

# Insects Innovation in Gastronomy Gastronomide Böcek İnovasyonu

## KURS DESTEĞİ



### Modül 1 Ünite 1:

#### Günümüze Kadar Böcek Yememin Kısa Tarihi

**Feragatname:**

*Bu proje Avrupa Birliği'nin desteğiyle finanse edilmektedir.*

*Ancak ifade edilen görüş ve düşünceler sadece yazar(lar)a aittir ve Avrupa Birliği veya Avrupa Eğitim ve Kültür Yürütme Ajansı'nın (EACEA) görüşlerini yansıtmak zorunda değildir. Ne Avrupa Birliği ne de EACEA bunlardan sorumlu tutulabilir.*



Kurs Desteği  
Modül 1 Ünite 1: Günümüze Kadar Böcek Yemenin Kısa Tarihi

## İçindekiler Tablosu

Temel Bilgiler ve Çıkarımlar:

Modern Avrupa'da Entomofajinin Yükselişİ.....	1
Avrupa'da Böcek Tüketimi Örnekleri.....	2
Son Düşünceler.....	3

## Kurs Desteği

### Modül 1 Ünite 1: Günümüze Kadar Böcek Yemenin Kısa Tarihi

## Modül 1: Gastronomide Yenilebilir Böceklere Giriş

### Ünite 1: Günümüze Kadar Böcek Yemenin Kısa Tarihi

Böceklerin insanlar tarafından tüketilmesi tarih öncesi çağlara kadar uzanan uzun bir geçmişe sahiptir. Böceklerin, av araçlarının ve tarımın gelişmesinden çok önce insan beslenmesinin bir parçası olması kuvvetle muhtemeldir.

Avrupa'da böcek tüketiminin bilinen en eski tasvirlerinden biri İspanya'nın Valensiya kentindeki La Cueva de la Araña mağara resimlerinde bulunmaktadır. M.Ö. 9000 ila 1400 yılları arasına tarihlenen bu resimlerde arılarla çevrili bir bal toplayıcısı, petekleri taşımak için bir çanta taşıırken tasvir edilmiştir. Bu, hem balın hem de muhtemelen arı larvalarının besin kaynağı olarak değerlendirildiğini göstermektedir.

Tarih boyunca çeşitli eski metinlerde böceklere atıfta bulunulmuştur. Örneğin, Kutsal Kitap çekirge ve cırcır böceği tüketimine izin vermektedir (Levililer 11:22). Aristoteles gibi Yunan filozoflar da böcek tüketiminden bahsetmiş ve bunların besin değerini kabul etmişlerdir. Romalı doğa bilimci Yaşlı Pliny, Roma diyetinde çekirge ve diğer böceklerin kullanımını belgelemiş ve bunların mutfak ve beslenme açısından önemini vurgulamıştır.

Mezoamerika'da Aztekler ve Mayalar gibi uygarlıklar düzenli olarak böcek tüketmiştir. Aztekler arasında chapulines (çekirge) bir lezzet olarak kabul edilirdi.

Orta Çağ boyunca gıda kıtlığı ve kıtlıklar yaygındı ve bu da insanları diyetlerini çeşitlendirmeye zorluyordu. Bombus arıları da dahil olmak üzere böcekler, özellikle Orta ve Güney Avrupa'da sıklıkla pişirilir ve çorbalara eklenirdi.

Rönesans'la birlikte entomofaji (böcek yeme pratiği) çalışmaları Avrupa'da bilimsel ilgi görmeye başladı. Andrea Bacci ve Pierre Belon gibi doktorlar ve doğa bilimciler böceklerin mutfak ve tıbbi faydaları hakkında yazdılar. 16. yüzyılda İtalyan doğa bilimci Ulisse Aldrovandi böceklerin beslenme potansiyelini vurgulamış, hatta bunların yetiştirilmesinin bol ve uygun maliyetli bir gıda kaynağı sağlayabileceğini öne sürmüştür.

### Modern Avrupa'da Entomofajinin Yükseliş

Son yıllarda, daha sürdürülebilir ve alternatif protein kaynaklarına yönelik küresel hareketin bir parçası olarak bazı Avrupa ülkelerinde entomofajiye olan ilgi artmıştır. Bu yenilenen ilgi, çevresel kaygılar, sürdürülebilir gıda sistemlerine duyulan ihtiyaç ve böceklerin yüksek besin değerinden kaynaklanmaktadır. Bazı şefler de modern gastronomide yenilik yapmanın bir yolu olarak böcekleri mutfak kreasyonlarına dahil etmektedir.

## Kurs Desteği

### Modül 1 Ünite 1: Günümüze Kadar Böcek Yemenin Kısa Tarihi

#### Avrupa'da Böcek Tüketimi Örnekleri

##### Belçika

Belçika, böcek tüketimini yasallaştıran ilk Avrupa ülkesi oldu. Belçikalı şirketler yıllardır böcek bazlı gıda ürünleri üretmektedir. Bu alandaki öncülerden biri, bir biyomühendis olan ve kriket yetiştiriciliği ve üretimine adanmış ilk çiftlik olan Little Food'un kurucularından Maïté Mercier'dir. Bugün Little Food, böcek bazlı gıda ürünleri konusunda uzmanlaşmış lider bir Belçika şirketi olan Nimavert'in bir parçasıdır.

