

Heimische Pilze

Franz Meindl, Pilzsachverständiger DGFM
Viehauserstr. 18a, 94405 Landau,
Tel. 09951/601318, Handy : 0152 29574416 und über Whatsapp



Pilzgruppe Dingolfing/Landau

Faustregeln für Speisepilzsammler

- alle Röhrenpilze ohne rote Röhren und ohne bitteren Geschmack sind essbar.
(Ausnahme: Flockenstieliger- und Netzstieliger Hexenröhrling sind ebenfalls essbar)
- alle Leistenpilze sind essbar
(Pfifferling, Trompetenpfifferling, Herbsttrompete ...)
- alle Bauchpilze mit weißem Fleisch sind essbar
(Flaschenbovist, Riesenbovist, Beutelstäubling ...)
- alle Stoppelpilze sind essbar
(Semmelstoppelpilz, Habichtspilz, ...)
- alle Milchpilze mit roter Milch sind essbar
(Fichtenreizker, Edelreizker, Lachsreizker)
- alle Täublinge (Sprödblättler) die roh mild schmecken sind essbar.
(Speisetäubling, Frauentäubling, Buckeltäubling)
- alle Glucken (Krause Glucke, Tannenglucke) sind essbar.

Grundsatz:

- Alle essbaren Waldpilze müssen vor dem Verzehr gut durchgegart oder durchgebraten werden. (mind. 10 Min.)

Pilze sammeln:

1. Madenprobe am stehenden Pilz: Hutmitte drücken – Hut einschneiden, auseinanderklappen, auf Madengänge prüfen
2. Abschneiden oder Ausdrehen. Beim Ausdrehen Loch wieder zudrücken.
3. Putzen vor Ort: Erde, Nadeln etc. entfernen, schleimigen Pilzen Huthaut abziehen
4. Mit Stielen nach Unten in den Korb legen.
5. Unsichere Pilze –giftig oder nicht?- in eigener Tüte transportieren.

Pilze vorbereiten:

1. Nicht waschen nur trocken putzen; Messer, Pinsel, angefeuchtetes Tuch
Röhren, Lamellen, Huthaut nicht entfernen (wichtig für Geschmack)
2. Krause Glücke kann in Mehlwasser gewaschen werden.

Pilze kochen und essen:

1. Pilze nie roh essen, grundsätzlich zuerst auf 100 °C erhitzen
2. Pilzsalat nur aus gekochten Pilzen herstellen (Ausnahme: Kulturchampignon)
3. Nicht länger als 15 Min. kochen, sonst werden viele zäh.
4. Je mehr Pilzarten im Gericht sind, desto besser schmeckt es
5. Zum Schmoren im eigenen Saft keine Röhrenpilze verwenden; sie werden schleimig
6. Pfifferlinge eignen sich gut zum Braten, schlecht zum kochen.
7. Milchbrätling und Reizker braten! Sie werden beim Kochen zäh und bitter
8. Faserige Stiele von Pilzen nicht wegschmeißen- lieber „klare Pilzbrühe“ daraus kochen.
9. Gerichte aus Frischpilzen halten sich bis 2 Tage im Kühlschrank – Pilzgerichte aus gefrorenen Pilzen verderben schneller und sollen daher nicht aufgewärmt werden.

Pilze lagern:

1. Einfrieren

- Mischung aus mehreren Arten schmeckt am besten
- Bratpilze wie Reizker, Milchbrätling, Pfeffermilchling, Bovisten, Schwefelporling sind nicht geeignet
- Pfifferlinge werden bitter, nicht als Einzelgericht einfrieren.
- Vor Einfrieren in heißem Öl schmoren bis Saft verdampft ist und dann leicht salzen, abkühlen, portionsweise einfrieren.
- Haltbarkeit bis zur nächsten Saison

2. Trocknen

- Geeignet sind alle Röhrlinge und viele Lamellenpilze
- Nicht zu dünn schneiden,
- auf Packpapier, Gitter, Stoff nicht Zeitung wegen Druckerschwärze an einem trockenem, luftigen, warmen Ort auslegen.
- wenn Pilze rascheltrocken in Schraubgläser füllen
- Krause Glücke u. Morcheln besonders gut; sie leben in Wasser wieder auf.
- Haltbarkeit mehrere Jahre

