

Austernseitling

Der Austernseitling, auch als Austernpilz und weiteren Fantasienamen wie Kalbfleischpilz bekannt, kann asiatische und europäische Gerichte auf vielfältige Art und Weise verfeinern. Dieser Pilz mag ein wenig frostige Untergründe, da der Kältereiz die Bildung des Fruchtkörpers anregt. Die Ernte des Austernseitlings findet deswegen vor allem im Winter statt. Frisch ist er dann in sehr gut sortierten Supermärkten, Feinkostläden oder auf Märkten sowie im Gemüsehandel erhältlich. In Deutschland findet man ihn jedoch häufiger eingelegt im Glas, teilweise auch gefroren. Unvergleichlich ist jedoch wie bei den meisten Pilzsorten der Geschmack des frischen Pilzes.

Der Austernpilz zählt – zu Recht – zu den Edelpilzen. Besonders die großen, zartfleischigen Pilze sorgen für ein ganz besonderes Aroma und lassen sich hervorragend weiterverarbeiten. Der Austernpilz harmoniert bestens mit Fleisch, Fisch, Teig und Brot, sowie verschiedenem Gemüse. Beliebt ist auch eine Austernpilzsauce zu Nudeln oder Reis.

Auch im Alleingang, nur mit ein wenig Butter, frischen Kräutern und Gewürzen, kann man den Austernpilz köstlich zubereiten. Er lässt sich etwa grillen, backen und überbacken oder braten. Im asiatischen Raum wird der Austernpilz häufig in gemischten Gemüsepfannen sowie in Saucen eingesetzt. Auch Salate bereichert er mit seinem unübertrefflichen Aroma.

Wichtig bei der Verarbeitung ist die behutsame Behandlung und der schnelle Verzehr dieses Speisepilzes. Zum Reinigen sollte er nur vorsichtig mit einer Bürste abgerieben werden. Außerdem sollte man ihn nicht länger als 3 Tage im Kühlschrank lagern.

Übrigens ist der Austernpilz ein geeigneter Einsteigersammelpilz, da die Verwechslungsgefahr mit anderen Pilzen nicht groß ist. Man kann ihn eigentlich nur mit anderen Seitlingen verwechseln, die jedoch ebenfalls ungiftig sind. Charakteristisch ist auch, dass er häufig an Baumstämmen hoch wächst. Auch die eigene Zucht von Austernseitlingen ist nicht besonders aufwendig.

[Zurück zu Pilzen](#)