



Tann

Bodenschätze aus dem Wald: die Pilze

Eine meiner absoluten Lieblingsbeschäftigungen ist das Pilze sammeln. Streifzüge Wald auf und Wald ab gehören ab Juli zu meinen täglichen Ausflügen. Nicht nur die Bewegung im Wald, die balsamische Waldluft, die Freude des Entdeckens, ja, auch die Pilze selbst beinhalten nährstoffreiche Substanzen: Vitamine, Calcium, Kalium, Magnesium, Natrium, Phosphor. Also rund um für Wohlbefinden gesorgt.

Carpaccio vom frischen Steinpilz

Die Steinpilze werden kurz mit einem Messerchen geputzt, gewaschen, mit Küchenpapier getrocknet. Ein scharfes Küchenmesser hilft mir die Steinpilze in hauch dünne Scheiben zu schneiden. Diese lege ich auf einen Teller, etwas Steinsalz darüber streuen, schabe etwas Parmesanraspel darüber, feingehackte Petersilie obendrauf und zum Schluss beträufle ich alles mit Olivenöl. Eine Köstlichkeit.

Genießen Sie die Bodenschätze aus dem Wald, Ihre

Barbara Pleuger Untermaier

