

**Apicultura: utilização e sustentabilidade**  
*EMATER. Rio Grande do Sul/ ASCAR.*

Fôlder / 2013

Cód. Acervo: 50508

© Emater/RS-Ascar



Disponível em: <http://hdl.handle.net/20.500.12287/50508>

Documento gerado em: 07/11/2018 20:37

O Repositório Institucional (RI) da Extensão Rural Gaúcha é uma realização da Biblioteca Bento Pires Dias, da Emater/RS-Ascar, em parceria com o Centro de Documentação e Acervo Digital da Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CEDAP/UFRGS) que teve início em 2017 e objetiva a preservação digital, aplicando metodologias específicas, das coleções de documentos publicados pela Emater/RS- Ascar.

Os documentos remontam ao início dos trabalhos de extensão rural no Rio Grande do Sul, a partir da década de 1950. Portanto, salienta-se que estes podem apresentar informações e/ou técnicas desatualizadas ou obsoletas.

1. Os documentos disponibilizados neste RI são provenientes da coleção documental da Biblioteca Eng. Agr. Bento Pires Dias, custodiadora dos acervos institucionais da Emater/RS-Ascar. Sua utilização se enquadra nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
2. É vetada a reprodução ou reutilização dos documentos disponibilizados neste RI, protegidos por direitos autorais, salvo para uso particular desde que mencionada a fonte, ou com autorização prévia da Emater/RS-Ascar, nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
3. O usuário deste RI se compromete a respeitar as presentes condições de uso, bem como a legislação em vigor, especialmente em matéria de direitos autorais. O descumprimento dessas disposições implica na aplicação das sanções e penas cabíveis previstas na Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998 e no Código Penal Brasileiro.

Para outras informações entre em contato com a Biblioteca da Emater/RS-Ascar - E-mail: [biblioteca@emater.tche.br](mailto:biblioteca@emater.tche.br)

## Saúde & beleza

O mel pode atuar, ainda, como sedativo, cicatrizante, antisséptico, digestivo e laxativo, ajudando no tratamento de gastrites e como expectorante, combatendo a tosse.

No uso externo, acelera a cicatrização da pele em feridas e queimaduras leves, além de ter uma importante função cosmética na limpeza e hidratação da pele e dos cabelos.

Além de sua qualidade como alimento, esse produto, dotado de inúmeras propriedades terapêuticas, é aproveitado pela medicina popular sob diversas formas e associações com fitoterápicos. Tanto o mel como os produtos dele derivados, como o própolis, a cera de abelha, geleia, e são utilizados há milhares de anos.



### Limpeza de pele

#### Ingredientes:

Mel

#### Modo de preparar:

- 1° lavar bem o rosto com água abundante.
- 2° usar mel líquido ou cristalizado para o embelezamento da pele
- 3° passar diretamente no rosto como uma máscara caseira e deixar por 15 a 30 min.
- 4° lavar bem o rosto

#### Indicação:

Esta máscara limpa profundamente a pele, eliminando cravos e espinhas, além de clarear a pele.



PH: 00099111 | Produzido na EmaterRS



# APICULTURA

## Utilização e Sustentabilidade

Informações:  
Escritórios Municipais  
Emater/RS-Ascar  
[www.emater.tche.br](http://www.emater.tche.br)

@EmaterRS  
[www.fb.com/EmaterRS](http://www.fb.com/EmaterRS)  
[www.youtube.com/EmaterRS](http://www.youtube.com/EmaterRS)

**EMATER/RS**  
*i social*

Convênio:  
Secretaria de Desenvolvimento  
Rural, Pesca e Cooperativismo

**Governo do Rio Grande do Sul**  
Promover a qualidade faz a diferença

O mel é usado como alimento, pelas pessoas e animais, desde a pré-história. No convívio com as abelhas (produtoras de mel) aprendemos a protegê-las dos enxames, instalando-as em colmeias racionais e manejando-as de forma que houvesse maior produção de mel.

A apicultura é uma atividade que inclui a criação, o manejo de abelhas e enxames, a extração e a comercialização de mel e seus produtos.

