

Insects Innovation in Gastronomy

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ



Μονάδα 1 Ενότητα 5:

Τι σκέφτονται οι άνθρωποι για την κατανάλωση εντόμων

Disclaimer:

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

Υποστήριξη μαθημάτων
Μονάδα 1 Ενότητα 5: Τι σκέφτονται οι άνθρωποι για την κατανάλωση εντόμων;

Πίνακας περιεχομένων

Βασικές γνώσεις και πληροφορίες

Εξερευνώντας τις δυνατότητες των συστατικών με βάση τα έντομα: αντιδράσεις σεφ και φοιτητών σε μια πραγματική γευσίγνωσία1

Σύγκριση πρακτικών αντιδράσεων με την καινοτομία των εντόμων στη γαστρονομία Ευρωπαϊκή έρευνα2

Συμπεράσματα3

Υποστήριξη μαθημάτων
Μονάδα 1 Ενότητα 5: Τι σκέφτονται οι άνθρωποι για την κατανάλωση εντόμων;

Μονάδα 1: Εισαγωγή στα εδώδιμα έντομα στη γαστρονομία

Ενότητα 5: Τι σκέφτονται οι άνθρωποι για την κατανάλωση εντόμων;

Σε αυτή την ενότητα, εξερευνούμε τις αντιδράσεις καθηγητών και φοιτητών καθώς δοκιμάζουν πιάτα που παρασκευάζονται με συστατικά που βασίζονται σε έντομα. Θα αναλύσουμε τις απόψεις τους σχετικά με τη γεύση, την υφή και τη συνολική εμπειρία, καθώς και τις προσδοκίες τους πριν τα δοκιμάσουν και τις εντυπώσεις τους μετά.

Εξερευνώντας τις δυνατότητες των συστατικών με βάση τα έντομα: Οι αντιδράσεις σεφ και φοιτητών σε μια γευσίγνωσία

Μία από τις πρώτες ερωτήσεις που τέθηκαν ήταν: **Τι πιστεύετε για το μαγείρεμα με συστατικά με βάση τα έντομα;**

Ο Antonio, ένας από τους συμμετέχοντες, εξέφρασε την έκπληξή του για την **ευελιξία** αυτών των συστατικών και για το πόσο εύκολα μπορούν να ενσωματωθούν σε υπάρχουσες δίαιτες και μενού. Τόνισε τη δυναμική τους ως συμπληρωματικό συστατικό που **προσθέτει καινοτομία** σε διάφορα πιάτα.

Άλλοι συμμετέχοντες συμφώνησαν, σημειώνοντας ότι τα συστατικά με βάση τα έντομα:

- **Βελτιώνουν τις παραδοσιακές συνταγές** προσθέτοντας μια μοναδική πινελιά.
- Παρέχουν **μια καινοτόμα εναλλακτική λύση** σε κοινά συστατικά.
- Προσφέρουν **ένα νέο γευστικό προφίλ**, ειδικά σε προσαρμογές χωρίς γλουτένη, όπως η ψίχα ψωμιού με βάση τα έντομα, η οποία εισάγει μια ελαφρώς πικάντικη και πλούσια σε umami γεύση.

Προηγούμενη εμπειρία με βρώσιμα έντομα

Όταν ρωτήθηκαν για την προηγούμενη εμπειρία τους με τρόφιμα με βάση τα έντομα, οι περισσότεροι συμμετέχοντες δήλωσαν ότι ήταν η πρώτη φορά που δοκίμαζαν ή μαγείρευαν με αυτά τα συστατικά. Μόνο λίγοι είχαν πειραματιστεί με έντομα στο παρελθόν, αλλά η έκθεσή τους **περιοριζόταν σε μια μικρή ποικιλία**.

Γεύση και αντίληψη της γεύσης

Οι συμμετέχοντες μοιράστηκαν τις σκέψεις τους σχετικά με τις γεύσεις που παρατήρησαν δοκιμάζοντας τα πιάτα:

- Οι περισσότεροι περιέγραψαν τη γεύση ως **ευχάριστη και οικεία**.
- Ορισμένοι σημείωσαν **μια ήπια πικάντικη γεύση και μια λεπτή γεύση ουμάμι**.
- Λίγοι τόνισαν **γήινες και καρυδένιες αποχρώσεις**, που το καθιστούν **ένα ευέλικτο συστατικό** για διαφορετικές παρασκευές.
- Πολλοί από αυτούς απολάυσαν ιδιαίτερα **τα πιάτα με βάση τον γρύλο**, θεωρώντας τα γευστικά και ισορροπημένα.

