

Uwe Buschhaus
Gederbachweg 58a

58453 Witten

Tel. 49(0)2302 62318
Fax. 49(0)2302 962184

Mobil. 49(0)172 2805129

www.speisepilze.eu
info@speisepilze.eu

PILZ GROSSHANDEL

UWE BUSCHHAUS

GOOD MUSHROOMS ...

... GOOD LIFE

Kräuterseitling

(Pleurotus eryngii)

Synonyme:

Eryngii, Kräuterseitling, Königsausternpilz,

Beschreibung:

Der Kräuterseitling (Pleurotus eryngii) ist ursprünglich ein in Europa beheimateter Speisepilz, der in der Natur an meist abgestorbenen Wurzeln von Doldenblütlern, am Strassenrand oder auf Bergwiesen vorkommt. Er ist hauptsächlich in Italien (Sizilien) und in den Alpen verbreitet. Dort wächst der Kräuterseitling von Sommer bis Herbst. Seit kurzem ist es gelungen, die weiße Varietät dieses Pilzes auch unter kontrollierten Bedingungen auf Holzsubtrat zu züchten.

(Eryngii) Kräuterseitlinge haben lange, dicke, cremefarbige Stiele, die Hüte sind leicht braun gefärbt. Das Fleisch des Kräuterseitling Pilzes ist fest, Geruch und Geschmack ähneln dem Steinpilz.

Allgemeines:

Der Kräuterseitling ist ein Pilz aus der Gattung der Seitlinge (Pleurotus)

Beim Kräuterseitling (Pleurotus eryngii), der auch als Königsausternpilz bekannt ist, sitzen hellbraune, trompetenartig nach oben gebogene Kappen auf weißen, zarten Stielen. Sein würzig-nussiges Aroma und das zarte Fleisch machen den Kräuterseitling vielseitig einsetzbar: Er eignet sich für das klassische Pilzgericht mit Rahm ebenso wie zum Grillen, Braten und Marinieren. Der Pilz kann, samt Stiel, vollständig verwendet werden. Das Fleisch des Kräuterseitlings bleibt beim Garen bißfest. Der Kräuterseitling ist reich an Eiweiß und Mineralstoffen, sowie leicht und bekömmlich und sehr kalorienarm. Der Kräuterseitling zeichnet sich durch ein zartes Aroma, steinpilzähnlich, mit ähnlich festem Fleisch aus.

Diese Seite über Kräuterseitlinge wurden von der Firma Uwe Buschhaus – Speisepilze- Export – Import - erstellt und ist deren Eigentum. Sie soll allgemeine Informationen über Kräuterseitlinge zur Verfügung stellen. Diese Internet-Seite ist ein Dienstleistungsangebot für ihre Besucher. Die Firma Uwe Buschhaus – Speisepilze – Export – Import - behält sich das Recht vor, den Inhalt dieser Seiten ohne vorherige Ankündigung aus welchen Gründen auch immer jederzeit löschen, ändern oder ergänzen zu können. Alle Angaben über Kräuterseitlinge in diesem Dokument sind von uns mit größter Sorgfalt kontrolliert. Weder die Firma Uwe Buschhaus noch die betreuende Agentur können für Schäden haftbar gemacht werden, die in Zusammenhang mit der Verwendung dieser Inhalte stehen. Bei allen Texten auf dieser Website handelt es sich lediglich um allgemeine Pilz Informationen. Sollte Ihnen ein Fehler in diesem Dokument über Kräuterseitlinge auffallen, so würden wir uns freuen, wenn Sie uns davon in Kenntnis setzen. Wir bedanken uns schon im Voraus für Ihre Unterstützung.

Herkunft:	Europa, Osteuropa, Asien
Art:	Zuchtpilz
Haltbarkeit:	2 – 7 Tage
Lagertemperatur:	2 – 5 Grad Celsius
Saison:	Ganzjährig
Größe:	3 – 7 cm
Farbe:	Hellbraun und weiß
Geruch:	Mild, würzig
Geschmack:	Würzig, leicht Steinpilz ähnlich
Konsistenz:	Fest
Beschädigte Pilze:	Durch Infekte wird der Pilz gelblich
Verwurmte Pilze:	
Überreife Pilze:	Der Pilz wird weich
Schimmelbefall:	Durch zu hohe Feuchtigkeit

Nährwert pro 100 g

Eiweiß:	4,4 g
Kohlehydrate:	3,3 g
Fett:	0 g
Kalorien:	33 kcal

Vitamine

Vitamin A	0 µg
Vitamin D	1 µg
Vitamin E	0,2 mg
Vitamin K	13 µg
Vitamin B1	0 mg
Vitamin B2	0,4 mg
Vitamin B3	2,5 mg
Vitamin B5	2,5 mg
Vitamin B6	0,3 mg
Vitamin B9	27 µg
Vitamin B12	0 µg
Biotin	16 µg
Vitamin C	2,6 mg

Aminosäuren

Alanin	70 mg
Arginin	78 mg
Cystein	26 mg
Glutamin	137 mg
Histidin	24 mg
Leucin	86 mg
Isoleucin	52 mg
Lysin	47 mg
Methionin	26 mg
Thereonin	66 mg
Tryptophan	3,3 mg
Tyrosin	46 mg
Valin	74 mg

Spurenelemente

Kupfer	0,3 mg
Eisen	0,4 mg
Flour	0,1 mg
Mangan	0,2 mg
Jod	12 µg
Zink	0,6 mg

Mineralstoffe

Natrium	4,1 mg
Kalium	121 mg
Kalzium	3,4 mg
Magnesium	16 mg
Phosphor	32 mg
Schwefel	36 mg
Chlor	29 mg

Diese Seite über Kräuterseitlinge wurden von der Firma Uwe Buschhaus – Speisepilze- Export – Import - erstellt und ist deren Eigentum. Sie soll allgemeine Informationen über Kräuterseitlinge zur Verfügung stellen. Diese Internet-Seite ist ein Dienstleistungsangebot für ihre Besucher. Die Firma Uwe Buschhaus – Speisepilze – Export – Import - behält sich das Recht vor, den Inhalt dieser Seiten ohne vorherige Ankündigung aus welchen Gründen auch immer jederzeit löschen, ändern oder ergänzen zu können. Alle Angaben über Kräuterseitlinge in diesem Dokument sind von uns mit größter Sorgfalt kontrolliert. Weder die Firma Uwe Buschhaus noch die betreuende Agentur können für Schäden haftbar gemacht werden, die in Zusammenhang mit der Verwendung dieser Inhalte stehen. Bei allen Texten auf dieser Website handelt es sich lediglich um allgemeine Pilz Informationen. Sollte Ihnen ein Fehler in diesem Dokument über Kräuterseitlinge auffallen, so würden wir uns freuen, wenn Sie uns davon in Kenntnis setzen. Wir bedanken uns schon im Voraus für Ihre Unterstützung.