



Arbeit an Kräuterseitling-Kultur.

ALLE FOTOS: VSP

Schweizer Zuchtpilze – ganzjährig erntefrisch

Da Pilze in der gesunden Ernährung einen festen Platz haben, Waldpilze jedoch nur saisonal und in nicht genügender Menge vorhanden sind, wird die steigende Nachfrage durch Zuchtpilze gedeckt.

von Heini Hofmann*

Gut zwei Eisenbahnwagen voll frischer Pilze werden in der Schweiz täglich verspeist. Da stammen etwa 90 Prozent aus einheimischer Zucht. Dafür sorgen rund ein Dutzend kleinere und grössere Betriebe, die im Verband Schweizer Pilzproduzenten (VSP) zusammengeschlossen sind. Allerdings kennt man erst bei wenigen Pilzsorten die Anbaumethoden. Gerade für kulinarisch interessante Arten wie Pfifferlinge, Steinpilze, Morcheln oder Trüffel sind sie noch Wunschtraum.

Marktleader Champignon

Der bekannteste kultivierte und zugleich meistverkaufte Pilz aus Schweizer Produktion ist nach wie vor der Klassiker Champignon de Paris, entweder der

weisse (knackig, mit feinem Aroma) oder der braune (mit intensiverem Geschmack), mal klein für Apéros, mal gross für den Grill. Champignons bereichern die Speisekarte ganzjährig und vielfältig – als Hauptmahlzeit, als Beilage zu anderen Gerichten oder in Saucen. Bis Mitte der Neunzigerjahre konnte die Produktion laufend gesteigert werden; seither hat sich die Menge bei rund 7000 Tonnen eingependelt.

Produktion und Handling

Ausgangsmaterial für die Champignonproduktion ist ein spezieller Nährboden aus frischen organischen Materialien, das sogenannte Substrat. Dieses wird bewässert, kompostiert und pasteurisiert. Anschliessend wird der Pilzsamen, das My-



Gesundes Naturprodukt

Frische Pilze bestehen zu 90 Prozent aus Wasser, enthalten 2 bis 3 Prozent Eiweiss, sind mit weniger als 1 Prozent fast fettfrei und zudem kalorienarm (15 bis 40 kcal pro 100 g), und sie enthalten Ballaststoffe, viele Vitamine der B-Gruppe und Vitamin D. *HH*

- 1 Brauner Champignon
- 2 Weisser Champignon
- 3 Kräuterseitling
- 4 Weisser Grifola
- 5 Shiitake
- 6 Austernpilz

zel, beigefügt. Das von ihm durchwachsene Substrat wird in klimatisierten Räumen in riesige Beete gefüllt, und es werden die notwendigen mikroklimatischen Voraussetzungen geschaffen. Eine Absenkung der Temperatur stoppt das Weiterwachsen des Myzels und führt zur Fruchtkörperbildung.

Vom Beschicken der Kulturräume bis zum Erntebeginn der Champignons dauert es zirka drei Wochen, gleich lang wie die anschliessende Ernte von Hand. Nach dem Kauf lassen sich die Champignons noch einige Tage im Kühlschrank lagern, jedoch nie in Plastik, damit sie atmen können. Druck und Reibung erzeugen auf den schneeweissen Pilzen braune Flecken, die aber nicht weggeschnitten werden müssen, da sie weder Aroma noch Haltbarkeit beeinträchtigen. Die Reinigung erfolgt – wenn nötig – kurz unter fliessendem Wasser (kein Wässern!). Wenn sie kühl gelagert waren, können Champignons auch problemlos nochmals aufgewärmt werden.

«Exoten» im Kommen

Weil Erfolg Innovation bedingt und weil neue Produkte den Konsum anregen, haben sich die Pilzproduzenten auf Neuland gewagt und zusätzliche Arten, sogenannte «Exoten», ins Programm aufgenommen: Shiitake und Austernpilze. Hinzu kamen auch Kräuterseitlinge und Grifola. Aktuell ist die Produktion des

Shimeji, einer asiatischen Spezialität, vielversprechend im Aufbau. Und bereits werden neue Arten getestet.