Υποστήριξη μαθημάτων

Μονάδα 1 Ενότητα 5: Τι σκέφτονται οι άνθρωποι για την κατανάλωση εντόμων;

Θα συνιστούσατε αυτά τα συστατικά;

Οι συμμετέχοντες ρωτήθηκαν αν θα συνιστούσαν **συστατικά με βάση τα έντομα** σε άλλους σεφ ή σε άτομα του κύκλου τους. Οι περισσότερες απαντήσεις ήταν **θετικές**, με τους σεφ να βλέπουν μεγάλες δυνατότητες για καινοτομία στη γαστρονομία.

Τα βασικά σημεία που αναφέρθηκαν περιλάμβαναν:

- **Η θετική εμπειρία** της εργασίας με αυτά τα συστατικά.
- **Τα μοναδικά χαρακτηριστικά** που τα διαφοροποιούν από άλλες πρωτεΐνες.
- **Οι δυνατότητες μελλοντικής ανάπτυξης** εάν αναπτυχθούν και βελτιωθούν περαιτέρω.

Ορισμένοι συμμετέχοντες πρότειναν ότι **οι σεφ θα πρέπει να εισαχθούν πρώτα στα συστατικά με βάση τα έντομα**, ενώ η αποδοχή από τους καταναλωτές μπορεί να πάρει περισσότερο χρόνο. Μερικοί ανέφεραν ότι ενώ θα πρότειναν τα συστατικά αυτά σε επαγγελματίες, ίσως να μην τα πρότειναν ακόμη σε συγγενείς και φίλους.

Τελικά, **τα οφέλη για την υγεία και τη διατροφή** αναφέρθηκαν ως **ισχυροί λόγοι** για την ενθάρρυνση της χρήσης τους στην καθημερινή μαγειρική.

Η σημασία της μαγειρικής κατάρτισης στην κουζίνα με βάση τα έντομα

Οι συμμετέχοντες ρωτήθηκαν επίσης αν οι σεφ θα πρέπει **να λαμβάνουν εκπαίδευση σχετικά με τη χρήση συστατικών με βάση τα έντομα**. Η απάντηση ήταν συντριπτικά **θετική**, με πολλούς να συμφωνούν ότι:

Δεδομένου ότι πρόκειται **για έναν αναδυόμενο τομέα**, οι σεφ θα πρέπει να είναι **εφοδιασμένοι με τις κατάλληλες γνώσεις** για να ενσωματώσουν αποτελεσματικά αυτά τα συστατικά.

Τα έντομα είναι πιθανό **να διαδραματίσουν αυξανόμενο ρόλο στη μελλοντική γαστρονομία**, καθιστώντας απαραίτητο οι επαγγελματίες **να κατανοήσουν τις δυνατότητές τους**.

Σύγκριση πρακτικών αντιδράσεων με την καινοτομία των εντόμων στη γαστρονομία Ευρωπαϊκή έρευνα

Οι γνώσεις από αυτή τη συνεδρία γευσιγνωσίας ευθυγραμμίζονται με τα ευρήματα του **ευρωπαϊκού προγράμματος «Καινοτομία των εντόμων στη γαστρονομία»**, το οποίο διερευνά τη **στάση των καταναλωτών και των επαγγελματιών** απέναντι στα τρόφιμα με βάση τα έντομα.

Τα αποτελέσματα της έρευνας του έργου, τα οποία είναι διαθέσιμα στον ιστότοπό του, <https://gastroinnovation.eu/results/>, αποκαλύπτουν βασικές τάσεις στη συμπεριφορά των καταναλωτών:

- Ένας σημαντικός αριθμός ερωτηθέντων **σε διάφορες ευρωπαϊκές χώρες** εξέφρασε **δισταγμό** σχετικά με τη συμπερίληψη των εντόμων στη διατροφή τους, **κυρίως λόγω έλλειψης γνώσεων**.
- **Η Ιταλία και η Ισπανία** έδειξαν ελαφρώς **υψηλότερη ευαισθητοποίηση**, αλλά η εκπαίδευση των καταναλωτών παραμένει περιορισμένη.
- Υπάρχει **μεγαλύτερη αποδοχή των αλεύρων ή σκονών με βάση τα έντομα**, ιδίως στα **σνακ (41%) και στα συμπληρώματα πρωτεΐνης (35%)**.

