

Menjar insectes per a la sostenibilitat mediambiental?

Com ja és conegut, menjar insectes forma part de la tradició gastronòmica d'alguns països asiàtics, africans i sud-americans. En canvi, a Europa, al nord d'Amèrica i a altres països de les zones ja nombrades, aquests animals no són benvinguts a les nostres taules. En la cultura occidental, els insectes són sinònim de transmissió de malalties, brutícia i picadures.

Per altra banda, en canvi, a la nostra cultura el que no és tan conegut és que els insectes tenen un valor nutricional molt alt i que aporten aproximadament la meitat del seu pes en proteïnes de gran valor biològic. A més a més, són rics en greixos, aigua, vitamines i minerals. De fet, els experts afirmen que, en alguns casos, es poden arribar a cobrir les necessitats diàries de nutrients només amb 100 grams d'insectes.

Per tot això, es debat la possibilitat d'incrementar la ingesta d'insectes a la nostra cultura, ja que la producció d'insectes és més econòmica, més senzilla i bastant més sostenible, cosa que permetria un impacte ambiental molt més baix que el que produeix el consum de carn i peix, que resulta car i insostenible.

Però, veiem possible aquest canvi en la nostra tradició gastronòmica? És necessària i única aquesta alternativa?

Els insectes són un recurs a tenir en compte de cara a la solució de problemes que tenen relació amb la manca d'aliments. En canvi, a dia d'avui, disposem d'altres recursos. Per exemple, podríem baixar l'impacte mediambiental augmentant la ingesta de llegums i cereals, com a font de moltes proteïnes, en comptes d'invertir a engreixar bestiar, que després ens mengem. Jo, de moment, prefereixo això. I tu?

Lara