



Rita und Frank Lüder

# Pilze zum Genießen... ... für unterwegs



Dr. Rita und Frank Lüder  
An den Teichen 5  
31535 Neustadt  
www.kreativpinsel.de

Die Autoren haben alle Angaben sorgfältig geprüft und nach bestem Wissen und Gewissen notiert. Fehlermeldungen und Verbesserungsvorschläge werden dankbar entgegengenommen. Was die Rezepte und Medikationen der Pilze betrifft, liegen persönliche Unverträglichkeiten und Überdosierungen in der Verantwortung des Lesers. Der Verlag und die Autoren übernehmen keine Haftung für schädliche Folgen, die sich aus dem Gebrauch oder Missbrauch der hier aufgeführten Informationen ergeben. Bei ernsthaften Erkrankungen ist in jedem Fall fachlicher Rat bei entsprechenden Therapeuten einzuholen.

Zeichnungen: Rita Lüder  
Fotos: Rita und Frank Lüder  
Umschlag hinten: Renate Beermann  
Fotos S. 133: Peter Karasch

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek  
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Angaben sind im Internet über [www.d-nb.de](http://www.d-nb.de) abrufbar.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

1. Auflage 2023  
© kreativpinsel Verlag, Neustadt  
ISBN 978-3-9814612-5-1  
Druck und Bindung: mediaprint solutions, Paderborn

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7		
Infos zum Buch	8		<b>Korallenpilze</b>
Ein eigenes Reich	10		Krause Glucke 40
Wie ein Fruchtkörper entsteht	11		<b>Leistenpilze</b>
Sporen	12		Pfifferling 41
Kreislauf des Lebens	13		Trompeten-Pfifferling 42
Wood-Wide-Web – Mykorrhiza	14		Herbst-Trompete 43
Zersetzer	15		
Schmarotzer	15		<b>Gallertpilze</b>
Ohne Merkmale geht es nicht	16		Grüngelbes Gallertkappchen 44
Regeln für Einsteiger	18		Judasohr 45
Sammelzeit	19		
Wie wird gesammelt?	20		<b>Keulenpilze</b>
Wo Pilze sammeln?	21		Herkuleskeule 46
Naturschutz	22		
Gesunde Nahrung	23		<b>Röhrlinge</b>
Hände weg von alten...	24		Birkenpilz 47
...und von rohen Pilzen	25		Espen-Rotkappe 48
Aufbewahrung	26		Heide-Rotkappe 49
Getrocknete Pilze	26		Echter Steinpilz 50
Pilzbutter	27		Flockenstieleriger Hexenröhrling 51
Pfifferlings-Omelett	27		Butterpilz 52
Pilz-Suppe	28		Gold-Röhrling 53
Michpilzpfanne mit Nudeln	28		Kuh-Röhrling 54
Beschwipste Pilze	29		Sand-Röhrling 55
Tinktur	29		Maronen-Röhrling 56
			Rotfuß-Röhrling 57
			Ziegenlippe 58
			Blutroter Filzröhrling 59
			Schmarotzer-Röhrling 60
			<b>Bauchpilze</b>
			Riesen-Bovist
			Flaschen-Stäubling
			Wetterstern
			Stinkmorchel
			<b>Schlauchpilze</b>
			Spitz-Morchel
			Speise-Morchel
			Sommer-Trüffel
			Orangebecherling
			<b>Stoppelpilze</b>
			Habichtspilz
			Semmel-Stoppelpilz
			<b>Porlinge</b>
			Schwefelporling 61
			Zinnoberschwamm 62
			Schmetterlings-Tramete 63
			Zunderschwamm 64
			Rotrandiger Baumschwamm 65
			Glänzender Lackporling 66
			Buckel-Tramete 67
			Birkenporling 68
			Flacher Lackporling 69
			Zimtfarbener Weichporling 70

## Lamellenpilze

 Schopf-Tintling	71
 Parasolpilz	72
Olivbrauner Safranschirmling	73
Austern-Seitling	74
 Edel-Reizker	75
Brätling	76
Mohrenkopf	77
Speise-Täubling	78
Frauen-Täubling	79
Brauner Leder-Täubling	80
Samtfußrübbling	81
Gewöhnlicher Hallimasch	82
Rauchblättriger Schwefelkopf	83
Zigeuner	84
Wald-Champignon	85
Wiesen-Champignon	86
Violetter Lacktrichterling	87
Violetter Rötleritterling	88
Nebelkappe	89
Mönchskopf	90
Grüner Anis-Trichterling	91
Mai-Ritterling	92
Nelken-Schwindling	93
Echter Knoblauch-Schwindling	94
Fuchsigiger Scheidenstreifling	95
Perlpilz	96
Mehl-Räsling	97
Rehbrauner Dachpilz	98
Brauner Rasling	99
Wässriger Mürbling	100
Stockschwämmchen	101
Orangemilchender Helmling	102
Dehnbarer Helmling	103
Kegeliger Saftling	104
Grünspan-Träuschling	105

## Giftpilze und Doppelgänger

Klasse Koralle	106
Kronen-Becherling	107
Gift-Lorchel	108
Kartoffelbovist	109
Gallenröhrling	110
Schönfuß-Röhrling	111
Satans-Röhrling	112
Pfefferröhrling	113
Sparriger Schüppling	114
Grünblättriger Schwefelkopf	115
Falscher Pfifferling	116
Karbol-Champignon	117
Buchen-Spei-Täubling	118
Goldflüssiger Milchling	119
Falten-Tintling	120
Rettich-Fälbling	121
Rettich-Helmling	122
Fliegenpilz	123
Blutblättriger Hautkopf	124
Feld-Trichterling	125
Kahler Krempling	126
Tiger-Ritterling	127
Riesen-Rötling	128
Ziegelroter Risspilz	129
Schirmlinge	130
Pantherpilz	131
Schöngelber Klumpfuß	132
Orangefuchsigiger Raukopf	133
Spitzgebuckelter Raukopf	134
Gift-Häubling	135
Grüner Knollenblätterpilz	136
<b>Verdacht auf Vergiftung?</b>	137
Giftnotrufzentralen	137
Index	138
Fachausdrücke	142
Literatur der Autoren	143

