



Weder Tier noch Pflanze

Pilze sind als Lebewesen nur schwer einzuordnen.

So bilden sie, neben Tieren und Pflanzen, ihr eigenes Reich.

In der Küche sind sie zudem wahre Multitalente.

TEXT RICO STEINEMANN

Nie ist die Auswahl an Pilzen grösser als im Herbst: Neben den ganzjährig verfügbaren Zuchtpilzen wie Champignons oder Shiitake sind nun auch Wildpilze wie Eierschwämmli (auch Eierschwämme oder Pfifferlinge genannt) und Steinpilze verfügbar. Pilzkennrinnen und -kenner wissen, wo sich die Delikatessen – meist nach regenreichen Tagen – in den Schweizer Wäldern aufspüren lassen. Anfänger sollten hingegen Vorsicht walten lassen: Manche Pilzarten sind hochgiftig und der Verzehr kann tödlich enden. Daher sollte man die gesammelten Schätze unbedingt bei der Pilzkontrolle vorbeibringen.

Pilze gelten übrigens, obwohl sie meist im Gemüseabteil angeboten wer-

den, nicht als Gemüse, da sie keine Photosynthese betreiben und wissenschaftlich nicht zu den Pflanzen gerechnet werden. Sie bilden neben Pflanzen und Tieren ein ganz eigenes Reich.

Vielfältig verwendbar

Egal ob selbst gesammelt oder gekauft: Pilze lassen sich auf vielfältige Weise zubereiten. Steinpilze veredeln ein Risotto genauso wie Eierschwämmli die Rahmsauce für die Pasta. Man kann Pilze scharf in Öl anbraten, mit einer guten Portion Butter andünsten oder roh in den Salat hobeln. Zudem lassen sie sich bestens mit anderen Zutaten kombinieren. Pilze und Speck passen ausgezeichnet zusammen. Dasselbe gilt auch für Pilze und Knoblauch. ●



Ein Rezept von

FOOBY
WE LOVE FOOD

Ein Gaumen-
schmaus aus
der Fooby-Küche:
Nudeln mit
Eierschwämmli.



PILZ-PARTY!

Grosse Auswahl



Braune Champignons
Die braunen Champignons schmecken intensiver als das weisse Pendant.



Steinpilze
Steinpilze schmecken nussig, mild und dennoch intensiv – eine Delikatesse.

Kräuterseitlinge
Kurz angebraten schmecken die Kräuterseitlinge im Salat sehr gut.

Eierschwämmli

Das dunkelgelbe «Gold der Wälder» kann nicht gezüchtet werden.



Alles zum Tagespreis erhältlich.

NUDELN MIT EIERSCHWÄMMLI

Für 4 Personen

540 kcal pro Person

Aktive Zeit: **30 Min.**

Gesamtzeit: **30 Min.**



DAS BRAUCHTS

- Bratbutter
- 350 g Eierschwämmli, grössere halbiert
- ¼ TL Salz
- 2 Bundzwiebeln mit dem Grün, in feinen Ringen, Grün beiseitegestellt
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- ½ Bund Salbei, fein geschnitten

- 1 dl Weisswein
- 2 dl Saucen-Halbrahm
- ½ TL Salz
- wenig Pfeffer

- 400 g Eiernudeln
- Salzwasser
- Salz, Pfeffer, nach Bedarf

UND SO WIRDS GEMACHT

Sauce: Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Eierschwämmli ca. 5 Min. anbraten, salzen, herausnehmen. Hitze reduzieren, Zwiebeln, Knoblauch und Salbei beigeben, andämpfen.

Wein dazugliessen, ca. 1 Min. köcheln. Saucen-Halbrahm dazugliessen, würzen, aufkochen. Hitze reduzieren, ca. 2 Min. einköcheln.

Nudeln: Nudeln im siedenden Salzwasser knapp al dente kochen. 1 dl Kochwasser beiseitestellen, Nudeln abtropfen, mit dem Kochwasser, den Eierschwämmli und dem beiseitegestellten Bundzwiebelgrün zur Sauce geben, mischen. Pasta anrichten, würzen.