3. Pilz-Würzpulver

- Herbsttrompete, Trompetenpfifferling, Morcheln aber auch Andere.
- Getrocknete Pilze werden in alter Kaffeemühle, Mörser, Mixer etc. pulverisiert
- Aufbewahrung in Schraubgläsern
- Haltbarkeit mehrer Jahre

4. Pilz-Würzextrakt

- 2 Handvoll Trockenpilze, ¼ Liter Wasser, 2 EL Salz
- Aus obigen Zutaten Würzsud kochen
- Haltbarkeit wegen hohem Salzgehalt mehrere Jahre

5. Einwecken

- Sehr gut geeignet für Pfifferlinge u. Trompetenpfifferlinge (werden beim Einfrieren zäh u. bitter)
- Vorgehen: Grob schneiden, kurz aufkochen, abtropfen, in Gläser mit Wasser füllen
- 2 Std. bei 98C oder 15 Min in Dampfdrucktopf (2 Ringe) einwecken. Nach 2 Tagen nachwecken.
- Haltbarkeit 1-2 Jahre

6. Milchsauer eingelegt

- 1 kg Pilze, 15 g Salz, 10 g Zucker, 1 Tasse saure Milch
- Zutaten abwechseln in Gärtopf schichten und 10 Tage gären lassen.
- Vorteil: Verschiedene scharfe Pilze werden dadurch essbar
- Haltbarkeit: Bis 1 Jahr, wird aber immer sauerer
- Empfehlung: Nach Gärende einfrieren

Franz Meindl
Pilzsachverständiger DGFM

Pilzaufstrich

- Gelingt leicht
- Schnell

Für 4 Portionen:

300 g frische Pilze (z. B. Champignons, Egerlinge oder Austernpilze)

1 EL Zitronensaft

30 g Butter

1 kleine Zwiebel

2 EL saure Sahne

Salz · Pfeffer

1 Bund Petersilie

Zubereitungszeit: 20 Min.

Pro Portion ca.: 325 kJ/80 kcal

2 g EW/7 g F/2 g KH

1 Die Pilze putzen, wenn nötig kurz abbrausen und trockentupfen, große Pilze halbieren, dann in feine Scheiben schneiden. Einige Pilzscheiben zum Garnieren beiseite stellen. Mit Zitronensaft beträufeln.

2 Die Butter erhitzen. Die Pilze darin bei starker Hitze unter ständigem Rühren 5–7 Min. braten, bis der entstandene Saft wieder verdampft ist. Danach auskühlen lassen.

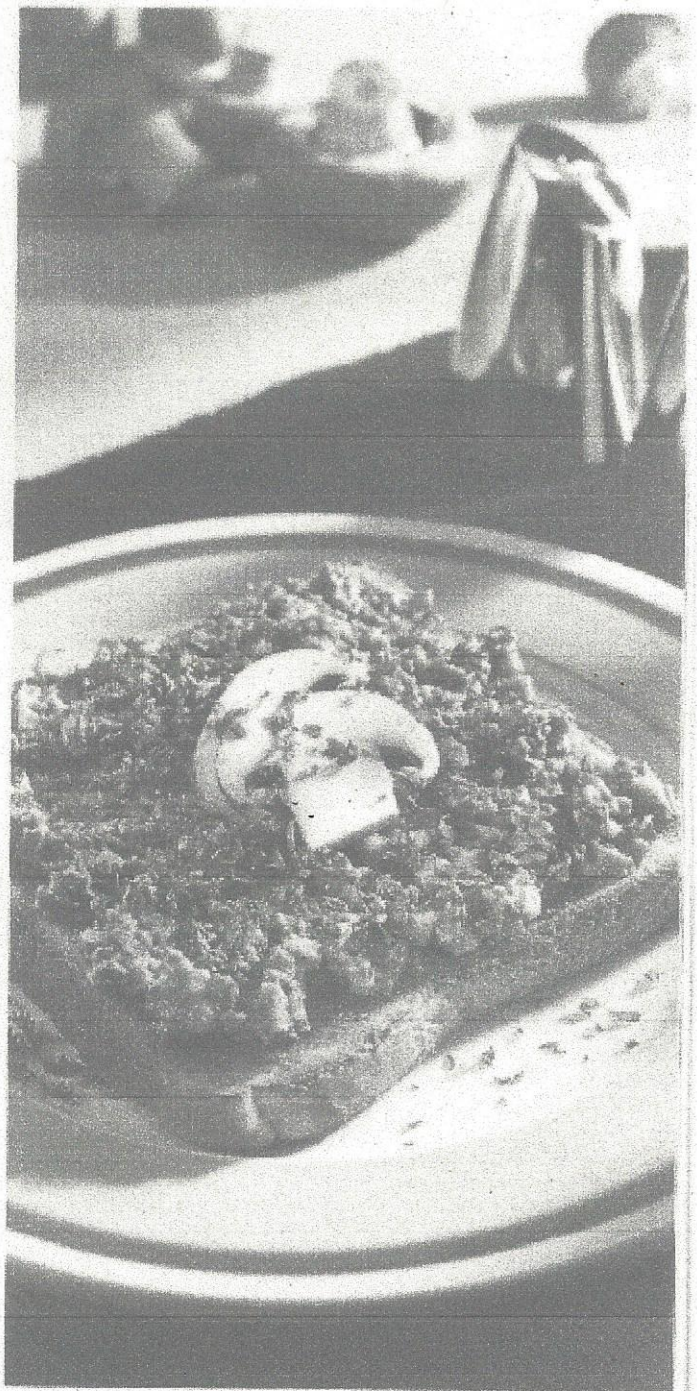
3 Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Pilze fein hacken und die saure Sahne unterrühren. Die Zwiebel hinzufügen.

