



## Les insectes comestibles



## La cigale et la fourmi à la sauce thaïe

**A** Bangkok, de jour comme de nuit, rien de plus simple que d'assouvir sa faim. Des centaines d'étals et de stands ambulants constellent la ville, déployant leurs fourneaux à même les trottoirs, dans les dédales des marchés ou sous les arches en béton du métro aérien. Parmi les spécialités parfumées – soupe à la citronnelle et au lait de coco, pad thaï (nouilles sautées), curry vert ou rouge –, on trouve un autre incontournable de la gastronomie nationale, qui a, lui, plus de mal à s'exporter : les insectes. Sauterelles grillées, riz sauté aux vers de bambou ou punaises d'eau géantes frites... Les Thaïs raffolent de ces bestioles, dont ils consomment, selon les saisons, quelque 200 espèces différentes. Ils sont même les champions de l'entomophagie (la consommation d'insectes) puisqu'ils sont à la fois premier producteur et premier consommateur parmi la centaine de pays consommateurs de cette pratique.

La FAO (Organisation de Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture) a re-

consé, sur le territoire thaïlandais, 20 000 fermes produisant chaque année 7 500 tonnes d'insectes. Cette activité fournit aux paysans du nord du pays un précieux revenu d'appoint. Mais si la FAO encourage son développement, ce n'est pas uniquement pour des raisons économiques : peu gourmand en eau et en nourriture, l'élevage d'insectes a aussi un faible impact environnemental tandis que son rendement dépasse toutes les espérances. A titre de comparaison, pour produire 500 grammes de bœuf, il faut en moyenne 10 000 litres d'eau et onze kilos de végétaux. Pour la même quantité de viande de criquet, trois litres d'eau et 900 grammes de végétaux suffisent ! Si l'on ajoute à cela une grande concentration en protéines, vitamines et minéraux, voilà ce minibétail propulsé au rang d'aliment du futur. En 2050, il s'agira en effet de nourrir neuf milliards d'humains.

En Thaïlande, les gourmets se délectent déjà de ces friandises bardées de carapaces et de mandibules. La recette la plus courante consiste à les frire avant de les assaisonner de piment et de sauce à base de soja. Mais des variantes plus sophistiquées existent : salade de nids de fourmis rouges à la citronnelle, wok de criquets à la feuille de pandanus, brochette de scorpions... Tous les goûts sont dans la nature ! ■

Carole Saturno

### COMMENT Y GOÛTER, SANS FAIRE 13 000 KM ?

On peut déjà, en France, déguster des insectes dans certains restaurants ou en acheter en ligne. Jusqu'ici muette à ce sujet, l'Europe devrait encadrer ce négoce en 2016. Bon à savoir avant de prendre la mouche :

**À L'ÉTAT «SAUVAGE»**, les insectes contiennent souvent des pesticides. Choisir plutôt ceux provenant de fermes.

**LES INSECTES VENIMEUX** ne le sont plus une fois cuits.

Très prisés, les scorpions sont réputés aphrodisiaques.

**POUR NOUS, OCCIDENTAUX**, manger un insecte est impressionnant.

On se forgera le palais avec des sauterelles grillées, croustillantes comme des chips et au goût de noisette.

**À NOTRE INSU**, chaque année, nous ingérons 500 g d'insectes cachés dans les fruits, légumes, jus, farines... selon une étude réalisée en 2010 par un entomologiste néerlandais.