# Vorwort

In diesem Büchlein findest du über 100 Pilzarten mit ihren Erkennungsmerkmalen. Die essbaren Arten sind **grün**, die ungenießbaren **schwarz** und die giftigen **rot** gekennzeichnet. Dabei haben wir uns gedacht, dass es am besten ist, zunächst einmal mit den einfachen Arten zu beginnen, also solchen, die kaum Verwechslungsmöglichkeiten bieten, wie z.B. die essbaren Riesen-Boviste und Krausen Glucken. Die Lamellenpilze sind kniffliger und kommen weiter hinten, gefolgt von den möglichen Doppelgängern und gefährlichen Giftpilzen. Diese sind grob nach ihrer Giftigkeit sortiert und die tödlich giftigen Arten stehen am Ende des Kapitels.

## Mehr als nur kulinarische Delikatessen

Die Pilzwelt ist genauso faszinierend wie die der Pflanzen. Es gibt hier ebenso Arten zum Färben, für die Gesundheit und für viele Bereiche des täglichen Lebens und für eine nachhaltige, kreative, bunte und freudvolle Zukunft im Einklang mit allen Lebewesen dieser Erde. Damit du einen raschen Überblick bekommst, wofür sie geeignet sind, verraten dir die Piktogramme auf einen Blick die Anwendungsbereiche. Neben den Portraits zu den Pilzen steht etwas darüber, wo sie zu finden sind und ob es giftige ähnliche Arten gibt, die du kennen solltest.

## Sternchen: „PilzCoach-Arten“


Für Einsteiger sind unsere Favoriten mit Sternchen gekennzeichnet. Diese Arten halten wir persönlich für besonders einfach in der Bestimmung – es sind die Arten, die ein PilzCoach im Rahmen seiner Tätigkeit mit Gruppen zubereiten darf. Näheres zu dieser Ausbildung findest du unter [www.pilzcoach.de](http://www.pilzcoach.de)

## Rezepte

Bei den Rezepten handelt es sich um Grundrezepte, die du ganz nach deinen Vorlieben verändern kannst. Sie sind bewusst einfach gehalten, erprobt, authentisch so zubereitet, fotografiert und verspeist worden.

## Wie geht es weiter?

Dieses Buch ist aus dem Wunsch entstanden, die wichtigsten Infos aus unserem Buch „Pilze zum Genießen ...für eine nachhaltige, kreative, leckere und gesunde Zukunft“ für unterwegs parat zu haben. Möchtest du mehr über diese Pilze erfahren? Dann empfehlen wir dir unser „großes“ Buch. Dort gibt es neben weiteren Rezepten und allgemeinen Texten viele Anleitungen zum Färben, Basteln, Bestimmen etc. – Pilze sind auch für unser Ökosystem unverzichtbar und haben ein schier unerschöpfliches Potential um den Herausforderungen unserer Zeit zu begegnen. Dort erfährst du einiges mehr darüber.

Einige Pilze haben wir auf YouTube eingestellt.  Sie sind mit diesem Symbol gekennzeichnet. Unsere Videos findest du auch über [www.kreativpinsel.de](http://www.kreativpinsel.de).

Viel Spaß mit dem faszinierenden Reich der Pilze wünschen dir

*Rita und Frank Lüder*

# Infos zum Buch

An der Farbe der Überschrift erkennst du den Genusswert: **rot** bedeutet giftig, **grün** essbar und **schwarz** ungenießbar

Deutscher und wissenschaftlicher Name

Einsteigerpilze („PilzCoach-Arten“) sind mit Stern gekennzeichnet

Hier zeigen wir dir Fotos und Detailbilder, die im Text beschrieben werden

Durchschnittliche Größe. Bei Waldpilzen ist dieser Kasten braun

Wo findest du diesen Pilz?

Vorne im Buch sind die einfacheren Arten, weiter nach hinten werden sie kniffliger - bei den **Giftpilzen** werden sie nach hinten immer giftiger



Dieses Zeichen bedeutet, dass es ein Video auf unserem YouTube-Kanal gibt

Durchschnittliche Größe. Bei Wiesenpilzen ist dieser Kasten grün

Womit kann man diese Art am ehesten verwechseln?

An der Zeichnung sind wichtige Merkmale beschrieben

# Ein eigenes Reich

Pilze haben ihre eigene Magie. Pflanze oder Tier – lange Zeit waren sie den Menschen ein Rätsel. Sie sind unbeweglich und haben Sporen wie die Farne, doch Blattgrün fehlt ihnen. Heute haben sie die Stellung, die ihrer Bedeutung im Ökosystem entspricht: Sie bilden ein eigenes Reich der Pilze.

Zahlreich sind sie allemal: Studien von den britischen Inseln und aus den Alpen haben ergeben, dass es sechsmal mehr Pilze als Pflanzen gibt. Schätzungen zufolge sollen es Millionen verschiedener Pilzarten sein. Beschrieben sind davon weltweit derzeit ca. 100 000 Arten. Hierzu gehören jedoch neben den für uns interessanten Großpilzen auch die verschiedenen Gruppen von niederen Pilzen, die nur mit dem Mikroskop untersucht werden können.

Seit der schwedische Naturforscher CARL VON LINNÉ (1707 – 1778) sie in einem eigenen Reich den Pflanzen und Tieren ebenbürtig gegenübergestellt hat, ist das bis heute so geblieben. Ihre Namensgebung entspricht ebenfalls der von LINNÉ eingeführten, sog. binären Nomenklatur. Danach besteht der Name aus zwei Teilen, der erste steht für die Gattung und der zweite (kleingeschriebene) für die Art. Pilze mit ähnlichem Aufbau werden in systematischen Einheiten zusammengefasst, z.B. in Familien und Gattungen. Der wissenschaftliche Name zeigt gleichzeitig die systematische Zuordnung und die Endung kennzeichnet die jeweilige Rangstufe. Diese Namensgebung ist eindeutig festgelegt und in der ganzen Welt identisch.