4 Den Aufstrich mit Salz und Pfeffer würzen. Die

Petersilie waschen, die Blättchen fein hacken und darüber streuen. Dieser Aufstrich passt besonders gut zu Toastbrot.

TIP

Pilze nur ganz kurz unter fließendem Wasser abspülen. Sie saugen zuviel Feuchtigkeit auf, wenn man sie im Wasser liegen läßt und schmecken dann fad und wässrig.



Aus GU Küchenratgeber Brotaufstriche
Franz Meindl, Viehauserstr. 18a, 94405 Landau

Pilze und ihre Funktion in der Natur:

Schadfunktionen:

- Verderb von Lebensmitteln
- Krankheiten bei Pflanzen, Tieren und Menschen
- Gebäudeschäden
- Vergiftungen

Nutzfunktionen:

- Abfallbeseitigung in der Natur
- Nahrung für Mensch und Tier
- Produktion von Medizin (z.B. Penicillin)
- Verbesserung des Pflanzenwuchses (Wurzelsymbiose)
- Zeigerfunktion (können Zustand eines Lebensraumes anzeigen)

Biologie der Pilze:

Vermehrung durch 3 Strategien:

Eine geschlechtliche Vermehrungsmethode:

1. Durch Sporen
 - a. Sporen fallen auf den Boden (mehrere Milliarden pro Hut, männliche u. weibliche)
 - b. männliche und weibliche Primärmyzelien werden gebildet
 - c. Entstehung des Sekundärmyzels durch Vereinigung beider Primärmyzelien.

Zwei ungeschlechtliche Vermehrungsmethoden:

