


Elisabeth Wagner

Schwammerl

richtig genießen



Mit praktischen
Tipps zum Sammeln
und köstlichen
Rezepten

Weltbild

**Schwammerl
richtig genießen**

Inhalt

Schwammerl suchen	4
Herrenpilz, Steinpilz	8
Maroniröhrling	9
Birkenpilz	10
Parasol	11
Eierschwammerl	12
Semmelstoppelpilz	12
Brätling	14
Edelreizker	15
Hallimasch	17
Flaschenstäubling	17
Krause Glucke	17
Herbsttrompete	18
Speisemorchel	19
Zucht-Champignon	20
Austernseitling	20
Kräuterseitling	21
Schwammerl zubereiten	24
Maronisuppe	27
Erdäpfelsuppe	28
Omas Schwammerlsuppe	30
Bunter Nudelsalat	32
Eierschwammerl-Brote	34
Marinierte Champignons	37
Ausgebackene Austernseitlinge	38
Saftige Rühreier	40

Überbackene Schwammerl	42
Parasol-Schnitzel	45
Schwammerl-Ravioli	46
Erdäpfelnockerl mit Schwammerl	49
Mischpilze mit Polenta	50
Schwammerl-Nudeln	52
Geröstete Pilze	54
Würziger Erdäpfelauflauf	56
Saftiger Schwammerl-Reis	59
Kotelett mit Schwammerl	60
Röst-Erdäpfel mit Morcheln	62
Lasagne mit Pilzen	65
Jägerschnitzel	66
Perlhuhn mit Schwammerl	68
Gulasch mit Schwammerlsauce	70
Hirschragout	72
Spätzletopf mit Pilzen	74
Schwammerl-Palatschinken	77
Hendlrollen	78
Schwammerl-Buchteln	80
Schmorhendl	82
Schwammerltorte mit Schinken	84
Kürbis mit Pilzen	87
Semmelknödel	88
Serviettenknödel	90
Eingelegte Essig-Pilze	92
Schwammerl mit Öl	95
Bildnachweis/Impressum	96

Schwammerl suchen

Auf den folgenden Seiten finden Sie wichtige Tipps zum Sammeln und die Porträts der besten heimischen Pilze.





SCHWAMMERL RICHTIG SAMMELN

Zur Ausrüstung gehören ein geflochtener, luftdurchlässiger Korb ohne Plastikeinlage und ein kleines Messer mit glatter Schneide. Taschen oder gar Plastikbeutel sind nicht geeignet, weil die Schwammerl darin zerdrückt werden und bereits nach wenigen Stunden faulen können: Pilzeiweiß zersetzt sich sehr schnell, und die ganze Ausbeute kann dann gesundheitsschädlich sein.

Das Messer brauchen Sie, um die Pilze direkt über dem Boden abzuschneiden und gleich von Fraßstellen, Tannennadeln, Moos und Erde zu reinigen. Sie können die Schwammerl auch vorsichtig aus der Erde drehen, müssen dann aber die Öffnung im Erdboden sorgfältig zudrücken, damit das empfindliche Pilzgeflecht nicht austrocknet.

Auf Nummer sicher gehen

Grundsätzlich darf man nur die Pilze sammeln und essen, die man zweifelsfrei bestimmen kann — wilde Schwammerl zu verzehren, ohne sie sicher zu kennen, bedeutet im schlimmsten Fall Lebensgefahr! Schwammerlkenner werden in den Porträts ab Seite 8 vielleicht einige Pilze vermissen. Sie finden in diesem Buch nämlich nur die Pilze, die wir gefahrlos sammeln können, und ich habe bewusst auf alle Schwammerl mit giftigen Doppelgängern verzichtet: Der Perlpilz gleicht für Ungeübte dem hochgiftigen Pantherpilz, Anis- und Wiesenchampignon sind mit tödlich giftigen weißen Knollenblätterpilzen, Frauentäublinge mit den ebenso giftigen grünen Knollenblätterpilzen zu verwechseln. Der Speisetäubling ähnelt dem giftigen Speitäubling und das Stockschwämmchen dem hochgiftigen Gesäumten Häubling.