Allerdings ist die Systematik in der Pilzkunde ständig im Fluss. Durch feinere Analysemethoden der Inhaltsstoffe und genetischen Abstammung wird sichtbar, dass rein optisch nicht sehr ähnliche Pilze eine engere Verwandtschaft haben können als bisher angenommen. Daher wird das nomenklatorische System immer wieder neu geordnet, und auch im wissenschaftlichen Namen finden immer wieder Änderungen statt. Ich habe noch den Spruch des inzwischen verstorbenen Leiters der Hornberger Pilzlehrschau, WALTER PÄTZOLD, im Ohr: „Die deutschen Pilznamen variieren von Region zu Region und die wissenschaftlichen von Jahr zu Jahr.“

Die mit bloßem Auge erkennbaren und mit der Hand pflückbaren Arten werden als Höhere Pilze oder Großpilze bezeichnet.



Auch Pilze, die winzige Fruchtkörper von nur 1-2,5 mm bilden, wie das Zitronengelbe Holzbecherchen (*Calycina citrina*) werden zu den Großpilzen gezählt.

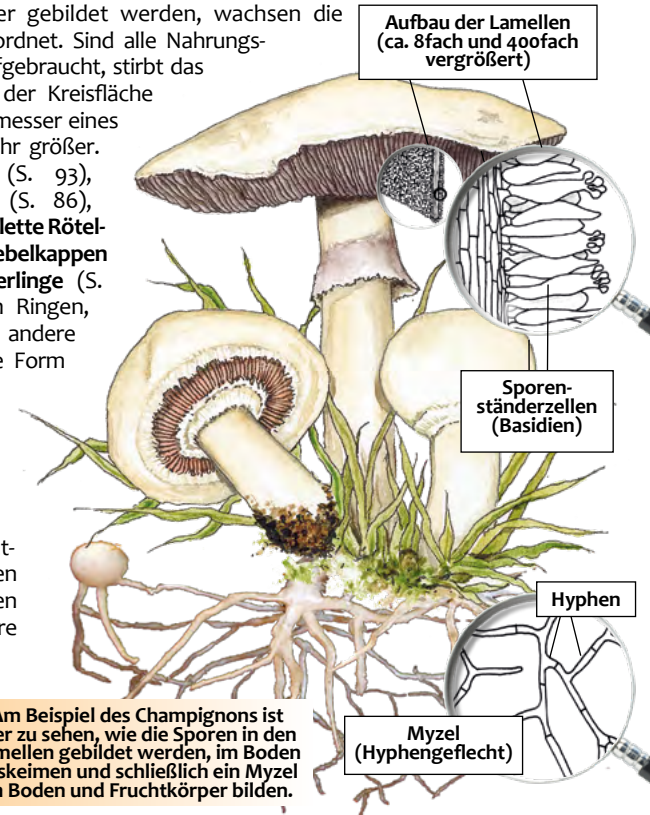
# Wie ein Fruchtkörper entsteht

Das, was wir als Pilz bezeichnen, ist nur der sichtbare Fruchtkörper eines weitaus größeren Gebildes. Der eigentliche Pilz ist ein fein verzweigtes Geflecht aus so genannten Hyphen, die das Substrat, d.h. Erdboden, Holz oder Laub, durchziehen und die Nährstoffaufnahme ermöglichen.

Du kannst dir den Pilz so vorstellen wie einen Apfelbaum. Das, was den Zweigen und Blättern entspricht, ist das Wurzelgeflecht des Pilzes im Boden. Die Äpfel entsprechen den sichtbaren Fruchtkörpern, den Pilzen. So wie der Baum im Herbst Früchte trägt, wachsen bei den passenden Klimabedingungen aus dem im Boden verborgenen Pilzmyzel Pilzfruchtkörper heran. Dazu vermehren sich die fädigen Hyphen und schließen sich zu einem dichten, festen Gewebe zusammen. Es ist das, was wir gemeinhin als Pilz bezeichnen und dient ausschließlich der Vermehrung. Zu diesem Zweck wird eine riesige Sporenmenge gebildet.

Alle Hyphen zusammen werden als Myzel bezeichnet. Das Myzel im Boden, der eigentliche Pilz, breitet sich jedes Jahr weiter aus. Besonders gut sichtbar wird dies an den kreisförmigen Hexenringen, bei denen das Pilzgeflecht vom Zentrum aus gleichmäßig in alle Richtungen wächst. Da nur am äußeren Rand die Fruchtkörper gebildet werden, wachsen die Pilze ringförmig angeordnet. Sind alle Nahrungsreserven im Boden aufgebraucht, stirbt das Myzel nur im Innern der Kreisfläche ab. So wird der Durchmesser eines Ringes von Jahr zu Jahr größer.

**Nelken-Schwindlinge** (S. 93), **Wiesen-Champignons** (S. 86), **Parasolpilze** (S. 72), **Violette Rötleritterlinge** (S. 88), **Nebelkappen** (S. 89) und **Mai-Ritterlinge** (S. 92) wachsen meist in Ringen, aber auch noch einige andere Arten. Diese magische Form hat die Menschen seit jeher zu allerlei mystischen Gedanken und Legenden inspiriert. Ein Glaube war, dass die Hexen- oder Elfenringe überall dort entstehen, wo die Hexen oder Elfen in den klaren Vollmondnächten ihre Reigen getanzt haben.



Am Beispiel des Champignons ist hier zu sehen, wie die Sporen in den Lamellen gebildet werden, im Boden auskeimen und schließlich ein Myzel im Boden und Fruchtkörper bilden.



