

Considérée comme une exception dans la culture Européenne, la consommation d'insectes se révèle être la règle dans de nombreuses régions du monde. En effet, la viande étant trop peu disponible dans certaines parties du globe, la **consommation d'insectes** s'est imposée naturellement comme une alternative efficace. Mais pourquoi nous Européens devrions-nous nous manger des insectes et donc modifier nos habitudes alimentaires alors que nous disposons de source de viandes abondantes ? La question mérite d'être posée. Vous trouverez par la suite de nombreux éléments sur le thème de l'**entomophagie** qui permettront à chacun de se forger sa propre opinion sur ce sujet.

1. Des aliments riches en protéines

2. Une solution pour nourrir 9 milliards d'individus d'ici 2050

3. Un élevage avec un faible impact environnemental

4. Une source plus sûre de nourriture

5. Un taux de conversion inégalé

6. Une alternative aux productions animales intensives

7. Participe au maintien de la biodiversité

8. Une variété de goûts et de formes

9. Une pratique ancestrale

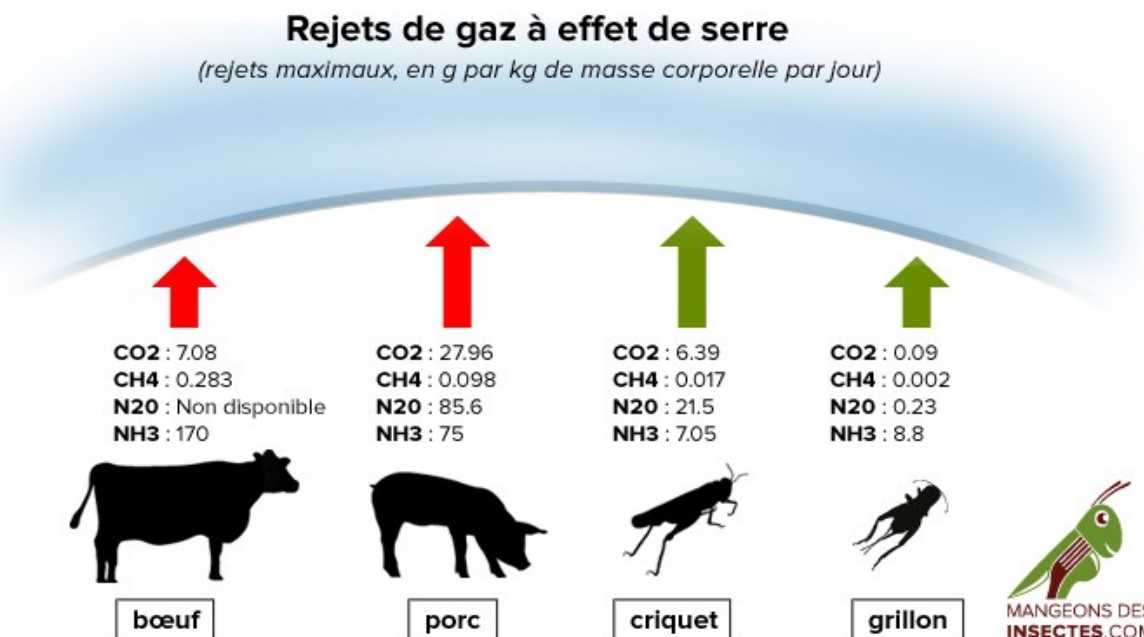
## **1. Des aliments riches en protéines**

Les protéines sont à la base du fonctionnement du corps. D'après des études scientifiques, le taux de protéines des insectes comestibles est supérieur à celui des végétaux ainsi qu'à celui des viandes, œufs et volailles vendus dans le commerce. Il peut atteindre 75% sur extrait sec.

## **2. Une solution pour nourrir 9 milliards d'individus d'ici 2050**

Si manger des insectes se pose aujourd'hui en tant que question, il se pourrait que cette question devienne une évidence et une nécessité dans les décennies à venir. Nous serons 9 milliards sur terre en 2050. Pour satisfaire les besoins, la production mondiale de viande va devoir doubler. Cependant, les surfaces agricoles ne seront pas suffisantes pour assurer une telle production. La production et la consommation d'insectes se révèlent être une solution 100 % naturelle pour répondre à ce défi.

