



Löcke's Pilz-Guide für dein Zuhause!

Kauf & Verzehr

Worauf solltest du beim Kauf von Champignons achten?

- ✓ Frisches Aussehen und frischer Geruch
- ✓ Eine feste und knackige Konsistenz
- ✓ Verfärbungen am Stiel sind unbedenklich und können einfach abgeschnitten werden

Tipp: Ein „offener Hut“ und sichtbare Lamellen bedeutet nur, dass der Pilz reif und bereit ist, seine Sporen abzugeben.

In seiner natürlichen Umgebung würde er sich so vermehren.

Kurz: Du kannst den Pilz ohne Bedenken essen.

Wie lange halten sich Pilze nach dem Kauf?

Pilze schmecken frisch am besten, daher empfehlen wir dir die Pilze direkt nach dem Kauf zu verzehren. Ist das nicht möglich, solltest du sie aber innerhalb weniger Tage verspeisen.

Lagerung

Frisch gekauft und wohin damit?

- ✓ Nach dem Kauf am besten direkt in den Kühlschrank, denn die optimale Temperatur liegt bei 2 bis 7 Grad
- ✓ Sind sie in Folie eingepackt? Dann entferne diese bitte, um die Haltbarkeit zu verlängern

Tipp: Die Folie schützt die empfindlichen Pilze zwar auf ihrer Reise zu dir, aber im Kühlschrank aufbewahrt, bekommt ihnen eine luftdurchlässige Verpackung am besten.

Kann ich Pilze auch einfrieren?

Ja, Pilze kann man einfrieren! Aber dafür haben wir noch ein paar Tipps für dich:

- ✓ Pilze putzen und in Viertel oder Scheiben schneiden. So kannst du sie später direkt eingefroren verwenden, denn eingefroren zubereitet, behalten sie ihre ursprüngliche Konsistenz
- ✓ Nun kommen die Pilze ab in den Gefrierbeutel. Bitte so verschließen, dass so wenig Luft wie möglich im Beutel bleibt

Tipp: Um zu verhindern, dass die Stücke im Beutel aneinander kleben, einfach die Pilze auf einem Teller oder Brett für ca. 2 Stunden in den Gefrierschrank legen und „vorfrosten“. Anschließend können alle zusammen in einen Beutel eingefroren und einzeln entnommen werden.

Verarbeitung

Pilze waschen oder nur vorsichtig abputzen? Wir zeigen es dir!

Darf ich Pilze waschen?

- ✓ Pilze sollten nicht gewaschen werden, weil sie sich zum einen vollsaugen und zum anderen ihren Geschmack verlieren
- ✓ Falls Substratreste am Pilz haften, einfach mit einem sauberen Küchentuch oder einer Pilzbürste entfernen

Muss der Stiel entfernt werden oder darf ich etwas nicht mitessen?

Alle Sorten unserer Pilze können direkt verzehrt werden. Lediglich verfärbte Stellen am Stiel können entfernt werden.

Tipp: Der Stiel des Shiitake-Pilzes kann holzig sein, daher empfehlen wir hier den Stiel zu entfernen.



Löcke's Pilz-Guide für dein Zuhause!

Wie bereitest du unsere Bio-Pilze am besten zu? Wir empfehlen!



Champignons



Portobello



Kräuterseitling



Austernpilz



Shiitake

	Champignons	Portobello	Kräuterseitling	Austernpilz	Shiitake
Kochen				X	X
Backen		X	X		
Grillen	X	X	X		
Braten	X		X	X	X
Frittieren	X			X	
Roh	X	X	X	X	X

Welcher Pilz für welches Gericht? Unsere Empfehlungen für dich!



Champignons



Portobello



Kräuterseitling



Austernpilz



Shiitake

	Champignons	Portobello	Kräuterseitling	Austernpilz	Shiitake
Suppen	X				X
Vorspeisen	X		X	X	X
Salat	X		X	X	X
Nudelgerichte	X		X	X	X
Reisgerichte	X				X
Pfannengerichte	X		X	X	X
Burger / Grillen	X	X	X		
Frittiertes	X		X	X	X
Auflauf	X				
Fleisch	X	X			X
Fisch	X				X
Fleischersatz		X	X	X	