

Insekten im Essen: Keine Angst vor bösen Überraschungen

Ebenso wie alle anderen Zutaten, sind Insekten in Lebensmitteln kennzeichnungspflichtig.



*Trotz anhaltender Teuerungen zeigt sich der Handel vorsichtig optimistisch.
© J. Rawson-Harris / Unsplash*

Seit Ende Januar erlaubt die EU neue Insekten als Zutat

Seit dem 24. Und 26. Januar 2023 gestattet die EU bis zu 10% Insektenpulver als Beimengung zu Nahrungsmitteln. Die Zutat darf aus gefrorenen und getrockneten sowie entfetteten Larven der Buffalowürmer und ebenso behandelten Hausgrillen bestehen. Beide Insekten werden vorher zu einem feinen Pulver zermahlen.

In welchen Produkten darf das Insektenpulver enthalten sein

Hausgrillenpulver darf man künftig, laut EU, in Backmischungen, Keksen, Crackern, Soßen, Pizzen, Brot, Fleischprodukten und Fleischersatzprodukten vorfinden.

Die gemahlene Larven der Buffalowürmer dürfen in fertige Sandwiches, Porridge, Nudeln, Brot und Gebäck, Chips und in Fleisch- und Fleischersatzprodukte hinein.

Die Insektenart ist in der Zutatenliste zu finden

Da die genaue Kennzeichnung für Insektenbestandteile in Lebensmitteln noch auf sich warten lässt, sind alle Reglementierungen zu dem sog. „**Novel Food**“ derweil im Übergang. So kann man auch nicht auf den ersten Blick sehen, ob in einem Produkt Insektenpulver verwendet wurde. Doch müssen schon jetzt die Insektenarten in der Zutatenliste genau aufgeführt sein.



So unscheinbar sieht Insektenmehl am Ende aus. © Shutterstock

Was genau auf dem Produkt steht

So findet man eventuell dort eingangs Formulierungen wie „teilweise entfettetes Pulver aus ...“ oder „getrocknete Larven/Pulver aus Larven von ...“ und dann die Insektenart. So heißt die Hausgrille auf Latein „*Acheta domesticus*“, die Larven der Buffalowürmer „*Alphitobius diaperinus*“, die Wanderheuschrecke „*Locusta migratoria*“ und die Larven des gelben Mehlwurms „*Tenebrio molitor*“.

Warum wir künftig Insekten essen sollten

Weltweit gibt es über 2000 essbare Insektenarten, aber für viele Menschen sind die Krabbeltierchen viel eher ein Ekel- als ein Genussfaktor. Doch diese neue Ernährungszutat hat auch viele Vorteile. Insekten liefern sehr viel Protein, hochwertiges Fett und ganz viele Mineralstoffe und Vitamine. Und sind dabei absolut nachhaltig in der Produktion. Als Zutat eignen sie sich wunderbar, da sie fast neutral – höchstens leicht nussig schmecken.



Nudeln dürfen künftig Insektenmehl enthalten. © snackinsects pasta

Produkte mit Insekten sind weder vegan noch preisgünstig

Im Prinzip darf Insektenpulver auch in Fleischersatzprodukten eingesetzt werden, dabei muss es aber auch wieder deklariert werden. Vegan ist das selbstverständlich nicht, denn Insekten sind natürlich auch Tiere. Und da den bei einer Marktstichprobe erhobenen durchschnittlichen Preisen wurden mehr als 43 Euro pro 100 Gramm Insektenpulver ausgerechnet. So werden

insektenhaltige Lebensmittel auch weiterhin ein relatives Nischendasein führen und nicht alle Supermarktregale überschwemmen.

AllergikerInnen aufgepasst!

Falls man allerdings eine bestehende **Hausstaubmilben-Allergie**, eine **Histaminintoleranz** oder eine Unverträglichkeit auf Schalen- und Krustentiere hat, ist hier unbedingt Vorsicht geboten. Es könnten beim Verzehr von Insekten unangenehme allergische Reaktionen auftreten. Entsprechende Hinweise sind auf der Verpackung der Produkte jedoch verpflichtend.

Hier finden Sie eine Liste aller in der EU zugelassenen neuartigen Lebensmittel.

Besuchen Sie uns auf: fleischundco.at