

Essbare Insekten: Nachhaltiger Fleischersatz oder bloß eine Nische?

Insekten als Lebensmittel gewinnen an Bedeutung. Doch wie sicher sind sie, und welche Vorteile bieten sie als nachhaltige Alternative zu Fleisch? Ein Überblick über Zulassung, Nährwerte und gesetzliche Vorgaben in Österreich und der EU.



Bild: Pixabay

Insekten als Nahrungsmittel sorgen in Europa noch immer für gemischte Reaktionen. Während sie in vielen Ländern der Welt längst als alltägliche Proteinquelle dienen, sind sie hierzulande noch ein ungewohnter Anblick auf dem Teller. Doch mit den jüngsten Zulassungen durch die Europäische Union und der wachsenden Nachfrage nach nachhaltigen Alternativen zu Fleisch steigt das Interesse an Insekten als mögliche Proteinquelle. Besonders Produkte auf **Insektenbasis** als Ersatz für herkömmliche Fleischprodukte rücken dabei zunehmend in den Fokus der Lebensmittelindustrie.

Hier finden Sie alle Infos von der AGES

Ein umweltfreundlicherer Weg der Proteinproduktion?

Die konventionelle Fleischproduktion ist mit enormem Ressourcenverbrauch verbunden. Massentierhaltung benötigt große Mengen an Wasser, Futter und Land, während sie gleichzeitig erhebliche Mengen an Treibhausgasen freisetzt. Insekten hingegen bieten eine nachhaltige Alternative: Sie benötigen weniger Futter, weniger Wasser und weniger Platz – und produzieren dabei weitaus weniger CO₂. Gerade in Zeiten des Klimawandels könnte das ein entscheidender Vorteil sein.

Doch wie sieht es mit dem Nährwert aus?

Insekten enthalten alle essenziellen Aminosäuren, sind reich an Omega-3-Fettsäuren, B-Vitaminen und wichtigen Mineralstoffen wie Eisen und Zink. Viele Produkte nutzen inzwischen Insektenmehl als Hauptbestandteil, um daraus Burger-Patties, Würste oder andere Fleischersatzprodukte herzustellen. Geschmacklich sollen diese Alternativen an herkömmliche Fleischprodukte heranreichen – mit dem Vorteil eines deutlich besseren ökologischen Fußabdrucks.

Akzeptanz und Vorurteile: Sind wir bereit für Insektenfleisch?

Obwohl der nachhaltige Aspekt überzeugt, bleibt die Frage: Sind Konsumenten bereit, Insektenprodukte in ihren Speiseplan zu integrieren? Studien zeigen, dass viele Menschen noch immer eine Abneigung gegenüber Insekten als Nahrung haben. Der Gedanke, ein Insekten-Burger zu essen, ist für viele ungewohnt. Doch je mehr diese Produkte als normale Alternativen im Handel präsent sind, desto größer wird die Akzeptanz. Tatsächlich steigt das Interesse besonders unter jüngeren, ernährungsbewussten Konsumenten.

Dabei spielt auch die Art der Verarbeitung eine große Rolle. Während ganze Insekten für viele eine Hürde darstellen, sind Mehle oder Pulver, die in Burgern oder Fleischersatzprodukten verarbeitet werden, leichter akzeptabel. Tatsächlich enthalten einige herkömmliche Proteinriegel oder Backwaren bereits kleine Mengen an Insektenmehl – oft, ohne dass Verbraucher es direkt bemerken.

Gesetzliche Vorgaben und Sicherheit

Seit der EU-Zulassung für Insekten als "neuartige Lebensmittel" müssen Hersteller strenge Vorgaben einhalten. Bevor ein Produkt auf den Markt kommt, wird es von der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) geprüft. Dabei wird untersucht, ob es gesundheitliche Risiken gibt – etwa durch mögliche Allergene oder Kontaminanten.

