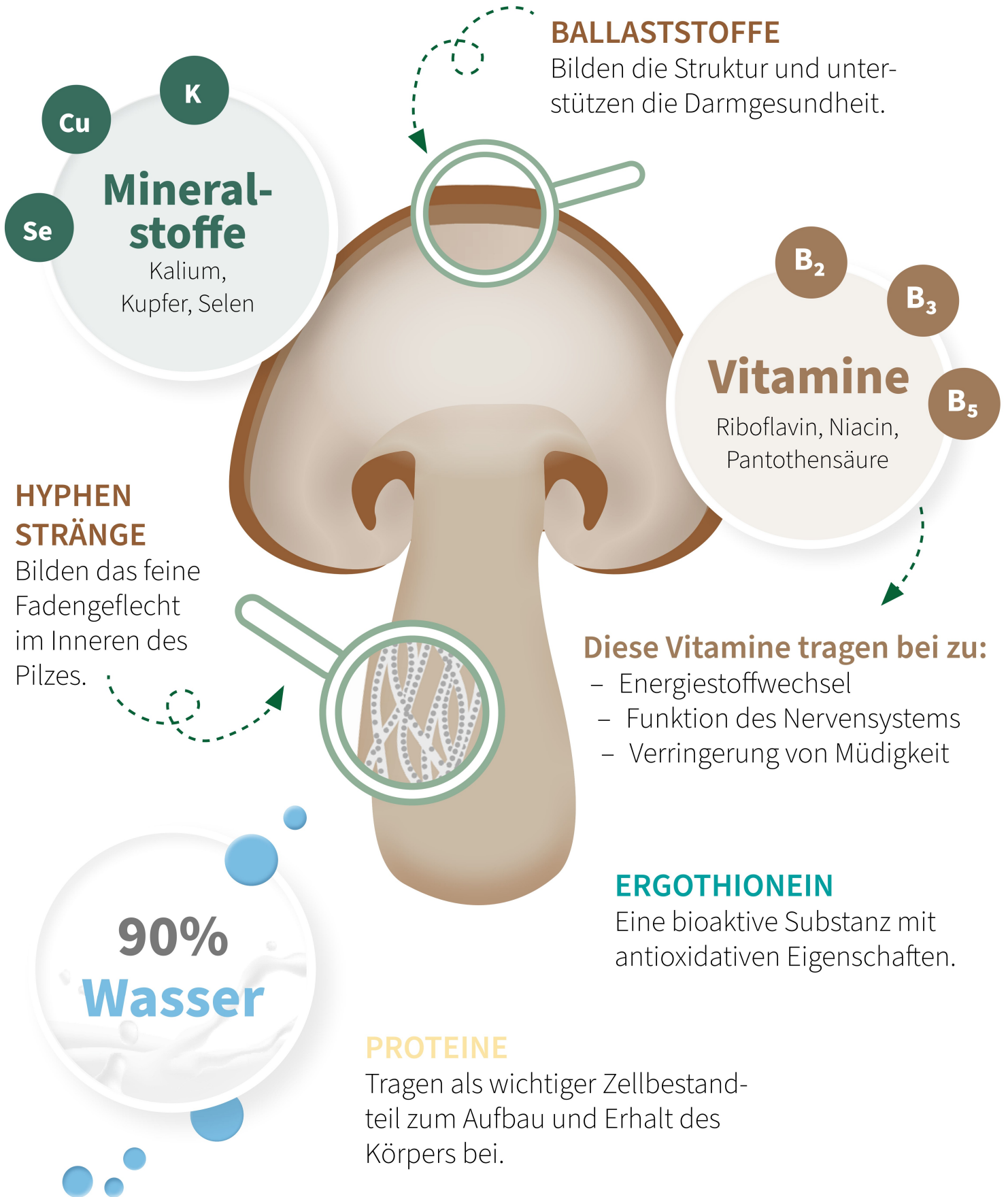


Die inneren Werte



Ergosterol → Vitamin D₂ (bei UV-Bestrahlung)



#dieesserwisser

Pilz-Küchenhacks

Trocken putzen, mehr Aroma

- Pilze mit Pinsel oder Küchenpapier reinigen.
- Nur bei Bedarf kurz abspülen und sofort trocknen.
- So bräunen sie besser und entwickeln mehr Röstaromen.



Der Schnitt macht's

- Kleine Pilze ganz lassen, größere in Scheiben bzw. halbieren oder vierteln.
- Mehr Schnittfläche sorgt für mehr Röstaromen.
- Unterschiedliche Größen bringen mehr Biss auf den Teller.

Voller Geschmack

- In einer heißen, großen Pfanne braten.
- Nicht überfüllen, lieber portionsweise arbeiten.
- Erst braten, dann salzen.



Pilze trocknen, fein mahlen und als Würzpulver verwenden. Das verleiht Suppen, Saucen, Risotto oder Aufstrichen eine Extraportion herzhaft-würzigen Geschmack.