##### Fransa

Fransa, özellikle atıştırmalıklar ve üst düzey yemekler gibi gurme ve yenilikçi ürünlerde böcekleri mutfağına entegre etmeye başladı. Ÿnsect, un kurtlarının potansiyeline odaklanan, bu sektörde öncü bir şirkettir. Şirket, 45.000 metrekareye yayılan ve 36 metre yüksekliğindeki dünyanın en büyük dikey böcek çiftliğini işletmektedir.

Ÿnsect'in gıda bölümü AdalbaPro, aşağıdaki ürünleri üretmektedir:

- **Un kurdu yağı:** Oda sıcaklığında yarı katı, zengin yağ asitleri bileşimine ve hafif ceviz aromasına sahiptir.
- **Un kurdu tozu:** Temel amino asitler, lif, sağlıklı yağlar, demir ve B12 vitamini ile dolu protein açısından zengin bir içerik.
- **Dokulu böcek proteini (FTIP):** Et benzeri bir dokuya sahip olan FTIP, geleneksel ete benzer şekilde kızarır ve pişer, bu da onu bitki bazlı protein ürünleri için uygun bir alternatif haline getirir.

Fransa'da entomofaji yaygın olmasa da bazı şefler böcek temelli mutfağı teşvik etmek için çalışıyor. Örneklerden biri, sebze çıtır böcekler ve çikolata kaplı çekirgeler içeren bir tadım menüsü sunan Inoveat adlı restoranın sahibi Laurent Veyet.

##### İspanya

İspanya'da böcek tüketimi henüz başlangıç aşamasındadır ancak sürdürülebilir ve yenilikçi gıda uygulamaları konusunda artan farkındalık nedeniyle büyümektedir. Bu sektördeki lider İspanyol şirketi, Tenebrio molitor (un kurdu) üretimi ve işlenmesinde dünya lideri olan Tebrio'dur. Ancak halen insan gıdası pazarına açılma sürecindedirler.

Doğrudan tüketiciye satış için, bir Valensiya mağazası olan Insectum, hem çevrimiçi hem de fiziksel mağazasında çok çeşitli böcek bazlı ürünler sunmaktadır. En çok satan ürünleri arasında böcek tozları, kurutulmuş böcekler, protein barları ve kurabiyeler yer almaktadır.

##### İsviçre

İsviçre'de yenilebilir böceklere olan ilgi artıyor. Gourmet Bugs adlı web sitesi, yerel olarak üretilen böcek bazlı gıdalar sunarak entomofajinin gizemini çözmeyi ve teşvik etmeyi amaçlıyor. Ürün

## Kurs Desteği

### Modül 1 Ünite 1: Günümüze Kadar Böcek Yemenin Kısa Tarihi

yelpazesinde çikolata kaplı cırcır böcekleri ve cırcır böcekleri ve un kurtlarıyla yapılan yüksek proteinli makarna yer alıyor.

#### Almanya

Böcek tüketimi geleneksel Alman mutfağının bir parçası olmasa da, ülke alternatif bir protein kaynağı olarak böcekleri deniyor. Berlin'de bir restoran olan Mikrokosmos, yenilebilir böcekleri menüsüne ekleyen öncülerden biri. Öne çıkan yemeklerinden bazıları şunlardır:

- **Fritto Misto:** Otlar ve ev yapımı sos ile servis edilen kızarmış böcek karışımı.
- **Chapulines (Meksika usulü cırcır böceği):** Misket limonu, acı biber, taze kişniş ve soğanla marine edilmiş cırcır böcekleri.

Ayrıca, SnackInsects adlı online mağaza yıllardır Almanya'da yenilebilir böcek ürünleri satmakta ve çikolata kaplı Tenebrio molitor ve cırcır böceği bazı atıştırmalıklar gibi ürünler sunmaktadır.

#### İtalya

2020 yılında kurulan İtalyan ALIA şirketi, böcek bazlı gıdaları ve faydalarını tanıtmayı amaçlıyor. Temel ürünlerinden biri, tamamen İtalya'da üretilen **yüksek kaliteli** bir bileşen olan Acheta domesticus'tan yapılan ultra ince cırcır böceği tozudur.

İtalya'da böcek tüketimi henüz yaygın olmamakla birlikte, böcek içeren yenilikçi gıda ürünlerine olan ilgi giderek artmaktadır. Örneğin Pane e Trita adlı restoran, yeşil esnaf ekmeği, cırcır böreği, eritilmiş scamorza peyniri, mor lahana, çıtır tatlı patates ve özel bir sosla hazırlanan Grillo Cheeseburger'i sunmaktadır. Bu burger yüksek protein, düşük yağ ve karbonhidrat içeriyor.

#### Sonuç

Bu ünitenin entomofaji ve yenilebilir böceklerin Avrupa gastronomisine entegrasyonunun ilk aşamaları hakkında aydınlatıcı bir giriş sağladığını umuyoruz. Sürdürülebilir gıda kaynaklarına ilişkin farkındalık arttıkça, böceklerin küresel gıda sistemindeki rolünün de yenilikçi ve çevre dostu mutfak olanakları sunarak genişlemesi muhtemeldir.