Lamellen



Röhren



Stachel



Morchel



Koralle

# Sporen

Die Fortpflanzung steht ganz im Dienst der Anpassung an veränderte Umweltbedingungen durch den sexuellen Austausch. Dies ist bei Pilz, Pflanze, Mensch und Tier genauso. Dadurch, dass sich die Erbanlagen zweier Individuen mischen, kommt es immer wieder zu neuen Kombinationen – und damit Eigenschaften und Möglichkeiten, auf die Umwelt zu reagieren. Die Sporen entsprechen den Samen der Pflanzen. Ähnlich wie diese dienen sie sowohl der Fortpflanzung als auch dem Überstehen von schlechten Perioden. Die Sporen werden meist geschützt auf der Unterseite der Hüte gebildet.

Um möglichst viele Sporen bilden zu können, wird die Oberfläche der Fruchtschicht vergrößert. Dies geschieht meist durch Lamellen oder Röhren. Auch die Form der Stachel- und Korallenpilze sowie der Morcheln und Lorcheln dient der Oberflächenvergrößerung. Um sich erfolgreich zu vermehren, wird eine unvorstellbar hohe Anzahl von Sporen gebildet. Bei einem reifen Champignon sind es pro Stunde bis zu 40 Millionen Sporen und auf einem mm<sup>2</sup> können über 100.000 Sporen gebildet werden – das ist eine Fläche kleiner als ein Stecknadelkopf! Für die Pilzbestimmung ist besonders die Farbe des Sporenpulvers wichtig. Sie reicht von weiß über creme, gelb, rötlich, bis zu braun und schwarz.

Die einzelnen Sporen sind nur mit dem Mikroskop sichtbar, doch ihre Farbe verrät schon sehr viel über die Familienzugehörigkeit. Die Sporenfarbe ist oft bereits auf den Hüten nebenstehender Pilze oder darunter liegender Blätter zu erkennen. Ist dies nicht der Fall, hilft ein Sporenabwurfpräparat, kurz auch Sporenabdruck oder Sporogramm genannt. Die Farbe der Lamellen verrät nicht immer die Farbe des Sporenpulvers, denn auch Pilze mit dunklen oder gelben Lamellen können weiße Sporen haben. Umgekehrt geht es nicht: Auch im Alter weiße Lamellen haben nur Pilze mit weißem Sporenpulver!

## Ein Sporenabdruck ist leicht gemacht

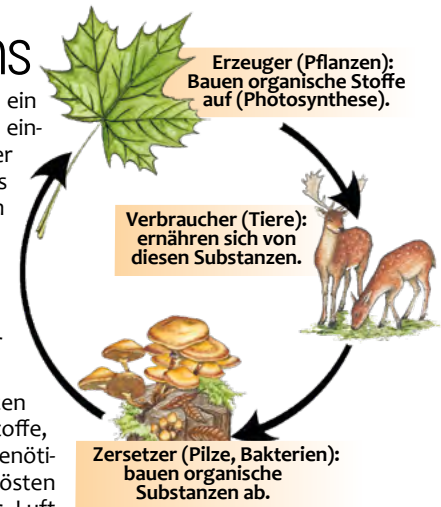
Der Hut wird mit der Röhren- oder Lamellenschicht nach unten auf ein weißes oder schwarzes Papier oder eine Glasscheibe gelegt. Um zu verhindern, dass die feinen Sporen von der Zugluft im Raum verweht werden, am besten den Hut mit einem Glas abdecken.



# Kreislauf des Lebens

In der Natur geht nichts verloren. Es ist ein ständiger Auf- und Abbau, bei dem die einzelnen Bausteine „nur“ immer wieder neu verbunden werden. Es kommt nichts hinzu und es geht nichts verloren. Darum sind Eingriffe in diesen Kreislauf teilweise auch von größerer Bedeutung als auf den ersten Blick vielleicht angenommen wird. Alles ist fein aufeinander eingestimmt. Der Mensch ist ein Teil dieser wundervollen Ordnung.

Vereinfacht ausgedrückt sind die Pflanzen als sog. Produzenten in der Lage, alle Stoffe, die sie für Gedeihen und Wachstum benötigen, allein aus Wasser mit den darin gelösten Nährstoffen und Kohlendioxid aus der Luft aufzubauen – die Energie dafür liefert das Sonnenlicht (Photosynthese). Wie man heute weiß, sind die Pilze daran allerdings auch im erheblichen Maße mit beteiligt, da sie durch ihre Partnerschaft (Mykorrhiza, S. 14) einen wesentlichen Anteil dazu beitragen. Die Konsumenten (Tiere und wir Menschen) können das nicht, wir sind für unser Überleben darauf angewiesen, dass die Pflanzen uns diese Verbindungen zur Verfügung stellen. Schließlich müssen diese aufgebauten Substanzen nach dem Absterben der Pflanzen wieder in den Kreislauf einfließen. Diese Aufgabe übernehmen die Zersetzer (Destruenten/Saprobionten), das sind überwiegend Pilze. Selbst die Insekten, die Holz- und Pflanzenfasern verwerten, haben in ihrem Darm ebenfalls Pilze, die diese Stoffe aufschließen.



## Lebensformen der Pilze

Bei der Artenfülle der Pilze überrascht es nicht, dass sie ganz verschiedene Strategien des Überlebens verwirklicht haben. Grob lassen sie sich drei verschiedenen Lebensformen zuordnen.

1. Lebensgemeinschaft mit Pflanzen (Mykorrhizapilze)
2. Zersetzer (Saprobionten)
3. Parasiten

Dank des Wood-Wide-Webs können Stümpfen gefällter Bäume noch so viele Nährstoffe zugeführt werden, dass diese die Schnittstelle überwallen und damit „am Leben“ bleiben.



