

ΜΕΛΙ: Ιστορική αναδρομή



Η ιστορία του μελιού ξεκινά από τους αρχαίους χρόνους, όπου κατείχε ξεχωριστή θέση. Αντιμετωπιζόταν σαν φυσικό και υγιεινό προϊόν, απαραίτητο στοιχείο της διατροφής και όχι συμπλήρωμα. Από αποσπασματικές πληροφορίες για τη σύνθεση των γευμάτων των αρχαίων Ελλήνων βλέπουμε ότι το μέλι περιλαμβάνεται στο καθημερινό διαιτολόγιο τους είτε μόνο του, είτε σαν ύλη παρασκευής σε σάλτσες και διάφορα γλυκά.



Το αρχαιότερο πρόσωπο το οποίο εμφανίζεται στο χώρο της μελισσοκομίας είναι ο Αρισταίος, γιος του Απόλλωνα και της νύμφης Κυρήνης, που ανατράφηκε – σύμφωνα με τον μύθο- με νέκταρ και αμβροσία για να γίνει αθάνατος. Στους ιστορικούς χρόνους συναντούμε συγγράμματα του Ιπποκράτη, του Αριστοτέλη και του Δημόκριτου που αναφέρονται στις ευεργετικές ιδιότητες του μελιού στην υγεία και τη μακροζωία, ενώ ο Πυθαγόρας και οι οπαδοί του είχαν το μέλι ως την κύρια τροφή τους. Πίστευαν πως έχει αντισηπτικές και φαρμακευτικές ιδιότητες και για τον λόγο αυτόν το χρησιμοποιούσαν για να ταριχεύουν τους νεκρούς τους. Αναφέρεται δε πως η σωρός του Μεγάλου Αλέξανδρου ταριχεύτηκε με αυτό τον τρόπο.

Έθιμα & παραδόσεις



Όπως και στη αρχαιότητα, έτσι και σήμερα, το μέλι έχει και συμβολική σημασία. Πιο αναλυτικά:

- Το μέλι το χρησιμοποιούσαν στις γιορτές ως σύμβολο γονιμότητας και ευζωίας.
- Μέλι με καρύδια και παστέλια προσφέρονται στους νεόνυμφους και στους καλεσμένους.
- Στην Κρήτη γλυκό του γάμου είναι ένα τηγανητό ζυμάρι με μέλι (ξεροτήγανο).

- Στη Ρόδο την παραμονή του γάμου φτιάχνουν μελεκούνια, ένα γλυκό με μέλι, σουσάμι και ανθόνερο.
- Ψωμιά ζυμωμένα με μέλι δίνουν στις λεχώνες.
- Τηγανίτες και ομελέτες με μέλι προσφέρονται στα κοιμητήρια μετά το Πάσχα για την ανάπαυση των ψυχών.
- Για το καλό του χρόνου οι νοικοκυρές τοποθετούσαν στο τραπέζι ξηρούς καρπούς, ένα κλαδί ελιάς και μία κούπα μέλι.
- Τα γλυκά των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς είναι με μέλι: μελομακάρονα, δίπλες, ακόμη και γλυκά ψωμιά.

· Σε όλη την Κρήτη νύφη και γαμπρός επιβάλλεται να τρώνε μια κουταλιά από καρύδια και μέλι κατά την τέλεση του γάμου. Σε πολλά όμως χωριά υπάρχει το έθιμο να προσφέρουν καρύδια και μέλι στους καλεσμένους (Δαφερέρα Τέση, Ελλήνων Διατροφή Μέτρον Άριστον, εκδόσεις Γραφίδα, Αθήνα 2001).

· Απαραίτητα για το τραπέζι των εορτών είναι τα μελίπηκτα γλυκίσματα, σύμβολα ευτυχίας και αφθονίας: οι δίπλες, οι λουκουμάδες, τα ξεροτήγανα, τα μελομακάρονα, τα λουκούμια, οι μπακλαβάδες, οι καρυδόπιτες και οι καρποί όπως τα ρόδια, τα κάστανα, τα αμύγδαλα και τα καρύδια («Αρχέστρατος», Κέντρο για τη Διάσωση και Διάδοση των Ελληνικών Γαστρονομικών Παραδόσεων, Ελληνική Γαστρονομία, Ελληνικός Οργανισμός Τουρισμού, Αθήνα 1999).

Γράφει η [Βάσια Μανίκα](#), κλινική διαιτολόγος- διατροφολόγος