

Anleitung für Austernpilzkulturen auf Strohpellets von N. Krämer, www.shiitake.de

1. Pellets ca. 7 Tage in Wasser einweichen bis zur Fermentation
2. Pellets im Topf mit Körnerbrut impfen (Brutmenge ist ausreichend für 2 große Töpfe)
3. Topf warm aufstellen

Diese Anbaumethode ist ganzjährig möglich. Die Töpfe können im Haus, auch in einem Kellerraum mit etwas Tageslicht ganzjährig aufgestellt werden, oder saisonal auf dem Balkon im Garten oder Gewächshaus (ca. April bis November). Die Pilzbrut wächst ab ca. 10° C, optimal sind um die 20° C. Je nach Temperatur durchwächst die Brut das Stroh in ca. 4 - 6 Wochen.

1 Liter Brut und 2,5 kg Pellets reicht für zwei Kunststoff-Blumentöpfe mit einem Durchmesser von mind. 26 cm. Sie können auch bis auf die Wintermonate Bodenbeete im Gewächshaus anlegen, brauchen dann aber einen Rahmen (z.B. Frühbeetkasten, auch unter einem Gewächshaustisch), damit die Strohmasse nicht auseinanderfällt.

1. Pellets wässern

Die Pellets bestehen aus gepresstem Stroh. Sie müssen gründlich in einem Eimer gewässert werden, und zwar etwa 7 Tage. Dadurch entsteht ein Fermentationsprozeß, der Schadorganismen wie Schimmelpilze oder Bakterien abtötet. Auf 2,5 kg Pellets werden max. 8 Liter warmes Wasser gegeben. Achtung: Die Pellets quellen stark auf, deswegen sollte der Eimer nicht zu klein sein. Besser ist, wenn Sie zwei Eimer verwenden. Ein Deckel ist hilfreich, wegen der etwas unangenehmen Geruchsbildung (leicht gärig).

2. Pellets im Topf mit Brut impfen

Die eingeweichten Pellets werden nach der Fermentierungsphase aus dem Eimer in in die zwei Kunststofflumentopf/-kübel gefüllt. Achtung: Das feuchte Stroh kann Flecken ergeben.

Die Strohmasse wird im Topf etwas festgedrückt, dann kann überschüssiges Wasser unten aus den Löchern laufen (wichtig!). Wenn Sie für die Kultur einen Eimer verwenden, so muß dieser also unten unbedingt Löcher haben.

Beim Einfüllen verteilen Sie die Körnerbrut nun gleichmäßig in der Strohmasse (z.B. mit einem Löffel gleichmäßig einrühren). Die Masse drücken Sie dabei im Topf an.

Jetzt wird der Topf mit Klarsichtfolie abgedeckt, in die ein paar kleine Luftlöcher zu stechen sind. Die Folie soll nicht direkt auf dem Stroh liegen, sondern über den Topfrand gespannt werden. Nun wächst das Mycel vom Getreide in das Stroh.

3. Topf warm aufstellen

Nun stellen Sie den Topf auf einen Untersetzer und in einen warmen Raum oder, je nach Jahreszeit, ins Gewächshaus oder in den Garten (Achtung: Schnecken!).

Wenn in den ersten Tagen nach Aufstellen dicke Wassertropfen auf der Innenseite der Folie hängen, so ist das Substrat sehr naß. Die Folie sollte dann für einen Tag entfernt werden, um das Substrat etwas abtrocknen zu lassen. Die Folie sollte etwa 4 Wochen auf dem Topf bleiben. Gelegentlich ist zu kontrollieren, ob das Substrat einen feuchten (nicht nassen) Eindruck macht. Scheint es eher trocken (unwahrscheinlich), so ist gelegentliches Sprühen mit einem feinen Sprüher sinnvoll.

Innerhalb von ca. 1 Woche wird das Mycel-Wachstum auch auf der Stroh-Oberfläche erkennbar (weißes, feines Geflecht). Nach etwa 4 Wochen wird die Oberfläche mit dickem Mycel überwuchert sein. Nun braucht der Topf Frischluft, d.h. die Folie wird entfernt. Gelegentliches Sprühen ist nun wichtiger, damit die Oberfläche nicht zu stark austrocknet. Bald erscheinen die ersten Pilze. Diese entwickeln sich dann innerhalb von 3 – 4 Tagen zur Erntereife. Man erntet ein ganzes zusammenhängendes Büschel, wenn die Hüte noch leicht nach unten geneigt sind bzw. möglichst bevor diese aussporen (weißer, feiner Staub). Geerntet wird mit einem Messer, im Stroh verbliebene Stielreste werden nachträglich sauber ausgeschnitten. Haben die Pilze bereits ausgespart, so kann man sie trotzdem noch ernten und verzehren. Es werden sich in den nächsten Wochen immer wieder Fruchtkörper bilden. Haben die Fruchtkörper lange Stiele oder eine unregelmäßigen Wuchs, so fehlt Frischluft.

