

Insekter på tallerkenen

Interessen for at bruge insekter i madlavning vokser. Har du i forvejen allergi over for rejer og husstøvmider, skal du dog være påpasselig, hvis du sætter tænderne i de kriblende proteinbomber.

TEKST: HENRIETTE BAUN GAUTIER
ILLUSTRATION: FIE KRØYER DAHL



Græshopper ristet i limesaft skulle knase så dejligt. Insekter kan sagtens havne på menuen, hvis du er nysgerrig efter at prøve kræfter med den relativt nye fødevaretype. Den anses for at være en god proteinkilde, som tilmed er ressourceeffektiv og bæredygtig. Men er der risiko ved at spise insekter, hvis man i forvejen har allergi? Det kan der være.

Potentielle krydsreaktioner

– Problematikken ved insekter er, at hvis man har en allergi i forvejen, kan der potentielt set komme en allergisk reaktion – altså en krydsreaktion – hvis man spiser insekter, forklarer Charlotte Bernhard Madsen, seniorforsker fra DTU Fødevareinstituttet. Hun rådgiver blandt andet Fødevarestyrelsen i nye fødevarer på det danske marked med særligt fokus på fødevarers allergirisiko. Forskning i allergirisiko ved at spise insekter er dog ganske sparsom.

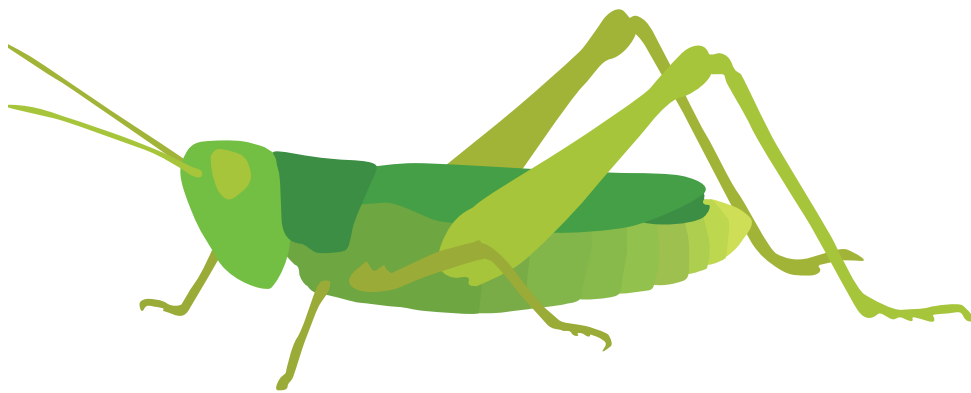
– Undersøgelser viser, at melorme kan kryds reagere med husstøvmider og rejer. Det betyder, at hvis man eksempelvis har rejallergi, skal man være forsigtig med at spise melorme, for der er en potentiel risiko for at få allergiske symptomer, siger hun. Hun understreger samtidig, at der er behov for mere viden på området.

Gælder alle insekter

Der er dog ikke tvivl om, at insekter er kommet for at blive på det danske fødevaremarked. Sidste år skød Innovationsfonden 19 millioner kroner i det tre-årige projekt inVALUABLE, hvor målet er at få etableret insektfabrikker i Danmark. Danmark skal med andre ord være foregangsland for en bæredygtig produktion af insekter til foder og fødevarer.

Biolog og ph.d. Lars-Henrik Lau Heckmann fra Teknologisk Institut, som er faglig leder på inVALUABLE, bekræfter, at dem, som har allergi over for skaldyr og husstøvmider, skal være påpasselige med at spise insekter. Ikke kun melorme, men eksempelvis også voksmøllarver, fårekylinger og græshopper, som også er populære insekter på middagsbordet.

– Den proteinstruktur, der er i husstøvmider og krebsdyr som rejer, er meget lig den struktur, som er i insekter. Og på grund af dette nære slægtskab er der en forhøjet risiko for krydsreaktioner. Det gælder i forhold til alle insekter, hvis man i forvejen er allergisk over for krebsdyr og husstøvmider, siger han.



Folk aner det ikke

Køgebogsforfatter og insektblogger Nina Askov holder mange foredrag i hele landet om insekter i madlavningen. Som regel har hun en stand med smagsprøver med eksempelvis melorme og voksmøllarver med til de mange insektnysgerrige danskere. Og til trods for, at hun altid har store skilte, hvor der informeres om allergirisikoen for folk med allergi over for skaldyr, har hun været ude for, at nogle af de besøgende har fået allergiske reaktioner.

– Jeg har blandt andet oplevet, at en kvinde fik en ret voldsom reaktion med åndenød og en følelse af kløe i halsen. Hun havde allergi over for skaldyr. Det var ret skræmmende, for der er jo også risiko for anafylaktisk shock, siger hun.

Nina Askov oplever, at folk ikke tænker over, at der kan være en sammenhæng mellem deres allergi over for skaldyr og det at spise insekter.

– Jeg håber derfor, at der kan komme mere oplysning om risikoen for allergiske reaktioner ved at spise insekter. For insekter i madlavning begynder at blive mere og mere udbredt.

Nina Askov ser også en anden problematisk tendens. Et populært kneb er nemlig at skjule insekterne i maden, hvis man vil have folk til at overvinde deres modstand mod insekter. For eksempel ved at blende insekterne i en kage. Hver gang Nina Askov hører om det, opponerer hun:

– Man risikerer jo, at ens gæster spiser insekter og bagefter får en allergisk reaktion, uden at de har en chance for at vide det.

Fremtidig mærkning?

Et realistisk fremtidsscenario er, at insekter indgår som en basisfødevare i de danske hjem. På EU-niveau mangler man dog at diskutere, hvilken allergirisiko man vil acceptere, når det gælder insekter som fødevarer.

– Det er stadig et uafklaret spørgsmål, hvordan det skal håndteres rent mærkningsmæssigt. En mulighed kan være, at

det skal stå på varen. At eksempelvis melorme kan kryds reagere med rejer. Det er en politisk beslutning, og den håndteringsdiskussion har der, så vidt jeg ved, endnu ikke været på området, siger Charlotte Bernhard Madsen fra DTU Fødevareinstituttet.

Hos Teknologisk Institut har Lars-Henrik Lau Heckmann også et bud på, hvordan der i fremtiden kan oplyses om risikoen for en allergisk krydsreaktion ved at spise insekter.

– Hvis insekter ikke skal have deres egen kategori i forhold til mærkning på emballage, så kunne det give mening at udvide kategorien inden for krebsdyr, så den kom til at hedde "krebsdyr og insekter", foreslår han. ●

FAKTA OM SPISELIGE INSEKTER

Græshopper, voksmøllarver, melorme, fårekylinger og buffalolarver er alle insekter, som vinder mere indpas som fødevarer. Insekter er kendt for at have et højt proteinindhold.

Har du i forvejen allergi over for husstøvmider og krebsdyr som eksempelvis rejer, er der en potentiel risiko for krydsreaktioner, hvis du spiser insekter.

Insekter kan købes flere steder på nettet og i butikker som Salling og Irma. Prisen for eksempelvis 150 gram melorme er 50 kr. i COOPs nethandel.

Skaldyr er en køkkenteknisk samlebetegnelse for krebsdyr (rejer, hummer, jomfruhummer, krebs og krabber) og bløddyr (muslinger, østers, blæksprutter og snegle).