### 3. Un élevage avec un faible impact environnemental

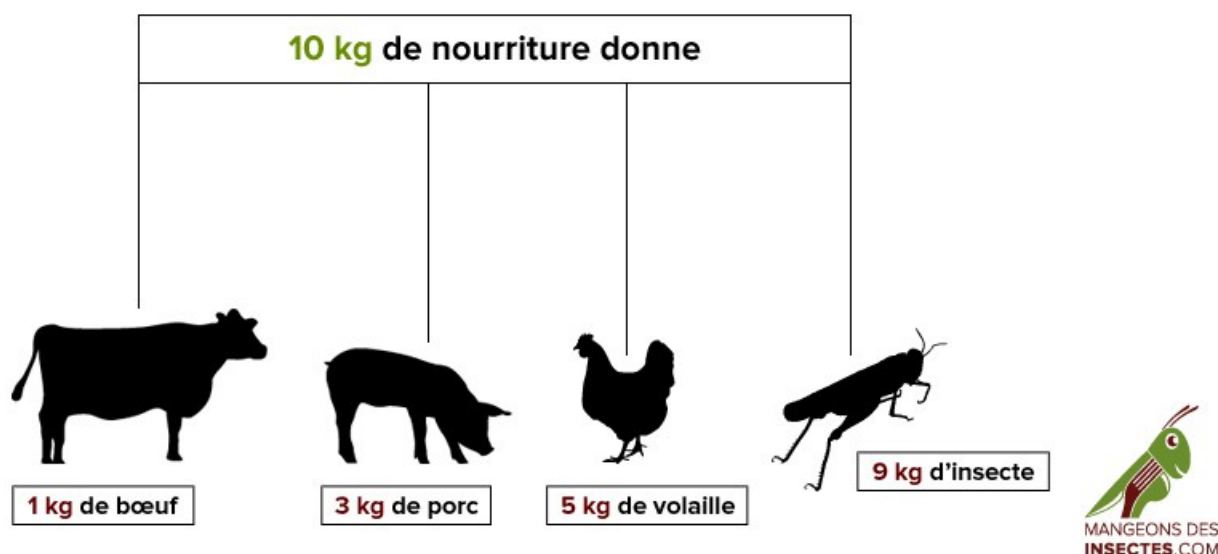


La production de gaz à effet de serre est considérée comme une cause prédominante du changement climatique. Les gaz à effet de serre les plus importants sont le dioxyde de carbone (CO<sub>2</sub>), le méthane (CH<sub>4</sub>) et l'oxyde nitreux (N<sub>2</sub>O). Les élevages traditionnels pour la production de viande contribuent fortement aux émissions anthropogéniques de ces gaz. Ces élevages produisent aussi une grande quantité d'ammoniac (NH<sub>3</sub>) responsable de l'acidification et de la nitrification des sols. Les chercheurs de l'Université de Wageningen (Pays-Bas) ont récemment montré que l'élevage d'**insectes comestibles** comme les criquets, les grillons et les vers de farine produisait beaucoup moins de gaz polluants comme le méthane et l'oxyde de nitrate que les élevages porcins et bovins. Produire un kilo de vers de farine entraîne l'émission de 10 à 100 fois moins de gaz à effet de serre que produire un kilo de viande de porc. A poids égal, le cochon produit 8 à 12 fois plus d'ammoniac que les criquets et jusqu'à 50 fois plus que les sauterelles. L'**élevage d'insectes** est ainsi une alternative pour la production de protéine animale à faible impact environnemental.

### 4. Une source plus sûre de nourriture

Le Dr. Dicke est entomologiste à l'Université de Wageningen aux Pays-Bas et étudie avec son équipe les insectes en tant que source de nourriture pour l'Homme. Selon lui, une des raisons majeures de consommer des insectes serait que les insectes en tant qu'aliments transmettraient moins de maladies vers l'Homme comparé aux sources de viande traditionnelle. La raison ? Les animaux traditionnels que nous consommons sont beaucoup plus proches des humains dans l'arbre de l'évolution que les insectes. Les humains et les animaux d'élevages traditionnels ont beaucoup de maladies communes. Ainsi, de nombreuses maladies qu'on retrouve chez les animaux traditionnels peuvent se développer en mutant chez l'Homme. Les récentes gripes aviaires et porcines en sont un parfait exemple.

## 5. Un taux de conversion inégalé



Les animaux ne transforment pas toute la nourriture qu'ils ingèrent pour grossir et se développer. Une partie est notamment utilisée par les animaux pour se chauffer. Les insectes ne produisant pas de chaleur, la majorité de ce qu'ils ingèrent est dédiée à la croissance. En effet, avec 10 kg d'aliments, vous produisez 1 kg de viande bovine, 3 kg de viande porcine, 5 kg de volaille et 9 kg d'insecte. Ainsi, produire de grosses quantités de protéines nécessite moins de produits agricoles.

