



**HAL**  
open science

## Manger les insectes ?

Vincent M. Holt, Jean-Marc Lévy-Leblond

► **To cite this version:**

Vincent M. Holt, Jean-Marc Lévy-Leblond. Manger les insectes ?. Alliage : Culture - Science - Technique, 1991, 7 & 8, pp.106-111. hal-03406143

**HAL Id: hal-03406143**

**<https://hal.science/hal-03406143>**

Submitted on 29 Oct 2021

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



*Le mangeur d'insectes*  
plâtre (54 x 38 cm)

# M A N G E R

## LES INSECTES ?

*Vincent M. Holt*

*Et d'entre eux (les insectes) vous pourrez manger ceux-ci :  
la sauterelle de toute espèce, le khargôt (scarabée ?)  
de toute espèce, et le khagab (criquet ?) de toute espèce.*

LÉVITIQUE 11, 22.

Pourquoi ne pas manger les insectes ?\* Pourquoi pas, en effet ? Quelles objections peut-on donc opposer à l'idée de se nourrir d'insectes ? (Sous le mot «insecte», je comprendrai ici d'autres créatures, petits mollusques ou crustacés, qui, bien que ne répondant techniquement pas à ce terme, seront néanmoins dénommées ainsi par commodité). «Pouah ! Je ne toucherais même pas une de ces choses répugnantes. Quant à en manger...», telle est la réponse commune. Mais, crénom, pourquoi être dégoûté par ces créatures qui, en vérité, n'ont rien de répugnant et sont en tout point mieux faites pour servir de nourriture humaine que bien des mets prétendument raffinés fort appréciés aujourd'hui ? L'analyse chimique nous prouve que la chair des insectes est composée des mêmes substances que l'on trouve chez les animaux supérieurs. Et si nous nous demandons de quoi, à leur tour, se nourrissent les insectes, l'un des critères les plus communs pour décider si un animal peut ou non servir de nourriture à l'homme, nous trouvons que la grande majorité des insectes consomment de la matière végétale. Et, de fait, tous ceux que je proposerai à mes lecteurs sont de

---

\* En 1885, paraissait à Londres un tout petit livre intitulé *Why not eat insects? (Pourquoi ne pas manger les insectes ?)*. Il a été réédité récemment par le British Museum (Natural History) et les éditions E.W. Classey (1988, ISBN 565 010727), avec une préface de Laurence Mould, conservateur d'entomologie au British Museum. Nous proposons des extraits de ce charmant opuscule victorien – et dont la question essentielle reste absolument posée. Au moment de mettre cet article sous presse, nous apprenons d'ailleurs la parution d'un ouvrage récent sur le même thème : *Délicieux insectes*, de B. Comby (Jouvence, 1990)

stricts végétariens, certainement plus regardants que nous quant à leur nourriture (je suis certain qu'*eux* ne condescendraient jamais à *nous* manger...). Les animaux carnivores, tels le chien, le chat, le renard, etc... , sont tenus pour indignes du douteux honneur d'être comestibles pour l'homme civilisé. De même, je ne demanderai pas à mes lecteurs de considérer, ne fût-ce qu'une seconde, l'utilité ou l'intérêt de goûter des insectes aux nourritures malpropres, tels la mouche commune, le cafard ou la blatte des cimetières.

Mais comment quelqu'un qui gobe vivante l'huître succulente à trois livres la douzaine, peut-il pincer les narines et frissonner devant l'escargot à la nourriture saine et à l'aspect moins repoussant ? Le homard, créature consommée en énormes quantités autour des meilleures tables, se nourrit de façon si immonde que le pêcheur expérimenté appâte ses nasses à homard avec de la viande pourrissante ou du poisson trop avancé pour attirer même le crabe. Et cependant, si sur l'une de ces tables, était présenté un plat bien cuisiné de limaces, mangeuses propres, le plus téméraire des convives refuserait d'y goûter. De même, l'anguille est universellement consommée, grillée, marinée ou en tourte, bien qu'elle soit un véritable charognard des eaux –avalant n'importe quelle saleté– tout comme son émule le porc, l'«animal impur» des Écritures. Jadis, d'ailleurs, le cochon était refusé avec autant de dégoût que les insectes aujourd'hui. Mais que ferait, de nos jours, le pauvre sans cochon pour son bacon quotidien ?

