

ورود حشرات به منوهای آینده غذا

برخی از کارشناسان تغذیه بر این باورند که خوردن حشرات می تواند در آینده ای نه چندان دور وارد رژیم غذایی ما می شود، چرا که این حشرات دارای پروتئین، کلسیم و مواد مدنی مورد نیاز بدن هستند.



حشرات منابع غنی مواد مغذی

ورود حشرات به منوهای آینده غذا

برخی از کارشناسان تغذیه بر این باورند که خوردن حشرات می تواند در آینده ای نه چندان دور وارد رژیم غذایی ما می شود، چرا که این حشرات دارای پروتئین، کلسیم و مواد مدنی مورد نیاز بدن هستند.

به گزارش خبرگزاری مهر، درحال حاضر نقاطی در دنیا وجود دارند که حشرات را هر روز به عنوان یک خوراک لذیذ مصرف می کنند. به عنوان مثال در مستندی که با عنوان آیا خوردن حشرات دنیا را نشان می دهد، استفان گیت نشان داده است که چنین غذاهای عجیب و غریبی در آینده ای نه چندان دور به یک غذای عادی تبدیل می شود. درحال حاضر هلندیها در پاسخ به هشدار سازمان ملل نسبت به افزایش قیمت گوشت در نتیجه افزایش جمعیت تحقیقاتی را برای وارد کردن کرم ابریشم و ملخ به غذاهای روز آغاز کرده اند.

استفان گیت مستند سازی که ورود حشرات به غذاهای انسانهای آینده را پیش بینی کرده اظهار داشت که قیمت گوشت گاو و گوسفند درحال افزایش است و یافتن زمینهای کافی برای حیوانات و برطرف کردن نیازهای آنها همواره دشوار تر می شود، حشرات گزینه های سالم، مغذی و گاهی خوشمزه هستند که میزان پروتئین آنها اگر از ماهی یا گوشت بیشتر نباشد با آنها برابری می کند.

جیرجیرکها برای استخوان سازی موثر هستند، خوردن چهار جیرجیرک معادل یک لیوان شیر است

کرمها برای رشد ماهیچه مفید هستند، میزان پروتئین کرم سه برابر گوشت گاو است

خوردن مورچه ها برای لاغر موثر است چرا که مورچه ها سرشار از پروتئین بوده و میزان چربی آنها کم است

وی افزود: برخی از حشرات به ویژه هنگامی که در مرحله کرمی هستند سرشار از چربی ها و درصد قابل توجهی از آمیو اسیدها و ویتامینها و مواد معدنی ضروری است.

اگر بخواهیم این فهرست از مزیتها را طولانی تر هم کنیم باید به این نکته اشاره کنیم که حشرات جای کمی می گیرند و نسبت به احشام آلودگی کمتری دارند.

پاتریک دارست جنگلبان ارشد سازمان غذا و کشاورزی سازمان ملل مطالعاتی در سراسر دنیا برای استفاده از حشرات به عنوان یک منبع غذایی انجام داده است.

وی اظهار داشت: جامعه غربی تمایل دارد که حشرات را کثیف بداند اما مزایای غذایی این حشرات بسیار هستند، برای مثال، جیرجیرکها سرشار از آهن، روی و کلسیم هستند.

دارست تصدیق کرد که ترغیب مردم برای روی آوردن به خوردن حشرات بسیار دشوار است. برای مثال سوشی امروز وارد منو غذایی بسیاری از غربی ها شده است، درحالی که تا 20 سال پیش این غذای شرق آسیا به هیچ وجه در غرب شناخته شده نبود.

مسئله اصلی این است که انسانها هزاران سال است که حشرات تغذیه می کنند، تخمین زده شده است که بیش از 2 هزار گونه حشره در جهان به عنوان منبع غذایی انسان وجود دارد که این فهرست از زنبورهای عسل و عنکبوت تا جیرجیرک گسترده شده است.