

<目次>

はじめに／

第一章 昆虫食の源流をさぐる

胎児は虫食いの夢を見る／闇夜の狩りが脳を鍛えた／グルメなサルもいるものだ／古代から食べられてきた証拠がある

第二章 食べられる昆虫プロフィール

昆虫は昨日まで日本でも食べられてきた／イナゴは日本人の半数が食べている伝統食／甘くてクリーミーなハチの子——ハチの子飯、しゃぶしゃぶ／スローフードに認定された天竜川のザザムシ／カミキリムシの名を聞くと、唾液がにじむ／いまある日本は「おカイコさま」のおかげ、感謝していただく／アフリカ人はイモムシがお好き／タガメは洋ナシの香りがする!?!／見るからにうまそうな丸々太ったゾウムシの幼虫／カブトムシの幼虫はまずい!／あんなうまいセミを食べないなんて!／世界は広いからカメムシだって食べる文化がある／ゴキブリは名前が悪いだけ、食べれば普通の虫の味／ハエだって意味のある自然界の一員だ／トノサマバッタは狩猟本能を満喫させる／日本でも買える人気のタイワンツチイナゴ／ツムギアリはどんな料理にも使える万能食材／一度は舐めたいミツツボアリの蜜／テキーラの瓶に沈むイモムシの正体は?／シロアリはだれもが好むごちそうだ／カマキリベビーは・ふりかけ・に最適!／サクラケムシは上品な桜の香りがする／生きた保存食サクサン／タケムシの竹の香りを楽しもう／市販品は佃煮が主流

第三章 昆虫を食べる社会、食べない社会

損か、得か——「最善採餌理論」に当てはめてみたら／人の手によって〈害虫〉が生まれた／〈衛生〉の誕生から無菌至上主義へ／雑食動物は用心深い／〈食〉の工業化の光と陰

第四章 昆虫を食べる心理とその関心の多様性

食いたい? 食べたくない? アンケート／経験の有無による態度の違い／経験者の関心は四つのグループに分けられる／狩猟採集には分かち合う楽しみがある／勇敢さと冒険心がグルメを作る／漫画や映画に登場する・虫食い／研究成果の共有のために

第五章 昆虫は本当においしいか

現代人は脳で・おいしさ・を評価する／鈍化した五感を鍛える／ハチの子はウナギの味がする!?!／おいしい虫もいれば、まずい虫もいる——味の評価と表現／昆虫をおいしく食べる調理法

第六章 健康食品としての昆虫食

栄養学的には普通の食品と変わらない／ミツバチの恩恵は計り知れない／ピンピンコロリ

の里・長野県佐久市の「ゲンゴロウの会」／漢方薬、民間薬の歴史は長い

第七章 食料資源としての昆虫

本当に生産効率のいい食料か／おカイコさん宇宙へ行く／南極で新鮮なタンパク質を食べる方法／天然昆虫資源管理の必要性／持続可能な食料生産をどうするか／タイで売られている食用昆虫／タイのコオロギ養殖の現状／サバイバル食として注目

第八章 「食育」教材としての昆虫

「命をいただく」ことで知る生きる意味／食べ方のスタイルをめぐって——スローフード、地産地消、フードマイレージ／サイエンスアゴラ展で普及活動を展開／小学生の親子で学ぶ昆虫食——「西堀榮三郎記念探検の殿堂」（滋賀県）／中学校生物部の昆虫料理教室／自然豊かな沖縄に親子で昆虫を食べる「バグパッくんおきなわ」／「なかのじょうイナゴンピック」（群馬県中之条町）でイナゴ捕り体験／おカイコさんを自分で育ておいしく食べよう／産業廃棄物利用の一環としてカイコ蛹を使った研究