

Ab in die Pilze

Vom Sammler zum Feinschmecker – passend zur Saison geben Experten Rat

Verstärkt schwärmen die Pilzsammler aus. Die Wälder bieten allerhand leckere Arten. Doch wer sich nicht genau auskennt, sollte sich vor dem Essen fachkundigen Rat holen. Pilze wachsen besonders gut, wenn es genug Feuchtigkeit im Boden gibt und eine herbstliche Wetterlage mit wenig Wind, viel Tau, Nebel und frostfreien Nächten. Die Hauptsaison dauert bis Ende Oktober.

VON CHRISTIAN SATORIUS

Während der Mensch im allgemeinen weniger begeistert ist von der feuchten Witterung, freuen sich andere im Wald durchaus darüber: Überall stecken dort jetzt nämlich die Pilze ihre Köpfe aus dem Boden. Die leckere Pilzmahlzeit kann aber auch ganz schnell unappetitlich enden, wenn man nicht zumindest ein bisschen aufpasst. „Pilzvergiftung“ heißt hier der Spielverderber. Fatalerweise sind es nämlich keineswegs die Giftpilze, die zu den meisten Vergiftungsunfällen führen, sagt Walter W. A. Pätzold von der Deutschen Gesellschaft für Mykologie: „Die häufigsten Vergiftungen treten durch alte oder zu lange beziehungsweise falsch gelagerte Pilze auf.“

Was aber tun, wenn es für alle Vorsicht schon zu spät ist, und der geschirmte Freund aus dem Wald im Magen längst fleißig Kapriolen schlägt? „Milch trinken ist immer falsch!“ weiß Pätzold, der im Übrigen nichts von den alten Hausmittelchen hält und viel mehr für den Gang zum Arzt wirbt. Nicht einmal auf die gute alte Finger-in-den-Hals-Methode ist ihm zufolge nämlich Verlass. Die hilft dem Experten nach nämlich nur dann, wenn die Mahlzeit noch keine sechs Stunden zurückliegt. Gerade die schwerwiegenden Vergiftungen machen sich aber oft erst sehr viel später bemerkbar. Der Grüne Knollenblätterpilz beispielsweise nimmt sich ganze acht bis 24 Stunden Zeit, um auf sich aufmerksam zu machen. Noch später dreht einem der Orangefuchsig Schleierling nicht nur den Magen, sondern auch den Hals um. Zwei bis 17 Tage können vergehen, bis das Gift seine Wirkung zeigt. Vielfach wird bei einem derart langen Zeitraum die Verbindung zum Pilzgericht gar nicht mehr hergestellt. Ein Irrtum, der tödlich enden kann. Mit der nötigen Vorsicht und ein bisschen Know-How kann man sich im Wald aber durchaus eine leckere Mahlzeit suchen und den

Speiseplan so hervorragend bereichern. Dabei wachsen nicht einmal alle Pilze im Wald. Champignons findet man auch mitten in der Stadt, auf Gehwegen, in Parks aber auch in Gärten oder auf dem Acker. Auch der Graubräunliche Rötlerling wächst gerne auf Rasenplätzen in Gärten und Parkanlagen. An Waldrändern und Lichtungen findet sich der besonders schmackhafte Riesenschirmling. Der Hut kann bis zu 30 Zentimeter Durchmesser erreichen und kann somit wie ein Schnitzel in der Pfanne gebraten werden. Die Stiele sind allerdings zäh. Sie sollte man also nur dann servieren, wenn die Schwiegermutter zu Besuch kommt...

Auf so ziemlich allen Böden wächst der Violette Lacktrichterling, wenn auch bevorzugt zwischen Moosen. Pfifferlinge hingegen fühlen sich im Nadelwald besonders wohl, vor allem in der Nähe von Fichten. Wer in die Pilze gehen möchte, braucht aber zunächst einmal die richtige Ausrüstung. Dazu gehört ein luftiger Korb. In Plastiktüten können nämlich selbst ungiftige Pilze giftige Stoffe bilden, weshalb dieses ohnehin stilllose Sammelgefäß zu Hause bleiben sollte. Ein kleines scharfes Messer gehört ebenfalls zur Ausstattung. Mit ihm kann man die Pilze abschneiden oder vorsichtig aus der Erde hebeln. Wichtig ist, dass eventuell entstandene Löcher im Boden wieder geschlossen werden, damit das unterirdische Myzel nicht gefährdet wird. Ganz

wichtig ist auch ein gutes Bestimmungsbuch. Hier sollte man lieber ein wenig tiefer in die Tasche greifen, denn einfachere Ausführungen lassen oftmals die zum Verwechseln ähnlichen Doppelgänger der schmackhaften Sorten aus Platzgründen einfach weg. Wer auf Nummer sicher gehen möchte, zeigt den Inhalt seines Sammelkörbchens lieber einem Fachmann. Oft können hier Apotheken oder auch die Gesundheitsämter weiterhelfen. Eine hundertprozentige Sicherheit bietet aber auch das nicht. Der Fachmann kann nämlich nicht sehen, ob sich Fuchsbandwurm oder Schwermetalle an den Pilzen zu schaffen machen. Das Erhitzen auf über 60 Grad Celsius rafft zumindest den Fuchsbandwurm hinweg, Schwermetalle hingegen

lassen sich nicht so einfach abkochen. Aus diesem Grund rät die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, nicht mehr als 250 Gramm Waldpilze pro Woche zu sich zu nehmen. Schwangere, stillende Mütter und Kleinkinder sollten nach dem Rat der Experten ganz auf diese Mahlzeiten verzichten. Die sicherste und einfachste Art Pilze zu genießen, ist sicherlich der Einkauf von Zuchtpilzen im Handel. Aufwärmen kann man eine Pilzmahlzeit entgegen aller Gerüchte übrigens durchaus, wenn man sie zuvor ein bis zwei Tage lang im Kühlschrank aufbewahrt hat. Die altbekannte Warnung vor dem Wiederaufwärmen stammt nämlich aus einer Zeit, in der es noch keine Kühlschränke gab.