Merkmale genau studieren

In den kurzen Schwammerl-Porträts finden Sie die beliebtesten Wald- und Zuchtpilze. Prägen Sie sich die Merkmale der »Wilden« genau ein: Ob es sich um einen Röhren-, Blätter- oder Stachelpilz handelt, ob sich der Fruchtkörper bei Druck oder Anschnitt verfärbt oder welche Farbe der Milchsaft hat. Der Geruch ist zwar wichtig, doch nicht alle Menschen verfügen über einen ausgeprägten Geruchssinn. Zudem riechen nur wenige Pilze so unverwechselbar wie zum Beispiel der Milchbrätling, der nach Fisch riecht.



Doch bedenken Sie bitte: Weder dieses Buch noch ausführliche Pilzbestimmungsbücher machen Anfänger zu sicheren Schwammerlkennern! Das gelingt nur durch mehrmalige Exkursionen mit Experten, die Ihnen vor Ort alle Merkmale der Pilze und ihrer giftigen Doppelgänger zeigen und erklären.

Ein paar Faustregeln

Erstens: Zu den Blätterpilzen zählen die gefährlichsten Giftpilze.
Zweitens: Röhrlinge sind bis auf den äußerst seltenen und geschützten Satanspilz ungiftig.
Drittens: Stachelpilze sind ebenfalls ungiftig.
Viertens: Reizker mit rotem Milchsaft sind essbar.

Die Natur schonen

Pflücken Sie nur Pilze, die Sie kennen, mitnehmen und essen wollen. Unbekannte Pilze, alte Schwammerl und sogar (vermeintliche) Giftschwammerl lässt man stehen, damit die Fruchtkörper Sporen ausbilden und sich vermehren können. Ein mittelgroßer Pilzhut wirft in einer Stunde bis zu 40 Millionen Sporen ab! Die Bodendecke muss beim Pflücken der Pilze intakt bleiben (→ siehe oben). Auch sehr junge Pilze sollte man weiter wachsen lassen.

Schwammerl selber ziehen

Eine gute Alternative zum Sammeln ist der eigene Anbau von Pilzen. Sie brauchen dazu weder viel Platz noch einen Garten, denn viele Zuchtschwammerl gedeihen sehr gut auf dem Balkon. Pilzbrut mit genauen Anleitungen gibt es in Spezial-Onlineshops und selbstverständlich in Gartencentern.

Herrenpilz, Steinpilz (*Boletus edulis*) | Röhrenpilz

- **Bester Speisepilz** mit angenehmem Geschmack nach Nüssen.
- **Vorkommen** In Nadelwäldern, besonders unter Fichten und Kiefern, auch in lichten Laubwäldern unter Eichen und Buchen.
- **Hut** Hellbraun bis kastanienbraun, bei Regen leicht schmierig; jung klein und halbkugelig, dann flach, doch leicht gewölbt.
- **Röhren** Eng; jung weißgrau, dann gelb bis olivgrün.
- **Stiel** Jung knollig, dann keulenförmig, schließlich schlanker; blassbraun marmoriert mit undeutlichem, kurzmaschigem Netz.
- **Fleisch** Fest und weiß.
- **Verwendung** Roh, gebraten, geschmort, eingelegt und getrocknet.
- **Ähnlich** Un genießbarer Gallenröhrling mit auffälligem Netz am Stiel.





Maroniröhrling (*Xerocomus badius*) | Röhrenpilz

- **Guter Speisepilz** mit mildem Geschmack.
- **Vorkommen** Nadelwälder, besonders unter Fichten und Kiefern, meist in dichtem Moos.
- **Hut** Dunkel, umbrabraun bis heller, braungrau, matt, nie schmierig; jung klein und halbkugelig, dann leicht gewölbt, alt auch ganz flach.
- **Röhren** Sehr eng; jung blassgelb, dann dunkler, gelbgrün, bei Druck oder Anschnitt grünblau verfärbend.
- **Stiel** Schlank bis bauchig; auf dunkelgelbem Grund kastanienbraun marmoriert.
- **Fleisch** Fest und gelblichweiß; bei Druck oder Anschnitt bläulich verfärbend, doch bald wieder verblassend.
- **Verwendung** Gebraten und geschmort; getrocknet besonders gut.



