

Mehlwurm-Falafel und Grillen-Pralinés

Überall wird der Fleischverzicht gepredigt. Gegner bemängeln, dass einem dann wichtige Proteine fehlten. Insekten wären daher eine valable Fleischalternative. Doch viele ekeln sich zu sehr vor den Krabbeltieren. So auch unsere Autorin, die die Erlebnisdesignerin Andrea Staudacher besucht hat. Dort probiert sie einen Proteinshake und ein Praliné. Und ihr wird klar: Auf die Form kommt es an.

Wurst, Proteinriegel und Pralinés hätte ich auch im Tiefkühler», sagt Andrea Staudacher. Diese Lebensmittel sind aber nicht etwa Alternativen zu den gefriergetrockneten Grillen und Mehlwürmern, die da vor mir auf dem Küchentisch liegen. In Wurst, Riegel und Pralinés – überall sind Insekten drin.

Ein Albtraumszenario? Keineswegs. So sieht der Speiseplan der Zukunft aus. Insekten sind reich an Eiweissen, Mineralstoffen, Eisen und ungesättigten Fettsäuren. Die Insektenzucht beansprucht weit weniger Ressourcen als die Fleischproduktion: Für die Herstellung von einem Kilo Rindfleisch sind rund zehn Kilo Tierfutter nötig. Mit gleich viel Futter können neunmal mehr Insekten gezüchtet werden.

Mit solchen Rechnungen beschäftigt sich Andrea Staudacher seit fünf Jahren. Ich bin aber nicht bei einer Wissenschaftlerin zu Besuch: Die 27-Jährige ist Ereignisdesignerin und unterrichtet an der Zürcher Hochschule der Künste. Im Rahmen ihrer Masterarbeit kochte sie erstmals mit Insekten. Nun lädt sie regelmässig zur Degustation von Fleischalternativen oder animiert ihre Gäste dazu, Insekten zu filetieren und zu frittieren.

Und das will nun auch ich ausprobieren. Mit mulmigem Gefühl sitze ich an Andrea Staudachers Küchentisch. Sie erzählt von vergangenen Events: «Durch die Degustation wird direkt über das Erlebte diskutiert und nicht erst um den heissen Brei geredet.» Klar, der Ekel vor Insekten müsse erst überwunden werden.

Mir geht es jetzt nicht anders. Der Gedanke, dass Insekten auf anderen Kontinenten fester Bestandteil des Speiseplans sind, beruhigt mich. Wie Andrea Staudacher reagiere, wenn sie ein lebendiges Krabbeltier in der Wohnung entdecke, frage ich. «Wenn sie noch lebendig sind, kann ich sie nicht anfassen», sagt Staudacher. Ihr Freund müsse Käfer oder Spinne dann jeweils aus der Wohnung befördern.

Nun will ich aber degustieren. Ich greife in das Döschen mit den gefriergetrockneten Mehlwürmern. Schmeckt wie Knabberzeug – die Würmchen sind knusprig und haben ein nussiges



Selbstverständlich für Tochter Luz: Bei Andrea Staudacher gibt es ab und zu Insekten zu essen.

Andreas Blatter

Aroma. Später landen noch einige weitere Würmchen in meinem Mund. «Gar nicht schlecht», sage ich zur Krabbeltier-Verfechterin. Sie holt den Standmixer aus dem Schrank und püriert eine Banane, eine Handvoll

Mehlwürmer und etwas Joghurt, richtet dann in einem kelchartigen Glas an. Mit Minze verziert, «dann sieht es etwas frischer aus». Und das ist der Proteinshake auch: Er ist kühl, sämig und hat einen fruchtigen Geschmack.

Dann nimmt Staudacher eine Wanderheuschrecke, zieht deren Flügel auseinander und trennt sie ab. Auf dem Schoss sitzt ihre Tochter Luz und schaut zu. Wird es für die Kleine später Heuschrecken zum Znüni geben? Das

sei nicht ausgeschlossen, sagt Staudacher. Luz trinke schon jetzt ab und zu ein paar Schlucke des Mehlwurm-drinks.

Insekten haben Zukunft. Nicht nur Andrea Staudacher ist davon überzeugt. Die eidgenössische Lebensmittelverordnung wird revidiert. Ab Januar 2017 dürfen 3 von 2000 essbaren Insektenarten als Lebensmittel verkauft werden: Wanderheuschrecken, Mehlwürmer und Heimchen. «Kann ich ab dann Mehlwurm-Steaks im Supermarkt kaufen?», frage ich. Andrea Staudacher nickt. «Coop und Migros unterstützen verschiedene Jungunternehmen, die insektenhaltige Produkte entwickeln», weiss sie.