# Wood-Wide-Web – Mykorrhiza

Eine seit Jahrmillionen erfolgreiche Strategie zum Überleben ist Kooperation und Austausch. Zwischen Pilz und Pflanze wird sie Mykorrhiza genannt. Sie basiert auf dem Tauschgeschäft: Zucker gegen im Wasser gelöste Mineralstoffe und Informationen. Pilze können die Nährstoffe aus dem Boden besser aufschließen als Pflanzenwurzeln, da sie zersetzende Enzyme an den Boden in der Umgebung abgeben und es sozusagen schon außerhalb vorverdauen. Die Pilzfäden umspannen die Wurzeln der Pflanzen. Sie vernetzen sich so untereinander um sich bei Stressfaktoren wie Trockenheit Wasser zukommen zu lassen. Außerdem tauschen sie chemische Botenstoffe, sie sind das Transportmedium des „Internets der Bäume“, dem „Wood-Wide-Web“. So informieren sie sich z.B. über einen bevorstehenden Angriff von Insekten, damit rechtzeitig Abwehrstoffe in den Blättern gebildet werden. Pilze erfüllen an den Pflanzenwurzeln auch eine Filterfunktion gegen Schwermetalle und wehren für sie zerstörerische Pilze und Bakterien ab.

Gerade auf mageren Böden ist diese Lebensgemeinschaft für die Bäume überlebenswichtig. Die Verbindung untereinander und mit den Pilzen bietet dem gesamten Ökosystem (auch über Artgrenzen hinaus!) viele Vorteile. Ist es stabil, wird ein eigenes Kleinklima aufrecht gehalten und beispielsweise extreme Hitze- und Kälte abgefedert. Bis sich ein natürlicher Wald mit seinen Pilzpartnern und ein gesundes Ökosystem entwickelt hat, dauert es mehr als 100 Jahre. Naturnahe, alte Wälder sind besser vernetzt als frisch gepflanzte Wälder oder isoliert stehende Parkbäume. 95 % aller unserer Pflanzen leben in Symbiose mit Pilzen, vom Mais und Getreide bis zu Obst und Gemüse. Mykorrhiza ermöglichte den ersten Landpflanzen überhaupt erst. Damals sind ihre Symbiosepartner vermutlich Blaualgen gewesen.

Pilze gehören für die Bodengesundheit in einen intakten Boden – egal ob Acker, Wiese oder Wald! Im Boden der Öko-Äcker hat man knapp 30 Schlüsselarten festgestellt, während auf konventionell bewirtschafteten Flächen kaum Pilze vorkommen. Schlüsselarten nennt man so, weil sie zwar nicht besonders zahlreich sind, jedoch einen großen Einfluss auf die mit ihnen verzahnten lebenden Organismen ausüben. Ähnlich verarmt sind unsere Böden an weiteren Helfern im Boden, den Insekten. In einer Handvoll gesunden, intakten Boden leben mehr Lebewesen als Menschen auf der Erde – und zwar in einem so feinen Gleichgewicht, dass es keiner Eingriffe wie Pestizide und Dünger bedarf, wenn das ökologische Gleichgewicht stimmt.



# Zersetzer

Zersetzer (Saprobionten) spielen nicht nur bei der Zersetzung des Holzes eine wichtige Rolle. Sie wachsen auf den verschiedensten Substraten. Es gibt keinen natürlichen Stoff, der nicht von einem Pilz abgebaut und so wieder in den Kreislauf des Lebens eingebracht werden könnte. Die Bodenbewohner zersetzen überwiegend Nadeln und Laubstreu – Trichterlinge, Rüblinge und Schwindlinge gehören zu ihnen. Andere Pilze haben sich so stark spezialisiert, dass sie beispielsweise nur auf Kiefernadeln, auf Fruchthüllen von Bucheckern oder Esskastanien, den Überresten von Käfern oder im Innern bestimmter Blumen sowie auf Brandstellen oder Dung wachsen. Die Holzpilze (Xylobionten) werden wiederum noch einmal unterteilt in Weiß- und Braunfäule-Erreger. Versuche dir einmal vorzustellen, wie das Leben auf diesem Planeten aussehen würde, wenn es keine Pilze mehr gäbe und beispielsweise alle umstürzenden Bäume einfach im Wald liegen blieben, ohne zersetzt zu werden.



Diese Zunderschwämme haben ihr Leben auf einer lebenden Buche begonnen und sind nach dem Umsturz der alten Buche einfach mit einer 90°-Drehung als Zersetzer auf dem toten Holz weitergewachsen.

# Schmarotzer

Man nennt sie auch Parasiten. Sie ernähren sich auf Kosten anderer, ohne ihrem „Wirt“ eine Gegenleistung dafür zu erbringen. Im Pilzreich ist die Grenze zwischen Schädlingen und Zersetzern, also Parasiten und Saprobionten, jedoch nicht eindeutig und zeigt viele Übergänge. Besonders gut beobachten lässt sich dies an parasitischen Holzpilzen, die nach dem Absterben des Baumes noch lange als Zersetzer am toten Stamm leben. Ein Beispiel hierfür ist der Zunderschwamm (S. 64) mit mehrjährigen Fruchtkörpern. Er kann sein Dasein als Parasit auf Rotbuche oder Birke beginnen und noch viele Jahre, nachdem der Baum abgestorben ist, auf ihm weiterwachsen. Als Weißfäule-Zersetzer verwandelt er das Holz langsam in Humus. Interessant ist auch zu beobachten, dass sich ein bei uns als gefürchteter Baumschädling betrachteter Pilz wie der Hallimasch, in den Naturwäldern Skandinaviens problemlos in das Ökosystem einfügt. Dort ist er nahezu ausschließlich an alten und geschwächten Bäumen zu finden. Vielleicht ist das Überhandnehmen dieser Arten ja vielmehr als „Indikator“ für eine mangelhafte Forstwirtschaft zu sehen?