Shiitake – der Duftende

Dieser Pilz wurde um die Jahrtausendwende in China auf umgestürzten Bäumen gefunden und erfolgreich gezüchtet. Das dortige feucht-warme Klima erlaubt die Züchtung im Freien. Bei uns gelingt dies jedoch nur in klimatisierten Kulturräumen unter strengen hygienischen Bedingungen. Seit seiner Einführung gewann der Shiitake rasch an Beliebtheit und ist heute – nach dem Champignon – der meistkonsumierte Pilz der Schweiz.

Konsistent und würzig

Der Shiitake hat ein würziges Aroma und ist von fester Konsistenz – ideal zu asia-

tischen Gerichten, aber auch sonst vielseitig verwendbar. Der Hut ist gewölbt und glatt. Der Stiel ist vorzugsweise wegzuschneiden, da er auch beim Kochen zäh bleibt. Junge Shiitake sind an der Schnittstelle immer bräunlich, und weisse Hautreste am Hutrand sind üblich.

Diese Pilze sollten nur abgewischt und nicht gewaschen werden, da sie sonst Wasser aufnehmen und an Geschmack einbüßen. Nach dem Kauf können Shiitake noch einige Tage im Kühlschrank gelagert werden, aber nur in Kartonschachteln, Körbchen oder Papiersäcken – jedoch nie in Plastik verpackt. Leicht geschrumpfte Haut und dunkler Hutrand entstehen schon nach kurzer Zeit bei Zimmertemperatur, verändern jedoch das Aroma nicht.

Tipps zur Pilzubereitung

Pilze können gekocht, gedünstet, gebraten, grilliert, frittiert, getrocknet, eingefroren oder in Öl und Essig eingelegt werden. (Einige – wie Champignons, Austernpilze und Kräuterseitling – eignen sich sogar für den Rohverzehr.) Sie können auch aufgewärmt genossen werden; Resten jedoch nur gekühlt und kurze Zeit aufbewahren und dann auf mindestens 70 °C erwärmen.

Alle Zuchtpilze lassen sich auch problemlos konservieren. Zum Tiefkühlen entweder in feine Scheiben schneiden und roh ins Gefrierfach (z.B. auf ein Blech) legen oder sie ganz oder geschnitten während 5 bis 10 Minuten ohne Würzung in etwas kaltgepresstem Öl dünsten.

Pilze lassen sich auch gut in Öl oder Essig einlegen, zusammen mit frischen Kräutern oder Gewürzen nach eigenem Geschmack. Eine weitere Konservierungsmöglichkeit ist das Trocknen.

Info

Eine grosse Auswahl an Pilzrezepten ist zu finden unter: www.pilzrezepte.ch
Verband Schweizer Pilzproduzenten: www.champignons-suisse.ch

Fortsetzung auf Seite 29

Fortsetzung von Seite 27

Austernpilz – beliebt an Stelle von Fleisch

Der Austernseitling – im Handel Pleos genannt – ist ein Speisepilz, der immer mehr Liebhaber findet. Sein Aussehen unterscheidet sich stark von anderen Zuchtpilzen. Er ist seitlich gestielt und trägt einen gewölbten, sehr fleischigen Hut. Der Austernseitling, ursprünglich ein Waldpilz, ist heute nicht mehr aus dem Sortiment der Zuchtpilze wegzudenken.

Pleuroten-Fleisch ist saftig, aromatisch und bissfest. Der Geschmack bewegt sich zwischen jenem von Champignon und Eierschwamm. Der Austernseitling kann vielseitig zubereitet werden und eignet sich auch als eigenständiges Gericht; oft wird er als Fleischersatz eingesetzt.

Bezüglich Lagerung gilt dasselbe wie beim Shiitake. Die im Pilz enthaltenen Sporen können bei einigen Austernpilzen schon kurze Zeit nach der Ernte die Hautoberfläche mit einem feinen, weissen Belag bedecken, der jedoch geniessbar ist und nicht weggeschnitten oder abgewaschen werden muss.

Kräuterseitling – der Bissfeste

Er ist dem Austernseitling verwandt, ist mediterraner Herkunft und heisst auch Mannstreuseitling, weil er gern auf den Wurzeln von Feld-Mannstreu fruchtet, einem Doldenblütler, welcher in der immergrünen mediterranen Strauchheide gedeiht. Der Kräuterseitling gehört zu den Ständerpilzen, die Holz und anderes pflanzliches Substrat zersetzen und durch chemische Verwandlung für andere Organismen nutzbar machen, womit er eine wichtige Rolle in der natürlichen Nahrungskette bildet.

