
Le nuove frontiere del cibo

Autore: Michele Angelo Di Bari

Fonte: Città Nuova

Dal sushi alle alghe fritte, anche per gli occidentali nuove prospettive.

I costumi alimentari di un popolo esprimono la storia, la tradizione e sono, ovviamente, legati alla reperibilità di un cibo rispetto ad un altro. L'uomo nella storia ha operato una selezione alimentare delle specie animali e vegetali disponibili. Una selezione che non ha salvato nessuna forma di vita! Se per gli occidentali attingere alla carne rappresenta un costume alimentare comune, in altre culture, parimenti, hanno soddisfatto il medesimo fabbisogno proteico con gli insetti. Nonostante la spontanea ed occidentale avversione per questo tipo di soluzione nutrizionale, che comunque non ha impedito la conoscenza di cibi come sushi e alghe fritte, gli insetti rappresentano a tutt'oggi una fonte alternativa e apparentemente inesauribile di cibo.

Soppesando le differenze emerge che la maggior parte degli insetti possiede un contenuto calorico del 60 per cento superiore a quello delle carni bovine; del 70 per cento superiore a quello di pesce, lenticchie e fagioli, e del 95 per cento superiore a quello del frumento e della segale. Gli insetti sono costituiti per il 40-70 per cento da proteine per lo più ad alta digeribilità (77-98 per cento) e con un'alta concentrazione di aminoacidi essenziali. I livelli di colesterolo possono essere nulli in alcuni insetti, come nella formica tagliatrice di foglie, *Atta cephalotes*, o simili a quelli osservati nel bestiame da carne. Persino i livelli di acidi grassi insaturi sono simili a quelli del pollame e del pesce e sorprendentemente alcune specie mostrano un contenuto elevato di acido linoleico e linolenico. Infine alcune specie, come il bruco *Usta Tersicore* dell'Angola, possono soddisfare il fabbisogno giornaliero di un uomo di minerali quali ferro, rame e zinco.

Attualmente centinaia di specie sono utilizzate come alimento in Africa, in Asia e in America Latina. Tra gli insetti più importanti i bruchi, le larve di scarabeo e (talvolta) gli adulti, le termiti e le formiche alate; e ancora api, vespe, cicale e un'ampia varietà di insetti acquatici.

Risulta chiaro perché a fronte di una tale risorsa alimentare ed economica i mercati alimentari internazionali stiano lentamente proponendo anche ad un pubblico occidentale gli insetti sotto forma di prodotti lavorati e no. Anche questo rappresenta il rovescio della medaglia della globalizzazione. A noi la scelta di cosa mettere nel piatto!