Birkenpilz, Kapuziner (*Leccinum scabrum*) | Röhrenpilz

- **Guter Speisepilz** mit herzhaftem Geschmack.
- **Vorkommen** Auf Wiesen und in lichten Laubwäldern, nur unter Birken.
- **Hut** Blassgrau, graubraun oder mausgrau, matt, feucht, etwas schmierig; jung halbkugelig, dann meist regelmäßig leicht gewölbt; dickfleischig; alt ziemlich weich.
- **Röhren** Sehr weich, um den Stiel tief ausgebuchtet, jung grauweiß, später grau, bei Druck oder Anschnitt kaum verfärbend.
- **Stiel** Lang und schlank mit keulenartigem Fuß; weißlichgrau und von grauschwarzen Schüppchen bedeckt.
- **Fleisch** Am Hut weich und weiß, am Stiel härter; bei Druck oder Anschnitt manchmal rosa, am Stielgrund grünblau verfärbend.
- **Verwendung** Geschmort.
- **Tipp** Birkenpilze schmecken nur jung; die weichen Röhren sollte man beim Putzen entfernen. Die Schwammerl verfärben sich beim Kochen dunkelgrau.
- **Ähnlich** Rotkappe, auch Birkenrotkappe genannt (*Leccinum testaceoscabrum*), ist ein guter Speisepilz zum Schmoren in Gerichten mit gemischten Pilzen, auch mit Zuchtpilzen. Der Röhrenpilz sieht aus wie der Birkenpilz, allerdings mit auffallend orange- oder ziegelrotem Hut. Im Anschnitt verfärbt sich die Rotkappe grauviolett, am Stiel deutlich blau.

Parasol, Riesenschirmling (*Macrolepiota procera*) | Blätterpilz

- **Größter Speisepilz** mit ausgezeichnetem Geschmack und mildem Fleischaroma.
- **Vorkommen** An Waldrändern, auf Wiesen und in Laubwäldern; oft in Gruppen.
- **Hut** Dunkel rotbraun, dann hell graubraun, von wolligen Schuppen bedeckt, in der Mitte glatt; jung wie ein Paukenschlegel geformt, dann gewölbt, alt auch ganz flach; bis zu 30 cm Durchmesser.
- **Blätter** Sehr eng, jung weiß, dann oft mit braunen Flecken.
- **Stiel** Lang und schlank mit knolligem Fuß und frei verschiebbarem Ring, bei älteren Pilzen innen hohl; graubraun gemustert wie eine Natter.
- **Fleisch** Weich, doch kernig, weiß.
- **Verwendung** Junge Pilze geschmort, große Hüte wie ein Schnitzel gebraten, die Stiele als Extrakt (→ Seite 38).



Eierschwammerl, Pfifferling, Reherl

(*Cantharellus cibarius*) | Leistenpilz

- **Beste Speisepilz** mit kräftigem Geschmack und leichtem Pfefferaroma.
- **Vorkommen** In Laub- und Nadelwäldern, vor allem auf sauren Böden und in höheren Lagen.
- **Hut** Dottergelb oder blassgelb; jung klein, halbkugelig mit eingerolltem Rand, dann trompeten- bis trichterförmig mit unregelmäßigem, oft rissigem Rand; alt bis zu 6 cm hoch.
- **Leisten** Schmal, faltenförmig, weit am Stiel herablaufend; dottergelb bis blassgelb.
- **Stiel** Gefärbt wie der Hut, vom Hutansatz zum Fuß gleichmäßig verjüngt.
- **Fleisch** Kernig-fest; dottergelb bis fast weiß.
- **Verwendung** Gebraten, geschmort.
- **Tipp** Nur ausgewachsene, mindestens 2 cm große Eierschwammerl sammeln, um die Bestände zu schonen. Beim Pflücken kleinerer Exemplare kann das Pilzgeflecht zerstört werden.

Semmelstoppelpilz, Semmelschwammerl

(*Hydnum repandum*) | Stachelpilz

- **Guter Speisepilz** mit mildem Geschmack.
- **Vorkommen** In Laub- und Nadelwäldern, häufig scharenweise.
- **Hut** Hell wie Semmeln, auch orangerötlich; jung klein, unregelmäßig höckerig, am Rand nach innen gebogen, alt bis zu 10 cm im Durchmesser.
- **Stacheln** Am Stiel herablaufend, cremeweiß, spitz und bis zu 5 mm lang.
- **Stiel** Cremeweiß, glatt, meist unregelmäßig seitlich am Hut sitzend.
- **Fleisch** Fest; cremeweiß bis gelblich.
- **Verwendung** Gebraten, geschmort.
- **Tipp** Junge Semmelstoppelpilze im Moos erinnern auf den ersten Blick an Eierschwammerl. Alte Pilze nicht sammeln, weil sie bitter schmecken.