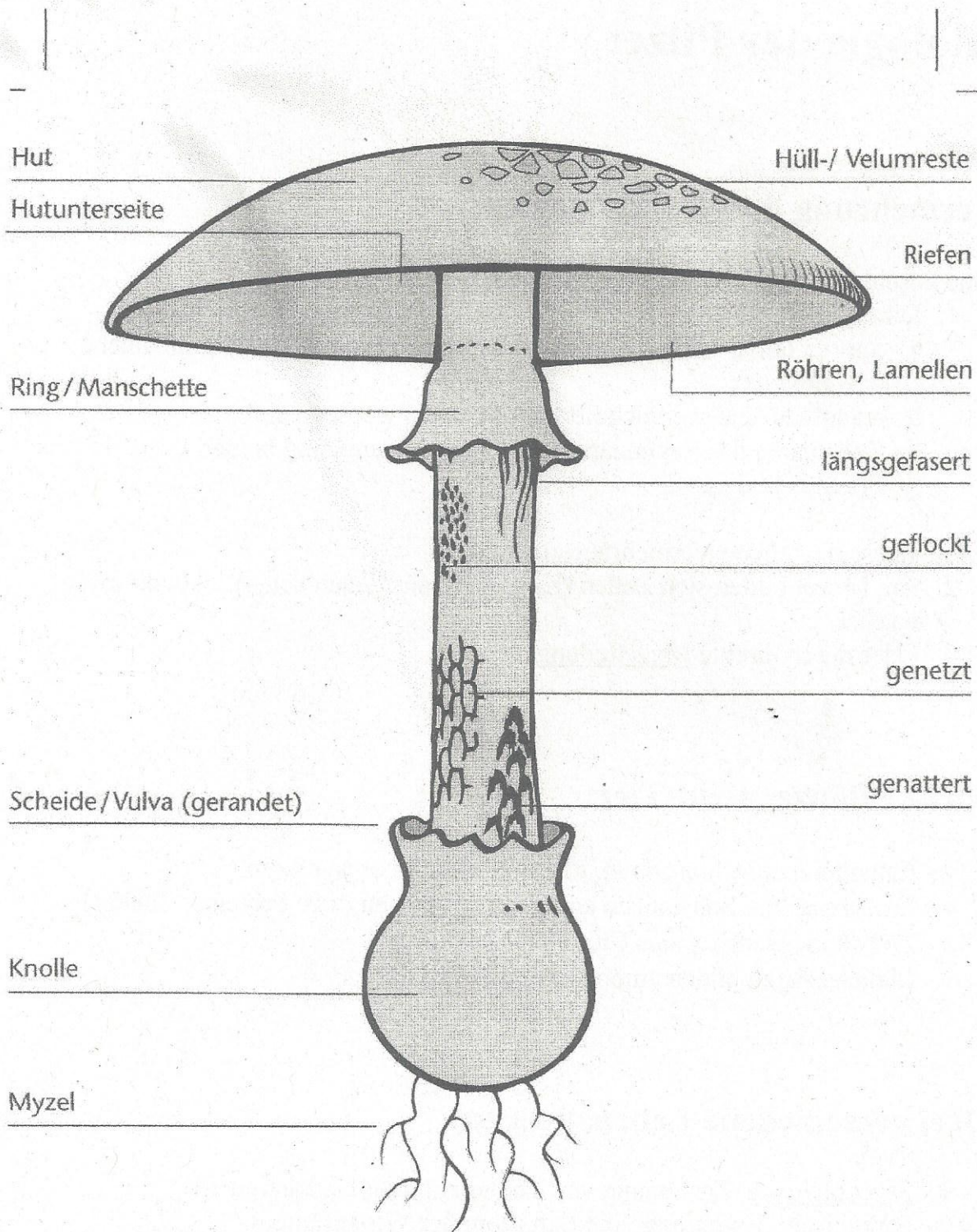
2. Am Myzel bilden sich Zellen (Konidien), aus denen neues Sekundärmycel wächst.
3. Oder durch direkte Myzelteilung

Nicht Pflanze, nicht Tier:

- Enthalten kein Chlorophyll, dadurch keine Photosynthese
- Ernährung von Substanzen anderer Organismen (z.B. Proteine, Zucker)
- Zellwände bestehen aus Chitin und Zellulose
- Manche Arten bilden amöbenartige Zellen aus

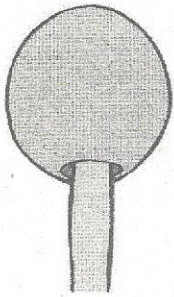
Drei verschiedene Lebensformen:

1. Saprophytisch: Zersetzung von Todholz, Laub, Nadelstreu etc
2. Parasitisch: Ernährung vom Saftstrom der Wirtspflanze
3. Symbiotisch: Myzel ernährt sich aus Baumwurzeln aber erschließt dem Baum wichtige Nährstoffe

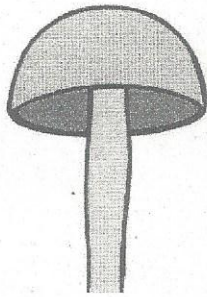


Oben: Wesentliche Bestimmungsmerkmale der Pilze.
 Rechts: Hut-, Lamellen- und Stielformen.