So werden auf weiten Flächen Deutschlands Nadelbäume wie Tannen, Wald-Kiefern und Fichten angepflanzt, wo sie von selber nie Fuß fassen könnten. Kein Wunder also, wenn sie eine leichte Beute für Pilze sind, die sie wohl eher als „sowieso dem Tode geweiht“ betrachten, denn als gesunden Baum, an dem sie sich „die Zähne ausbeißen“ würden.



## Aufbewahrung

Wenn du Pilze wie Fisch oder Fleisch behandelst, hast du einen guten Richtwert für Aufbewahrung und Zubereitung. Das Eiweiß der Pilze zersetzt sich nämlich ähnlich schnell wie bei Fisch oder Fleisch. So solltest du die Pilze am Tag des Sammelns weiter verarbeiten. Erfolgt die

Zubereitung erst am folgenden Tag, gehören die Pilze auf jeden Fall in den Kühlschrank! Sollen die Pilze noch einen Tag länger aufbewahrt werden, so müssen sie vorgegart (angeschmort oder abgekocht) werden und kommen auf jeden Fall wieder in die Kühlung. Für eine längere Lagerung empfiehlt sich das Einfrieren oder Trocknen. Zum Einfrieren einfach das fertige Pilzgericht oder die vorgegarten Pilze nach halber Garzeit in geeignete Behälter abfüllen. Du kannst die Pilze auch einkochen, dabei verlieren sie unserer Meinung nach allerdings sehr an Geschmack. Ebenfalls möglich ist das Einsalzen, Silieren und Einlegen in Essig oder Öl.

## Getrocknete Pilze

Zum Trocknen werden die Fruchtkörper in dünne Scheiben geschnitten. Das Trocknen geht bequem mit einem Trockenapparat (Dörrex). Etwas mühsam ist es, die Scheiben auf einen Faden zu ziehen und aufzuhängen. Im Backofen geht es auch bei 40° C. Dies dauert einige Stunden und die Tür bleibt währenddessen leicht geöffnet, damit die Feuchtigkeit abziehen kann. Im Freien sollte der Trockenvorgang in zwei Tagen abgeschlossen sein. Aufbewahren kannst du die Pilze am besten in luftdicht verschließbaren Gläsern. Zu Pulver vermahlen sind sie schmackhafte Würze für Suppen und Soßen, sie können auch an den Braten gegeben werden. Sie können nach ca. 2 Stunden Einweichzeit genau wie frische Pilze zubereitet werden. Ein sehr leckeres Rezept für eine Pilzsoße aus getrockneten Pilzen stammt von unseren Freunden Dirk und Verena aus Schweden.

### Du brauchst:

1-2 Tassen Trockenpilze, ½ l Wasser, 1 Zwiebel, 1 Glas Rotwein, Salz, Pfeffer, Thymian, 1 Messerspitze Zimt und Kartoffelstärke

### Und so wird die Pilzsoße gemacht:

1. Pilze mit kochendem Wasser übergießen und 15 Minuten stehen lassen (nicht kochen).
2. Zwiebel fein hacken und goldbraun braten.
3. Mit Rotwein ablöschen und Pilze samt Pilzwasser hineingeben.
4. Gewürze nach Geschmack hinzugeben und mit Stärke abbinden.
5. Guten Appetit!



## Pilzbutter

Eine Pilzbutter ist mit vielen Pilzarten sehr lecker, sie lässt sich auch gut einfrieren. Sehr gut geeignet sind Maronen, Morcheln, Steinpilze, Echte Reizker, Pfifferlinge oder Champignons. Wenn du keine Waldpilze gefunden hast, kannst du sie auch mit Zucht-Champignons herstellen.

### Du brauchst:

Für 250 g Butter  
etwa 125 g Pilze,  
etwas Salz.

### So wird es gemacht:

1. Die sauberen Pilze sehr fein würfeln.
2. In etwas Butter je nach Dicke der Pilzwürfel mit Salz 5-10 Minuten braten.
3. Nach dem Abkühlen die gebratenen Pilze mit der restlichen Butter verrühren.



## Pfifferlings-Omelett

### Du brauchst:

Pfifferlinge (ca. 300 g), Butter zum Anbraten, 6 Eier, 1 EL Sahne, Salz und etwas Pfeffer

### So wird es gemacht:

1. Pfifferlinge putzen und mundgerecht zerkleinern.
2. Pilze in Butter anbraten und etwas salzen.
3. Eier mit Sahne, Salz und Pfeffer verquirlen.
4. Eiermasse zu den Pilzen in die Pfanne geben.
5. Damit das Omelett nicht ansetzt, bei kleiner Hitze garen.
6. Die Eiermasse sollte nicht zu braun gebraten werden, sondern oberseits noch glänzen und gerade gestockt sein.

Du kannst das Omelett mit Käse oder Kräutern überstreuen.





## Pilz-Suppe

Wenn es draußen richtig winterlich kalt geworden ist, gibt es immer noch einige Winterpilze zu finden, wie z.B. die Samtfußrüblinge, für eine Suppe sind sie bestens geeignet, du kannst natürlich auch andere Arten verwenden.

### Du brauchst:

1 Zwiebel, ca. 30 g Butter, ca. 500 g Samtfußrüblinge, 2 EL Mehl, 1 l Brühe, etwas Zitronensaft, Salz, Pfeffer, 100 g frische Sahne

### So wird es gemacht:

1. Zwiebel hacken und in Butter ca. 5 Minuten glasig braten.
2. Pilze hinzugeben und braten.
3. Mehl darübersieben und verrühren.
4. Heiße Brühe hinzugeben und 10 Minuten garen.
5. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und ganz zum Schluss die Sahne unterrühren.

## Mischpilzpfanne mit Nudeln

Dieses Pilzgericht eignet sich für nahezu alle Pilzarten. Mit Nudeln mögen wir Pilze besonders gerne, aber natürlich passen dazu auch andere Beilagen oder einfach nur Toast. Auf den Speck kann selbstverständlich auch verzichtet werden, dafür kannst du nach Geschmack auch angeröstete Kürbis- oder Sonnenblumenkerne nehmen. Auch Petersilie, Wein oder weitere Kräuter sowie Knoblauch passen sehr gut in so ein Mischgericht. Zu viele verschiedene Gewürze und Kräuter können den Eigengeschmack der Pilze jedoch überdecken.