Zudem gelten klare Kennzeichnungsvorschriften: Verbraucher müssen auf einen Blick erkennen können, ob ein Produkt Insekten enthält. Das betrifft sowohl die Zutatenliste als auch mögliche Allergiehinweise, da Menschen mit einer Krebstierallergie auf Insekten ähnlich reagieren können.

Wie wird in Österreich sichergestellt, dass die Lebensmittel mit Insekten entsprechend den Vorgaben in Verkehr gebracht werden?

Bei essbaren Insekten handelt es sich um „Lebensmittel“, definiert entsprechend der **EG-Basisverordnung (EG) Nr. 178/2002** gem. Art. 2. In Österreich gilt für Unternehmer:innen, die diese Tiere in Verkehr bringen wollen, der Rechtsrahmen des österreichischen Lebensmittelsicherheits- und Verbraucherschutzgesetz (**LMSVG**). Die Lebensmittelunternehmer:innen sind auf allen Produktions-, Verarbeitungs- und Vertriebsstufen verantwortlich dafür, dass die Lebensmittel oder Futtermittel den Anforderungen des

Lebensmittelrechts entsprechen.

Die Verordnung **(EU) 2017/625** regelt amtliche Kontrollen und weitere behördliche Maßnahmen zur Einhaltung des Lebens- und Futtermittelrechts sowie der Vorschriften zu Tiergesundheit, Tierschutz, Pflanzengesundheit und Pflanzenschutzmitteln auf EU-Ebene. In Österreich erfolgen diese Kontrollen auf Grundlage des **LMSVG** (Lebensmittelsicherheits- und Verbraucherschutzgesetzes) und orientieren sich am Vorsorgeprinzip sowie einem risikobasierten Ansatz. Ziel ist es, die Lebensmittelsicherheit zu gewährleisten und Verbraucher:innen vor irreführenden Angaben zu schützen. Der Import von für den menschlichen Verzehr bestimmten Insekten aus Drittstaaten ist nur zulässig, wenn diese aus den in Anhang XV der **Verordnung (EU) 2021/405** aufgeführten Ländern stammen. Aktuell gehören dazu Kanada, die Schweiz, das Vereinigte Königreich, Thailand, Vietnam und Südkorea.

Gibt es Richtlinien für die Herstellung von Insekten als Lebensmittel?

Die österreichische Leitlinie für gezüchtete Insekten als Lebensmittel bietet eine Orientierung für Produktion, Vertrieb, Lebensmittelsicherheit und behördliche Überwachung. Sie enthält von Expert:innen festgelegte Kriterien und Untersuchungsparameter, die sicherstellen sollen, dass gezüchtete Insekten als Lebensmittel gesundheitlich unbedenklich sind.

Leitlinien für gezüchtete Insekten als Lebensmittel - herausgegeben vom Bundesministerium Sozial, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz

Insekten als Alternative für die Zukunft?

Ob Insektenfleisch tatsächlich eine Alternative zu herkömmlichen Fleischprodukten werden kann, hängt von

mehreren Faktoren ab. Der ökologische Vorteil ist unbestritten, doch es braucht noch Zeit, bis sich diese Produkte im Markt etablieren. Die Bereitschaft der Konsumenten steigt jedoch stetig, insbesondere wenn Insekten in Form von Fleischersatzprodukten auf den Markt kommen, die in Geschmack und Konsistenz an bekannte Lebensmittel erinnern.

Fest steht: Die Lebensmittelindustrie setzt zunehmend auf Insekten als nachhaltige Proteinquelle. Sie könnten eine wichtige Rolle in der Ernährung der Zukunft spielen - ob als Proteinergänzung oder als Alternative für klassische Fleischprodukte. Die Entscheidung, ob Insekten in der eigenen Ernährung Platz finden, bleibt jedem selbst überlassen. Doch wer nach einer nachhaltigen und nährstoffreichen Alternative sucht, sollte einen Blick auf diese innovativen Produkte werfen.

<https://youtu.be/mGTHuPq79DA?si=V3eipPbIRb7zN4cE>

Besuchen Sie uns auf: fleischundco.at