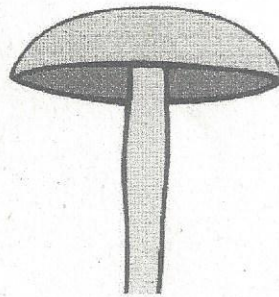
Hutformen



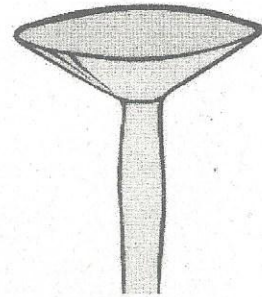
kugelig



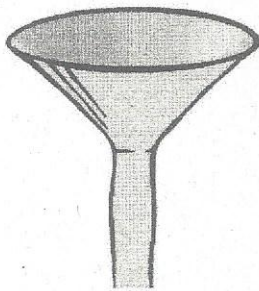
halbkugelig



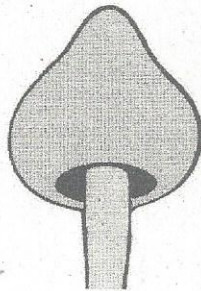
flachgewölbt



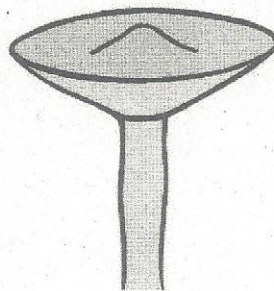
flach



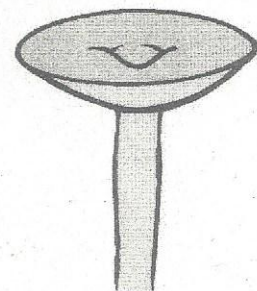
trichterförmig



glockenförmig

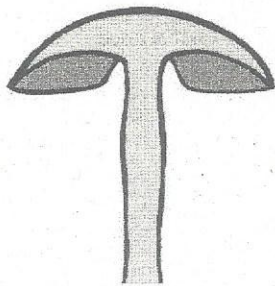


gebuckelt

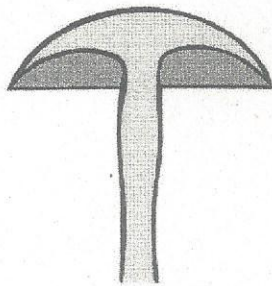


genabelt

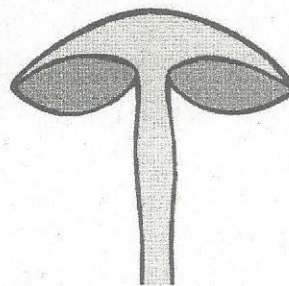
Lamellenformen



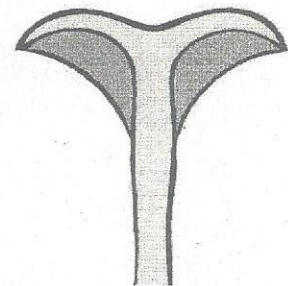
frei



angewachsen

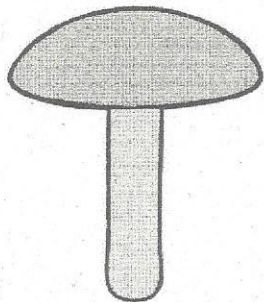


ausgebuchtet

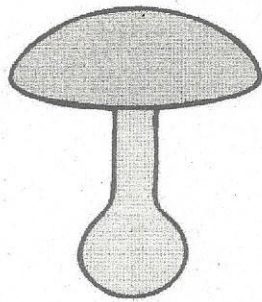


herablaufend

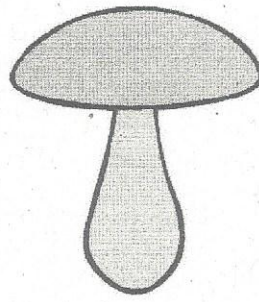
Stielformen



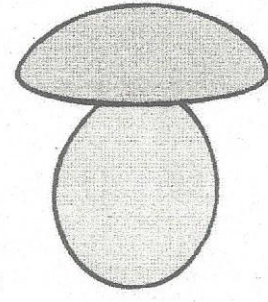
zylindrisch



knollig

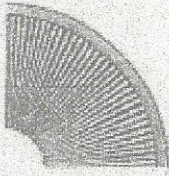


keulig

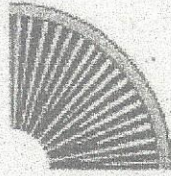


bauchig

Lamellen-Formen



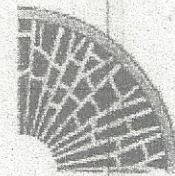
gedrängt stehend



entfernt stehend
und untermischt



gegabelt



queraderig verbunden
(anastomosierend)

Stielfuß-Formen



zylindrisch



bauchig



keulig



knollig



zugespitzt



gekniert



wurzelnd



mit lappiger Scheide



eingepropft



warzig gegürtelt

Stielring-Formen



hängend



aufsteigend



gerieft



doppelt



Schleierreste

GIFTPILZE – PILZGIFTE

Trotz Aufklärung in inzwischen fast unzähligen Pilzbüchern kommt es auch heute noch immer wieder zu schweren Vergiftungen, deren Ursache wohl vielfach nicht die Verwechslung essbarer mit giftigen Arten, sondern vielmehr ein grenzenloser Leichtsinn beim Sammeln von Speisepilzen zu sein scheint.

