

Tipps und Tricks

Objektyp: **Chapter**

Zeitschrift: **Neujahrsblatt der Naturforschenden Gesellschaft Schaffhausen**

Band (Jahr): **70 (2018)**

PDF erstellt am: **27.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

9 Tipps und Tricks

Pilze auf dem Behandlungstisch

Unzählige Rezepte warten in Pilzkochbüchern darauf, ausprobiert und nachgekocht zu werden – nicht so in diesem Buch. Hier wird praktisches, erprobtes Insiderwissen erfahrener Pilzkontrolleure weitergegeben: Tipps und Tricks für schlaue Pilzfans eben – fürs fixe Sammeln, Rüsten, Zubereiten und Konservieren von Pilzen. Im «chliine Paradies» geben mehrere Pilzkontrolleure ihr Wissen in privaten Indoor- und Outdoor-Kursen gerne weiter; danach fragen kostet nichts.

Gut durchgekocht – oder roh essbar?

Pilze sollten mindestens 10 Minuten gekocht werden.

Keine Regel ohne Ausnahme:

Roh essen kann man den Kaiserling, den Gallertigen Zitterzahn/Eispilz, den Fleischroten Gallertbecher und den weissen Kern des «Hexeneis» (also genau genommen nur den Stiel der ungeöffneten Gemeinen Stinkmorchel → Pilzgalerie-Beitrag). Ausser dem Kaiserling sind alle eher ein «Gag» als ein Geschmackserlebnis.

Bei «Zucht-Champignons» wird ein kurzes Abbrühen empfohlen; nicht jeder verträgt sie roh. Sie enthalten Agaritin, einen nicht hitzebeständigen Inhaltsstoff.

Nur roh geniesst man Trüffeln: Sie werden in Medizinmengen zu Apothekerpreisen roh über Speisen gehobelt – hauchdünn – versteht sich (→ Pilzgalerie Sommer-Trüffel). Zum ersten Mal probiert sind sie ein «Aha-Erlebnis»: Von «köstlich» über «wie eine Prise Knoblauch- und zwei Prisen Militärschuh-Aroma» bis «wääh – scheusslich!» hört man alles.

Roh leicht giftig sind Maronen-Röhrling, Morcheln, Rotstieliger Leder-Täubling, Hallimasch, Nebelgrauer Trichterling, Perlpilz, Streiflinge und Flockenstieliger Hexen-Röhrling. Sie müssen gut (zum Teil bis 20 Minuten lang) gekocht oder durchgebraten, einige sogar zusätzlich vorbehandelt werden.

Auch noch roh sind getrocknete (gedörnte) Pilze. Sie sollten mindestens 10 Minuten gekocht und nicht (wie Chips) trocken genascht werden.

Gut gerüstet

Nur das Filetstück? Wo nicht anders erwähnt, wird der ganze Pilz von Kopf bis Fuss verwendet.

«Bürstenmassage oder Dusche»?

Die meisten Pilze mögen das Wasser nur von oben – in Form von Regen. Sie saugen sich sonst voll und werden matschig. Deshalb werden sie auch «Schwämme» genannt. Mit einem Rüstmesser oder einer weichen Bürste werden Nadeln, Blätter, Erde oder Sand entfernt, wenn nötig abgeschabt. Von Maden oder Schnecken angefressene Stellen werden herausgeschnitten.

«waterproof»

Die Krause Glucke ist zart und brüchig, aber hart im Nehmen. Sie saugt kein Wasser auf. In Stücke geschnitten lässt sich der Krauskopf gerne mehrmals kalt waschen – wie Salat. Vor dem Dörren oder Weiterverarbeiten «trockenlegen». Auch Morcheln, Toten-Trompeten und Trompeten-Pfifferlinge sind leicht knorpelig und saugen kaum Wasser auf. Man sollte sie dennoch nur dort abbrausen, wo sie allzu sandig sind.

«oben ohne»

Ohne Huthaut sind Kuhmaul und alle Schmierröhrlinge – frisch zubereitet – weniger schlabbrig. Dörft man sie, entfällt das Häuten. Die Huthaut der Schleiereule ist zäh, sie sollte entfernt werden. Der Perlpilz ist «oben ohne» besser verträglich – und muss zudem 20 Minuten gekocht werden. Die Haut wird vom Rand her stückweise oder ganz abgezogen. Wer das bereits im Wald erledigt, hat die halbe Rüstarbeit schon getan.

«Bürstenschnitt, stiellos oder kahl»

Reife Röhrlinge: Lange Röhren von Röhrlingen werden beim Kochen schlabbrig. Sie lassen sich vorher gut ablösen. Oft genügt auch schon ein «Bürstenschnitt»: Mit einem scharfen Messer werden die langen Röhren (und der Stiel, falls er noch dran ist) vom Hutrand her waagrecht in eine Richtung durchgeschnitten, so wie ein Brötli zum Sandwich geschnitten wird. Kürzere Röhren sehen appetitlicher aus – und der Pilz immer noch wie ein Röhrling. Der Stiel wird in Scheiben geschnitten.

