



## **Frische Pilze –**

und was Sie darüber wissen sollten





Butterpilze

## Zur Haltbarkeit und Genusstauglichkeit von frischen Kulturpilzen und wild wachsenden Speisepilzen (Waldpilzen)

Pilze sind schon seit vielen Jahrtausenden als Nahrungsmittel bekannt. Da das Vorkommen von Wildpilzen stark von natürlichen Wachstumsbedingungen wie Wetter und Bodenbeschaffenheit abhängig ist, sind Wildpilze nur saisonal und nicht kontinuierlich im Angebot. Daher wurde schon recht früh mit der Kultur von Speisepilzen begonnen, um frische Pilze über das ganze Jahr zur Verfügung zu haben.

### Wild wachsende Speisepilze (Waldpilze)

Im Herbst, der Hauptsaison für wild wachsende Pilze, zieht es wieder viele Pilzsucher in den Wald, um für den heimischen Kochtopf eine schmackhafte Abwechslung zu sammeln. Für Kenner jedoch lassen sich auch zu anderen Jahreszeiten essbare Vertreter finden. Was allgemein als Pilz verstanden wird, ist wissenschaftlich gesehen der (meist) sichtbare, sporentragende Fruchtkörper (Thallos). Der eigentliche Pilz wächst verborgen unter der Erdoberfläche und erstreckt sich dort als feines Fadengeflecht (Myzel) über weite Flächen. Pilze besitzen arteigene Merkmale und Eigenschaften, anhand derer sie sich bestimmen lassen. Verwechslungen von essbaren mit giftigen Pilzen stellen ein hohes gesundheitliches Risiko dar, ja sie können sogar tödlich sein. Es gibt keine feste allgemeingültige Regel, nach der essbare von giftigen Pilzen unterschieden werden können. Pilzsammler sollten sich daher nur auf solche Pilze beschränken, die sie eindeutig und zweifelsfrei zuordnen können. Ein gutes Pilzbestimmungsbuch ist dabei immer sehr hilfreich! Im Zweifel sollte eine Pilzberatungsstelle oder ein Pilzsachverständiger zu Rate gezogen werden.



Steinpilz



Kulturchampignons

## Kulturpilze

Pilze wurden bereits vor über 2000 Jahren bei den Griechen und Römern aber auch in Japan kultiviert. In den letzten Jahrzehnten ist die Pilzproduktion weltweit rasant gestiegen und auch die Zahl der kultivierbaren Arten nimmt zu. Pilzzuchtbetriebe sind heute Hightechunternehmen, die kontinuierlich Pilze in konstant hoher Qualität über das ganze Jahr produzieren. Eine Bevorratung durch den Verbraucher ist quasi nicht notwendig. Zu den bekanntesten Kulturpilzen zählen der Kulturchampignon, der Austerseitling und der Riesentrüschling. Die aus dem asiatischen Raum stammenden Kulturpilze wie Mu-Err, Chinesisches Stockschwämmchen und der Shiitakepilz haben den deutschen Markt schon längst erobert.

## Haltbarkeit

Es ist hinlänglich bekannt, dass frische Speisepilze zu den leicht verderblichen Lebensmitteln zählen und in der Regel nicht über mehrere Tage bei Zimmertemperatur lagerfähig sind. Der Zeitraum der Genusstauglichkeit frischer Speisepilze hängt von mehreren Faktoren ab. Die Beurteilung, ob ein Pilz noch verzehrfähig ist, muss daher anhand mehrerer Kriterien geprüft werden.

### **Haltbarkeit/Verderb werden wesentlich beeinflusst durch:**

#### 1. Pilzart

Zucht- und Waldpilze unterscheiden sich ebenso wie Röhren- und Blätterpilze. Eine generelle Aussage ist nicht zu treffen. So zersetzen sich Tintlinge innerhalb weniger Stunden, das heißt sie sind



Perlpilz



Birkenpilz

überhaupt nicht lagerfähig. Dagegen können junge, feste und unbeschädigte Röhrlinge oder Kulturchampignons problemlos einige wenige Tage gekühlt gelagert werden.