Hier die wichtigsten Gifte und ihre Vertreter mit Angaben der "Latenzzeit", welche für die Diagnose einer Vergiftung wichtig ist. Unter Latenzzeit versteht man die Zeit zwischen Pilzmahlzeit und dem Auftreten der ersten Symptome.

GIFT: **VERGIFTUNG DURCH:**

AMANITIN - Knollenblätterpilze
Gifhäubling (kann sehr leicht mit dem Stockschwämmchen
verwechselt werden)
Zwergschirmlinge

Latenzzeit (6) – 8 – 12 – (24) Stunden
möglicher Tod durch Leberversagen

ORELLANIN - Orangefuchsiges und Spitzkegeliges Raukopf sowie mehrere
näherstehende Arten

Latenzzeit 36 Stunden – bis zu 17 Tagen
Lebensgefahr durch Nierenversagen

MUSCARIN - Reißpilze (vor allem Ziegelroter Reißpilz), weiße Trichterlinge

Latenzzeit (15) 30 min - 2 (3) Stunden
Lebensgefahr durch Kreislaufversagen

Daneben gibt es noch eine Vielzahl von Vergiftungssyndromen wie die des
Gastrointestinalen Syndroms (z.B. Tigerritterlinge):
Latenzzeit 15 min bis 4 Stunden.

Das Fliegenpilz- und Pantherpilzsyndrom: Latenzzeit 30 min bis 4 Stunden.

Das Coprinus-Syndrom (Vergiftung durch gleichzeitigen Alkoholgenuss):
Latenzzeit bis 2 Tage.

Das Psilocybin-Syndrom (Halluzinationen und Rauschzustände):
Latenzzeit 30 bis 60 min.

Diese und andere Vergiftungssyndrome können schwere Gesundheitsschäden
hervorrufen.

Ausserdem gibt es noch sogenannte unechte Pilzvergiftungen, hervorgerufen
durch allergische Reaktionen, verdorbene Pilzgerichte, große Verzehr-
mengen, usw.

Giftnotruf München (0)89 19240

Besonders geschützte Pilze
 (§ 10 (2) Nr. 10 BNatSchG i.V.m. Anl. 1 BArtSchV)

<i>Albatrellus spp.</i>	Schafporlinge, alle heim. Arten	
<i>Amanita caesarea</i>	Kaiserling	
<i>Boletus aereus</i>	Weißer Bronzeröhrling	
<i>Boletus appendiculatus</i>	Gelber Bronzeröhrling	
(<i>Boletus edulis</i>	Steinpilz)	Ausn. § 2
<i>Boletus fechtneri</i>	Sommerröhrling	
<i>Boletus regius</i>	Echter Königsröhrling	
<i>Boletus speciosus</i>	Blauender Königsröhrling	
(<i>Cantharellus spp.</i>	Pfifferlinge, alle heim. Arten)	Ausn. §2
(<i>Gomphus clavatus</i>	Schweinsohr)	Ausn. §2
<i>Gyrodon lividus</i>	Erlengrübling	
<i>Hygrocybe spp.</i>	Saftlinge, alle heim. Arten	
<i>Hygrophorus marzuolus</i>	März-Schneckling	
(<i>Lactarius volemus</i>	Brätling)	Ausn. §2
(<i>Leccinum spp.</i>	Birkenpilze u. Rotkappen, alle h. A.)	Ausn. §2
(<i>Morchella spp.</i>	Morcheln, alle heim. Arten)	Ausn. §2
<i>Tricholoma flavovirens</i>	Grünling	
<i>Tuber spp.</i>	Trüffeln, alle heim. Arten	

(Ausnahme §2 BArtSchV: in geringen Mengen für den eigenen Bedarf)