Schopf-Tintling: Nach dem Pflücken sollte man den Stiel aus dem Hut drehen. So bleibt der Pilz länger frisch und kann einen Tag im Kühlschrank

aufbewahrt werden, ohne dass er sich verfärbt. Frisch zubereitet schmeckt er aber am besten. Nur weisses Pilzfleisch – von Hut und Stiel – verwenden, verfärbte Teile entfernen.

Semmel-Stoppelpilz und Flaschen-Stäubling: Stoppeln oder «Bovist-Kügelchen» können mit dem Messerrücken abgeschabt werden, wenn man sie nicht gerne im Pilzgericht schwimmen sieht.

«Nur der Kopf muss herhalten»

Hallimasch, Rauchblättriger Schwefelkopf, Gemeines Stockschwämmchen, Gemeiner Samtfussrübling, Farb-/Lacktrichterlinge, Riesenschirmpilze und Mönchskopf-Trichterling haben zarte Hüte, aber oft zähe Stiele. Diese können gut zu Pilzpulver verarbeitet werden (→ Konservieren, Pilze trocknen/dörren).

Sie erhalten «bedingt»

Vorbehandlung für «bedingt essbare» Pilze:

Der **Nebelgraue Trichterling** muss vor dem Zubereiten abgebrüht werden (ein ziemlich schleimiges, unangenehm riechendes Prozedere): Man lässt die gerüsteten Pilze 5 Minuten im Wasser kochen, schüttet das Wasser weg und verarbeitet oder konserviert die Pilze danach wie gewünscht.

Der **Hallimasch** muss vor dem Zubereiten entweder abgebrüht (wie oben beschrieben) oder gedörnt werden; verwendet werden beim Hallimasch nur die Hüte. Das Dörren ist angenehmer, fix gemacht, und das Pilzaroma wird intensiver. Gedörnt ist der Hallimasch gleich haltbar/verwendbar wie andere getrocknete Pilze. Auch er muss noch 10 Minuten gekocht werden.

«Rausschmiss» ...

... **für schimmlige Pilze!** Lediglich die befallenen Stellen herauszuschneiden, reicht nicht. Von Schimmelpilzen befallene Pilze gehören rausgeschmissen! Die meisten Schimmelpilze sind giftig, ihre unsichtbaren Myzelfäden sind oft schon im ganzen Fruchtkörper drin.

Pilze frisch verwendet – und wie

Die bekannteste Zubereitungsart für frische Pilze ist das Pilzragout (Pilze an Sauce). Es wird gerne als Beilage zu Nudeln oder Reis serviert. Auch Pastetli, Omeletten und Teigtaschen können damit gefüllt werden. Auf getoasteten Brotscheiben ist ein Pilzragout – eventuell zusätzlich mit Käse kurz überba-

cken – sehr beliebt. Frischpilze oder eingeweichte Trockenpilze geben der Hackbraten-Fleischmischung den richtigen «Pep». Gekochte Pilze eignen sich als Zutat für kalte Pasteten (einschlägige Rezepte verwenden).

«nur fangfrisch»

«Eierschwamm»/Echter Pfifferling: Frisch zubereitet gilt er als Delikatesse. Bei allen Konservierungsarten büsst er sein feines Aroma ein und die Konsistenz verändert sich.

Riesenschirmpilze: Parasolpilz und Safran-Riesenschirmpilz sind «zarte Riesen». Beliebt sind ihre Hüte als panierte Schnitzel oder Cordons bleus, im Omelettenteig oder als Piccata (im Ei und Reibkäse gewendet) ausgebacken. Achtung: Ihrer buckligen Hüte sollten geviertelt werden, damit nicht nur der Rand und der Buckel durchgebraten werden. Der Buckel kann auch waagrecht abgeschnitten werden; wenn der Hut nicht allzu stark gewölbt ist, kann dies genügen. Zum Kochen, Einfrieren oder Trocknen eignen sich «Riesenschirmlinge» nicht. Mit Stumpf und Stiel zu Pilzpulver verarbeitet sind sie aber «tauglich».

Riesenbovist: Da kann sich jeder eine Scheibe davon abschneiden. Er ist beliebt für zarte panierte Apéro-Würfel oder Schnitzel sowie für Plätzli. Er schrumpft beim Braten – deshalb haben sich dicke Scheiben bewährt.

«Scharf und knackig gebraten» ...

... gehören Milchlinge. Reizker, Mohrenkopf-Milchling und Brätling werden nur «scharf gebraten» (kurz und heiss), sodass sie keinen Saft ziehen. Flüssigkeiten oder Sauce machen sie eher zäh und bitter. Verwendet werden nur die Hüte; ganz, halbiert oder geviertelt und nach Belieben mit Salz und Knoblauch oder Zwiebeln gewürzt. Sie sind beliebt als Vorspeise oder Häppchen zum Apéro.

