64	p	450	<b>B</b>	++	vnl. China	□	+		++	
	14. Het Zuiden Bloemenhoning	€1,20	<b>7,4</b>	€0,27	p	450	<b>B</b>	++	vnl. China	□	+		--	
	15. Jumbo Bloemenhoning	€2,20	<b>7,4</b>	€0,49	p	450	<b>B</b>	++	vnl. China	□	+		□	
	16. Albert Heijn Bloemenhoning	€3,00	<b>7,4</b>	€0,50	p	600	<b>B</b>	++	vnl. China	□	+		□	
	17. EkoPlaza Bloemenhoning (bio)	€3,70	<b>7,4</b>	€0,82	p	450	<b>B</b>	++	vnl. China	□	+		+	
	18. OK€ Bloemenhoning	€1,20	<b>7,2</b>	€0,27	p	450	<b>B</b>	++	vnl. Azië	-	+		+	
	19. Melvita Weide- & veldbloemen (bio)	€2,80	<b>7,0</b>	€0,75	k	375	<b>B</b>	+	vnl. Amerika	+	+		□	
	20. Plus Bloemenhoning	€2,50	<b>6,9</b>	€0,50	p	500	<b>B</b>	++	vnl. Azië (China)	-	+		-	
	21. Melvita Weide & veldbloemen	€2,65	<b>6,7</b>	€0,71	k	375	<b>B</b>	+	vnl. Amerika	□	+		□	
	22. De Traay Acaciahoning (bio)	€4,95	<b>6,6</b>	€1,32	k	375	<b>A</b>	□	vnl. Azië	+	++		--	
	23. Melvita Spaanse tijmhoning	€2,90	<b>6,4</b>	€0,77	k	375	<b>B</b>	-	Spanje	++	++		□	
	24. De Traay Spaanse tijmhoning	€5,60	<b>6,4</b>	€1,24	p	450	<b>B</b>	-	Spanje	++	++		--	
	25. De Traay Manukahoning (bio)	€13,95	<b>6,4</b>	€3,99	p	350	<b>B</b>	-	Nieuw-Zeeland	++	++		+	
	26. Langnese Acacia- met lentebloesem	€2,65	<b>6,1</b>	€1,06	k	250	<b>B</b>	-	Europa	++	++		--	
	27. Melvita Acaciahoning	€2,90	<b>5,1</b>	€0,77	k	375	<b>B</b>	-	Hongarije, China	□	++		□	
	28. AH Excellent Acaciabloesemhoning	€3,20	<b>4,8</b>	€0,91	k	350	<b>B</b>	-	vnl. Azië (China)	□	+		□	
▼	29. Lidl Marlene Woudhoning	€2,90	<b>2,5</b>	€0,58	k	500	<b>B</b>	--	vnl. Spanje	++	++		--	
▼	30. Melvita Bloemen- & manukahoning	€4,30	<b>2,5</b>	€1,15	k	375	<b>B</b>	--	Amerika, Spanje	++	+		□	

- De prijzen zijn van september.
- **A**: Acaciahoning, zoals vermeld op de verpakking.
- **B**: Bloemenhoning, zoals vermeld op de verpakking.
- **B**: Bloemenhoning, anders dan vermeld op de verpakking.
- Bio = biologisch.

### Verkrijgbaarheid

- Het Zuiden is onder andere verkrijgbaar bij Jumbo en Dirk.
- Holland & Barrett is verkrijgbaar bij De Tuinen.
- De Traay is verkrijgbaar bij natuurvoedingswinkels.
- OK€ is onder andere verkrijgbaar bij Plus en Coop.

▶ Beste uit de test ▶ Beste koop ▼ Afrader

++ Zeer goed + Goed □ Redelijk - Matig -- Slecht



Neem 'wilde bloemen' en 'weide en veldbloemen'; dat klinkt bijzonder, maar het zijn dezelfde bloemen als in de goedkoopste honing. Ook die van Langnese lijkt een bijzondere honing; 'acacia met lentebloesemhoning'. Maar vrij vertaald staat hier 'onze honing bevat te weinig acacia, maar we willen het toch graag zo noemen'. Een doorn in het oog van honingexpert Wim Reybroeck van het Instituut voor Landbouw- en Visserijonderzoek in België: 'Dit zijn verwerpelijke praktijken waar instanties veel strenger op zouden moeten toezien'.

### Spoorzoeken

Wij hebben de honingen ontmaskerd, met heel wat recherchewerk. Het spoor begon bij de honingbij die de nectar van bloemen verzamelt. Bij een bloemenhoning heeft de bij zich te goed gedaan aan allerlei soorten bloemen. Bij een duurdere soort, zoals acacia-, tijm- of



## Er zijn veel honingmerken die pronken met welluidende fantasienamen

manukahoning, vloog de bij in een gebied met veelal dezelfde bloemen. Onder de microscoop zien we welke soort bloemen de bij heeft bezocht. Tijdens het opzuigen van de nectar komen namelijk stuifmeelkorrels (pollen) mee. Deze komen terecht in de honing. Een getraind oog kan met een microscoop aan pollen in de honing zien welke bloemen de bijen bezocht hebben, en hoe vaak. Een getrainde proever maakt het bewijs sluitend. Zit er te weinig nectar van de geëtiketteerde bloemsoort in de honing, dan springt die smaak er onvoldoende uit en is het een gewone bloemenhoning. Niet alleen de bloemsoort is aan te wijzen, ook de herkomst is te achterhalen.