## 2. Qualität und Gewinnung

Das Alter der Pilze und die Witterungsbedingungen (feucht oder trocken) beim Sammeln, ein Befall von Maden und Keimen oder Schimmelbildung können sich ganz unterschiedlich auf die Haltbarkeit auswirken. Große weit geöffnete und damit ggf. ältere Exemplare sowie Pilze mit Fraßspuren oder Bohrgängen sollten gemieden werden.

## 3. Verpackung, Transport, Lagerung

Auch die Bedingungen (gekühlt oder ungekühlt, Erschütterungen mit Druckstellen, offen oder in Folie) in der Zeit nach dem Ernten bis hin zum Verbraucher sind meist nicht kalkulierbar, beeinflussen aber die Haltbarkeit der Pilze ebenfalls.

### Was sollte ich beachten?

Da Wildpilze leicht verderbliche Lebensmittel sind, sollten sie nach dem Sammeln oder Kauf **umgehend** gründlich gereinigt und **sofort** zubereitet werden. Wenn Pilze nicht unverzüglich zubereitet werden können, sind unbedingt einige Hinweise zu beachten.

- Pilze müssen immer kühl und luftig lagern, zum Beispiel in einem (Span)korbchen im Kühlschrank. Vermeiden Sie Kondenswasserbildung.



## Rotkappen

- Verarbeiten Sie nur Pilze ohne Druck- und Fraßstellen.
- Pilze mit Madenbefall oder sichtbaren Verfärbungen gehören in den Abfall.
- Pilze mit deutlichen Konsistenz- und Geruchsabweichungen sind nicht verzehrsfähig.

Die meisten Pilzvergiftungen sind übrigens sogenannte „unechte Pilzvergiftungen“, die durch zu alte, in großen Mengen genossene oder falsch zubereitete Pilze verursacht werden. Da einige Wildpilze roh ungenießbar oder sogar giftig sind, ist die richtige Zubereitung (Durchgaren) wichtig.

Zum Beispiel ist der Hallimasch für viele Vergiftungen durch unzureichend gegarte Pilze verantwortlich. Wenn Sie diese Grundregeln berücksichtigen, steht einem ungetrübten Genuss nichts im Wege.

**Generell aber gilt: Nicht sicher identifizierte Pilze gehören nicht auf den Tisch!**

Im Zweifelsfall sollten die im Freistaat Sachsen tätigen Pilzsachverständigen konsultiert werden. Informationen gibt es über das Internet unter [www.dgfm-ev.de](http://www.dgfm-ev.de) (Deutsche Gesellschaft für Mykologie e.V.). Besteht der Verdacht auf eine Pilzvergiftung, sollte sofort eine Klinik aufgesucht werden. Hilfreich ist es, möglicherweise noch vorhandene Pilzreste mitzunehmen. Informationen können auch über das Gemeinsame Giftinformationszentrum der Länder Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen in Erfurt (Tel.: 0361-730730, [www.ggiz-erfurt.de](http://www.ggiz-erfurt.de)) eingeholt werden.



**Herausgeber:**

Sächsisches Staatsministerium für Soziales und Verbraucherschutz, Albertstraße 10, 01097 Dresden, E-Mail: [presse@sms.sachsen.de](mailto:presse@sms.sachsen.de), [www.sms.sachsen.de](http://www.sms.sachsen.de)

**Gestaltung und Herstellung:**

SV SAXONIA Verlag GmbH / SAXONIA Werbeagentur, [www.saxonia-werbeagentur.de](http://www.saxonia-werbeagentur.de)

**Text und Bilder:**

Landesuntersuchungsanstalt für das Gesundheits- und Veterinärwesen Sachsen (LUA); hasemicke

**Redaktionsschluss:**

4. September 2015

**2. Auflage, 2015:**

5.000

**Bezug:**

Zentraler Broschürenversand  
der Sächsischen Staatsregierung  
Hammerweg 30, 01127 Dresden  
Telefon: +49 351 2103671  
Telefax: +49 351 2103681

E-Mail: [publikationen@sachsen.de](mailto:publikationen@sachsen.de)

Dieses Faltblatt wird kostenlos abgegeben.

Es steht auch zum Download unter

[www.publikationen.sachsen.de](http://www.publikationen.sachsen.de) zur Verfügung.