Υποστήριξη μαθημάτων
Μονάδα 1 Ενότητα 5: Τι σκέφτονται οι άνθρωποι για την κατανάλωση εντόμων;

Τα ολόκληρα έντομα παραμένουν λιγότερο ελκυστικά, με μόνο το **10% των ερωτηθέντων να είναι ανοιχτό στην κατανάλωσή τους στην αρχική τους μορφή.**

- Το μεγαλύτερο ενδιαφέρον για τη χρήση συστατικών με βάση τα έντομα παρατηρήθηκε στην **Κύπρο, ακολουθούμενη από την Ιταλία, την Ελλάδα και την Ισπανία, ενώ η Ρουμανία και η Τουρκία** έδειξαν τον λιγότερο ενθουσιασμό.

Στάσεις στον τομέα HORECA (ξενοδοχεία, εστιατόρια και εστίαση). Η μελέτη διεξήγαγε επίσης έρευνα σε επαγγελματίες του τομέα της φιλοξενίας, συμπεριλαμβανομένων των σεφ.

- **Οι σεφ στην Ισπανία και την Ιταλία** εξέφρασαν μεγαλύτερο αρχικό ενδιαφέρον για την **ενσωμάτωση συστατικών με βάση τα έντομα** στα μενού τους, **ιδίως σε μορφή σκόνης ή αλεύρου.**
- Ωστόσο, εξέφρασαν ανησυχίες σχετικά **με την αποδοχή από τους πελάτες** και την ανάγκη για **καλύτερη εκπαίδευση** για την ασφαλή χρήση αυτών των συστατικών στις επαγγελματικές κουζίνες.
- Πολλοί αναγνώρισαν ότι οι **περιορισμένες γαστρονομικές γνώσεις και η εμπειρία** με τα τρόφιμα με βάση τα έντομα **εμποδίζουν την υιοθέτησή τους στην κυρίαρχη γαστρονομία.**

Εκπαιδευτικές πρωτοβουλίες: Το κλειδί για την αποδοχή από τους καταναλωτές

Η μελέτη υπογράμμισε ότι οι εκστρατείες **εκπαίδευσης και ευαισθητοποίησης** είναι **απαραίτητες** για την αύξηση της αποδοχής των τροφίμων με βάση τα έντομα από τους καταναλωτές. Οι προσπάθειες αυτές θα πρέπει να επικεντρωθούν στα εξής:

- **Διατροφικά οφέλη**, όπως η **υψηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνες και η βιωσιμότητα.**
- **Περιβαλλοντικά πλεονεκτήματα**, όπως η μειωμένη κατανάλωση γης, νερού και ζωοτροφών.
- **Εμπνευσμένες μαγειρικές εφαρμογές**, που δείχνουν πώς τα έντομα μπορούν να χρησιμοποιηθούν με καινοτόμους τρόπους.

Συμπεράσματα

Αυτή η ενότητα παρέχει την ευκαιρία να αναλυθούν **οι αντιδράσεις από πρώτο χέρι** στην κουζίνα με βάση τα έντομα και να συγκριθούν με **τα επιστημονικά ευρήματα** από το πρόγραμμα «Καινοτομία των εντόμων στη γαστρονομία».

Για να εξερευνήσετε περαιτέρω αυτές τις γνώσεις, σας προσκαλούμε να επισκεφθείτε το **gastroinnovation.eu** και να ανακαλύψετε περισσότερα σχετικά με **τα αποτελέσματα της έρευνας** από διάφορες ευρωπαϊκές χώρες.

Η κατανόηση **των αντιλήψεων και των κινήτρων** τόσο των καταναλωτών όσο και των επαγγελματιών είναι απαραίτητη για την προώθηση της υιοθέτησης των συστατικών **με βάση τα έντομα** στη σύγχρονη γαστρονομία