

couvrent plus de 100 % des apports journaliers recommandés en minéraux et en vitamines. Comparativement, les viandes de bœuf, poulet et porc contiennent entre 5 et 8 mg de calcium pour 100 g tandis que le grillon en contient 104 mg (l'abeille 30 et le ver à soie 42) ! Les insectes semblent donc offrir une alternative intéressante à la malnutrition et à la faim dans le monde. Pour relever ce défi, l'Organisation des nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO) s'est d'ailleurs prononcée en faveur du développement de l'élevage d'insectes à grande échelle. En Occident, pourtant, on associe insectes et maladies. Le moustique vecteur de dengue, la tique de la maladie de Lyme et les cafards réputés

sales. Pourtant, les insectes ne sont pas plus vecteurs de maladies que les vaches, cochons, poulets ou poissons, qui doivent tous être élevés et cuisinés avec des normes sanitaires strictes.

### RISQUES POTENTIELS

Dans la perspective d'un possible développement de ces produits en Europe et en France, l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation (Anses) a réalisé un état des lieux des connaissances scientifiques sur les risques liés à la consommation d'insectes. *"Comme tous les aliments, les insectes peuvent véhiculer certains dangers qui doivent être maîtrisés par la fixation de normes spécifiques."* Ces dangers sont prin-

cipalement liés à des substances chimiques (venins, médicaments vétérinaires utilisés dans les élevages d'insectes, pesticides présents dans l'environnement ou l'alimentation des insectes...), à des agents physiques (parties dures de l'insecte comme le dard, le rostre...), à des allergènes communs à l'ensemble des arthropodes (acariens, crustacés, mollusques...), à des parasites, des virus, des bactéries et leurs toxines ou encore des champignons. Reconnaisant néanmoins l'insecte comme aliment possible, l'Anses recommande d'établir des listes des différentes espèces pouvant être consommées et de définir un encadrement spécifique des conditions d'élevage et de production.

SA ZOT KA DI

## Mangez-vous des insectes ?



**Marilyne,**  
46 ans

### "Ça ressemble à des chips !"

Pour y avoir goûté, les insectes frits ressemblent à des chips à cause du croustillant. Elles ont surtout la saveur des épices qu'on y ajoute. J'y ai goûté par curiosité. Je conseille d'ôter les ailes des criquets car elles collent au palais ! Sinon, l'expérience était intéressante. ”



**Nadia,** 46 ans

### "Très protéinés"

On m'a toujours dit que les insectes sont bourrés de protéines. Je pourrais y goûter s'ils sont bien épicés ! Mais je ne suis naturellement pas attirée par ce type de nourriture. Cela ne fait pas partie de nos habitudes alimentaires. ”



**Gaël,**  
38 ans

### "Jamais de la vie !"

Cette alimentation ne fait pas partie de nos mœurs. Les cultures qui en consomment sont habituées depuis petites. Même en cas d'extrême famine, j'irais chercher des protéines dans les végétaux ou les légumineuses mais jamais dans les insectes qui se nourrissent de déchets ! ”