

Pfifferlinge

Gut mit Hut

Jetzt können sich Pilzfreunde wieder freuen! Noch bis Ende Oktober hat der gelbe Eierschwamm Saison und überzeugt durch seinen einzigartig aromatischen Geschmack. Probieren Sie doch mal!



Am besten schmecken Pfifferlinge frisch gesammelt. Und nach dem Waldspaziergang ist der Genuss noch mal so groß!

Beliebt sind Pfifferlinge zwar auch als Beilage, aber in der Hauptrolle sind sie echten Fans am liebsten. Von daher haben regenreiche Sommer zumindest kulinarisch ihre Vorteile: Denn dann gibt's Pilze in Hülle und Fülle. Sogar Delikatessen wie Pfifferlinge. Der Edelpilz war früher mal Massenware, wie der Spruch „keinen Pfifferling wert“ schon vermuten lässt. In heimischen Laub- und Nadelwäldern schoss er üppig aus dem Boden, sodass er wegen mangelnder Nachfrage zu sehr niedrigen Preisen erhältlich war. Leider ist der wegen seiner goldgelben Farbe auch „Eierschwamm“ genannte Pilz in den letzten Jahrzehnten bei uns etwas rar geworden.

Einkaufs- und Küchentipps

Auf dem Wochenmarkt gibt's nun das „Gold des Waldes“ meist lose, im Supermarkt in der Regel im Spankorb. Buchstäblich ein gefundenes Fressen für Feinschmecker, die sich auf den feinen Pilzgeschmack freuen. Denn den hat der edle Lamellenpilz mit dem typischen welligen Hutrand zu bieten! Achten Sie beim Kauf darauf, dass Pfifferlinge leuchtend gelb sind und keine feuchten, dunklen Stellen

haben. Ausgetrocknet sind sie, wenn sich ihre Hutränder dunkel färben und die Oberfläche runzlig wirkt, dann schmecken sie auch nicht mehr so gut. Pilze mögen trockene Luft – beim Transport wie bei der Lagerung. So kann man sie im Allgemeinen in einem luftdurchlässigen Gefäß im Kühlschrank circa zwei Tage lagern. Zum Putzen legen Sie Pilze allgemein nicht ins Wasser, das mögen sie nicht, sie werden dann schwammig und geschmacklos. Entfernen Sie zunächst den groben Schmutz mit einem Küchenmesser, einem -tuch oder Pinsel. Lässt sich die Huthaut abziehen, so spart dies mühselige Putzarbeit; es ist aber nicht unbedingt erforderlich. Das weitere Putzen erledigen Sie am besten mit einer Gemüsebürste. In der Regel können Sie alle Pilzteile verwenden. Lamellen – auch Blätter genannt – brauchen bei frischen Pilzen nicht entfernt zu werden. Bei Röhrenpilzen sollte der „Schwamm“ an der Hutunterseite entfernt werden, wenn er schmierig, weich oder stark verfärbt ist. Schneiden Sie am Schluss noch die Stielenden mit dem Küchenmesser ab, ebenso feste und zähe Bereiche des Stiels.

Pfifferlinge sammeln

Bei einem Waldspaziergang Pfifferlinge selber sammeln macht Spaß, aber Sie sollten sich gut auskennen! Vorsicht bei dem sogenannten „Falschen Pfifferling“, er sieht dem Original sehr ähnlich, hat aber folgenden Unterschied: Er hat gegabelte, vom Hutfleisch ablösbare Lamellen. Gefahr besteht keine, denn der Falsche Pfifferling ist nicht giftig. Er färbt sich nur beim Garen schwarz und schmeckt nicht. Giftig allerdings ist der „Spitzgebuckelte Rauhkopf“, der dem Pfifferling ähnlich sieht, solange er jung ist. Sammeln Sie also vorsichtshalber nur größere Pilze und schauen Sie im Zweifel in einem Bestimmungsbuch nach!

