

# Insectes

## BIENTÔT DANS NOS ASSIETTES

♦ **Mœurs** Nos repas pourraient bientôt changer: dès le 1<sup>er</sup> mai, trois espèces d'insectes seront autorisées sur le marché suisse comme denrées alimentaires. — JOËLLE CHALLANDES



Les scientifiques Servan Grüninger (26 ans) et Sarah Zurmühle (23 ans) apprécient les vers de farine et les criquets frits.

**D**es burgers, des boulettes salées et des barres sucrées: ces trois spécialités aux insectes n'ont rien de fictif. Elles seront disponibles chez Coop dès le 1<sup>er</sup> mai, suivies deux à trois mois plus tard d'autres snacks dérivés.

La Confédération autorisera dès cette date la commercialisation de trois espèces d'insectes comme denrées alimentaires. Il s'agit du ver de farine (*Tenebrio molitor*), du grillon domestique (*Acheta domesticus*) et du criquet migrateur (*Locusta migratoria*). «Je suis ravi de cette réglementation, c'est une première pierre à l'édifice. Mais je suis conscient

« Une source de protéines et de lipides bon marché et écologique »

Servan Grüninger, étudiant

qu'il est très difficile de changer les habitudes alimentaires des gens», indique Jürgen Vogel, de Nyon. Le sexagénaire préside l'association Grimiam, qui vante depuis 2013 les vertus de l'entomophagie, c'est-à-dire la consommation d'insectes par les humains, ainsi que Swiss IGILS (Communauté d'intérêts pour les insectes comme denrées alimentaires en Suisse).

Si l'on mange des insectes depuis la nuit des temps dans plusieurs régions d'Asie, d'Afrique et d'Amérique latine, cette idée répugne la plupart des Européens. Mais

les arguments écologiques et nutritifs font leur chemin. Convaincue, la jeune designer bernoise Andrea Staudacher croit en l'avenir de l'entomophagie en Suisse: «Tout évolue. Il y a quarante ans, personne n'aurait imaginé manger du poisson cru et aujourd'hui, les sushis sont très tendance.»

### Une expo pour en savoir plus

Une cinquantaine d'étudiants et jeunes scientifiques, engagés dans l'association «reach» – mêlant sciences, technique et société – ont conçu une exposition visant à en savoir plus sur les trois insectes comestibles bientôt autorisés en Suisse. Elle a été présentée pour la première fois la semaine dernière à la Haute école ETH de Zurich et voyagera prochainement dans d'autres régions.

Peu avant le vernissage, nous avons rencontré la cheffe de projet Sarah Zurmühle, ainsi que le président de «reach» Servan Grüninger, dégustant sans sourcilier des vers de farine et des criquets. «Goûtez», lance la jeune femme, étudiante en sciences de l'alimentation, tendant un bol de vers de farine. Sans enthousiasme, je croque dans un insecte frit et épicé. En fermant les yeux, j'ai l'impression de manger une chips. «La vue d'insectes rampants inspire le dégoût et une réaction de défense à de nombreuses personnes. Je pense que les consommateurs préféreront déguster des produits dans lesquels on ne voit plus les insectes», pronostique Servan Grüninger, qui suit un cursus en biologie, statistique et informatique.

L'exposition nous emmène dans cinq thématiques instructives: la biologie, la transformation, le développement durable, le sentiment de dégoût et la législation. «Les insectes représentent une source de protéines et de lipides bon



Herbivore, le criquet migrateur mesure entre 33 et 55 mm.

marché, écologique et sans risques du point de vue de la santé», résume Servan Grüninger.

### Peu demandeurs en eau

Pour produire 1 kg de criquets migrateurs, les jeunes chercheurs ont établi qu'il faut 2 kg de nourriture, alors qu'elle s'élève à 9 kg pour 1 kg de viande de bœuf. Les écarts sont encore plus marqués concernant les besoins en eau: 1 l pour 1 kg d'insectes, 15 000 l pour 1 kg de bœuf. En matière de gaz à effet de serre, les vers de farine seraient presque dix fois plus favorables au climat que le bœuf. ●