Comment vivent les pauvres ? Mal, je sais. Mais ils négligent d'abondantes nourritures, à cause de préjugés, que les classes supérieures, par leur exemple, devraient se faire un devoir de les aider à surmonter. L'une des grandes questions de l'époque est : comment le fermier peut-il lutter avec succès contre les insectes qui dévorent ses récoltes ? Je suggère que ces insectes ravageurs soient ramassés par les pauvres pour leur nourriture. Je ne prétends pas que les pauvres pourraient ne vivre que d'insectes ; mais je dis qu'ils pourraient plaisamment et aisément compléter leur régime actuel, tout en rendant un service considérable au monde agricole. Non seulement leurs enfants seraient rémunérés par les fermiers pour le ramassage des insectes nuisibles, mais ils seraient doublement récompensés en rapportant chez eux des plats d'insectes succulents et nourrissants.

Après tout, parmi les classes les plus pauvres, le préjugé contre le fait d'avaler des insectes n'est pas si intense, comme le montre la survie dans certaines régions de vieilles médications, par exemple des pilules de cloportes contre la constipation. J'ai connu moi-même il y a quelques années, dans l'Ouest de l'Angleterre, un paysan qui avait l'habitude de ramasser et de croquer comme friandise n'importe quelle petite larve blanche qu'il apercevait, tout comme il aurait cueilli des fraises des bois.

Les vers de fromage, larves d'une petite mouche, sont tranquillement avalés par de nombreuses personnes, que j'ai souvent entendues affirmer : «après tout, ils ne sont faits que de fromage». Il y a sûrement quelque vérité dans cette assertion, puisque ces larves se nourrissent exclusivement de fromage. Mais que dirait l'un de ces épicuriens si je lui servais un chou cuit avec des vers ? Pourtant mon argument : «après tout, ils ne sont faits que de chou», vaudrait bien le sien. De fait, je vois toutes les raisons du monde pour servir le chou ainsi, entouré d'une bordure délicatement savoureuse des chenilles qui s'en nourrissent. Aujourd'hui, la pauvre chenille qui aura échappé aux yeux de la fille de cuisine, et qui aura bouilli dans les replis des feuilles du chou, gâche l'appétit du convive qui la trouve dans sa part de légume, et sa forme répugnante est soigneusement cachée sur le côté de l'assiette pour ne pas dégoûter la tablée. Pourtant, la même tablée aura peut-être, au début du repas, salué avec satisfaction la présence sur la nappe de plusieurs douzaines d'huîtres bien plus répugnantes à voir, et chacun en aura sans doute avalé une douzaine, crues et vivantes, pour se mettre en appétit ! A une table de gourmets, celui qui, par chance, reçoit la larve bien cuite servie dans sa propre nourriture naturelle, au lieu d'être plaint, devrait au contraire être envié, comme celui qui reçoit le sot-l'y-laisse. Je suis tout à fait conscient de l'horreur avec laquelle cette opinion sera reçue en première lecture, mais une fois soigneusement pesée, je ne vois pas comment quiconque raisonnant correctement pourrait nier sa validité –même s'il continue, tout avaleur qu'il soit d'huîtres crues et amateur de homards charognards - , à détourner son nez délicat devant ma suggestion d'une épreuve pratique.

Le dégoût général à l'égard des insectes semble bien avoir récemment crû plutôt que diminué, ceci étant dû, sans doute, à la perte de familiarité avec leur rôle médicinal. Jadis, le fait qu'ils étaient prescrits par les charlatans de village et guérisseurs, accoutumait au moins les gens à l'idée d'en consommer. Les cloportes, qui se roulent commodément sur eux-mêmes en forme de pilules grises, étaient pris comme laxatif ; les mille-pattes constituaient un remède sans pareil pour la jaunisse ; les hannetons pour la peste ; les coccinelles pour la colique et la rougeole. Le progrès de la science médicale et la disparition de la sagesse populaire ont balayé ces croyances dans les vertus médicinales des insectes, sauf dans certains coins de campagne reculés où quelque vieille guérisseuse demeure en concurrence avec le médecin de la paroisse. Mais avant que ces pratiques n'aient tout à fait disparu, pourquoi ne pas introduire avantageusement des insectes comme nourriture ?

On ne peut certes pas dire qu'il y ait de fortes objections dans les classes supérieures à innover en matière de nourriture, si cela devient une mode. La mode est le plus puissant mobile du monde. Pourquoi quelqu'un de haut placé ne lancerait-il pas la mode raisonnable d'inclure des plats d'insectes dans nos

menus ? Le commun ne serait pas long à suivre... N'est-il pas extraordinaire que les gens négligent les nombreux trésors gastronomiques neufs qui gisent à leurs pieds ? O préjugé, que ta force est grande ! Les gens font grand cas de la saveur de champignons comme l'agaric, alors qu'ils piétinent ou jettent les jeunes vesses-de-loup et des douzaines d'autres espèces de champignons, toutes bonnes et abondantes, faute de les reconnaître. De façon semblable, les gens apprécient huîtres et coques, alors, que, chez nous, ils abominent les escargots ; ils se rendent malades de homard indigeste et charognard, tandis qu'ils regardent avec horreur les chenilles charmantes et végétariennes. Tout ceci ne serait pas grave si seuls étaient concernés les riches, qui peuvent se permettre de faire les difficiles. Mais alors qu'en ces jours de crise agricole, nous faisons tant d'efforts pour pallier les souffrances de nos paysans affamés, ne devrions-nous pas exercer notre influence en leur indiquant une source de nourriture négligée ?