Das steckt drin

Wie alle Speisepilze sind auch Pfifferlinge ein gesunder Genuss. Da sie zu 92 Prozent aus Wasser bestehen, besitzen sie Vitamine und Mineralstoffe zwar nur in winzigen Mengen, sind aber dafür kalorienarm. Zudem sind sie reich an Nährstoffen und enthalten wichtige Aminosäuren, womit sie auch die Verdauung fördern. Guten Appetit! ♦



Feines Risotto

mit Pfifferlingen

Zutaten für 4 Personen

6 Schalotten, 3 EL Olivenöl, 300 g Risottoreis, 750 ml Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, 2 Lorbeerblätter, 250 g Pfifferlinge, 200 g Steinpilze, 2 EL Butter, 2 Prisen Muskatpulver, 2 EL Schnittlauchröllchen

Zubereitung

Schalotten schälen und würfeln und im heißen Olivenöl in einem Topf glasig braten. Risottoreis zugeben und unter Rühren anschwitzen. Mit 250 ml Brühe ablöschen und unter gelegentlichem Rühren so lange kochen, bis der Reis die Brühe aufgesogen hat. Mit Salz, Pfeffer und Lorbeer würzen. So viel Brühe angießen, dass sie etwa einen Finger breit über dem Reis steht. Unter Rühren 25 Minuten köcheln, dabei Flüssigkeitsverlust hin und wieder mit Brühe ausgleichen. Flüssigkeit soll am Ende der Garzeit fast vollständig vom Reis aufgenommen worden sein. Inzwischen Pilze putzen, Steinpilze klein schneiden und beides in der heißen Butter in einer Pfanne 5 Minuten braten. Mit Salz und Muskat würzen. Risotto mit Pilzen und Schnittlauch verrühren.



Pfifferling-Pizza

Zutaten für 4 Personen – 2 Pizzableche (à 28 cm Ø)

350 g Mehl, Salz, 1 TL Trockenhefe, 250 ml lauwarmes Wasser, 5 EL Olivenöl, 100 g Pfifferlinge, 150 g Crème fraîche, 2 EL Sahnemeerrettich, 50 g Speck, 150 g Gouda, 75 g Radieschen, 100 g Rucola

Zubereitung

Für den Teig Mehl, 1 TL Salz und Hefe mischen, mit Wasser und 2 EL Öl glatt verkneten. Abgedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Pfifferlinge putzen. Crème fraîche mit Meerrettich verrühren und leicht salzen. Speck klein würfeln. Käse grob raspeln. Teig auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und dieses dünn auskleiden. Crème fraîche darauf verteilen. Speck und die Hälfte Käse darauf verteilen. Leicht salzen. Pfifferlinge mit restlichem Öl mischen, auf der Pizza verteilen, mit restlichem Käse bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei 250 °C 15–20 Minuten (unterste Schiene) goldbraun backen. Inzwischen Radieschen waschen, in dünne Streifen hobeln. Rucola waschen, in Stücke zupfen. Nach der Garzeit Radieschen und Rucola über die Pizza geben und sofort servieren.

Rührei mit Pilzen

Zutaten für 4 Personen

4 Scheiben Weißbrot, 300 g Pfifferlinge, 3–4 EL Butter, Salz, Pfeffer, 6 Eier (Größe M), 4 EL Sahne, 2 EL frisch gehackte Kräuter (z. B. Rosmarin und Thymian)

Zubereitung

Ofen auf Grillfunktion vorheizen. Die Brotscheiben halbieren und auf das Ofengitter legen. Von beiden Seiten unter dem Grill goldbraun rösten. Inzwischen Pfifferlinge putzen und je nach Größe ganz lassen oder halbieren. In 1 EL heißer Butter in einer Pfanne 2–3 Minuten goldbraun braten. Salzen, pfeffern. Eier mit Sahne verquirlen und in einer weiteren Pfanne in 1 EL Butter zu Rührei braten. Salzen, pfeffern. Die gerösteten Brotscheiben aus dem Ofen nehmen und mit der restlichen Butter bestreichen. Mit den Kräutern bestreuen und auf Teller legen. Darauf das Rührei und die Pfifferlinge anrichten und servieren.



