

pa, sucre, arrós, llegums, etc.

GINI FOGAR

En les hores històriques que vivim, creiem que la mel pot constituir una reserva de valor inestimable, tenint en compte que la major part de sucre que consumim ve de l'estranger. No sols serà convenient usar-la com edulcorant, atesa la potència que té en aquest sentit, superior a molts sucres, sinó que pot substituir la majoria dels aliments hidrocarbonats, des del pa i les patates, fins als llegums secs. Vegi's, si no, la composició promitja de la mel:

Hidrocarbonats (sucres diversos)	75 grams	} per cent
Albúmines	1 gram	
Aigua	22 grams	

Altres substàncies (fòsfor, cera, goma), quantitat variable.

en la qual veiem que conté igual tant per cent d'hidrocarbonats que la majoria de llegums i que, en canvi, li manquen gairebé les albúmines, de les quals els llegums i el pa en contenen del 10 al 20 per 100. Cosa que no presenta cap dificultat per als menús minimal, que en altres llocs d'aquest número i successius publicarem.

Per a les criatures poden fer-se amb la mel aliments excel·lents com feien els antics romans: una barreja de mel i llet, la primera en proporcions progressivament creixents, és un aliment complet de primer ordre. Així ho fan al Sanatori d'Ämden, al Cantó suís de Saint-Gall, on la doctora Emrich ha fet curioses observacions sobre el valor nutritiu i vitamínic de la mel, arribant a nodrir moltes criatures exclusivament amb llet i mel durant llargues temporades, amb la qual cosa augmenten ràpidament de pes. El doctor King, d'Illinois, als Estats Units, diu que aquest efecte és degut a l'abundància de vitamina B que conté la mel. En la preparació de plats farinacis, lactofarinacis i postres per a les criatures, és, doncs, formalment aconsellable.

Naturalment que cal procurar que la mel sigui el més pura possible i no falsificada, com es fa sovint, amb glucosa, melassa, farina, etc., en el qual cas les propietats canvien molt. No és convenient que tingui més d'un 20 per cent d'aigua. Si en té més, generalment és falsificada. Per a comprovar-ho,

es posen en una càpsula 2 a 3 grams de mel barrejats amb 5 a 10 grams de sorra marina calcinada i s'asseca al foc movent contínuament amb una vareta de vidre. La mescla de glucosa es demostra pel fet que aquesta conté una petita quantitat de guix i de dextrina, cosa que fàcilment pot descobrir-se per anàlisi químic. Cal adquirir-la en cases de confiança.

El gust de la mel, així com la seva composició, varia segons les flors que han xuclat les abelles, si bé dintre límits estrets. Una de les més preferides es la de romaní, ja considerada selecta pels antics romans, que distingien una gran varietat segons les flors de la comarca, que la feien variar enormement de preu. La de ginesta no és tan preferida. Allà on abunden els boixos, generalment és un xic amarga.

Creiem que fóra una mesura de previsió molt encertada que per qui correspongui s'estimulés la nostra pagesia perquè donés un increment el més intens possible a la producció de mel, posat que de matèria prima no ens en falta a Catalunya, i la seva obtenció és d'una barator inigualable. Fóra un gran estalvi de sucre de canya o remolatxa que ho agrairia considerablement l'economia general del país.