

Austernpilz



Seit den 70er Jahren gibt es den aus China stammenden muschelförmigen Austernpilz bei uns, der auch Austersaitling oder Kalbfleischpilz genannt wird. Auf präparierten Strohhallen kultiviert ist er heute rund ums Jahr erhältlich.

Form, Farbe, Geschmack

Der Hut des Austernpilzes hat eine grau-braune bis schwärzliche Oberseite, an der Unterseite ist er weiß. Sein Durchmesser beträgt 10 bis 25 cm. Im Geschmack erinnert der Pilz an Champignons oder Pfifferlinge. Sein Fleisch ist von weicher Konsistenz. Austernpilze haben einen hohen Eiweißanteil und enthalten besonders viel Kalium und Phosphor.

Verwendung

Bei Austernpilzen nur frische Ware ohne Flecken oder angetrocknete Stellen kaufen! Die Pilze vorsichtig mit einem Pinsel oder einem Küchenmesser putzen, auf keinen Fall in Wasser liegend reinigen. Austernpilze werden unmittelbar vor dem Braten oder Dünsten zerkleinert oder am Stück – wie ein Schnitzel – in der Pfanne gebraten. Damit der Eigengeschmack erhalten bleibt, nur zart mit Salz, Pfeffer, Petersilie und etwas Knoblauch würzen.

Sie werden pur oder als Beilage zu Fleisch, Geflügel, Fisch, Nudeln und Reis serviert.