### Du brauchst:

ca. 500 g Mischpilze, 1 große Zwiebel, 100 g Speck oder Schinken, Butter, 200 ml Sahne oder Crème fraiche, Salz, Pfeffer

### So wird es gemacht:

1. Pilze putzen und in mundgerechte Stücke schneiden.
2. Zwiebel und Speck in Würfel schneiden und in Butter anbraten.
3. Pilze hinzugeben und ca. 15 Minuten garen, bis das meiste Wasser aus den Pilzen entwichen ist.
4. Sahne oder Crème fraiche hinzugeben und mit den Gewürzen abschmecken.

Guten Appetit!



## Beschwipste Pilze

Dieses ausgefallene Rezept stammt von Bernhard Broschart. Geeignet sind dafür vor allem kleine Pilze wie Violette Lacktrichterlinge, Stockschwämmchen (S. 101), Nelken-Schwindinge (S. 93), Rauchblättrige Schwefelköpfe (S. 83), Samtfußrüblinge (S. 81) und Trompeten-Pfifferlinge (S. 42). Da sich die Mengen ganz nach den gesammelten Pilzen richten, ist hier Ausprobieren und Fingerspitzengefühl gefragt.

### Du brauchst:

Pilze, Chilipulver (vorsichtig ausprobieren, erst mal wenig!), etwas gehackten Pfeffer, Kandiszucker, 1-2 Vanillestangen, 1-2 Anissterne, 1/2 bis 1 Zimtstange, 2-3 Nelken, eine Prise Muskatnuss (nicht zu viel!), etwas Salz, 40%igen Rum

### So wird es gemacht:

1. Die Pilze 8-10 Minuten kochen.
  2. Pilze abtropfen und mit kaltem, frischem Wasser gut ausspülen.
  3. Kandis zerstoßen und in etwas Wasser auflösen, die Gewürze dazugeben, es sollte nun fast widerlich süß-pikant schmecken.
  5. Abgekühlte Pilze einrühren und abschmecken. Ist der starke Süßgeschmack wegen der Pilzmenge abhandengekommen, weiteren Zucker und Gewürze hinzugeben.
  6. In ein Glas abfüllen, mit Rum auffüllen, bis alle Pilze bedeckt sind, und noch mal abschmecken. Alles zusammen sollte schon halbwegs „rund“ schmecken.
  7. An kühlem, dunklen Ort mindestens 3 Monate reifen lassen, ab und zu umrühren.
- Die beschwipsten Pilze sind auf Vanille-Eis oder Pudding besonders lecker. Solange sie immer mit hochprozentigem Alkohol abgedeckt sind, sind sie jahrelang haltbar.



## Tinktur

Eine Tinktur ist ganz einfach herzustellen – dieses Grundrezept ist für Pilze ebenso geeignet wie für Pflanzen.

### Du brauchst:

Pilze, Alkohol (40-45 %ig)

### So wird es gemacht:

1. Pilze säubern und zerkleinern.
2. Ein weithalsiges Glas zu 1/3 füllen.
3. Mit Alkohol auffüllen.
4. Ansatz täglich schütteln, nach 2-3 Wochen abfiltern.
5. In eine dunkle Flasche füllen und beschriften.





# Spitz-Morchel

## Morchella conica

Morcheln sind begehrteste Speise- und Trockenpilze mit angenehmem Geruch und köstlich aromatischen Geschmack. Allerdings sind sie roh giftig und müssen vor dem Verzehr abgekocht werden. Außerdem solltest du gut darauf achten, keine zu alten Pilze zu sammeln. Diese sind wegen des elastisch-brüchigen Fleisches nicht immer sofort zu erkennen.

Die Form und Farbe des wabenartigen Hutes ist sehr variabel, bei dieser Art ist er nach oben hin zugespitzt. Das Wabenmuster ist regelmäßig aus längs verlaufenden Hutleisten mit vielen Querverbindungen aufgebaut. Der meist schwarzbraune Hut ist fest mit dem Stiel verwachsen. Der hohle Stiel ist weiß bis cremefarben und oft runzelig, aber nicht längsrrillig. Das Fleisch ist brüchig und der Geruch jung angenehm, später etwas dumpf.

### Doppelgänger

Wenn du auf das mehr oder weniger gleichmäßig aufgebaute Wabenmuster der Hüte achtest, kannst du sie kaum mit **Gift-Lorcheln** (S. 108) oder anderen Giftpilzen verwechseln – innerhalb dieser Gattung sind alle Arten essbar.

Hut Ø	Maße in cm
4 - 7	
Stiel	
5 x 2	

Wabenartige Hutoberfläche

Innen hohl





### Wo wächst sie?

Von April bis Mai in Au- und Mischwäldern und unter Gebüsch – auch an ungewöhnlichen Stellen wie Rindenmulch, ungedüngte Wiesen und Schuttplätze. Sie sind standorttreu, jedoch relativ empfindlich gegen Standortveränderungen wie Nährstoffeintrag, Beschattung und Feuchtigkeit.



# Speise-Morchel

## Morchella esculenta

Morcheln liefern schon im Frühjahr schmackhafte Pilzgerichte und sind mit die begehrtesten Speise- und Trockenpilze. Sie werden seit alters her geschätzt und in der römischen Antike als „*Spongia*“ verehrt. Sie haben einen angenehmen Geruch und einen köstlich aromatischen Geschmack. Allerdings sind sie roh giftig und müssen vor dem Verzehr abgekocht werden. Außerdem solltest du gut darauf achten, keine zu alten Pilze zu sammeln. Diese sind wegen des elastisch-brüchigen Fleisches nicht immer sofort zu erkennen. Ihre Form und Farbe des wabenartigen Hutes ist sehr variabel. Der ocker- bis schwarzbraune Hut ist fest mit dem Stiel verwachsen. Der hohle Stiel ist weiß bis cremefarben. Eine Morchel wird bis 20 cm groß und kann bis zu 500 g wiegen.