Auch Täublinge werden knackiger, wenn sie in Öl gebraten und ohne Sauce zubereitet werden – *sie* kann jedoch auch eine Sauce nicht verbittern. Der Rotstielige Leder-Täubling muss 20 Minuten gekocht oder gut durchgebraten werden, alle anderen mindestens 10 Minuten.

Pilze in Saucen:

Für Pilzsaucen eignen sich Frischpilze, Trockenpilze und Pilzpulver gleichermaßen. Ob eine Braten-, eine Weisswein- oder eine Rahmsauce ein Pilz-aroma erhalten soll, spielt keine Rolle – jede gewinnt an Rasse und Klasse. Mindestkochzeit in der Sauce: 10 Minuten.

Konservieren für «magere Jahre»

Pilze trocknen/dörren ...

Pilze können nur mit einem Dörrgerät fachgerecht getrocknet werden. Die meisten Geräte sind individuell einstellbar und arbeiten leise. Dicke Pilzscheiben oder -stücke haben sich bewährt – dünne werden wie Papier. Die Pilze sind erst genug trocken, wenn sie nicht mehr biegsam sind, sondern brechen. Sie sollten sofort in luftdicht verschliessbare Gefässe eingefüllt werden. Nach ungefähr einem Monat ist eine Kontrolle angesagt. Sind die Pilze biegsam geworden, müssen sie im Dörrgerät nachgetrocknet werden. Sind sie noch brüchig, können sie mehrere Jahre (ohne weitere Kontrolle) im gleichen Gefäss aufbewahrt werden (Pilzpulver herstellen: → Pilzpulver).

... und verwenden

Getrocknete Pilze werden ungefähr zehn Minuten in kaltem oder lauwarmerem Wasser eingeweicht und danach mindestens 10 Minuten nach Belieben gekocht oder gedünstet (das Einweichwasser langsam – ohne Satz – abgiessen oder filtern und zum Ablöschen verwenden). Es genügt nicht, die Pilze nach dem Einweichen zum Beispiel ein paar Minuten auf einer Pizza zu backen.

... oder verkaufen?

Wer wildgewachsene (kontrollierte!) Pilze verkaufen möchte, muss Auflagen der Schweizer Lebensmittelgesetzgebung einhalten. Sowohl frische als auch konservierte Pilze müssen klar deklariert werden, für Mischungen gelten spezielle Richtlinien. Insbesondere bei Pilzpulver müssen strenge Regeln befolgt werden, weil pulverisierte Pilze nicht mehr genau kontrolliert werden können. Jeder Pilzfreund lässt sich aber gerne so ein Würzpulver schenken.

Einfrieren, in Salz- oder Essigwasser sterilisieren sowie in Öl/Essig einlegen ...

... lassen sich die meisten festfleischigen Pilze (nach kurzem Abbrühen) gleich wie Gemüse (einschlägige Rezepte verwenden).

Roh einfrieren kann man zum Beispiel junge, knackige Steinpilze, die noch weissliche Röhren haben. Werden sie relativ dick geschnitten, einschichtig in Beutel gelegt und flach eingefroren, erübrigt sich sogar das Auftauen; sie können direkt in heissem Fett oder Öl angebraten werden. Für reife Röhrlinge wie Steinpilze, Maronen-Röhrlinge, Rotfuss-Röhrlinge und andere eignet sich das Einfrieren nicht, weil sie sehr schleimig und matschig werden. Hervorragend schmecken diese dafür getrocknet.

Andere festfleischige Pilze können ebenfalls roh eingefroren werden.

Aufgetaute Pilze sollten sofort verbraucht und nicht wieder eingefroren werden.

Pilzpulver

Pilzpulver kann sowohl aus zarten, brüchigen, weichen, schwammigen, als auch aus harten, zähen oder faserigen Teilen (wie beispielsweise Stielen) von schmackhaften Speisepilzen hergestellt werden. Alles muss perfekt getrocknet sein oder vor dem Mahlen nachgetrocknet werden (→ Pilze trocknen/dörren). Ein Bechermixer, eine Kaffeemühle oder ein Stabmixer sorgt je nach Menge für die gewünschte Feinheit. Die harmonische Mischung aus verschiedenen Pilzaromen ist das A und O eines würzigen Pulvers. «Aufdringliche» Eigenaromen von Habichtspilzen und Maggipilzen gehören nur in kleinen Mengen mit hinein. Es können beliebig viele Pilzarten gemischt werden. Nicht selten werden für beliebte Mischungen über 25 beste Speisepilzarten «verpulvert». Dann heisst es fürs fertig gemischte Pulver «nichts wie ab» in absolut luftdichte Behälter oder Gläser, damit es später nicht von Insektenlarven «verputzt» wird.

Das gluschtige Pülverchen zaubert ein hervorragendes, «wildes» Pilzaroma in jede zahme Sauce – und ist ein beliebtes Mitbringsel.