⇒ Lire l'interview d'une autre mangeuse d'insectes convaincue à la page 43

**Nouveautés de marque chez Coop.**

Du mardi 14 mars au samedi 18 mars 2017, dans la limite des stocks disponibles

## FLAVOUR OF THE YEAR: LINDOR COCO



**7.95**  
au lieu de 9.50

\*Boules LINDOR  
Coco 200 g  
(100 g = 3.98)

COCO • KOKOS

L'INFINIMENT FONDANT  
UNENDLICH ZARTSCHMELZEND  
NOIX DE COCO • KOKOSNUSS

NOIX DE COCO • KOKOSNUSS  
UNENDLICH ZARTSCHMELZEND



Découvrez la dernière création de nos Maîtres Chocolatiers Lindt : LINDOR Coco. Le cœur infiniment fondant à la noix de coco est enrobé de délicieux chocolat au lait. L'harmonie totale de ce fruit exotique et du prestigieux Chocolat Lindt !

[lindor-moments.lindt.ch](http://lindor-moments.lindt.ch)

\* En vente dans les grands supermarchés Coop



## SAVEURS

### «ON Y ARRIVE À FORCE D'EXERCICE»

◆ Convaincue Auteure d'un ouvrage de recettes mettant les insectes en vedette, la designer suisse Andrea Staudacher se lance dans des cours de cuisine.

**En quoi vous plaisez-vous à cuisiner avec des insectes?**

Ils remettent en question nos habitudes alimentaires, qui ne sont pas inscrites dans le marbre. Pourquoi déguster des crevettes, mais pas des criquets? Ils se ressemblent visuellement. D'autre part, l'empreinte écologique des insectes est beaucoup moins importante que celle du bétail. Il existe quelque 2.000 espèces comestibles, donc plus de 2.000 nouvelles saveurs potentielles...

**Leur trouvez-vous un véritable intérêt gustatif?**

Absolument. Il y a des fourmis, par exemple, qui ont une saveur de miel ou de citron. Les trois espèces bientôt autorisées en Suisse n'offrent selon moi pas de grandes découvertes gustatives, mais elles sont bonnes.

**Où trouvez-vous «vos» insectes et comment les tuez-vous?**

J'en ai d'abord élevé. Je m'approvisionne désormais auprès d'une entreprise et dans un petit élevage de Berne, la ville où j'habite. Les insectes sont nourris avec les déchets biologiques d'un restaurant. Ils meurent lorsque je les mets au congélateur une ou deux heures. C'est le même principe dans la nature chaque hiver lorsque les températures chutent.

**Comprenez-vous que l'entomophagie est inconcevable pour de nombreuses personnes?**

Bien sûr. Je suis aussi passée par là. La barrière psychologique tombe à force d'exercice. En stylisant les insectes, on peut atténuer le dégoût qu'ils nous inspirent.



Andrea Staudacher (28 ans) estime qu'en mêlant l'esthétique aux insectes, ils deviennent appétissants.

**Vous avez une fille, qui aura bientôt 1 an. Mange-t-elle des insectes?**

Oui, pour elle c'est quelque chose de normal. La première fois, c'était une purée de banane aux vers de farine, elle avait 3 mois et demi.

**Cuisinez-vous des insectes au quotidien?**

Quand il s'agit d'aller vite, je me prépare parfois une purée aux vers de farine à emporter. Mais comme je mange beaucoup d'insectes dans le cadre de mon travail, j'aime aussi

déguster des spaghettis carbonara chez moi!

**Quels conseils aux familles qui ont envie de se lancer?**

S'initier avec quelque chose de facile, comme des vers de farine séchés et frits. Ils présentent bien et accompagnent de nombreux plats. En purée, moulus pour remplacer la farine des muffins ou comme croûtons dans la salade. ◆

Livre de cuisine «ENTO», signé Andrea Staudacher (en allemand): [andrea.staudacher.ch](http://andrea.staudacher.ch)

PUBLICITÉ

14 ×  =



Offre de courte durée!



### Promotion Floralp de Pâques

Collectionnez dès maintenant 14 points sur les emballages Floralp et recevez un succulent lapin en beurre de choix suisse (200 g) pour votre petit-déjeuner pascal. Informations sur [floralp.ch](http://floralp.ch) ou au 031 359 57 00. Commandes à: Beurre de choix suisse Floralp c/o FSL, case postale, 3000 Berne 6. Date limite de participation: 5 avril 2017. Dans la limite des stocks disponibles.