

Sammeln und zubereiten - Kleines ABC

Apps:

Obwohl Apps heute gewisse Pilze gut erkennen, können sie die Pilzkontrolle in keinem Fall ersetzen. Apps können jedoch sehr nützlich sein, aber sie sind niemals eine Art von Verzehrfreigabe.

Dörren und Einfrieren:

Hat man nicht die Möglichkeit die Pilze zu konsumieren, am besten sofort dörren oder einfrieren. Zum Tiefkühlen Pilze vorzugsweise vakuumieren. Gedörnte Pilze in gut verschliessbaren Gläsern aufbewahren, damit keine Motten rankommen.

Fuchsbandwurm:

In Bodennähe wachsende Waldfrüchte (Beeren, Pilze usw.), Gemüse, Salat, Beeren aus Freilandkulturen sowie Fallobst vor dem Verzehr gründlich waschen (wenn möglich kochen). Tiefgefrieren bei -20° Celsius tötet die Eier des Fuchsbandwurmes nicht ab (sie verlieren erst bei -80° Celsius ihre Lebensfähigkeit).

Haltbarkeit:

Pilze gut gekühlt und höchstens kurz lagern. Gewisse Pilze wie z.B. Pfifferlinge, können schon ein paar Tage halten, speziell wenn man sie selbst frisch gepflückt hat.

Mahlzeitresten:

Wenn mal von einer Mahlzeit etwas übrigbleibt, sofort kühl stellen, zudecken und innerhalb 24 Stunden verwerten. In vielen Informationen findet man Hinweise, dass Pilze nicht aufgewärmt werden sollten. Solange jedoch Speisereste sofort gekühlt und innerhalb kurzer Zeit verzehrt werden, sollte das kein Problem darstellen.

Pilzkontrolle:

Pilze immer kontrollieren lassen. Kennt man einen Pilz nicht, so nimmt man höchstens ein Exemplar mit, um es vorzuzeigen.

Ein einziger sehr giftiger Pilz wie z.B. ein Knollenblätterpilz führt dazu, dass die Pilzkontrolle das ganze Sammelgut wegen möglicher Verunreinigungen konfiszieren muss.

Qualität, Kochzeiten:

Nur frische, kontrollierte und einwandfreie Fruchtkörper zubereiten. Pilze genügend lang kochen und Zubereitungshinweise beachten.

Weiche und matschige Pilze stehen lassen. Beim Sammeln darauf achten, dass immer der ganze Pilz mitgenommen wird, Pilze nicht einfach abschneiden, sondern mit dem Fuss aus dem Boden rausdrehen.

Rohe Pilze:

Roh verwende ich nur Trüffel geraffelt auf Reis, Teigwaren, Rührei, etc. und Zuchtchampignons zur Dekoration und Beigabe im Salat.

Ebenfalls können Kaiserlinge roh als Carapaccio zubereitet genossen werden.

Sammeln und Lagern:

Pilze weder beim Sammeln noch bei Lagern in Plastiksäcken aufbewahren. Geflochtene Sammelkörbe eignen sich am besten.

Immer die ganzen Fruchtkörper mit Stiel pflücken, damit die Pilzkontrolle alle Merkmale hat.

Spezielle Zubereitung:

Konsum von Pilzen, welche eine spezielle Zubereitung brauchen, wie solche bei denen man zuerst das Kochwasser abgessen muss, vermeiden, speziell wenn man empfindlich ist.

Verzehrmenge:

Nicht Unmengen von Pilzen konsumieren, sondern Pilze als gut schmeckende Beilage verwenden.