

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (2019)  
**Heft:** 1: Tiere

**Artikel:** Insekten auf der Speisekarte  
**Autor:** Sutter, Markus  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-853503>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

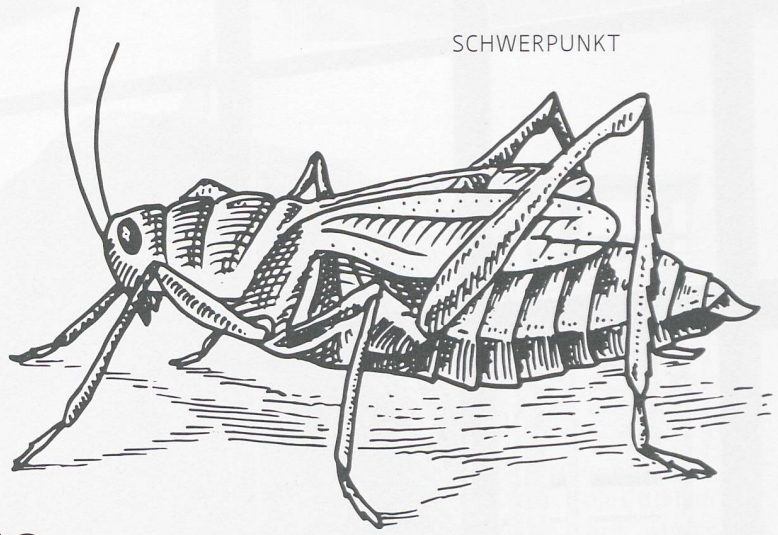
### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Insekten auf der Speisekarte



Manche rümpfen schon beim Gedanken die Nase, andere haben damit keine Mühe und loben die positiven gesundheitlichen Aspekte: Die Rede ist von Insektenfood.

Text Markus Sutter



Insekten zum Z'nacht?

Für über zwei Milliarden Menschen weltweit gehören Insekten schon lange zum festen Speiseplan. Inzwischen werden Insekten wie Würmer oder Grillen in mehreren Varianten auch in der Schweiz angeboten. Als Pionier hierzulande hat Coop die Regale damit aufgefüllt. Der Detaillist arbeitet auf diesem Gebiet eng mit dem Start-up-Unternehmen Essento zusammen und brachte 2017 den ersten Insekten-Burger auf den Markt. Zur weiteren Produktpalette zählen nach Angaben von Essento auch Insect Balls (Hackbällchen), der Insect Bar – ein Energie-Fruchtriegel mit Grillenmehl – sowie Snacks mit Nüssen und ganzen Insekten.

## Kochkurs und Degustationen

Migros zog einige Monate später nach und verkauft in inzwischen 180 Filialen auch Speiseinsekten als Ganzes, getrocknet und ungewürzt. Zudem bietet die

Klubschule dazu passend den Kurs «Kochen mit Insekten» an. Auch Essento führt regelmässige Degustationen durch und will mit Präsentationen und Kochkursen dazu beitragen, den potenziellen Konsumentinnen und Kunden «die Gründe für Insektenkonsum und den guten Geschmack aufzuzeigen».

## Verschiedene Geschmacksrichtungen

Apropos Geschmack: Ameisen sollen nach Zitrone riechen, Mehlwürmer nach Haselnüssen, Heuschrecken nach Geflügel und Grillen nach Popcorn. In Insekten stecken zudem eine gehörige Menge an Proteinen, Mineralstoffen sowie Vitaminen und ungesättigten Fettsäuren.

Ein weiterer Pluspunkt, der umweltbewussten Kundinnen und Konsumenten das Verzehren der Produkte erleichtern dürfte: Die Herstellung von Insektenfood ist viel umweltschonender als von Fleisch, da die Produktion von Fleisch viel Wasser und Futtermittel benötigt. Nicht zuletzt aufgrund des Faktors Nachhaltigkeit sind Grossverteiler wie Coop und Migros auf den fahrenden Insekten-Zug aufgesprungen.

## Heuschrecken & Co. im Restaurant

Natürlich seien essbare Insekten noch nicht bei vielen angekommen, räumt Franz Westermair von der Firma Essento ein. «Aber vor allem in den Städten spüren wir eine konstante Nachfrage, welche wir über den Detailhandel, Restaurants und unseren Online-shop bedienen können», sagt die Community-Fachfrau. In bereits über 50 Restaurants können Heuschrecken und Co. hierzulande entdeckt werden.

Nicht nur das Filialnetz wird von Westermair als ausbaufähig angesehen. Potenzial gebe es auch noch bei der Anzahl essbarer Insektenarten. «In der Schweiz würden sich beispielsweise die beiden einheimischen Arten Ameisen und Bienendrohnlarven anbieten. Bienendrohnlarven etwa hätten einen hohen Proteinwert und würden bei vielen Imkern als Abfallprodukt anfallen. «Statt sie wegzuerwerfen, würde es Sinn machen, diese wieder als wertvolle Nahrung in den Lebensmittelkreislauf einzuschliessen», ist Westermair überzeugt. Bewegung soll es auch an der Preisfront geben. Wenn die verkauften Mengen von Insektenfood zunehmen, rechne man in den nächsten Jahren mit sinkenden Preisen. ■