



di Maurizio de Pasquale
www.orlandipasticceria.com

BURRO da INSETTI



Accanto a una ricerca di maggior naturalità, tra i fenomeni emergenti di maggior interesse, vi è oggi certamente quello della continua ricerca di percorsi alimentari sempre **più ecosostenibili e salutari**, come le alimentazioni vegetariane, vegane, etc. Si tratta di forme di alimentazioni che escludono il consumo di alcuni o tutti gli alimenti di origine animale, in genere sulla base di considerazioni etiche, ambientali, salutistiche o religiose.

L'alimentazione vegetariana esclude carne animale di ogni specie (mammiferi, pesci, insetti o altre) e altri prodotti derivanti all'allevamento. La dieta vegana esclude invece qualsiasi alimento di origine animale.

Ci sono anche considerazioni sul piano culturale: la scelta di non consumare carne dipende da un

insieme di motivazioni molto forti, come il rifiuto a priori dell'uccisione degli animali, secondo una scelta di non violenza estesa all'intero creato, **la consapevolezza dell'impatto ambientale** dell'allevamento

TRA I **FENOMENI EMERGENTI** DI MAGGIOR **INTERESSE**, VI È QUELLO DELLA CONTINUA **RICERCA** DI **PERCORSI ALIMENTARI** SEMPRE PIÙ **ECOSOSTENIBILI** E **SALUTARI**

su scala globale, la convinzione che una dieta priva di carne possa garantire **migliori condizioni di salute**.

Se l'impatto ambientale è il tema più di attualità, si sta facendo sempre più strada la consapevolezza che un consumo moderato di carne, costituisca la base per uno stile alimentare sano. Quali alternative abbiamo? In un contesto di eco sostenibilità, vi parlo del "burro" da insetti. Infatti, a quanto pare, se vi preparassi un dolce con del grasso d'insetti non notereste differenze. Il grasso d'insetti è **indistinguibile dal burro** e potrebbe essere il futuro per una alimentazione più ecosostenibile.

Prima di ogni smorfia di disgusto che lo vogliate o no, è giusto ricordare che il grasso ottenuto dagli insetti non solo arriva da una fonte estremamente ecosostenibile,

ma è anche **in sé molto nutriente**. Come ben sapete l'allevamento di insetti è molto meno d'impatto sull'ambiente rispetto a quello bovino necessario per la produzione del burro tradizionale.

Uno studio assai interessante di alcuni ricercatori belgi, hanno dimostrato che tra il burro tradizionale ed un grasso d'insetto non vi sono differenze così rilevanti sia in termini di sapore che di struttura. Nello studio i ricercatori hanno voluto capire quanto fosse differente al palato **il grasso d'insetto** rispetto al burro tradizionale. Per questo hanno ingaggiato un gruppo di 344 persone disposte ad assaggiare

Molti insetti rappresentano un cibo con notevoli apporti calorici. I grassi apportano il quantitativo calorico maggiore e sono ben rappresentati in questi animali, specialmente nelle forme larvali. Le proteine stesse non potrebbero essere efficientemente assimilate se non ci fosse energia sufficiente. Praticamente tutte le specie di insetti hanno valori superiori a quelli dei cibi più comuni: solo la carne di maiale ne possiede un quantitativo maggiore a causa dell'alto tenore lipidico.

IL GRASSO D'INSETTI È INDISTINGUIBILE DAL BURRO E POTREBBE ESSERE IL FUTURO PER UNA ALIMENTAZIONE PIÙ ECOSOSTENIBILE

diversi tipi di cialde belga cucinate con fino al 50% di grasso d'insetto, per vedere se fossero in grado o meno di notare la differenza.

A quanto pare, la differenza in sapore è talmente lieve da non essere percepibile. Dai risultati dei test è emerso infatti come per gli "assaggiatori" fosse impossibile determinare quale cialda fosse realizzata

con quale percentuale di grasso d'insetti al posto del burro o quali ne fossero completamente prive.

Questo studio dimostra che come il grasso ottenuto in questo modo sia un'alternativa ideale che potrebbe sostituire, almeno in parte, il burro per salvaguardare l'ambiente nel prossimo futuro.

Vediamolo un po' più nel dettaglio. Da dove si ottiene il grasso d'insetti? Una delle fonti per ottenere questa tipologia di grasso alternativo è **la larva della mosca soldato nera**. Si tratta di un tipo di larva particolarmente ricca di grassi. Giusto per dare un'idea: la carne di manzo contiene fino a 187g di grassi per chilo di carne, la larva della mosca soldato nera arriva fino a 140 g di grassi al chilo ma, con un impatto produttivo sull'ambiente decisamente inferiore.

Il grasso d'insetti inoltre è di un



tipo differente rispetto al grasso del burro: sembrerebbe addirittura migliore, grazie alla presenza di acido laurico che, non solo presenta forti proprietà antibatteriche e antimicrobiche, ma è anche **più digeribile**.

Detta così ovviamente sembra tutto bello ma, dobbiamo purtroppo combattere, soprattutto qui in occidente, con alcuni preconcetti mentali all'idea di mangiare insetti. Se ci trovassimo in Asia probabilmente tutto questo sarebbe abbastanza normale.

Probabilmente per abbattere questa ritrosia al consumo di insetti e/o derivati ci aiuterebbe il prodotto finito. Vedere e mangiare un pane ben fatto con farina di grillo o un dolce ben impiattato con il grasso di larva ci aiuterebbe ad aumentare il consumo, sempre che

IL **GRASSO D'INSETTI**
INOLTRE È DI UN
TIPO **DIFFERENTE**
RISPETTO AL
GRASSO DEL BURRO:
SEMBREREBBE
ADDIRITTURA
MIGLIORE, GRAZIE
ALLA PRESENZA DI
ACIDO LAURICO, PIÙ
DIGERIBILE

il sapore non venga influenzato. Ma anche qui studi e test portati avanti, anche personalmente, confermano questa tesi.



QUALI SONO I PRO AL CONSUMO DI INSETTI?

Gli insetti sono più sostenibili perché sfruttano meno terra rispetto ai bovini, sono più efficienti nel convertire i mangimi e usano anche meno acqua per produrre burro.

Il cibo derivanti da insetti ha **alti livelli di proteine, vitamine, fibre e minerali**. Molti studiosi in Europa lo considerano un'alternativa più ecologica ed economica ad altri tipi di prodotti animali.

SI, MA CHE SAPORE HA?

Secondo alcuni ricercatori, i consumatori non notano alcuna differenza quando sostituiamo del burro di latte in una torta con del grasso di larva, come spiegato in precedenza. Tuttavia, segnalano un gusto insolito quando arriva al 50%, e dicono che non vorrebbero comprare la torta. Questa ultima considerazione vale anche per l'utilizzo di farine da insetti. Un consumatore che assaggia del pane che al suo interno contiene fino ad un massimo del 20 - 25% di farina da insetti non percepisce alcuna differenza. Se tale quantità viene aggiunta al 50% ecco che alcune alterazioni si iniziano a percepire.

