

Consumo de insetos com segurança

Se os alimentos forem contaminados por bactérias e outros germes, as pessoas que os ingerirem poderão ficar doentes. Vestígios de produtos químicos, como pesticidas, também podem fazer com que as pessoas adoçam. Portanto, é importante tomar precauções em cada etapa do processo de produção de alimentos para reduzir o risco de contaminação.

Coleta

- Apanhe insetos saudáveis de locais onde não haja risco de contaminação. Por exemplo, longe de centros industriais e propriedades agrícolas onde produtos químicos podem ser usados para controlar pragas e ervas daninhas.
- Evite a coleta excessiva de qualquer tipo específico de inseto, monitorando sua população ao longo do tempo. Se os números começarem a baixar, trabalhe com a sua comunidade para identificar a melhor maneira de resolver o problema. Isso pode incluir o plantio de árvores ou outras plantas para atrair um maior número do inseto em questão. Você também pode desejar estabelecer uma regra local proibindo a coleta de insetos por um determinado período a cada ano. Isso permitirá que os insetos se reproduzam e aumentem em número.
- Mate os insetos rapidamente, congelando-os ou afogando-os e não use produtos químicos.



Armazenamento e transporte

- Enxágue os insetos em água limpa e com um pouco de sal.
- Seque os insetos e mantenha-os refrigerados ou congelados em embalagens limpas.
- Mantenha registros de quando os insetos foram coletados, coloque um rótulo e a data na embalagem. Isso ajuda a garantir que os insetos coletados antes sejam consumidos ou vendidos primeiro.
- Se estiverem sendo transportados, mantenha os insetos refrigerados ou congelados.



Cozimento

- Cozinhe os insetos frescos o mais rápido possível após a coleta para evitar o risco de que se estraguem.
- Siga boas práticas de higiene e não prepare os insetos se você não estiver se sentindo bem.
- Limpe os insetos e remova as asas, pernas e outras partes não comestíveis.
- Usando óleo fresco, frite ou aqueça os insetos a uma temperatura alta para matar quaisquer bactérias ou parasitas que houver.
- Após o cozimento, consuma imediatamente ou esfrie e cubra para reduzir o risco de contaminação.
- Mantenha registros de quando os insetos foram cozidos, coloque um rótulo e a data na embalagem.

Venda

Caso venda os insetos cozidos on-line:

- minimize o tempo entre o cozimento e a entrega, mantendo o produto fresco e coberto;
- utilize embalagens limpas e higiênicas.

Caso venda os insetos em uma banca de feira ou loja:

- certifique-se de que todas as superfícies estejam limpas e de que o produto esteja protegido de pássaros, moscas e outros insetos;
- conserve o produto o mais fresco possível, mantendo-o na sombra;
- certifique-se de que o espaço ao redor da banca ou a loja estejam limpos e livres de resíduos;
- lave as mãos regularmente e considere o uso de uma máscara;
- não venda o produto se você não estiver se sentindo bem.

Precauções de higiene

Os alimentos frescos que tiverem sido bem cozidos e cobertos estarão livres de germes e poderão ser consumidos com segurança. Entretanto, é preciso tomar precauções para garantir que os alimentos não se contaminem.

- Sempre lave as mãos antes de tocar nos alimentos.
- Certifique-se de que os pratos e utensílios estejam limpos e protegidos de moscas.
- Use água potável para cozinhar.
- Quando faz calor, os alimentos podem estragar rapidamente. Consuma-os logo após o cozimento ou mantenha-os refrigerados e cobertos.
- Mantenha as pragas e os animais distantes dos alimentos, incluindo moscas, camundongos, ratos, baratas, galinhas, cachorros e gatos. As moscas costumam carregar fezes e germes nas patas e, assim, uma única mosca que pouse na comida pode causar diarreia nas pessoas que a consumirem.

