

## Waldpilz-Quitten-Ragout - Das hat Stiel

Wenn eine Saison ins Wasser fällt, kann das auch mit Trockenheit zu tun haben. Die Pilz-Ernte wird nach diesem Supersommer kläglich. Wir kochen trotzdem aus frischen Waldpilzen ein superbes Ragout.



Angesichts der 150 giftigen Pilzarten in Deutschland greifen die meisten Freunde des typisch erdigen Geschmacks vorsorglich lieber gleich zu Zuchtware. Doch auch die ansehnlichsten Kultivierten wie Austernpilze, Champignons aller Art, Kräuterseitlinge, Shiitake, Pom Pom oder die lustigen weißen Enoki haben auf Dauer ein Problem: sie reichen aromatisch nicht an den Wildwuchs heran.

Vor den ersten Frösten, die traditionell die Sammelzeit beenden, werden kundige Pilzfreunde trotz des für ihr Hobby eigentlich zu langen, trockenen und heißen Sommers in diesen Wochen noch jede Menge volle Bastkörbe nach Hause tragen und den Inhalt - stets auf eigene Gefahr - verputzen. Wer sich sicher ist, den wollen wir an dieser Stelle nicht aufhalten.

Für den Rest bietet der gehobene Fruchthandel im Moment ein großes Angebot von Wild- und Waldpilzen an. Nicht billig, da müssen wir uns nichts vormachen. Im Zweifelsfall aber billiger als eine langwierige Entgiftungskur im Krankenhaus.

Und selbst bei den im Handel oder auf einschlägigen (und vertrauenswürdigen) Wochenmarktständen erhältlichen Waldpilzen ist Vorsicht angebracht. Pfifferlinge, Braune Kräuter-Seitlinge, Judasohren, Steinpilze, Herbsttrompete, Semmelstoppelpilze, Maronenröhrlinge, Edelreizker oder Kastanienseitlinge sollten so frisch wie möglich sein. Denn bei den Zersetzungsprozessen der Eiweiße können Abbauprodukte entstehen, auf die unser Körper mit Übelkeit und Brechdurchfall reagiert. Und das zum Teil sogar, obwohl die vom Gesundheitsministerium empfohlene Mindest-Erhitzungszeit von 20 Minuten eingehalten wurde.

Deshalb Wildpilze unbedingt möglichst frisch einkaufen, vor der Zubereitung abbürsten oder mit einem feuchten Tuch abreiben und gasige oder klebrige Stellen auch an den Kappen großzügig entfernen. Allzu viel Kochflüssigkeit verwässert den Geschmack und wird auch gar nicht benötigt, weil Pilze zu über 90 Prozent aus Wasser bestehen. Deshalb garen wir sie für unser heutiges Rezept "Waldpilz-Quitten-Ragout mit Spätzle" auch primär in Butter mit ein wenig Fond.

### **Wenn Quitten zu Mimosen werden**

Die im Moment ebenfalls reifen Quitten sind gesundheitlich harmlos und bringen eine kulinarisch interessante mürbe Fruchtsäure in die Speise. Allerdings sind sie wahre Oxidations-Mimosen: Noch während des Kleinschneidens und Würfeln läuft das Fruchtfleisch blitzschnell braun an. Das ist in unserem Fall bei den Quittenwürfeln für das später ohnehin in gedeckten Herbst-Tönen auf den Teller kommende Ragout ziemlich egal, das verkocht sich im Laufe der Garung. Die am Ende als Zigarrenröllchen zur Garnierung gehörenden Quittenscheiben dagegen schützen wir durch Einlegen in Zitronenwasser vor diesem auch "Enzymatische Bräunung" genannten Prozess.

Das Anlaufen ist nicht gesundheitsschädlich, verwandelt angeschnittenes Obst wie zum Beispiel auch Äpfel, Birnen oder Bananen aber rasch in alt aussehende Lebensmittel. Dabei macht die Pflanze nichts anderes, als Mikroorganismen abzuwehren, die das nicht mehr von der Schale geschützte Fruchtfleisch angreifen könnten.

Beim Anschnitt oder Aufbrechen der Frucht setzen sich freigewordene pflanzeneigene Polyphenoloxidasen (Enzyme) in Marsch und wandeln Diphenole im Zellsaft in bräunliche Chinone um. Die sind für den Menschen absolut unbedenklich, für pathogene Bakterien aber giftig.

Das Rezept ist übrigens auch für Vegetarier problemlos kochbar: Einfach salzarme Gemüsebrühe statt Kalbsfond nehmen, Butter mit Nussölen ersetzen und anstelle der Eiernudeln Spätzle mit Sprudelwasser, Öl, etwas Kurkuma, einem Teelöffel Johannisbrotkernmehl und zwei Esslöffeln Hartweizengrieß im Teig zubereiten. Hier empfiehlt sich ein Spätzlehobel oder die Anschaffung des "Spätzlewunder".

