

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

28. Capitel. Pilze.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

Hanfsamenmilch ist ein sehr gebräuchliches Mittel gegen Harnbeschwerden.

Mohnsamen verhält sich in seinen Bestandtheilen wie die süssen Mandeln. Sie sollen eine Spur von narcotischer Substanz haben? Dagegen gehören die Mohnköpfe und der daraus bereitete Syrup aus der Liste der Volksheilmittel gestrichen, da sie giftig sind und schon viel Schaden angerichtet haben.

Schliesslich noch die Bemerkung, dass man zu allen hier genannten Heilmilchen nur frische Früchte brauchen kann. Alte, ranzig gewordene schmecken scharf und verursachen Diarrhoe, also gerade das Gegentheil von Dem, was man haben möchte!

28. Capitel.

Pilze.

Viele wissen nicht, dass es eine so grosse Zahl essbarer Pilze gibt, geschweige denn, dass diese Pilze einen so hohen Nährwerth haben. Die einzige Fatalität für den Liebhaber besteht darin, dass so leicht Verwechslungen vorkommen mit giftigen Arten und dass selbst die essbaren Pilze giftig werden durch Ueberreife oder durch Fäulniss. Wer es also einmal auf Pilze abgesehen hat, muss sich ohne Weiteres auf das Studium seiner Lieblinge verlegen: keine so leichte Aufgabe, weil der Lebenslauf der Pilze ausserordentlich rasch und ihre Eigenschaften höchst wandelbar sind. Es herrscht desshalb auch in der gelehrten Nomenclatur der Pilze ein solcher Wirrwarr, dass man sich fast lieber an jene Bezeichnungen hält, welche gerade in der Gegend gebräuchlich sind. Rathsam bleibt es immerhin, beim Sammeln irgend ein zuverlässiges Buch, am besten eins mit guten Abbildungen zu benützen (Persoon, Lenz, Fries, Rabenhorst u. A.). Die besten und bekanntesten Pilze, welche für die Küche besondere Bedeutung haben, sind:

Trüffeln. Es gibt 2 Arten: Die gewöhnlich gemeinte Trüffel ist die schwarze. Sie kommt vor in lichten Wäldern, einige Zoll bis 1 Fuss tief im lockeren Boden; überall in Deutschland und Frankreich. Am berühmtesten sind die aus Perigord. Die weisse (graue) Trüffel, auch Mailänder Trüffel genannt, findet sich namentlich in Oberitalien und Süd-

frankreich häufig, kommt selten in den Handel, wird vielmehr in ihrer Heimath massenhaft verzehrt, hat einen Knoblauchgeruch. So lange die schwarzen Trüffeln noch nicht ganz reif sind, fehlt ihnen der feine Geruch und Geschmack. Solche Trüffeln heissen: Truffes d'été. Erst in der Zeit vom November bis Februar werden die Trüffeln reif; dies ihre Glanzperiode. Nachher geht es wieder bergab; die an feuchten Orten gewachsenen faulen zu einer breiartigen Masse, während die anderen austrocknen. Die Trüffeln werden im Herbst gesammelt, geputzt, in Wachspapier gewickelt und im Keller in wohlverschlossenen Gläsern aufbewahrt. Die schwarzen Trüffeln sind ein so theurer Handelsartikel, dass sogar Verfälschungen gemacht werden. Die Küche weiss, dass die guten reifen Trüffeln inwendig viele bräunliche Adern und schwärzliche Punkte haben, bei fester Textur. Am fatalsten ist, dass der giftige Kugelpilz nicht selten als Trüffel verkauft wird. Dieser Schwamm ist sehr scharf und bewirkt vorab Magen- und Darmkatarrh. Er kommt in Scheibchen im Handel vor, welche einen schmalen weissen Rand haben und inwendig gleichmässig blauschwarz sind. Hiedurch kann man sie leicht von den Scheibchen ächter Trüffeln unterscheiden. Die Trüffelverkäufer verstehen auch wurmstichige Trüffeln aufzuputzen, gefrorene und wieder aufgethaute in den Kauf zu geben und in die Gefässe, in welchen sie die Trüffeln verschicken, allerlei Zeug zu geben, um das Gewicht zu vermehren.

