

Groep 3/4	Vorm	Tijd	Nodig
Lessenserie lente	Grote kring	30 minuten	Gevriesdroogde meelwormen om te proeven

Doeblad

# INSECTEN? LEKKER!

**Doel:** Kinderen begrijpen dat het eten van insecten een goed alternatief voor vlees is.



## 1 Achtergrondinformatie

Voor ruim 2 miljard mensen is het eten van insecten heel normaal. Insecten zitten vol eiwitten en vitamines en zijn een goede vervanging voor vlees. Daarnaast zijn insecten erg duurzaam. Slechts 10% van een insect is afval. Daarnaast kun je veel meer insecten op dezelfde grond houden, hebben ze minder water en voedsel nodig en is de uitstoot van broeikasgassen 100 keer lager. Maar er heerst een taboe op het eten van insecten, mensen vinden het eng. Toch eten we onbewust al insecten, de kleurstof E120 wordt gemaakt uit luizen en zit verwerkt in onder andere roze koeken, rode M&M's en aardbeienyoghurt. Maar insecten worden ook door brood en deeg gemalen.

## 2 Inleiding

Laat [het filmpje](#) van Janouk op het digibord zien. Misschien hebben kinderen ervaring met het eten van insecten. Laat ze hierover vertellen.

## 3 Kern

Leg de opdracht uit. Verdeel het klaslokaal of de speelzaal in twee kanten; eens (links) en oneens (rechts). Je noemt een stelling en de kinderen kiezen of ze ermee (on)eens zijn door naar een van de twee kanten te lopen. Vervolgens laat je steeds enkele kinderen vertellen waarom zij (on)eens zijn met de stelling.

Het is belangrijk dat er geen oordeel aan de meningen van kinderen wordt gehangen. Je mag het eens of oneens zijn, en het helpt als je uitlegt waarom jij iets vindt. Maar alle meningen zijn goed.

- Ik vind het zielig voor de dieren om vlees te eten.
- Mensen eten dieren, dat hoort zo.
- Vis eten vind ik minder zielig dan vlees eten.
- We moeten meer insecten eten.
- Insecten eten vind ik zielig.
- Ik zou wel insecten willen eten.

Ga met de kinderen in een grote kring zitten. Bespreek met de kinderen dat insecten eten eigenlijk net zo gezond en gewoon is als een stukje kip eten. Vraag aan de kinderen waarom zij denken dat er in Nederland zo weinig insecten worden gegeten. Vertel vervolgens dat we eigenlijk vaker insecten eten dan we denken. In heel veel voeding zijn insecten verwerkt, zoals in aardbeienyoghurt, M&M's en roze koeken, maar ook in brood en pasta.

Vraag aan de kinderen wie er insecten zouden durven eten. Haal een bakje met meelwormen tevoorschijn en laat ze aan de kinderen zien. Wie durft het te proeven? Waar smaakt het naar?

### Let op!

Kinderen met een huisstofmijt- of schaaldierenallergie kunnen mogelijk allergisch zijn voor insecten.

## 4 Afsluiting

Laat de kinderen het Doe-blad zien. Leg uit wat de bedoeling is. Geef het mee naar huis. Spreek af wanneer ze het weer mee terugbrengen.

## 5 Evaluatie

Besprek met de kinderen na wat ze tijdens deze les ervaren hebben. Wie gaat thuis vragen om insecten te eten?

### Meer over het eten van insecten?

Kijk bij [Schooltv.nl](https://www.schooltv.nl) en gebruik de zoekterm: insecten eten.