### Doppelgänger

Wenn du auf das mehr oder weniger gleichmäßig aufgebaute Wabenmuster der Hüte achtest, kannst du sie kaum mit **Gift-Lorcheln** (S. 108) oder anderen Giftpilzen verwechseln – innerhalb dieser Gattung sind alle Arten essbar.

Hut Ø	Maße in cm
4 - 6	
Stiel	
5 x 2	

Wabenartige Hutoberfläche

Innen hohl





### Wo wächst sie?

Von April bis Mai in Auwäldern, meist unter Eschen. Morcheln wachsen aber auch an ungewöhnlichen Stellen wie auf Rindenmulch, ungedüngten Wiesen und Schuttplätzen. Sie sind standorttreu, jedoch relativ empfindlich gegen Standortveränderungen bezüglich Nährstoffeintrag, Beschattung und Feuchtigkeit.



# Echter Steinpilz

*Boletus edulis*

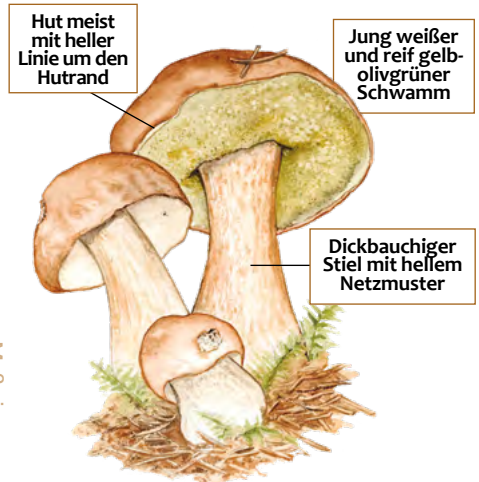
Steinpilze werden auch „Herrenpilze“ genannt. Allerdings gibt es „den“ Steinpilz nicht, sondern verschiedene Arten, die sich je nach Begleitbaum in kleinen Merkmalen unterscheiden. Sie sind alle schmackhaft, lassen sich gut trocknen und auch zu Pilzpulver verarbeiten. Um sie zu finden, gibt es einen Trick: Sie wachsen oft dort, wo sich auch Fliegenpilze wohlfühlen. Allerdings nicht in reinen Birkenwäldern, da sie nur sehr selten eine Lebensgemeinschaft mit Birken eingehen. Auch **Mehlräslinge** (S. 97) sind gute Steinpilz-Zeiger!

Steinpilze haben einen braunen Hut und jung einen weißen Schwamm, der im Alter durch das reifende Sporenpulver olivgrün wird. Am bauchigen Stiel ist besonders oberhalb ein weißliches Netz zu sehen.

In der chinesischen Medizin haben Steinpilze eine lange Tradition und werden vor allem gegen schmerzhafte Verspannungen eingesetzt. Zum Färben liefern sie gelbliche Farbtöne.

## Doppelgänger

**Gallenröhrlinge** (S. 110) haben ein dunkles Netzmuster und im Alter einen rosabraunen Schwamm. Andere Steinpilz-Arten und **Maronen** (S. 56) können auch sehr ähnlich aussehen.

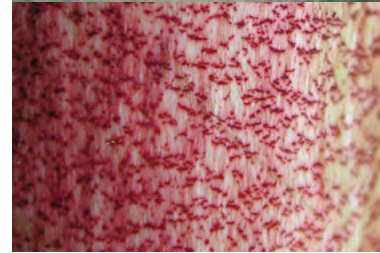


## Wo wächst er?

Von Juli bis Oktober in den meisten Nadel- und Mischwäldern, er geht eine Lebensgemeinschaft vor allem mit Fichten und Buchen ein.



Hut Ø	Maße in cm
10 – 25	
Stiel	
15 x 5	



# Flockenstieliger Hexenröhrling

*Neoboletus erythropus*

Wegen seiner braunen, wildlederartigen Hutoberfläche wird er auch Schusterpilz genannt. Er ist ein dem Steinpilz ebenbürtiger Speisepilz, der auch wunderbar getrocknet werden kann. Sein feste Fleisch selten geflockt. Außerdem ist das feste Fleisch selten madig. Nicht erschrecken: Das gelbe, beim Anschneiden sofort sehr stark blauende Fleisch färbt sich in der Pfanne erst schwarz und dann wieder gelblich. Im Gegensatz zum Steinpilz, der in kleinen Mengen roh gegessen werden kann, müssen Hexenröhrlinge auf jeden Fall ausreichend gegart werden. Typisch sind die roten Röhrenmündungen, das stark blauende Fleisch und der rote Stiel.

## Doppelgänger

**Netzstiellige Hexenröhrlinge** (*Suillellus luridus*) haben ein Netzmuster am Stiel, oft einen etwas helleren Hut und das Fleisch ist unter dem Schwamm rötlich. Dies sieht du als feine Linie beim Längsschneiden des Hutes und wenn du das Röhrenfutter entfernst. Sie gedeihen meist auf Kalkböden und häufig in Parkanlagen. Giftige **Satans-Röhrlinge** (S. 112) und ungenießbare **Schönfuß-Röhrlinge** (S. 111) haben beide einen sehr viel helleren Hut.

## Wo wächst er?

Er geht eine Lebensgemeinschaft (Mykorrhiza) mit verschiedenen Bäumen ein. Du findest ihn von Juni bis Oktober auf sauren Böden meist bei Rotbuchen, Eichen oder Fichten.



Hut Ø	Maße in cm
10 – 20	
Stiel	
15 x 5	