80 bis 120 essbare Pilzsorten wachsen nach den Erfahrungen des Pilzexperten Horst Labitzke aus Seelze in den hiesigen Wäldern, 50 Sorten sind ungenießbar und die absolut giftigen beziffert Labitzke auf 10 bis 30 verschiedene Pilze. „Ich nehme nur die Pilze mit, die ich sicher kenne. Den Rest lasse ich stehen“, sagt Labitzke.

„Der feuchte Spätsommer hat in den Wäldern und auf den Wiesen Pilze sprießen lassen. Und schon sind wieder zahlreiche Menschen unterwegs, um nach Steinpilzen oder Champignons Ausschau zu halten. Doch oft ist die Ausbeute mager. Viele heimische Pilzarten sind selten geworden. Was für den Liebhaber wohlschmeckender Pilzgerichte bedauerlich ist, muss als ernstes Alarmzeichen für den Zustand der Natur gewertet werden“, sagt der Nabu-Pilzexperte Michael Exner aus Bad Münder. Und: „Pilze haben eine wichtige Aufgabe im Kreislauf der Natur. Sie sind Abfallverwerter, zersetzen abgestorbenes Material und sorgen dafür,

dass gebundene Nährstoffe wieder freigesetzt werden. Durch ihre Tätigkeit können aus toten Bäumen wieder neue wachsen. Ihr langsames Sterben ist ein deutliches Zeichen dafür, dass in den elementaren Ketten des Lebens bereits bedenkliche Löcher klaffen. Obwohl die Pilze häufig wenig beachtet werden und ihre Gefährdung unspektakulärer ist als die des sibirischen Tigers oder des heimischen Weißstorchs, ist ihr Verschwinden, ökologisch gesehen, weitaus erschreckender. Schließlich bilden Pilze die Grundlage für das Leben auf diesem Planeten“, erklärt Exner. Ursachen für die bedenkliche Entwicklung sehen der Nabu Hessisch Oldendorf/Hamel und Michael Exner in dem Eintrag von Luftschadstoffen, der intensiven Düngung der Böden und der teilweise naturfernen Waldbewirtschaftung.

Pilzsammler dagegen sieht Exner, sofern sie sich richtig verhalten, als unschädlich an. Wer ausschließlich Pilze erntet, die er selbst verzehren möchte, dann ist das kein schädlicher Eingriff in die Natur. Schließlich sind wir nicht die Einzigen, die wissen, wie gut ein Pilz schmecken kann. Pilzsammler müssen wissen, welcher Pilz vorsichtig herausgedreht werden muss und welcher Pilz ohne Selbstgefährdung abge-

schnitten werden kann. Das Pilzmyzel ist der eigentliche Pilz. Das, was Pilzsammler sammeln, ist der Fruchtkörper. Das Pilzmyzel ist sehr empfindlich, jeder Schaden kann zum Absterben führen. Wer sich rücksichtsvoll und vorsichtig im Wald und auf dem Feld bewegt und wer ungenießbare oder giftige Pilze nicht sinnlos zerstört, der kann auch weiterhin mit gutem Gewissen seine Speisekarte um die eine oder andere Pilz-Kostbarkeit bereichern. Allerdings erwartet Exner von den Freunden des wohlschmeckenden Pilzgerichtes, dass sie sich für den Erhalt der Pilzvielfalt engagieren und gemeinsam mit Natur- und Umweltschützern für saubere Luft, Reduzierung der Düngung und den naturnahen Waldbau eintreten. Um Aufklärung bemüht sich der Nabu Hessisch Oldendorf/Hamel mit zwei Veranstaltungen: Am morgigen Freitag findet in Hameln um 19 Uhr – auch Kinder sind herzlich willkommen – im Energietreff der Stadtwerke ein Seminar zum Thema Pilze statt, und am Samstag geht es bei einer Exkursion „in die Pilze“. In einem Waldstück bei Hameln erklärt der Nabu-Pilzexperte Exner die einzelnen dort vorkommenden Pilzarten und gibt Tipps zum Sammeln. Exner weist darauf hin, dass diese Veranstaltung nicht gedacht ist, die Pilzkörbe zu füllen, sondern vielmehr die Biologie der Pilze kennenzulernen. Kein Pilz steht nämlich zufällig da, wo er gerade steht, sondern ist hauptsächlich eingebunden in Symbiosen mit Pflanzen. Jeder Seminarteilnehmer sollte nach Möglichkeit ein Pilzbuch und ein Heft mit Stift mitbringen und wer hat, auch eine Kamera. Wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk sind angebracht. Für die zweitägige Veranstaltung wird ein Kostenbeitrag von fünf Euro erhoben, der für Nabu-Mitglieder gegen Vorlage des Ausweises entfällt. Interessenten sollten sich unter der Telefonnummer 05152/1581 anmelden.

KINDER LEICHT



Was sind Pilze?

Auf den ersten Blick würden wir wohl sagen: Pilze sind Pflanzen. Doch das sind sie nicht! Pilze sind weder Pflanze noch Tier, die Biologie sortiert sie sozusagen genau dazwischen in eine eigene Abteilung ein. Bei der Ernährung sind Pilze sogar den Tieren ähnlicher: Sie ernähren sich nämlich wie Tiere von organischen Nährstoffen aus ihrer Umgebung.

