



Thurgauer Zeitung
8501 Frauenfeld
052/ 728 32 32
www.thurgauerzeitung.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 32'491
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 841.011
Abo-Nr.: 841011
Seite: 50
Fläche: 58'203 mm²

Polenta auf Mehlwurm

Mörschwil Das Start-up Essento von Matthias Grawehr hat ein Insekten-Kochbuch herausgebracht.

Es soll Anreiz sein, bei Coop Grillen zu kaufen.

Ein Aufstrich aus Heuschrecken, Teigwaren aus Mehlwurm oder ein Burger aus Grillen: Wer möchte, kann bald solche Produkte auf seinen Einkaufszettel schreiben. Ab Frühling 2017 wird Coop Insektenpezialitäten des Start-ups Essento ins Sortiment aufnehmen. Bis dann wird auch das neue Lebensmittelgesetz in Kraft sein, das Insekten als Lebensmittel zulässt. Für Essento rund um den Mörschwiler Geschäftsführer und Mitbegründer Matthias Grawehr ist das ein Meilenstein. Seit der Gründung 2013 verfolgt die Firma das Ziel, den Menschen Insekten als Nahrungsmittel schmackhaft zu machen. Gelingen soll das nun auch dank des neuen Kochbuchs «Grillen, Heuschrecken & Co.».

«Wir haben darauf geachtet, dass es sowohl Rezepte für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene gibt», sagt Grawehr. Denn gerade Insekteneinsteiger müssen sich wohl erst langsam an die neuen Gerichte herantasten. Die Frischkäsepralinés im Mehlwurm-Knuspermantel etwa könnte wohl jeder problemlos essen, vor allem wenn er nicht weiss, dass der Knuspermantel aus zerbröselten Mehlwürmern besteht. Die Pralinés sehen harmlos aus, wie Falafel.

Auch die Mehlwurm-Bolognese gleicht optisch dem Original. Schwieriger wird es beim italienischen Brotsalat mit Heuschre-

cken oder der Polenta mit Mehlwurm-Pilz-Ragout. Die Insekten sind als Ganzes zu erkennen und schwimmen in der Sauce.

In Afrika teurer als Rindfleisch

Im Frühling 2015 hatte Essento erstmals die Idee für ein Insektenkochbuch. «Wir Europäer sind es uns nicht mehr gewöhnt, Insekten zu essen», sagt Grawehr. «So kamen wir darauf, dass wir mit einem Kochbuch die Insekten von einer anderen Seite beleuchten könnten.» Darauf recherchierte das Essento-Team mehrere Wochen und fragte Experten, ob sie Beiträge schreiben wollen. Zu Wort kommen nun unter anderen ein Foodhistoriker, ein Agronom, ein Gastrokritiker und Trendforscherin Hanni Rützel. Ein Grossteil der Insekten gehöre zu den wertvollsten Nahrungsmitteln bezüglich Proteingehalt, Vitaminen und Mineralien, schreibt sie. Insekten seien sogar Hülsenfrüchten, Getreide, Nüssen und Sprossen überlegen. Überall auf der Welt ausser im westlichen Kulturkreis gehörten Insekten zum Essensalltag. In Uganda sind Heuschrecken laut Rützel gar einen Drittel teurer als Rindfleisch. Und in Mittel- und Südamerika würden die Eier der Wasserwanzen teuer als «Mexikanischer Kaviar» gehandelt.

Rund 50 Rezepte enthält das Kochbuch. Darunter Kreationen

von sechs Schweizer Gourmetköchen wie Pralinés mit in Goldblatt gekleidetem Mehlwurm, Nussbutter-Mehlworm-Glace oder Basler Mehlwormsuppe. Letztere gehört zu Grawehrs Lieblingsrezepten. «Die Suppe schmeckt einfach toll, und es ist spannend, wie man aus der berühmten Basler Suppe eine Mehlwormsuppe machen kann», sagt er. Grawehr ist vom Erfolg des Buchs und der Essento-Produkte überzeugt. «Künftig wird man oft Insekten statt konventionelles Fleisch essen.»

Kochbuch durch Crowdfunding

Dass auch andere so denken, habe sich beim Crowdfunding gezeigt: 12 000 Franken kamen für den Druck des Kochbuchs zusammen. Welche Insektenprodukte ab 2017 im Coop erhältlich sein werden, muss noch ausgehandelt werden. Dann wird sich auch zeigen, ob sie überhaupt gekauft werden. Grawehr denkt hingegen schon weiter. Derzeit muss seine Firma die Insekten aus Holland beziehen, weil es in der Schweiz keine Züchter gibt. «Das wollen wir ändern.» «Grillen, Heuschrecken & Co.», erschienen im AT-Verlag, ISBN 978-3-03800-923-8

Nina Rudnicki
nina-rudnicki@tagblatt.ch

Datum: 12.11.2016

Thurgauer Zeitung



A T VERLAG

Thurgauer Zeitung
8501 Frauenfeld
052/ 728 32 32
www.thurgauerzeitung.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 32'491
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 841.011
Abo-Nr.: 841011
Seite: 50
Fläche: 58'203 mm²