## **Rezeptur**

**Vorbereitungszeit:** 35 Minuten

**Zubereitungszeit:** 40 Minuten

**Schwierigkeitsgrad:** Mittelschwer

## **Zutaten**

### **Ragout**

200 g weiße Zwiebelwürfel  
25 g Butter (Vegetarier nehmen Nussöl statt Butter)  
1 EL brauner Rohrzucker  
300 g gewürfeltes Quittenfruchtfleisch  
150 g Stangenselleriewürfel  
250 g fein gewürfelte Waldpilze und Abschnitte  
200 ml trockener Weißwein  
800 ml Kalbsfond (oder ungesalzene Gemüsebrühe)  
5 Gewürnelken  
8 Wacholderbeeren  
20 g getrocknete Steinpilze  
4 Lorbeerblätter  
Pfeffer und Salz  
1 Spritzer Zitronensaft

### **Waldpilze**

400 g gemischte Waldpilze z.B. Braune Kräuter-Seitlinge, Judasohren, Herbsttrompete, Semmelstoppelpilze, Maronenröhrlinge, Edelreizker oder Kastanienseitlinge

75 g Butter  
200 ml Kalbsfond (oder ungesalzene Gemüsebrühe)  
Salz und Pfeffer

### **Spätzle & Garnitur**

500 g Mehl (Type 405)  
6 Eier  
1 EL Creme fraiche  
1 Prise Salz und frisch geriebene Muskatnuss  
50 ml warmes Wasser  
30 g Butter  
3 EL Sonnenblumenöl (oder anderes neutrales Pflanzenöl)  
12 hauchdünne Scheiben Bacon (nach Belieben)  
1 EL neutrales Öl  
12 dünne Quittenscheiben (z.B. mit Aufschnittmaschine schneiden)

## **Zubereitung**

### **Ragout**

Zwiebelwürfel in tiefer Pfanne oder WOK in der Butter anbraten und mit dem Zucker goldbraun karamellisieren. Quitten, Sellerie und Pilze zugeben und bei großer Hitze 3 Min. durchschwenken. Wein angießen und komplett einreduzieren. Die Hälfte des Fonds angießen und auf ein Drittel einreduzieren. Lorbeerblätter, Nelken, Wacholder und Steinpilze in Blitzhacker zu einem Pulver mixen und unterheben. Bei mittlerer Hitze mit geschlossenem Topfdeckel 30 Min. köcheln lassen, nach und nach Fond nachgießen. Am Ende Lorbeerblätter entfernen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

### **Waldpilze**

Waldpilze mit Bürste und Messer gut putzen, es darf kein Sand oder Erde mehr anhaften. Pilze in mittelgroße Stücke schneiden. In großer Pfanne in der Butter anbraten, Fond angießen und bei niedriger Hitze 20 Min. schwenken, bis der Fond komplett einreduziert ist. Erst jetzt mit Salz und Pfeffer würzen.

### **Spätzle & Garnitur**

Entweder 750 g Fertig-Spätzle kaufen oder (besser) selber machen: Mehl in Schüssel geben, mittig eine Kuhle eindrücken. Dort restliche Zutaten einfüllen und mit beiden Händen einen elastischen Teig kneten. Großen Topf mit gesalzenem Wasser aufkochen, Temperatur leicht reduzieren - das Wasser darf nur leise siedend sein. Einen Teil des Teiges mit einem Schaber auf ein Holzbrett streichen und dann den Teig nach und nach von der Unterkante mit einer Palette oder langem Messer abschaben, damit dünne Teigfäden ins Wasser fallen. Fertige Spätzle von der Oberfläche abschöpfen und in Sieb gut abtrocknen.

Bacon im Backofen bei 160 °C Umluft auf Backpapier kross braten. Vegetarier können statt dessen eine gleichwertige Menge Judasohr-Pilze in Pflanzenöl in der Pfanne so stark braten, dass die Pilze eine ähnlich krosse Textur bekommen. In diesem Fall mit Rauchsalz abschmecken.

Quittenscheiben entweder direkt nach dem Hobeln in wenig Fett in beschichteter Pfanne goldgelb braten, oder in Zitronenwasser zwischenlagern.

### **Anrichten**

Spätzle in einer großen Pfanne mit dem Fett goldgelb braten und auf vier vorgeheizte große Teller verteilen. Ragout mittig angießen, gebratene Pilze und Speck auflegen und servieren.

### **Getränkertipp**

Zum herbstlichen Pilzragout trinken wir einen nicht minder herbstlichen Roten: In der südafrikanischen Region Swartland reift der feminine und dabei herrlich fruchtige [Cape of Good Hope Riebeecksrivier Western Slopes 2013](#) aus den Rebsorten Carignano, Grenache Noir und Shiraz für 12 bis 14 Monate in gebrauchten Fässern. Delikate Noten dunkler Früchte und (wenig) Zedernholz, am Gaumen nuanciert und seidig. Nicht zu warm servieren.