## Is honing gezond?

Honing is voor het grootste deel niet anders dan suiker; zoet en met vergelijkbaar veel calorieën. Wat honing anders maakt, is dat hij vitamines en mineralen bevat die vanuit de bloem of de bij hun weg naar de honing gevonden hebben. Echter in zulke kleine hoeveelheden, dat het geen zoden aan de dijk zet. Verder bevat honing stoffen die een ontstekingsremmende werking hebben.

Of honing gezond is, is (nog) niet bewezen. Om die reden keurde de Europese voedselautoriteit EFSA tot op heden het gebruik van een gezondheidsclaim op het etiket van honing af.

Want sommige bloemen groeien alleen in één bepaald gebied of land. Zo vinden we manuka, ook wel bekend als 'tea tree', in Nieuw-Zeeland en delen van Australië. En mimosa pudica (kruidje-roer-me-niet) komt voor in Mexico. Toen het laboratorium Aziatische pollen ontdekte in de biologische acacia-honing van De Traay, liep die tegen de lamp. Volgens het etiket komt de honing namelijk uit Roemenië.

### Grootschalig netwerk

De Traay is de grootste honingimporteur van Nederland en verkoopt onder meerdere merknamen, zoals Melvita en Het Zuiden. Ook mengt het bedrijf honing voor de huismerken van alle grote supermarkten.

De Traay levert dan ook het overgrote deel van de honing uit deze test. Het bedrijf laat honing van over de hele wereld aanrukken in grote vaten en mengt vervolgens de gewenste soort honing. De meeste honing van De Traay komt uit Azië en Midden- en Zuid-Amerika. Op het potje is het vermelden van de herkomst verplicht en staat er vaak 'gemengde EU- en niet-EU-honing'. Dat betekent in feite vanuit de hele wereld, en zegt dus eigenlijk niets. Ondanks dat een flink aantal van de honingsoorten van deze firma niet de soort honing is die op de verpakking staat, lijkt De Traay niet erg onder de indruk van onze conclusies. Het bedrijf heeft zelf onze test overgedaan en concludeert daaruit dat de

# Zo hebben wij getest

We hebben 30 potten en knijpflacons honing in het laboratorium onderzocht. Door middel van microscopisch onderzoek zijn de herkomst en de bloemensoort bepaald. Deze pollenanalyse en een blinde smaaktest door ervaren proevers wijzen uit of het een bloemenhoning (meerbloemig) is, of een honing van een enkele bloemsoort (eenbloemig).

Ook vier imkers - experts uit de praktijk - hebben de honing beoordeeld. Dit waren stadsimker Pieter Burger uit Rijswijk (foto 1); secretaris van imkervereniging Den Haag Paul van Rooijen (foto 2), honingkeurmeester Klaas Sluiman uit Yde (foto 3) en docent bijhouden Wouter Schouwstra uit Boskoop (foto 4).



blijven. Het enzym invertase nog wel in bijna oorspronkelijke concentraties aanwezig in de bloemenhoning van Aldi, Langnese en Bio+.

Onder invloed van hoge temperaturen loopt de versheid met grote sprongen terug. Wie een gekristalliseerde honing weer vloeibaar wil maken, moet dat daarom in lauwwarm water doen. Dit kristalliseren van honing is overigens een volkomen natuurlijk proces en zegt niets over de kwaliteit. Zogenaemde crèmehoning maakt zelfs dankbaar gebruik van kristallisatie.

## In een knijpflacon

De imkers in ons testpanel grijpen niet snel naar een pannetje lauwwarm water: 'de grote suikerkristallen in de honing geven juist een erg prettige smaakbeleving'. In een knijpflacon is gekristalliseerde honing echter bijzonder onpraktisch. Acacia-honing is bij uitstek geschikt voor gebruik in een knijpflacon, omdat deze van nature veel fructose bevat. Hoe meer fructose er in een honing zit, hoe langer die vloeibaar blijft. Fair

namen en de honingsoorten in orde zijn. Honingexpert Wim Reybroeck, verantwoordelijk voor dit onderzoek van de Consumentenbond, is echter zeker van zijn zaak. 'Ervaren keurmeesters hebben de honing blind beoordeeld en gewoon als bloemenhoning bestempeld'.

Ook vier imkers die de honing 'blind' beoordeelden, konden in veel honing geen uitgesproken smaak ontdekken. 'Als het echt acacia is, haal ik hem er wel uit, want ik ben een groot liefhebber', bezweert een van hen.

Alleen met een goede smaak is een goede



## De prijs mag er dan niet om liegen, de etiketten doen dat wel

honing er nog niet. In het laboratorium is ook te achterhalen hoe vers de honing is. Wanneer bepaalde enzymen niet of nauwelijks aanwezig zijn, weet je dat de honing al jaren op de plank staat of sterk verhit is geweest. Dit is onder andere het geval bij de bloemenhoning van OK€, Plus en AH puur & eerlijk, die maar net binnen de gestelde warenwetnorm

Trade Original kent dit trucje duidelijk niet, want zijn 'vloeibare honing' is verre van vloeibaar.

In het laboratorium bepaalden we ook het vochtgehalte van de honing, een maat voor de houdbaarheid. Bij meer dan 20% water kan de honing gaan gisten. Alle honing bleef hier gelukkig netjes onder; toch nog een lichtpuntje! ☺