

Mehlwürmer in Lebensmitteln: Zukunft oder Allergie-Gefahr?

Mehlwürmer sind seit April 2025 in Lebensmitteln in der EU erlaubt. Sie bieten klimafreundliche Proteinquellen, bergen jedoch Allergierisiken.

Deutschland - Mehlwürmer als Nahrungsmittel sind seit Februar 2025 offiziell in der EU erlaubt. Diese Entscheidung eröffnet neue Perspektiven für die Lebensmittelindustrie, die zunehmend auf alternative Proteinquellen setzt. **OE24 berichtet, dass Mehlwürmer in Produkten wie Proteinriegeln, Keksen und Brot verwendet werden.** In anderen Regionen der Welt sind Insekten als Nahrungsmittel bereits weit verbreitet, was den Trend zur Verwendung von Insekten in der europäischen Cuisine unterstützt.

Gemäß den neuen Regelungen müssen Hersteller den Anteil von Mehlwürmern auf den Verpackungen deutlich kennzeichnen. Dies ist vor allem für Menschen mit Allergien von Bedeutung, da Allergene von Mehlwürmern denen von Krebstieren ähneln. **Allergische Reaktionen können Atembeschwerden, Hautausschläge oder sogar einen allergischen Schock umfassen.** Kunden sollten daher die Zutatenlisten sorgfältig lesen und bei Unsicherheiten vorsichtig sein.

Nachhaltigkeit und Umweltauswirkungen

Mehlwürmer gelten nicht nur als nährstoffreich, sondern auch als umweltfreundliche Proteinquelle. Sie enthalten hochwertiges Eiweiß sowie Vitamine und Mineralstoffe und benötigen wesentlich weniger Ressourcen im Vergleich zur herkömmlichen

Tierzucht. Laut der FAO stammen 14,5% der globalen Treibhausgasemissionen von der Haltung und Verarbeitung von Nutztieren. **Insekten erzeugen nur 0,15 kg CO₂-Äquivalente für 100 g Produkt, was dreimal weniger ist als bei Geflügelfleisch und 20-mal weniger als bei Rindfleisch.**

Die Effizienz der Insektenhaltung zeigt sich auch im Platzbedarf: Für 100 g verzehrfähiger Insektenmasse werden lediglich 0,15 m² Land benötigt, während die Fleischproduktion von Hühnern mehr als doppelt so viel verlangt. Diese Vorteile machen Insekten zu einer vielversprechenden Antwort auf die Herausforderungen der modernen Lebensmittelproduktion.

Gesundheitliche Aspekte

Die gesundheitlichen Risiken des Insektenverzehr werden als gering eingeschätzt, allerdings müssen die Insekten vor dem Verzehr erhitzt werden, um potenzielle Bakterien abzutöten. **Bislang wurde nur bei einer nicht zugelassenen Insektenart eine mikrobiologische Gefahr festgestellt.** Sicherheit und Hygiene in der Insektenhaltung sind jedoch zentrale Themen, die es vollständig zu adressieren gilt.

Aktuell sind in der EU insgesamt sieben Insektenarten als Nahrungsmittel zugelassen, darunter Heimchen und Buffalowurm. Während die Akzeptanz von Insekten in der Gesellschaft langsam steigt, vor allem bei der jüngeren Generation, bleibt das Insekt als Nahrungsmittel in vielen europäischen Ländern ein Nischenprodukt. **Experten sehen jedoch Potenzial für Insekten als massentauglichen Ersatz für Fleisch und Fisch.**

Details	
Ort	Deutschland
Quellen	• www.oe24.at • www.nationalgeographic.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at