Die feine Küche macht von den Trüffeln einen ziemlich ausgedehnten Gebrauch, und mancher Koch würde fast eher auf das Rindfleisch verzichten, als auf die Trüffeln. Gute Trüffeln sind aber auch in der That eine Delicatesse ersten Ranges und so berühmt, dass sogar Solche vom Lobe überfließen, die ihr Lebtage noch nie Trüffeln zu sehen, geschweige denn zu essen bekamen.

Die Trüffeln sind nicht so schwer verdaulich, wie man allgemein glaubt. Wenn nach dem Genusse derselben oft Indigestion entsteht, so ist dies Dem zuzuschreiben, was d'rum und d'ran war. Die Trüffeln sollen auch eine gewisse Nebenwirkung haben. Diese Anschauung erwarb ihnen noch manche Verehrer mehr. Brillat-Savarin sagt: „sie machen die Herren liebenswürdiger und die Frauen nachgiebiger.“ Gefährlich ist jedenfalls die Sache nicht und wenn man daran denkt, wie viele Dinge auf eine reichbesetzte Tafel kommen, welche den Magen zu beschweren und die Nacht unruhig zu machen vermögen, so wird man den Trüffeln nicht Alles allein in die Schuhe schieben.

Champignon, ebenfalls ein sehr schmackhafter Pilz, ist überall bekannt, aber unter verschiedenen Namen: Treutschling,

Heiderling, Ehegürtel u. s. f. Er wächst wild auf trockenen Weidplätzen, grasigen Waldrändern, wird aber auch cultivirt — in Kellern auf Mistbeeten. Verwechslungen sind schon vorgekommen — mit dem giftigen Knollenblätterschwamm. Der Champignon wird theils frisch, theils angemacht zum Würzen von Saucen verwendet.

Morcheln (Morauchen) können nicht so leicht mit giftigen Schwämmen verwechselt werden, weil sie im Frühjahr wachsen. Eine Verwechslung mit dem s. g. stinkenden Morchelschwamm ist wegen des widerlichen Geruches, den diese Pflanze verbreitet, nicht leicht möglich. Es gibt 2 essbare Arten: die gemeine Morchel (von welcher eine Varietät „Spitzmorchel“ heisst) und die Glockenmorchel. Die Morcheln geben ein feines Gemüse; ausserdem eignen sie sich als Einlage für Saucen.

Lorcheln sind im Allgemeinen nicht so gut wie die Morcheln; nur die Frühlorchel (auch Stockmorchel genannt) kommt ihnen an Feingeschmack gleich und soll sogar nahrhafter sein.

Schliesslich für die Küche noch die Bemerkung, dass alle Schwämme durch Aufwärmen verhängnissvoll für die Gesundheit werden können; Saucen mit Pilzen dürfen nur ein Mal auf den Tisch kommen!

29. Capitel.

Speisezusätze.

Mit diesem ziemlich vagen Namen pflegt man mehrere Gruppen von Nahrungsmitteln zu bezeichnen. Eine davon dient nicht allein zur Verbesserung des Geschmacks der Speisen, sondern greift auch materiell in den Stoffwechsel ein, so z. B. die Fette, der Zucker, das Kochsalz. Eine andere Gruppe dient nur zur Verbesserung des Geschmacks, ohne selbst nahrhaft zu sein. Diese Gruppe wird im gewöhnlichen Leben mit dem Namen „Gewürz“ belegt; ihr richtiger Name wäre „Magenfeinde!“ Den Grund für dieses Schimpfwort wollen wir nicht schuldig bleiben: Bei Weitem die meisten Magenkrankheiten, namentlich bei den Leuten aus besseren Ständen, rühren von Ueberwürzung der Speisen her. Untersuchen wir diese wichtige Sache etwas näher! Die Gewürze üben vor Allem einen Reiz aus auf die Stelle, wo sie gerade hinkommen. Der Reiz trifft also in erster Reihe die