



Sabías que...

- La miel es un alimento natural producido por las abejas obreras a partir del néctar de las flores que ellas mismas recogen, transforman y combinan con sustancias propias y almacenan en los panales hasta su maduración.
- El color de las miles depende de las flores que visitaron las abejas.
- El estado de la miel es líquido, sólido o cremoso y su cristalización es un proceso natural.

¿Por qué es bueno consumir miel?

- Es fuente de energía rápidamente disponible por su composición de azúcares. Su consumo es recomendable antes de realizar ejercicio físico.
- Posee antioxidantes, vitaminas y minerales.
- Es un endulzante natural.
- Facilita la digestión y la metabolización de otros alimentos.

Secretaría de Agricultura,
Ganadería y Pesca



Ministerio de Economía
Argentina



Para tener en cuenta

- Es importante aprender a leer los rótulos así elegiremos correctamente los alimentos sobre la base de los requerimientos y gustos personales.
- Al comprar miel lea atentamente la etiqueta para asegurarse que el producto sea miel verdadera.

Cómo elegir una buena miel

- La miel tiene una etiqueta que dice 'miel' y el único ingrediente posible es 'miel'.
- La cristalización es un proceso natural de la miel.
- Puede haber mieles líquidas, sólidas o cremosas.
- El color de las mieles varía dependiendo de las flores que visitaron las abejas.



Abeja y ambiente

- La abeja forma parte de los 40.000 polinizadores que existen en el mundo, asegurando la biodiversidad de los ecosistemas.
- Las colonias de abejas pueden utilizarse como indicador de la salud ambiental.
- Con el cuidado y trabajo de las colonias de abejas, las y los apicultores aseguran la disponibilidad del insecto, para la polinización de los cultivos y la floración natural.
- Es esencial que protejamos a polinizadores, entre ellas las abejas para contribuir al mantenimiento de la biodiversidad y seguridad alimentaria.



Datos a tener en cuenta

Denominación: MIEL

Contenidos netos

Identificación de Origen

Lote

Ingredientes

Fecha de Vencimiento

Información Nutricional

No suministrar a niños menores de 1 año



RNE

Registro Nacional de Establecimiento.

El RNE forma parte de la identificación del origen. Datos del elaborador, fraccionador o titular de marca, país de origen y número de registro.

RNPA

Registro Nacional de Producto Alimenticio.

Optativo.

El RNPA en nuestro país no es obligatorio por normativa al día de la fecha.

En nuestra web Alimentos Argentinos en la sección de rotulado se encuentra publicada la Guía de Rotulado y conceptos importantes para armar un rótulo con la información obligatoria.
<http://www.alimentosargentinos.gob.ar/HomeAlimentos/Nutricion/rotulado.php>

Secretaría de Agricultura,
Ganadería y Pesca



Ministerio de Economía
Argentina