Geeigneter Steinpilz-ersatz

Dank seinem leicht süsslichen Geschmack und der fleischigen Konsistenz gewinnt der Kräuterseitling zunehmend an Beliebtheit, auch weil es bei seiner Zubereitung kaum Abfall gibt, da Stiel und Hut in gleicher Weise verwertet wer-

den. Oft wird er in der Küche als Ersatz für Steinpilze eingesetzt. Kühl gelagert ist er sehr gut haltbar; zudem kann er in Essig- oder Olivenölzubereitungen aufbewahrt werden.

Grifola – blumenkohl-artig

Er gehört zur Familie der Porlinge, und man kennt ihn auch unter dem Namen Gemeiner Klapperschwamm oder Maitake. Der Grifola ist zwar auch ein einheimischer Pilz, aber nur noch an wenigen Standorten zu finden, weshalb er auf der roten Liste der gefährdeten Arten steht und geschützt ist.

Seit einigen Jahren bereichert Grifola das Zuchtpilzangebot, was der gefährdeten Art in der Natur draussen vielleicht sogar zugute kommt. Er überrascht durch sein blumenkohlartiges Aussehen und gefällt durch seine feste Konsistenz (bissfest auch nach Zubereitung) und den leichten Nuss-Pfeffer-Geschmack, welcher beim braunen Grifola noch etwas intensiver ist.

Als Beigabe: statt Gemüse

Grifola ist bei kühler Lagerung gut haltbar; ausserdem kann er eingefroren oder getrocknet werden. Auch hier entsteht bei der Zubereitung praktisch kein Abfall, da sowohl die porenreichen Hüte als auch der Stiel verarbeitet werden. Und auch er kommt – dank sorgfältiger Hand-ernte – sauber und ohne Substratreste in den Handel, sodass auch er nicht gewaschen werden muss. Als Menübeigabe passt er – anstelle von Gemüse – hervorragend zu Fisch und Fleisch oder auch einfach zu Teigwaren oder Reis. Noch ist Grifola eine Exklusivität; doch das könnte sich bald ändern, wenn man bedenkt, dass in Japan eine einzelne Firma wöchentlich 110 Tonnen produziert.

Pom Pom und Shimeji

Die Pilzproduzenten bleiben am Ball und testen immer wieder neue Arten, wobei zwei Fragen im Zentrum der Abklärungen stehen: Ist er gut züchtbar



Mycorama – einmalig in Europa

In Cernier oberhalb von Neuenburg befindet sich das europaweit erste Internationale Zentrum der Mykologie. Dort werden – mit einer Dauerausstellung und temporären Veranstaltungen – sämtliche Aspekte der Mykologie thematisiert: Magie und Mythos, Wissenschaft und Medizin, Wald- und Zuchtpilze, Pilzkunde und Gastronomie.

Dank nationaler und internationaler Zusammenarbeit mit Universitäten, Fachinstitutionen und Firmen gibt dieses in einem futuristischen Holzbau angesiedelte Pilzpanoptikum interaktiv und auf verständliche Art umfassenden Einblick in die Wunderwelt der Pilze.

HH

Mycorama

Passage des Crêpes 3, 2053 Cernier NE, Tel. 032-889 36 00
Internet: www.mycorama.ch

und kommt er am Markt an? Die Erfahrungen fallen denn auch unterschiedlich aus. So hatte zum Beispiel der aus China stammende Pom Pom – der Rare, mit seinem nach Kokos, Limonen und Citrus duftenden Aroma nicht den erhofften Erfolg.

Anders beim Shimeji oder Buchenpilz. Dieser intensiv weisse und schmackhafte Pilz ist zart und doch bissfest, würzig und von leicht nussigem Geschmack. In China und Japan wird er schon lange angebaut, ja er ist in China sogar der meistgegessene aller Pilze. In der Schweiz steckt die Produktion des Shimeji noch in der Aufbauphase, weshalb er vorerst nur in kleinen Mengen am Markt in Erscheinung tritt. Aber seine Chancen stehen gut. Die Zuchtpilzergeschichte ist also noch nicht zu Ende geschrieben.

*Heini Hofmann ist Zootierarzt und freier Wissenschaftspublizist. Er lebt in Rapperswil-Jona.