



Kulturpilze haben immer Saison: Maitake - der tanzende Pilz

Kulturpilze haben immer Saison: Maitake - der tanzende Pilz - Der Maitake (Grifola frondosa) ist ein asiatischer Pilz, der wegen seines intensiven Aromas von Feinschmeckern sehr geschätzt wird. Er hat einen angenehm nussigen Geschmack und bleibt auch nach dem Kochen knackig. Der Legende nach sollen japanische Sammler aus Freude getanzt haben, wenn sie den gut getarnten und damals sehr kostbaren Pilz in den Wäldern gefunden haben. So ist vermutlich der Name Maitake, japanisch für "tanzender Pilz", entstanden. Der Maitake wird nicht nur als Speisepilz, sondern auch wegen seiner Heilkraft geschätzt. So soll er das Immunsystem stärken, den Blutdruck senken, beim Abnehmen helfen und das Osteoporoserisiko mindern. Ob gekocht, geschmort, gegrillt oder gedünstet - in der Küche lässt sich der exotische Pilz vielseitig verwenden. Er schmeckt beispielsweise hervorragend aus dem Wok, in Pastagerichten, im Omelette, in der Reispfanne, im Salat oder als Beilage zu Fisch und Fleisch. Ein Genuss ist eine würzige Kokossuppe mit Maitake und Garnelen. Achten Sie beim Einkauf auf Qualität und Frische. Die Pilze sollten nicht weich, ausgetrocknet oder fleckig sein. Die empfindliche Ware muss luftig, locker, trocken und kühl gelagert werden und ist rasch zu verbrauchen. Der Maitake, auch unter dem Namen Klapperschwamm bekannt, wächst selbst in deutschen Wäldern, ist aber sehr selten. Er hat einen großen Fruchtkörper, der aus zahlreichen, fächerartig angeordneten Pilzhüten besteht. Er ist unscheinbar graubraun gefärbt und daher nur schwer zu entdecken. Der Pilz ist an den Wurzeln alter Eichen, manchmal auch an Linden, Kastanien und Buchen zu finden. Erst seit den 1980er Jahren wird er in Kultur angebaut, da der Bedarf gestiegen ist. Er gedeiht besonders gut auf Sägemehl. Heike Kreutz, www.aid.de Weitere Informationen: www.was-wir-essen.de, Rubrik "Lebensmittel von A-Z, Lebensmittelkette Speisepilze" Friedrich-Ebert-Straße 3 53177 Bonn Deutschland Telefon: 02 28/ 84 99-0 Telefax: 02 28/ 84 99-177 Mail: aid@aid.de URL: <http://www.aid.de>

Pressekontakt

aid

53177 Bonn

aid.de
aid@aid.de

Firmenkontakt

aid

53177 Bonn

aid.de
aid@aid.de

aid ? drei Buchstaben stehen für: Wissenschaftlich abgesicherte Informationen Fach- und Medienkompetenz Und ein kreatives Informationsangebot in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" sowie "Landwirtschaft und Umwelt". Wer informieren will, muss besser informiert sein. Die Vielzahl von Informationen, die täglich auf jeden von uns einströmt, ist kaum noch zu überblicken. Oft widersprechen sich die Aussagen und verwirren mehr als sie nützen. Gefragt sind Ratschläge, die wissenschaftlich abgesichert sind und sachlich informieren. Der aid hat sich genau das zur Aufgabe gemacht und bietet wissenschaftlich abgesicherte Informationen in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" und "Landwirtschaft und Umwelt". Unsere Aussagen sind unabhängig und orientieren sich an den gesicherten Erkenntnissen der Wissenschaft. In Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern und Praktikern sammeln wir Fakten und Hintergrundinformationen, werten sie aus und bereiten sie zielgruppengerecht auf. Unsere Publikationen wenden sich an Verbraucher, Landwirte und Multiplikatoren wie Lehrer, Berater und Journalisten. Der aid ist ein gemeinnütziger Verein und wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft finanziert. Sein Auftrag, sachlich und interessenunabhängig zu informieren, ist in der Satzung festgelegt. Beim aid arbeiten namhafte Experten, Praktiker und Medienfachleute zusammen. Informationsmedien, die der aid herausgibt, entsprechen dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse und vermitteln Wissen zielgruppengerecht und praxisorientiert.