Um das Austrocknen des Substrates zu verhindern, gießen Sie es gelegentlich einfach wie eine Zimmerpflanze. Dabei schadet es auch nicht, wenn für einen Tag kleine Pfützen auf der Oberfläche bleiben, das Wasser zieht noch ein. Wasser, was nach etwa 12 Stunden noch überschüssig ist, sollte jedoch abgegossen werden, auch aus dem Untersetzer.

Da ja durch mehrere Ernten die Nährstoffe aus dem Substrat entzogen werden, wird es nach und nach im Topf zusammenschrumpfen. Wenn sich dadurch nach ein bis zwei Ernten das Substrat vom Topfrand löst, so nehmen Sie es aus dem Topf heraus und stellen es umgedreht (auf dem Kopf) auf einem Untersetzer in einen durchsichtigen Plastikbeutel. Schneiden Sie seitlich und oben ca. 10 große Löcher hinein, denn dann können die Pilze auch an den Seiten hinauswachsen. Ist das Substrat stark ausgetrocknet, so weichen Sie es für 2-3 Stunden in einen Eimer mit Wasser ein. (Gewicht drauf, sonst schwimmt es wie ein Korken)

Etwas lästig können kleine Fliegen sein, die auf der Oberfläche herumlaufen. Diese sog. Trauermücken finden sich auch häufig in Blumentöpfen. Sie fressen nicht an den Pilzen, aber vom Substrat. Gegen zu starken Befall können Gelbtafeln im Raum aufgehängt werden. Theoretisch können auch sog. Unkrautpilze wie z.B. Tintlinge oder Becherlinge wachsen, diese sind ungenießbar und sind zu entfernen. Die Kultur ist dann aber nicht verloren, sie ist aber eindeutig zu naß gehalten und sollte dringend trocknen. Nach 3-5 Monaten Erntezeit ist das Substrat erschöpft und es erscheinen keine Pilze mehr. Es kann kompostiert werden.

Gefüllte Pfannkuchen mit Austernpilzen

1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe
400 g Austernpilze
½ Bund frische Petersilie
100g Bergkäse
1 EL Butter
125 g Sahne
Salz Pfeffer
100 g Mehl
¼ l Wasser
3 Eier
Öl

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Die Zwiebel fein schneiden, den Knoblauch hacken. Die Austernpilze putzen und den harten Stielansatz abschneiden. In kleine, mundgerechte Stücke schneiden. Die Petersilie waschen und klein schneiden. Den Bergkäse reiben.

Einen Esslöffel Butter erhitzen und darin die Zwiebeln glasig dünsten. Den Knoblauch und die Pilze dazugeben und unter Rühren noch etwa 5 Minuten mitbraten. Die Sahne und die Hälfte des Käses dazugeben und mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken. Etwas abkühlen lassen und die gehackte Petersilie unterrühren.

Aus Mehl, Wasser, Salz und Eiern einen Pfannkuchenteig anrühren. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und darin 8 Pfannkuchen backen.

Jeweils etwas Füllung auf einen Pfannkuchen geben und den Pfannkuchen vorsichtig aufrollen. Die gefüllten Pfannkuchen in eine Auflaufform legen und mit dem restlichen Käse bestreuen. In 15-20 Minuten backen.

Tipp: Die Pfannkuchen in ganz wenig Öl backen. So gelingen sie am besten!

Shiitake in Gorgonzolasauce für Nudelgerichte

300 g frische Shiitake
Öl
150 g Gorgonzola
200 g Schmand

Die Pilze putzen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Die Pilze zur Seite schieben. Den Gorgonzola grob würfeln und dazugeben. Mit einer Gabel die Käsestückchen zerdrücken. Unter Rühren den Käse zum Schmelzen bringen. Den Schmand dazugeben und ebenfalls gut unterrühren.

Mit Hartweizennudeln, wie Rigatoni oder Penne und einem grünen Salat servieren.

Tipp: Shiitake in Gorgonzolasauce ist ein schnelles, einfaches Gericht, dass dennoch ganz raffiniert schmeckt. Wem der etwas strenge Geschmack des Gorgonzola zu deftig ist, der kann einen etwas milderen Edelpilzkäse verwenden (z.B. Danablue).

Rezepte aus:

Nicola Krämer / Jutta Grimm
„Shiitake und Austernpilze
Anbau im eigenen Garten
Vegetarische Rezepte“

144 Seiten, 8,80 Euro / 16,00 sFr. ISBN: 3-89566-184-8
Hardcover (Format: ca. 17x12 cm)

Weitere Informationen: Nicola Krämer, Hannover, Tel: 0511 – 71 70 54
www.shii-take.de