In Belgien, wo Andrea Staudacher ihre Zutaten bezieht, ist der Verkauf von Insekten seit fünf Jahren zugelassen. Und Fertiggerichte mit solchem Getier drin sind alltäglich. Staudacher schätzt, dass es in der Schweiz in zehn Jahren so weit ist.

Nun geht es ans Filetieren der Heuschrecke. Mittlerweile gibt es Betriebe, die die Tiere vor der Gefrierdrying nicht mehr füttern und sie dann mit leerem Magen ausliefern. So könnte bei jenen Heuschrecken, die zukünftig verkauft werden, der Arbeitsschritt des Filetierens übersprungen werden. Zum Glück, denn die Entfernung von Kopf und Eingeweiden ist leicht abtossend. Gar etwas Mitleid für das Insekt regt sich in mir.

«Schon verrückt, dass wir ohne Ekel mit Antibiotika vollgepumptes Import-Pouletfleisch essen können und diese unter tophygienischen Umständen gezüchteten Insekten nicht», sagt Staudacher. «Für viele Konsumenten ist die Form ausschlaggebend.» Und tatsächlich: Ohne tierethische Bedenken stopfen wir Chicken Nuggets und Burger in uns rein – daran erinnert nichts mehr an das Huhn. «Besonders zukunftsträchtig für die Insektenspeisen ist daher die Proteinextraktion.» Das Pulver, das dabei gewonnen werde, könne dann überall beigemischt werden, erklärt Andrea Staudacher. Eine Veränderung im Geschmack bemerkten die Konsumenten dann kaum. Und doch

«Meist ist die Form ausschlaggebend. Besonders zukunftsträchtig ist daher die Proteinextraktion.»

Andrea Staudacher, Designerin

nähmen sie so wichtige Eiweisse auf.

Beim Kochen mit der Erlebnisdesignerin lerne ich: Die natürliche Form der Krabbeltiere hat durchaus einen kulinarischen Vorteil. Sie sind knackig. Nur kurz brät Staudacher die zuvor filetierten Heuschrecken in Öl, Salz, Chiliflocken und Zitronensaft, und schon steht eine knusprige Vorspeise vor mir.

Diesen Herbst startet die Online-serie «Andrea's Future Food Lab» auf www.srf.ch. Staudacher erzählt vom Dreh letzten Sommer, von der Begegnung mit Fitnescoach und Bodybuilderin Cindy Landolt (die sich natürlich für die Proteine interessierte) und davon, wie sie gemeinsam mit einem anderen Gast an der Bahnhofstrasse Insektenpralinés verteilte. Eines dieser Pralinés steht schon seit Gesprächsbeginn zum Auftauen auf der Küchenablage. Darauf thront eine caramelisierte und vergoldete Heuschrecke. Staudacher: «Für die Bahnhofstrasse musste es schon was Ausgefallenes sein.»

Lust macht das jedenfalls. Als Andrea Staudacher meint, ich solle probieren, lasse ich mich nicht zweimal bitten. Der erste Bissen ist süss und klebrig. Und die kleinen, in Kirsche eingelegten Grillen? Von denen schmecke ich kaum etwas. Während die Schokolade in meinem Mund schmilzt, überlege ich, ob das Praliné wegen der darin enthaltenen Proteine eigentlich gesünder ist als herkömmliche Süssigkeiten.

Valentina Kobi

Andrea's Future Food Lab: ab 24. Oktober auf www.srf.ch. Insek-tendinner: «Durch die Gänge», 18./19./20.1.2017, Naturhistorisches Museum, Bern. Weitere Infos: www.andreastaudacher.ch

ZUBEREITUNG

So gelingt die Heuschrecke



Flügel ab: «Essen könnte man die Heuschreckenflügel schon, sie sind aber schwer verdaulich.»

Andreas Blatter



Kopf weg, Eingeweide raus: Insbesondere der Magen muss raus, weil das Verdaute bitter schmecken würde.

Andreas Blatter



In die Pfanne: In Öl und Zitronensaft mit Salz, Pfeffer und Chili angebraten, nimmt das Chitin im Insektenkörper eine rötliche Farbe an.

Beat Mathys