



Daniel Rocha

Comer e chorar por mais?

Falta apenas o parecer final da Autoridade de Segurança Alimentar Europeia para que produtos alimentares com gafanhotos, grilos e larvas de besouro possam ser comercializados no espaço comunitário europeu. Mas quem é que os vai comer?

[Mara Gonçalves](#)

26 de Agosto de 2018, 6:46

Sobre o prato, há barras energéticas com dois sabores: umas de manteiga de amendoim e mel, com base de cereais e bagas *gogi*; e outras de amêndoa, maçã e canela, com base de tâmara. O ingrediente especial? Farinha de larvas de besouro-preto, que Guilherme Pereira e Sara Martins criam, desidratam e processam em Perafita. A primeira é receita finalizada, a segunda ainda está em fase de testes. Estivesse a venda já autorizada e “num mês” a Portugal Bugs conseguia pô-las no mercado, garantem.

É nas barras proteicas que se têm focado, mas há mais produtos nos planos da microempresa portuguesa: “Temos algumas formulações para diversos tipos de pães com sementes e também conseguimos produzir massas.” Já as bases de *pizza* ainda são só “umas brincadeiras”, tal como os chocolates. Apenas estes terão os insectos inteiros e, por isso mesmo, estão relegados para uma fase posterior. Guilherme e Sara acreditam que o primeiro contacto com o consumidor português tem de ser invisível à repulsa que estes bichos tendem a provocar. “Temos noção de que o consumidor não está preparado para isso neste momento.”



Foto

Nelson Garrido

Patrícia Borges concorda. Para a *chef* e professora de cozinha na Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar de Peniche, a principal barreira ao consumo de insectos são os vários mitos a que estão associados. “São consumidos pelas populações dos países subdesenvolvidos, estão associados ao comportamento primitivo, à transmissão de bactérias e doenças, a rituais de bruxaria, às pragas que devastaram os campos agrícolas”, enumera. Por isso, o início vai passar pelos produtos transformados. Barras energéticas, bolachas, massas, pães, batidos, iogurtes, granolas, almôndegas, hambúrgueres. “É muito mais fácil convencer uma pessoa a comer uma barra energética onde não se vê o insecto do que dar-lhe a provar uma colher de grilos.”

Foi este o argumento que deu origem ao projecto *Insects au Gratin*, desenvolvido desde 2011 por uma equipa de investigação da London South Bank University, da qual faz parte a designer portuguesa Susana Soares. Através de intrincadas peças de arte, feitas com farinha de insecto e criadas em impressoras 3D, o projecto procurava “chamar a atenção das pessoas” para a importância destes alimentos e do combate ao desperdício alimentar, tentando fazê-lo “de uma forma que as levasse a ficarem interessadas em consumir”.

Patrícia Borges e Guilherme Pereira acreditam, no entanto, que os primeiros consumidores destes produtos vão ser os desportistas e aqueles que procuram ter uma alimentação mais saudável e amiga do meio ambiente. Os primeiros porque “pretendem ingerir uma maior quantidade de proteína com o objectivo de reforçar a massa muscular”, os segundos porque encontram nestes alimentos uma alternativa proteica à carne e ao peixe. “Como são ricos em gorduras insaturadas, também são adequados para pessoas que querem fazer dieta”, acrescenta Patrícia Borges.

O projecto de investigação de Susana Soares enveredou, entretanto, por um caminho completamente diferente: papas moles para pessoas com dificuldades em engolir ou com condições médicas que as impeçam de consumir alimentos sólidos e barras energéticas para serem distribuídas em “situações de catástrofe e emergência”. O trabalho centra-se agora sobretudo nas técnicas de impressão em 3D, com vista a uma maior eficácia em termos de produção alimentar. “O objectivo é criar outros nichos de aplicação para este tipo de produtos e não necessariamente ganhar milhões com isto.” Mas Susana assume outras razões para a mudança de rumo: “Acho que são mais fáceis de introduzir [no mercado], para já, e também é mais fácil arranjar quem custeie o projecto.”

PUB



Foto

Susana Soares e um dos biscoitos que criou à base de farinha de insecto Peter Macdiarmid/Getty Images

O sabor do desafio

Mas a que sabem afinal os insectos? Guilherme Pereira nota nos tenébrios desidratados “um sabor muito característico a frutos secos”. Susana Soares costuma dizer que as farinhas “sabem e cheiram a comida de peixe”, enquanto as larvas de escaravelho têm um paladar “quase como se fosse um leite”. Para Patrícia Borges, que tem trabalhado sobretudo com insectos desidratados (grilos, gafanhotos, tenébrios, zophobas e baratas da Argentina), o sabor é “bastante neutro”. O que se destaca é a textura crocante, porque o resto é “insípido”, afirma. “Acabam por saber aos condimentos que adicionamos.” Podem ser mergulhados em molhos picantes, temperados com sal e pimenta ou cobertos de chocolate, por exemplo. E funcionarem no prato como um apontamento, um *snack* ou uma sobremesa.