## 6. Une alternative aux productions animales intensives

Beaucoup d'élevages porcins, bovins et de volailles pratiquent l'élevage intensif pour augmenter le rendement et répondre à la demande. 80 % des poules soit 36 millions d'individus sont élevées de cette manière. Cette pratique se traduit notamment par une forte densité d'animaux et un environnement très différent du milieu naturel des animaux. Les élevages en batteries confinent les animaux dans des cages et l'espace disponible est réduit au minimum vital. La forte promiscuité des individus engendre plusieurs types de problème. Des maladies apparaissent fréquemment et entraînent l'utilisation massive d'antibiotiques et d'anxiolytiques. Certains animaux comme les poules peuvent développer des anomalies du comportement (excès d'agressivité,...). Avec l'élevage, le transport et l'abattage des animaux peuvent aussi être sources de problèmes dans certains cas. Le transport peut engendrer des blessures comme des fractures chez les poules.

## 7. Participe au maintien de la biodiversité

Plusieurs études scientifiques ont permis de mettre en évidence des liens entre l'entomophagie et le maintien de la biodiversité. Au Malawi, la consommation et la récolte contrôlée d'une espèce de chenille ont permis la sauvegarde de leur arbre hôte et ainsi la préservation de la chenille. Même si les élevages d'insectes à des fins alimentaires ont tendance à se développer, une grande majorité des espèces **d'insectes consommées** en Asie ou en Afrique provient de prélèvements en milieux naturels. Non contrôlés, ces prélèvements peuvent mettre en danger les espèces. L'élevage permet de réduire les prélèvements en milieu naturel par un approvisionnement fiable en insectes comestibles. L'élevage peut aussi réduire la pollution organique en recyclant les déchets agricoles et forestiers dans de l'alimentation de haute qualité.

## 8. Une variété de goûts et de formes

On compte aujourd'hui près de 1400 espèces d'**insectes consommés** par l'être humain. La liste peut être consultée via [ce lien](#). Beaucoup de ces insectes comestibles sont des insectes familiers que l'on côtoie depuis toujours. Fourmis, termites, grillons, criquets, chenilles et sauterelles sont par exemple des mets de choix dans de nombreux pays. Les insectes peuvent être déclinés à toutes les sauces : vivant, nature, frits ou bouillies, caramélisés, seuls ou accompagnés. On leur associe des goûts très diversifiés, allant de la noix pour les vers de farine au gorgonzola pour les nêpes. Dans le nord-est de la Thaïlande, une étude révèle que 75% des personnes interrogées invoque le goût comme principales raisons de manger des insectes. De la fourmi minuscule à la punaise d'eau géante, la taille et la forme des insectes comestibles est d'une richesse incomparable. Seule l'imagination peut limiter les combinaisons de goût et de formes qui peuvent être créées. Ingrédients dans de nombreux plats, les insectes comestibles se retrouvent comme condiments, en apéritifs, en plats principaux ou en dessert. Dans l'île de Bornéo, des fourmis sont mélangés avec du chili et du sel pour être utilisées comme condiments de certains plats.

## 9. Une pratique ancestrale

La **consommation d'insectes comestibles** ne constitue pas une pratique nouvelle en Europe. On trouve en effet des traces de cette pratique depuis l'Antiquité. Le philosophe grec Aristote (384-322 avant J.C.) faisait déjà l'éloge des nymphes de cigales en les décrivant comme ayant une saveur exquise. Les romains quant à eux se délectaient des larves de scarabées. La bible et le Coran mentionne la **consommation d'insectes**. Au 18ème siècle, on prêtait à la consommation de certains insectes des vertus médicinales.

1. *Des aliments riches en protéines et pauvres en graisses (saturées)* // Source : Chen and Feng 1999; Yang 1998; Hu 1996; DeFoliart 1992; Mitsuhashi 1992; Comby 1990; Ramos-Elorduy and Pino 1989.

2. *Des qualités nutritionnelles importantes* // Source : FAO Edible forests insects : The nutritional value of fourteen species of edible insects in southwestern Nigeria. Banjo., A.D., Lawal, O. A.\* and SONGONUGA., E. A..Department of Biological Sciences, Olabisi Onabanjo University, P.M.B. 2002, Ago-Iwoye, Nigeria. African Journal of Biotechnology Vol. 5 (3), pp. 298-301, 2 February 2006.

4. *Un élevage avec un faible impact environnemental* // Source : Ooninx et al., 2010.

8. *Participe au maintien de la biodiversité* // Source : Munthali et Mughogho, 1992 ; DeFoliart, 1997 ; Hardouin, 2003.

9. *Une variété de goûts et de formes* // Source : Hanboosong et al., 2000.