Brätling, Milchbrätling (*Lactarius volemus*) |

Blätterpilz

- **Guter Speisepilz** mit intensivem Geschmack.
- **Vorkommen** In Laub- und Nadelwäldern, vorwiegend auf sauren Böden.
- **Hut** Dunkel orangebraun bis satt rotbraun; samtig-matt, oft mit weißlichem Reif; jung gewölbt, später flach oder trichterförmig, mit eingerolltem Rand; bis zu 10 cm Durchmesser.
- **Blätter** Dicht und brüchig; jung weiß, dann ocker- oder zimtfarben, bei Verletzung rostbraun und fleckig.
- **Stiel** Kräftig und gleichmäßig dick; wie der Hut mit feinem Reif bedeckt und orangebraun, doch heller; bei Druck fleckig.
- **Fleisch** Fest und brüchig, blass cremefarben mit reichlich milder weißer Milch und ausgeprägtem Fischgeruch.
- **Verwendung** Nur gebraten.
- **Ähnlich** Rotbrauner Milchling mit brennend scharfer Milch, der oft gemeinsam mit Milchbrätlingen wächst. Achten Sie beim Sammeln auf den typischen Fischgeruch des Milchbrätlings.





Edelreizker, Echter Reizker, Kiefern-Blutreizker (*Lactarius deliciosus*) | Blätterpilz

- **Sehr guter Speisepilz** mit mildem Geschmack.
- **Vorkommen** In Nadel- und Mischwäldern, vorwiegend in Kiefernwäldern an lichten Stellen.
- **Hut** Hell lachsfarben, mit deutlichen kreisförmigen Zonen, am Rand oft mit grünen Flecken; feucht schmierig, trocken mit starkem Reif; jung flach, dann trichterförmig mit eingerolltem Rand; bis zu 10 cm Durchmesser.
- **Blätter** Dicht und brüchig; hell orangegelb bis ockerfarben; bei Verletzung grün und fleckig.
- **Stiel** Kräftig und gegen den Grund etwas verjüngt; wie der Hut mit feinem Reif bedeckt und orangefarben, doch etwas heller; bei Druck fleckig.
- **Fleisch** Fest und brüchig, cremefarben mit orangeroter Milch, die allmählich graugrüne Flecken bildet.
- **Verwendung** Nur gebraten.
- **Ähnlich** Der Fichtenreizker mit grünen Flecken auf dem rötlichen Hut, der unter Fichten wächst, wird häufig mit dem Edelreizker verwechselt. Auch der Lachsreizker, der in den Alpen vorkommt und nur unter Tannen wächst, sieht ähnlich aus. Alle diese Reizker mit roter Milch sind essbar, wenn auch unterschiedlich gut im Geschmack.



Hallimasch (*Armillaria mellea*) | Blätterpilz

- **Guter Speisepilz** zum Trocknen und für Schwammerlöl.
- **Vorkommen** In Büscheln an Laub- und Nadelhölzern.
- **Hut** Honigbraun bis mittelbraun, von dunklen, wolligen Schuppen bedeckt; jung kugelig, dann gewölbt mit eingerolltem Rand, alt flach und breit; meist 3 bis 8 cm Durchmesser.
- **Blätter** Breit; jung cremeweiß, ockerfarben oder gelb, dann braun und fleckig; am Stiel angewachsen oder herablaufend.
- **Stiel** Lang und schlank, sehr zäh mit leicht knolligem Fuß und weit oben angesetztem, gelblichem oder rotbraunem, schuppigem Ring, der bei jungen Pilzen die Blätter verdeckt; gelb oder braun; meist mit kleinen Flocken besetzt.
- **Fleisch** Fest, weiß-bräunlich.
- **Verwendung** Getrocknet, als Würze.

Flaschenstäubling, Flaschenbovist (*Lycoperdon perlatum*) | Bauchpilz

- **Guter Speisepilz** mit mildem Geschmack.
- **Vorkommen** In Laub- und Nadelwäldern, auf Wiesen.
- **Fruchtkörper** Kugeliger Kopf und deutlich abgesetzter Stiel, der sich nach unten verjüngt; jung rein weiß, dann graubraun bis bräunlich; bedeckt mit kleinen, abwischbaren Warzen.
- **Fleisch** Watteartig weich und weiß; dann gelblich bis olivgrün.
- **Verwendung** In Scheiben geschnitten wie Rösterdäpfel.
- **Tipp** Nur junge Exemplare mit reinweißem Fleisch nehmen.