“Não podemos dizer que temos aqui um alimento delicioso”, assume Patrícia Borges. “A vantagem de introduzi-los na gastronomia não é o sabor, mas o valor nutricional.” E o factor experiência, aliado à curiosidade e ao desafio de “ultrapassar a barreira da repulsa”. É neste campo que joga a gama de insectos edíveis da Glood, uma cadeia portuguesa de lojas especializadas em produtos alimentares importados “difíceis de encontrar” nas grandes superfícies. É o único local em Portugal onde encontrámos insectos à venda para consumo humano. “Introduzimos os insectos nas nossas lojas em 2012”, conta Emanuel Gaspar, um dos proprietários da empresa. “Em 2018, temos vendido uma média de 70 caixas por mês”, revela.

No *site* da loja, encontramos pacotes com diferentes espécies de larvas, misturas de grilos e formigas, importados da Holanda ou dos Estados Unidos. Sempre desidratados e inteiros. “É mais apelativo ao cliente e é mais fácil de vender”, assume Emanuel. Quem procura estes produtos, diz, vem pela “novidade”, para “fazer alguma brincadeira a um familiar ou amigo” ou pelo “desafio”. “Já tivemos clientes a partilhar no nosso Facebook que faziam sushi — em vez do peixe, colocavam os insectos.”



Foto

Daniel Rocha

"Temos noção de que o consumidor não está preparado para isto neste momento"

Guilherme Pereira

[Uma experiência gourmet](#)

Segundo o relatório da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO), são conhecidas mais de 1900 espécies edíveis de insectos, mas o número tem tendência a subir à medida que a investigação aumenta nesta área. Fazem parte da dieta quotidiana de cerca de dois mil milhões de pessoas, maioritariamente no continente asiático, mas também em África e na América Latina. No Ocidente, a maioria dos produtos que estão a ser desenvolvidos e comercializados é feita com insectos desidratados, inteiros ou em farinha, e concentra-se nas poucas espécies produzidas em larga escala. Mas os insectos também podem ser consumidos “frescos” e, nesse caso, a paleta de sabores é mais diversificada entre as espécies.

Durante três anos, a equipa do Nordic Food Lab, um centro de investigação dinamarquês que explora a “diversidade na alimentação” e está ligado ao restaurante Noma (várias vezes considerado o melhor do mundo), viajou pelo universo dos insectos comestíveis, experimentando receitas e explorando diferentes processos e confecções. O projecto terminou em 2016, resultando no documentário *Bugs* e no livro *On Eating Insects*. No menu do Noma, o *chef* René Redzepi tem incluído alguns pratos com formigas, a passear sobre *crème fraîche*, a trazer acidez a um gelado de bétula ou como tempero de camarões e bacalhau. No Brasil, o *chef* Alex Atala tem explorado a

utilização de insectos na alimentação de tribos nativas da floresta amazónica. Alguns restaurantes começam a introduzir insectos fritos nos pratos ou a incorporá-los em hambúrgueres.



Foto

À esquerda, variações de pastas e massas da Insects au Gratin, fundado pela portuguesa radicada em Londres, Susana Soares. À direita, biscoitos feitos a partir de farinha de insecto

Lendo as tendências, Patrícia Borges acredita que a introdução destes alimentos na restauração portuguesa deverá começar nos “restaurantes Michelin e naqueles que oferecem conceitos diferenciadores”, apelando a uma clientela que procura uma “cozinha de experiência”. “Difícilmente vamos esquecer que comemos insectos, enquanto cozidos à portuguesa, apesar de gostarmos muito, não fixamos as datas”, compara. Mas, independentemente da forma como forem inicialmente consumidos, a introdução dos insectos na alimentação quotidiana dos portugueses será “um processo lento”, admite.

Ler mais

- [Mais tarde ou mais cedo, os insectos vão chegar-lhe ao prato](#)

“Os primeiros produtos a surgirem vão esgotar-se num instante, porque existe muita gente curiosa.” Mas, passado o “factor moda”, apenas aqueles que “têm consciência nutricional dos alimentos” vão continuar a consumi-los, defende. Susana Soares está mais céptica. “Há uma curiosidade inicial, e às vezes as pessoas até preferem provar o insecto inteiro, quase como uma aposta, mas a percentagem de quem se vê a consumi-los regularmente é muito pequena.” Vê apenas um caminho possível: a educação das gerações mais novas, capaz de, ao longo do tempo, ultrapassar a questão cultural e tornar banal a integração destes ingredientes na alimentação.

O filho de Patrícia Borges tinha dois anos quando provou as primeiras bolachas com zophobas (*Zophobas morio*). Aos oito anos, percebe na escola que os colegas não reagem tão bem à ideia. “Continua a não lhe fazer confusão nenhuma, porque sempre viu como uma coisa normal. E adora.”

tp.ocilbup@sevlacnog.aram

Tópicos

- [Sociedade](#)
- [Comportamento](#)
- [Alimentação](#)
- [Gastronomia](#)
- [Design](#)
- [P2](#)