Essa atividade consolidou-se através dos tempos e se expandiu no mundo, tornando-se uma importante fonte de renda para a agricultura familiar. Com a criação das abelhas, além do mel, é possível explorar produtos como: pólen apícola, geleia real, abelhas rainhas, apitoxina, cera e própolis.

#### Utilização de produtos derivados

A utilização do mel, na nutrição humana, não deve se limitar a sua característica adoçante, como produto natural que substitui o açúcar, mas principalmente como um alimento de alta qualidade nutricional, rico em energia e inúmeras outras substâncias benéficas ao equilíbrio dos processos biológicos de nosso corpo.

#### Tabela de composição nutricional

Substância alimentar 100 g	Mel de abelhas
Calorias	321,5
Glicídios g	78,14
Proteínas g	0
Lipídios g	0
Cálcio mg	4
Fósforo mg	19
Ferro mg	0,70
Retinol mcg	10
Tiamina mcg	10
Riboflavina mcg	70
Niacina mg	0,200
Ácido Ascórbico mg	4,0

Fonte: Guilherme Franco - 9ª Edição, ano 2005

## RECEITAS

### Bolacha de mel

#### Ingredientes:

- 2 xícaras de mel
- 2 xícaras de açúcar
- 1/4 xícara de leite
- 1 colher (sopa) de bicarbonato de sódio
- 2 ovos
- Farinha de trigo até o ponto

#### Modo de fazer a massa:

- 1° misturar todos os ingredientes.
- 2° acrescentar a farinha até dar o ponto as bolachas.
- 3° levar para assar.

#### Ingredientes da cobertura:

- 3 xícaras de açúcar
- Água

#### Modo de fazer a cobertura:

- 1° colocar o açúcar e a água em uma panela, ferver até o ponto de calda grossa.
- 2° espalhar a calda quente sobre as bolachas.



### Mandolates

#### Ingredientes:

- 1 xícara de mel
- 1 1/2 xícara de açúcar
- 3 claras
- 2 pratos fundos de amendoim

#### Modo de fazer:

- 1° colocar o mel na panela para derreter.
- 2° bater as claras em neve, reservar.
- 3° quando começar a ferver, aos poucos, acrescentar as claras em neve, bem firme.
- 4° amassar os amendoins.
- 5° colocar o açúcar aos poucos, mexer até aparecer o fundo da panela, acrescentar os amendoins e mexer bem.
- 6° virar a massa em uma mesa, polvilhada com farinha de trigo.
- 7° passar o rolo de massa, deixar na espessura desejada.
- 8° cortar os mandolates e enrolar em papel manteiga.
- 9° guardar em potes bem fechados.



### Bolo de mel com ameixas

#### Ingredientes:

- 2 e 1/2 xícaras de farinha de trigo
- 3/4 xícara de açúcar mascavo
- 1 xícara de mel
- 1 xícara de leite
- 1/2 xícara de margarina
- 2 ovos
- 1 xícara de ameixas pretas (secas) picadas
- 1 colher (sopa) de fermento químico

#### Modo de fazer:

- 1° bater a margarina com o açúcar mascavo até virar um creme.
- 2° à parte, bater as claras em neve, e depois juntar as gemas e acrescentar essa mistura à margarina com o açúcar mascavo já batidos.
- 3° acrescentar aos poucos o mel, o leite e a farinha de trigo, sempre batendo.
- 4° bater até obter uma massa lisa e uniforme.
- 5° parar de bater e acrescentar as ameixas e o fermento químico, mexendo delicadamente.
- 6° colocar em uma assadeira untada e enfarinhada e levar ao forno por aproximadamente 45 minutos, em temperatura moderada.



### Pão de Mel

#### Ingredientes:

- 1 xícara de mel
- 3 ovos
- 2 xícara de açúcar
- 1 colher de salmãoiaco
- 1 pitada de sal
- 1 copo de chá de cravo e canela
- 1 xícara de óleo
- Farinha até o ponto (massa de bolo).

#### Modo de fazer:

- 1° Misturar todos os ingredientes, por último a farinha, obtendo uma massa semelhante á de bolo.
- 2° Assar em 180°.

