

KÜCHENTIPP

Mehlwürmer – vom Schädling zum Trend

von Marianne Reiß

Alarm in der Küche: Das Mehl ist von spinnwebartigen Fäden durchzogen und klumpt. Zunächst sind es nur die Eier des Mehlkäfers. Fängt das Mehl jedoch an, sich zu bewegen, sind die wurmartigen Larven geschlüpft. 10 bis 40 mm lang und goldbräunlich gefärbt, bewegen sie sich im Gegensatz zu Würmern nicht kriechend vorwärts, sondern auf sechs kleinen Füßchen. Doch das nutzt ihnen nichts, der gestandene Europäer ekelt sich und ergreift seit Jahrhunderten Gegenmaßnahmen. Die befallenen Lebensmittel werden entsorgt und der Vorratschrank gründlich mit Essigwasser gereinigt. Eventuell noch lebenden Mehlkäfern geht es mit Pheromonfallen zu Leibe. Wenn man Glück hat, ist die Jagdsaison mit dem ersten Einsatz vorbei. Wenn nicht, wird zum erneuten Halali geblasen.

2013 brachte die Welternährungsorganisation FAO die öffentliche Diskussion zum Thema „Insekten essen“ in Gang. Wir sollten das als Empfehlung nehmen. In den kleinen Tieren stecken jede Menge hochwertiges Eiweiß, viele Mikronährstoffe und Ballaststoffe. Auch Umwelt und Klima würden davon profitieren. Insekten brauchen weniger Futtermittel, erzeugen weniger Abfall und Treibhausgasemissionen. Damit nicht genug, die Zucht von Insekten verbraucht weit weniger Landfläche und Wasser als unsere herkömmlichen Fleischlieferanten.

Für rund zwei Milliarden Menschen, insbesondere in Asien, Afrika und Lateinamerika, gehören essbare Insekten seit jeher zum Speiseplan. In der EU gelten essbare Insekten und insektenhaltige Produkte jedoch als



Mehlwürmer als Appetithappen.

FOTO: WIKIMEDIA COMMONS, GEERTIVP

neuartige Lebensmittel. Sie müssen nach den Regeln der Novel-Food-Verordnung gesundheitlich bewertet und zugelassen werden. Das ist am Anfang dieses Jahres geschehen. Mit der europaweiten Zulassung ist der gelbe Mehlwurm am Anfang dieses Jahres auch bei uns zum Trendlebensmittel avanciert. Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) schätzt das Insekt „als für den Verzehr gesundheitlich unbedenklich“ ein.

Doch die EFSA wäre nicht die EFSA, wenn es neben der Unbedenklichkeitsbescheinigung nicht gleich auch eine Einschränkung gäbe. Bei den rund 2.000 essbaren Spezies hänge der jeweilige Nährwert stark davon ab, in welchem Entwicklungsstadium sich das Tier befinde. Auch sei es wichtig, womit die Larven gefüttert werden, bevor man sie zu Menschennahrung verarbeitet. Allergiker müssten zudem besonders vorsichtig sein. Bezüglich des allergenen Potenzials rät die EFSA zu weiteren Untersuchungen. Insektenproteine könnten bei empfindlichen Menschen allergische Reaktionen auslö-

sen. Bei einer bestehenden Allergie gegen Krustentiere wie Garnelen und Hausstaubmilben könne es zu allergischen Kreuzreaktionen kommen.

Aber das wird den Siegeszug des gelben Mehlwurmes wahrscheinlich nicht aufhalten. Burger-Patties aus Buffalo-Würmern, Snackriegel aus Grillen- oder Nudeln aus Mehlwurmmehl sind bereits in vielen Supermärkten oder zumindest in einschlägigen Online-Shops zu finden. Der Mehlwurm, genauer die Larve des Mehlkäfers, ist damit das erste in der EU offiziell als Nahrungsmittel zugelassene Insekt. Schauen wir mal, ob unser Ekelfaktor dem Reiz des Neuen weicht. Wir werden sehen. ◀

NACHHALTIGER DRUCK?

»Wenn Sie auf der Suche nach einem nachhaltig produzierten Druckprodukt sind, dann sind Sie bei uns genau richtig!«

Maul-Druck GmbH & Co. KG
 Senefelderstraße 20
 38124 Braunschweig
 Telefon 0531 2612813
 www.mauldruck.de

ClimatePartner[®]
wir drucken klimaneutral



FSC
www.fsc.org
FSC® C106855



maul

Der Bio-Brotladen isst ...

Gliesmaroder Str. 107
38106 Braunschweig
 Tel. 0531 - 34 12 28
 Fax 0531 - 33 60 24

Filiale
 Hagenmarkt 15-16
 Tel. 0531 - 1 74 67

Vollkornbäckerei & Konditorei
BIO-Brotladen