Dans le deuxième chapitre de son ouvrage, l'auteur rappelle que les insectes sont ou ont été effectivement utilisés comme nourriture dans de nombreuses civilisations autour du globe : les criquets au Moyen-Orient, certes, mais aussi (d'après Pline) certaines larves de coléoptères (lucanes ?) chez les Romains, et bien d'autres en Extrême-Orient, sans parler des escargots... en France. On ne résistera pas au plaisir de citer la fin du chapitre :

Même les araignées ont pu être appréciées comme friandises, non seulement par les peuples sauvages, mais par des Européens civilisés. Réaumur rapporte le cas d'une jeune dame qui aimait tant les araignées qu'elle ne pouvait en apercevoir une sans l'attraper et la croquer. Lalande, le grand astronome français, avait des goûts similaires ; et Rose décrit un Allemand qui avait l'habitude de tartiner des araignées, comme du beurre, sur son pain. Quant à moi, je n'approuve guère ce goût, car l'araignée prédatrice, qui dévore les autres insectes, doit être évitée - tout comme les bêtes carnivores - dans notre régime animal usuel.

Je pense avoir maintenant donné un nombre suffisant de précédents pour la consommation d'insectes, à la fois dans les temps anciens et modernes, chez les sauvages et les civilisés. Cela devrait suffire pour inciter toute personne ayant une force d'âme normale à essayer elle-même les délices inconnus qui l'entourent. Nous sommes fiers d'imiter les Grecs et les Romains dans leurs arts ; nous chérissons leurs langues mortes ; pourquoi donc ne pas nous inspirer de leurs tables ? Nous copions les nations sauvages dans leur utilisation d'un grand nombre de drogues, d'épices ou de condiments ; pourquoi ne pas faire un pas de plus ?

Le troisième chapitre dresse une liste des insectes comestibles communs (en Angleterre) et décrit comment les trouver et les apprêter. Après une apologie de l'escargot *ad usum Angliae*, l'auteur en arrive à sa péroration.

La nature, si elle n'est pas dérangée, maintient l'équilibre de toutes ses

créatures, de façon qu'aucune espèce individuelle ne croisse et se multiplie indûment. Sans intervention, la grande machine de la Nature travaille avec une parfaite régularité, et son équilibre est exactement ajusté. Si, toutefois, nous nous en mêlons présomptueusement, le système bien vite se dérègle. En important ou en cultivant des fruits exotiques étrangers à nos sols, nous en avons perturbé la machinerie ; en détruisant les oiseaux pour protéger ces fruits, nous nous attaquons à l'équilibre des créatures de la Nature - car les oiseaux sont le contrepoids naturel des insectes. En conséquence, nous constatons, au détriment de nos récoltes, un surcroît indû d'insectes. Pour sauver ces récoltes de leurs ravageurs, nous devons recharger l'autre plateau de la balance et compenser ainsi la perte des oiseaux que nous détruisons. J'ai fait de mon mieux pour montrer comment ajouter ce poids supplémentaire et rétablir l'équilibre.

J'en terminerai en esquissant deux menus, comprenant quelques recettes typiques à base d'insectes. Bien entendu, ces menus sont artificiellement surchargés de tels mets. Mais ils montrent comment introduire commodément des plats d'insectes parmi les services principaux d'un dîner ordinaire.

#### MENU

*Potage aux Limaçons à la française*  
*Soles frites, Sauce aux Cloportes*  
*Hannetons à la Sauterelle des Indes*  
*Fricassée de Poulets aux Chrysalides*  
*Carré de Mouton, Sauce aux Rougets*  
*Canetons aux Petit Pois*  
*Choux-fleurs garnis de Chenilles*  
*Phalènes au Parmesan*

#### MENU

*Potage aux Limaces à la Chinoise*  
*Morue bouillie à l'anglaise, Sauce aux Limaçons*  
*Larves de Guêpes frites au Rayon*  
*Phalènes à la hottentote*  
*Bœuf aux Chenilles*  
*Petites Carottes, Sauce blanche aux Rougets*  
*Crème de Groseilles aux Nématodes*  
*Larves de Hanneton grillées*  
*Cerfs-Volants à la gru-gru*

[traduction : J.-M. L-L.]