Pilzragout

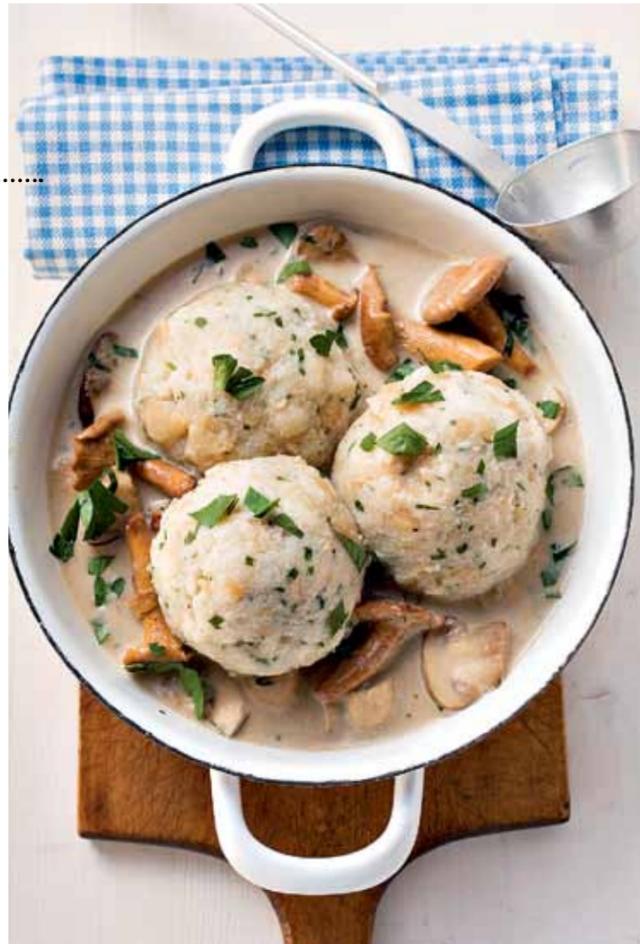
mit Semmelknödeln

Zutaten für 4 Personen

2 Schalotten, 2 EL Butter, 500 g altbackene Brötchen, 250 ml Milch, 2 Eier (Größe M), 3 EL gehackte Petersilie, Salz, Pfeffer, Muskat, 800 g gemischte Pilze (z. B. Pfifferlinge, Champignons), 1 Knoblauchzehe, 150 ml Brühe, 250 ml Sahne, 2 EL Crème fraîche

Zubereitung

Für Knödel 1 Schalotte schälen, würfeln und in 1 EL heißer Butter dünsten. Semmeln in Scheiben schneiden und in Milch einweichen. Eier, 2 EL Petersilie, Schalotte zugeben, 20 Minuten ziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, mit feuchten Händen Knödel drehen und im Salzwasser 20 Minuten gar ziehen lassen. Pilze säubern, nach Größe zerkleinern und portionsweise in 1 EL Butter anbraten und herausnehmen. Übrige Schalotte und Knoblauch schälen, hacken, darin anschwitzen, mit Brühe ablöschen und einköcheln lassen. Sahne und Crème fraîche zugeben, leicht sämig werden lassen und Pilze wieder zugeben. 5 Minuten garen, Petersilie untermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Pilzsoße mit Knödeln und Petersilie garniert servieren.



Pfifferlinge

geschmort mit Nudeln

Zutaten für 4 Personen

1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 600 g Pfifferlinge, 400 g breite Bandnudeln, 2 EL Butter, je 1 TL frisch gehackter Rosmarin und Thymian, 1 EL frisch gehackte Petersilie, 120 ml Gemüsebrühe, 200 ml Sahne, Salz, Pfeffer

Zubereitung

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Pilze putzen und gegebenenfalls klein schneiden. Nudeln in kochendem Salzwasser al dente garen. In heißer Butter in einer Pfanne Zwiebel und Knoblauch glasig schwitzen. Pilze zugeben und mitbraten, bis die entstandene Pilzflüssigkeit verdampft ist. Die Kräuter untermischen, mit Brühe ablöschen und die Sahne angießen. Salzen, pfeffern und bei mittlerer Hitze ca. 7 Minuten schmoren lassen. Die Nudeln abgießen, abtropfen lassen und mit den Pilzen auf vorgewärmten Tellern angerichtet servieren.

Anzeige