



NPO法人

昆虫食普及ネットワーク



コンフネット ニュースレター 第16号

Vol.16 2023.10.01

ウガンダでシロアリ食にハマってます ます虫が好きになった私（1）

野田怜弥（当会会員）

インターンをしていたウガンダ⁽¹⁾でシロアリに出会い、昆虫食にハマった大学生です。出会ったきっかけは、友人が「ウガンダってシロアリ食べるらしいよ!」と教えてくれたことでした。好奇心旺盛な私は、出会ったことのない虫を食べる文化を試してみたくなり、近くのマーケットに出かけ、天日干しにして脂ののった(?)シロアリを発見しました。

種類や時期によって値段は変わりますが、大体コップ一杯で3000sh~6000sh(約100円~200円)⁽²⁾ほどです。個人経営のレストランで2000sh⁽³⁾あれば一食食べられると考えると、ウガンダの一般の人にとっては高級食材です。

売っていたおばちゃんが試食させてくれて口に入れてみると、味付けしてないはずなのに塩気とウガンダでは出会えない旨味があり、良い意味で衝撃を受けました。美味しさに感動し、その瞬間に私の昆虫食好きは始まったと思います。

一番ベーシックな調理法としては油を使わない塩炒めです(シロアリ自体に油分が含まれるため)。私は辛いものが好きなので唐辛子も加えて調理していました。昆虫はエビみたいとよく言いますが、正にその通りでおつまみ感覚で食べられます。

ウガンダ人全員がシロアリを食べるわけではなく、コミュニティによって食べる虫が違ったり、最近は昆虫を食べない人も多いようです。しかし食べ過ぎるとお腹がゆるくなるため、事前に胃薬を飲んだうえで思い切り食べるほど好きな人もいました。

写真はセネネと呼ばれるキリギリス科のバッタで、ウガンダ首都のカンパラでよく売られています。シロアリよりも普及している印象がありました。値段は大スプーン一杯で1000sh(約35円)ほどなのでシロアリよりも高級です。こちらもシロアリとはまた違う旨

味があり、美味しいです!サイズも大きいので少量で味をより感じます。

他にもコオロギやサバクトビバッタも食べる人がいるそうで、私もウガンダでコオロギを初めて食べました。

(1) 生活していたのはウガンダの北部(アチョリ地域)

(2) 2021年当時の値段

(3) 主食とおかずの1セット



マーケットで売られているシロアリ



セネネ(キリギリス科のバッタ)

【活動報告】



9月9日（土）米サ73 和ケイジャン料理特集

◆ケイジャンミックスバグ（ハイイロゴキブリなど）



◆タケオオツツクのポーボーイサンド



◆バナナフォスターの昆虫クランチ添え（アメリカオオミズアブなど）



（遠山正太）

10月1日（日）バツタ会

毎年好評のバツタ会を今年も行い、美味しいバツタを採って食べて秋の一日を楽しみました。

◆日時 2023年10月1日（日）午前11時

◆集合場所 JR南武線「登戸」駅改札出口広場前

◆採集地点 駅から徒歩5分あたりの多摩川土手沿

◆調理と試食 13時ごろから小田急線高架下カワノバBBQスペースで調理と試食、15～16時ごろ解散



（上野流石）

9月18日（月・祭） 第8回東京イナゴンピック

イナゴを採って飛ばして美味しく食べる恒例イベントです。まちの生ごみ活かし隊との共催イベントです。イナゴの収穫が少なめでしたが、夏に採れたセミなども加わって、今年も美味しく楽しく実施できました。



（内山昭一）

【活動予定】



10月14日（土）

米とサーカスで昆虫食を楽しむ会 74
「おいしい秋、見つけた！」

【メニュー】

■中身は何か？ロシアン虫だんご

■気分もアゲアゲ！バツタときのこのフライ

■お出汁でほっこり。虫けんちん汁

（小貫浩一）

【編集後記】



異常な猛暑の影響で、あらゆる生命に影響が出ています。いつの時代も、自然との共存が、あらゆる生命にとって、避けては通れない事だと感じるこの頃です。そう言えばヒグラシの声を聴く前に、いつの間にか秋になった気がします。

（須賀亮二）