



ON A TESTÉ... LES MIELS

Suaves ou corsés, ces produits naturels et ancestraux séduisent par leur caractère, leurs atouts santé et leurs multiples usages. Après une séance de dégustation joyeuse et collante, voici notre sélection argumentée... Le nec plus ultra des nectars!

Produit 100 % naturel, le miel décline ses couleurs séduisantes, du blond à l'ambré, du brun au doré, mais aussi ses textures surprenantes, du soyeux au compact, du crémeux au liquide... Quant aux saveurs, là encore, le champ des déclinaisons est très vaste... et c'est ce qui fait la richesse et l'intérêt de ce produit unique, humblement fabriqué par les abeilles.

En France, 40 000 tonnes de miel sont consommées chaque année, dont seulement la moitié est d'origine française. À cause de la disparition d'un grand nombre d'abeilles, le recours à l'importation est nécessaire, avec de fortes disparités en termes de qualité et de prix. Attention donc aux étiquettes, qui doivent mentionner la provenance : France, Union européenne ou extérieure à l'UE. Trois miels français (Corse, sapin des Vosges, Alsace) bénéficient d'une appellation d'origine contrôlée (AOC) et celui de Provence, d'une IGP (indication géographique protégée). Quant au miel de lavande, il est doté d'un Label rouge.

Le miel se déguste au naturel, entre dans la composition de nombreuses pâtisseries (nougat, pain d'épices...), s'invite en cuisine pour des préparations sucrées-salées ou sert d'édulcorant dans des boissons chaudes. Il possède un pouvoir sucrant supérieur à celui du sucre, tout en étant moins calorique et mieux assimilé par l'organisme. Considéré comme la nourriture des dieux dans l'Antiquité, il a des vertus thérapeutiques reconnues – anti-infectieux, antispasmodique, stimulant digestif, notamment.

LE PRINCIPE RETENU

Nous avons dégusté en aveugle 18 miels, répartis en 3 catégories : miels polyfloraux, aussi appelés «toutes fleurs» ou «mille fleurs»; miels d'une essence particulière (en l'occurrence : thym, lavande, châtaignier, tilleul, pommier); miels liquides. Parmi les produits testés figuraient des miels artisanaux produits par des apiculteurs indépendants, des miels bio, ainsi que d'autres proposés par des marques industrielles ou de distributeurs. **F.D.**



Miels poly floraux

EN DÉGUSTATION, DANS UN THÉ
OU UNE TISANE,...

Miel de printemps, Les **miels** de Joyeuse 6,50 € le pot de 250 g

La jolie couleur caramel clair séduit d'emblée, tandis que la texture fluide nappe élégamment la cuillère. En bouche, ce miel dégage un parfum subtil, d'une richesse diversifiée. L'étiquette nous apprend que ces abeilles-là, au cœur des Cévennes ardéchoises, ont butiné du trèfle, de l'aubépine, de la bruyère blanche, entre autres... Un savoureux résultat, ni agressif ni passe-partout, qui évoque les friandises au miel grâce à son tempérament fleuri.

Miel de maquis de printemps, miel de Corse Valentini 9,50 € env. le pot de 350 g

Force et caractère s'imposent avec ce miel. Dans la couleur d'abord, ambrée, sombre, intense. À la dégustation ensuite, grâce à un goût puissant, suave et corsé, aux fortes notes boisées. Les parfums des fleurs du maquis de l'île de Beauté emportent les suffrages des vrais amateurs de miel, tandis que les palais plus timorés regrettent une pointe d'amertume.

Miels d'UNE ESSENCE PARTICULIÈRE

POUR TOUS USAGES (TARTINE,
CAKE, VIANDES CARAMELISÉES...)

Miel de lavande, Lune de Miel 7 € env. le pot de 375 g

Tout d'abord, la tendre couleur blond crème et l'onctuosité généreuse mettent en de bonnes dispositions. Les gourmands et amateurs de suavité ne sont pas déçus tant l'impression de douceur domine, renforcée par un crémeux qui s'attarde en bouche. Extrêmement aromatique, ce miel-là dispense, par ses accents fleuris, fruités – notamment citronnés –, les caresses du soleil provençal qui a veillé sur lui.

Miel de thym, Le Manoir des Abeilles 4,90 € env. le pot de 350 g

Celui-ci ne joue pas dans la même cour que le précédent : adieu les séducteurs câlins, bonjour les francs du collier ! Son odeur, rustique, peut évoquer les parquets ou meubles cirés d'antan. Sous sa couleur dorée, un goût très marqué, autoritaire et ambitieux. On ne s'imagine pas en manger des tartines mais on voit déjà quel profit pourraient en tirer des filets mignons destinés à être caramélisés...



Miels liquides

DANS UN YAOURT, SUR UNE CRÊPE,
OU POUR LA CONFECTION DE GÂTEAUX

Miel d'oranger, Monoprix Gourmet 4,40 € le pot de 500 g

D'une belle teinte jaune d'or tirant sur l'orangé, ce miel, comme tous ceux de cette catégorie, s'écoule de la cuillère en un filet souple et fluide. À la dégustation, il dégage un agréable parfum particulièrement fleuri. Bien sucré et très gourmand, il est consensuel et plaira sans nul doute aux enfants. Idéal sur une crêpe, une gaufre, ou pour dessiner un beau dessin sur le dessus du fromage blanc...

Miel d'acacia, Côté Miel 5 € env. le pot de 375 g

Magnifique ! La couleur, lumineuse, brillante, limpide voire translucide, est l'un des points forts du miel d'acacia. Sa fluidité élégante en est un autre. Il se distingue ensuite par une douceur très marquée, accentuée par sa forte teneur en sucre – « trop sucré ! », notent certains membres du jury. On l'aime pourtant pour ses notes florales, chaudes et fruitées... à déguster comme un bonbon, avec modération !