Krause Glucke (*Sparassis crispa*) | Korallenpilz

- **Sehr guter Speisepilz** mit mildem, würzigem Geschmack.
- **Vorkommen** In Kiefernwäldern, oft auf alten Baumwurzeln.
- **Fruchtkörper** Strunk mit vielfach verzweigten Lappen, der an Karfiol erinnert; jung cremeweiß, dann ockerfarben bis bräunlich; bis 30 cm breit und 5 Kilo schwer.
- **Fleisch** Fest, mürbe und cremeweiß.
- **Verwendung** In Scheiben gebraten, auch paniert.
- **Tipp** Pilze mit dickem Strunk nehmen und den größten Teil der Lappen entfernen, sonst dauert das Putzen zu lang.



Herbsttrompete, Totentrompete (*Craterellus cornucopeioides*) | Leistenpilz

- **Guter Speisepilz** mit würzigem, leicht erdigem Geschmack.
- **Vorkommen** In Buchenwäldern, oft in dichten Gruppen zwischen dem abgefallenen Laub der Bäume.
- **Fruchtkörper** Grauschwarz wie feuchtes Buchenlaub; trompetenförmig geöffnet bis zum Stielgrund, jung mit eingerolltem Rand; außen zuerst glatt, dann leicht faltig; vom Hutansatz zum Fuß gleichmäßig verjüngt; bis 5 cm breit und hoch.
- **Fleisch** Etwas zäh, sehr dünn; grauschwarz.
- **Verwendung** Vorwiegend getrocknet, auch gebraten und geschmort.
- **Tipp** Frische Herbsttrompeten erinnern in Konsistenz und Geschmack an Mu-Err-Pilze, die man für China-Gerichte im Wok brät. Getrocknete Herbsttrompeten können Sie wie Morcheln (→ Seite 62) einweichen und schmoren, als Würzpulver mahlen oder als Schwammerl mit Öl (→ Seite 95) zubereiten.

Speisemorchel, Spitzmorchel (*Morchella conica*) | Schlauchpilz

- **Angebot** Getrocknet das ganze Jahr über im Supermarkt, frisch im Frühsommer im Gemüsehandel.
- **Geschmack** Hocharomatisch, mit leicht nussigem Geschmack.
- **Verwendung** Frisch wie wilde Schwammerl, getrocknet als Schwammerlsauce zu Nudeln, Reis, Fleisch oder Erdäpfeln.
- **Tipps** Frische Morcheln auf Wurmbefall kontrollieren. Bei getrockneten Morcheln das Einweichwasser verwenden.
- **Gut zu wissen** Morcheln gehören – frisch oder getrocknet – zu den teuren Edelpilzen. Doch wild wachsende Morcheln sind so selten geworden, dass man sie nicht sammeln sollte.





Zucht-Champignon (*Agaricus hortensis*)

- **Angebot** Das ganze Jahr über im Supermarkt und Gemüsehandel.
- **Geschmack** Mild, aromatisch, mit einer Spur nach Nüssen.
- **Verwendung** Roh, gebraten, geschmort, ausgebacken.
- **Vorteil** Kaum Putzverlust.
- **Eigenanbau** Pilzbrut auf Substrat aus dem Gartencenter oder über Versand.

Austernseitling (*Pleurotus ostreatus*)

- **Angebot** Das ganze Jahr über im Supermarkt und Gemüsehandel.
- **Geschmack** Mild, aromatisch, mit einem Hauch von Kalbfleisch.
- **Verwendung** Gebraten, ausgebacken; Stiele für Extrakt (→ Seite 38).
- **Vorteil** Schnell vorbereitet, praktisch kein Putzverlust.
- **Eigenanbau** Pilzbrut auf Holz oder Stroh; im Gartencenter oder über Versand.





Cräuterseitling (*Pleurotus eryngii*)

- **Angebot** Das ganze Jahr über im Gemüsehandel und in gut sortierten Supermärkten.
- **Geschmack** Mild, aromatisch, mit einem Hauch von wilden Pilzen.
- **Verwendung** Gebraten, geschmort, ausgebacken.
- **Vorteil** Schnell vorbereitet, kein Putzverlust.
- **Eigenanbau** Pilzbrut in Folienbeuteln im Gartencenter oder über Versand.

Champignon, Austernseitling und Cräuterseitling wachsen zwar wild, lassen sich jedoch auch züchten, was bei vielen anderen Arten leider (noch) nicht gelingt.