



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8号

Vol.8 2023.2.01

### よるのひるねに集うムシクイたち

よるのひるね店主 門田克彦

1998 年に取引先の出版社に在籍されていた内山さんに誘われて多摩動物公園の昆虫食シンポジウムに参加しました。その年か翌年、また内山さんに誘われて多摩川沿いでバッタを採集し、その場で揚げて食べる実践的昆虫食を始めました（写真1）。2001 年頃には私の自宅で昆虫食をしたこともあります。その時のメニューはコオロギかアリの牛乳かんなどだったような。

2002 年に夜のブックカフェの店舗「よるのひるね」を開いてからしばらくは多忙で昆虫食から離れていたのですが、時々内山さん（在籍の出版社に顔は出していたので、続けられているな—）と思っていました。そして 2006 年にふと当店でイベントを打診してみました。第1回はやはりシンポジウム的な、内山さんによる昆虫食の説明会のようにりましたが、コロナ禍では考えられませんが、30 名くらいのお客さんがいらっしゃいました。

手ごたえを感じ、2 回、3 回と徐々に間隔をつめ、店内で料理をする実践形式にしてからイベントとして定着し、10 年以上、月に一度のペースで続くことになりました。取材に来られる方も大変多かったです。最初の頃はテレビのバラエティで罰ゲーム的な目的での打診もいくらかあり、郑重にお断りをしていました。スペース的に料理とお客さんが収まりきらず店の外での調理になることが続きました（写真2）。

近年は内山さんが他のスペースでも昆虫食に関わるイベントに出演されることも増え、やや参加者が落ちついてきましたが、相変わらず反応はあり、長きに渡っての当店の重要なコンテンツになりました。コロナ禍の 2021 年前後は ZOOM で開催し、改めて昆虫食に関わる方々の広がりを実感しました。実食としての昆虫食の普及はまだまだこれからだとは思いますが

が、引き続き発信場所のひとつとして続けていきますので、ご興味のある方は是非、ご参加ください。



（写真1）河川敷の草原でバッタを捕る



（写真2）店頭で調理を楽しむ参加者のみなさん

## 【お勧めの一品】— 🐛🐛

### ① 蚕の成虫のガーリックバター炒め

#### 【材料】

蚕の成虫、ガーリックバター、ブラックペッパー



#### 【調理法】

1. 蚕の成虫を鱗粉が取れるように洗います。
2. フライパンにガーリックバターを敷き、熱して溶かします。
3. 蚕に焦げ色がつくまで熱を通す（おおよそ中火で5分）
4. 完成

### ② サゴワームのバジルアヒージョ

#### 【材料】

サゴワーム（水煮がベスト）、オリーブオイル、バジルペースト



#### 【調理法】

1. サゴワームを洗う
2. フライパンにオリーブオイル大さじ1杯を入れ弱火で加熱する。
3. 小さじ一杯のバジルペーストを入れる。
4. サゴワームが破裂しないように気を付けながら3分程度火を通す。（破裂してしまうと食感が良くなる。）
5. 完成

（文責：上野さする）

## 【活動報告】

1月14日（土）

### 米とサーカスで昆虫食を楽しむ会 65

お正月気分もそろそろ抜けてきたかなというこのタイミングで再び正月気分を味わうべく「昆虫おせち」を提供しました。今回のメニューは以下の通りです。

- ・コオロギ餅の雑煮
- ・セミ幼虫とクルミの佃煮
- ・トノサマバッタの田作り
- ・コオロギロールケーキの伊達巻風

参加人数は5名と少なめでしたが、「その道」の方々にもご参加いただき、濃密な昆虫食談義が繰り広げられました。

（文責：小貫 浩一）

1月22日（日）

### 昆虫食のひるべ136

今回は長野県で親しまれている、高級珍味「ざざ虫」の食べ比べを行いました。

ヘビトンボ幼虫・トビゲラ幼虫・カワゲラ幼虫を食べ比べる予定でしたが、カワゲラ幼虫が不漁のため手に入らなかったため、代わりにヤゴを試食しました。

ドライ・甘露煮・揚げの3通りの方法で試食しましたが、調理法によって風味や食感の変化を楽しむことができました。

参加者の方からも「川の風味を感じた!」、「食べやすい!」などの声が挙がり、今が旬のざざむしを存分に味わいました。

（文責：久保結花）

## 【活動予定】

2月11日（土）

### 米とサーカスで昆虫食を楽しむ会 66

この日は、バレンタインデー直前ということで「春よ来い♪春よ恋♪ 昆虫食バレンタインデー」と題して開催いたします。高級珍味として名高い「ざざ虫」も登場! 普段は佃煮にされることの多い「ざざ虫」ですが、今回はちょっと違った調理法で皆様に楽しんでいただく予定です。その他、バレンタインにふさわしいメニューも取り揃えてお待ちしておりますので、ふるってご参加ください。詳細は当会ホームページにて。

（文責：小貫 浩一）

## 編集後記— 🐛🐛

最近昆虫食を缶詰めにした自動販売機が駅スペースにも登場し、その人気ぶりがうかがえます。

バラエティー番組で罰ゲームのネタであった昆虫食のネガティブな印象を解くきっかけになればいいですね。

（文責：須賀亮二）