



Der Herbst – die Zeit der bunten Blätter und kühleren Tage – bringt auch die perfekte Gelegenheit, in die Wälder zu ziehen und sich auf die Suche nach Steinpilzen zu machen. Diese begehrten Pilze, mit ihrem erdigen Geschmack und dem einzigartigen Aroma, warten nur darauf, in den feuchten, versteckten Winkeln der Wälder entdeckt zu werden. Für viele Menschen, wie Denise Lambert aus den französischen Seealpen, ist das Pilzesammeln nicht nur ein Hobby, sondern fast ein Ritual.

Seit September durchstreift die Rentnerin die heimischen Wälder, immer auf der Suche nach den braunköpfigen Schätzen. Mit der Zeit hat sie gelernt, den Steinpilz sofort zu erkennen. „Ein echter Steinpilz hat einen kräftigen Stiel und eine braune bis schwarze Kappe. Die Unterseite ist weiß,“ erklärt sie lachend, als wäre der Pilz ein alter Freund. Doch was tun mit einem vollen Korb frischer Steinpilze? Denise teilt ihre Ausbeute gerne mit Denis Fétysson, einem Koch aus Mougins, der sie zu herbstlichen Gaumenfreuden verarbeitet.

Steinpilze reinigen und vorbereiten: Vorsicht ist gefragt

Frisch aus dem Wald geholt, beginnt die eigentliche Kunst – das Reinigen und Zubereiten. Denn auch wenn der Steinpilz robust wirkt, erfordert er eine sanfte Handhabung, damit er sein volles Aroma behält. Denis Fétysson, ein Experte der saisonalen Küche, schneidet zuerst den erdigen Stielansatz ab. Dann folgt die vorsichtige Reinigung – und zwar ohne Wasser, um den Geschmack nicht zu beeinträchtigen.

Je nach Größe des Pilzes wird er in feine Scheiben oder größere Stücke geschnitten. Diese sind nun bereit, in den Kochtopf zu wandern, und Denis versteht es, sie gekonnt in Szene zu setzen. Sein aktuelles Lieblingsgericht? Steinpilze mit geräucherter Gänseleber und einer kräftigen Steinpilzconsommé mit schwarzem Knoblauch. Die intensiven Aromen des Knoblauchs unterstreichen den erdigen Geschmack des Pilzes, während die Gänseleber eine cremige, zarte Note hinzufügt – ein Hochgenuss des Herbstes.

Die Freuden und Herausforderungen der Pilzsuche

Doch die Suche nach Steinpilzen ist alles andere als ein gemütlicher Waldspaziergang. Denise Lambert weiß das nur zu gut. „Es lohnt sich, auch wenn man sich dabei die Hände aufkratzt,“ sagt sie schmunzelnd, während sie ihren vollen Korb betrachtet. Die Wege sind oft steinig, das Gelände uneben und manchmal rutschig.

Um erfolgreich zu sammeln, braucht es Geduld, ein gewisses Wissen über die Pilze und Respekt vor der Natur. Nur wer die versteckten Stellen kennt und auf die kleinen Zeichen



achtet, die auf einen Steinpilz hinweisen, wird wirklich fündig. Leidenschaft und Ausdauer belohnen am Ende die Mühe – denn das gute Gefühl, den Pilz selbst gefunden zu haben, macht das Essen umso wertvoller.

Ein herbstlicher Genuss, der geteilt wird

Sobald der Steinpilz in der Pfanne brutzelt, wird er zum Star jedes Herbstgerichts. Ob gegrillt, zu einer feinen Suppe verarbeitet, mit saisonalem Gemüse serviert oder einfach in etwas Butter mit Knoblauch und Petersilie angebraten – Steinpilze sind ein Fest für die Sinne. Und das Beste: Dieser Genuss wird am schönsten, wenn er mit Freunden oder der Familie geteilt wird.

Denise und ihre Freundin genießen gemeinsam die Früchte ihrer Arbeit. „Nach einem langen Tag im Wald schmeckt ein Teller voller Steinpilze einfach himmlisch,“ sagt sie strahlend.

Warum also nicht selbst die Gummistiefel anziehen und sich in den Wald wagen?