



Van fluweelpootje tot sombere honingzwam

In de herfst lijken bos, weiland, stadspark en soms zelfs tuin omgetoverd tot één groot kabouterpretpark. Overal staan paddenstoelen in alle soorten en maten. Aandachtvragers met opzichtige rode puntmutsen, bescheidener types met sobere bruine hoedjes en vrolijke groepjes samen op een boomstam. Met Het Paddenstoelenboek van Edwin Florès in de hand vind je de lekkerste paddenstoelen.

Tekst Edwin Florès fotografie Moniek Polak receptfoto's Sascha Schalkwijk illustraties Yvette van Boven Productie Muriël van Bohemen

Paddenstoelen zijn heerlijk, maar ze zelf plukken is nog een hele kunst. Met een goede veldgids in de hand en wat gezond verstand kun je de lekkerste zwammen mee naar huis nemen.

Voor de paddenstoelenjager zijn drie belangrijke groepen paddenstoelen te onderscheiden:

PLAATJESZWAMMEN hebben een vaak duidelijk zichtbare hoed, plaatjes of lamellen, een steel en vaak ook nog een ring. De plaatjes zijn goed te zien als je de hoed omdraait. *Bijvoorbeeld: shiitakes, oesterzwammen, champignons, inktzwammen, rodekoolzwammen en porseleinzwammen.*

BUISJESZWAMMEN hebben onder de hoed geen lamellen of plaatjes maar buisjes. Ze kunnen heel klein en vrijwel onzichtbaar zijn maar ook heel duidelijk zichtbaar. De uiteinden worden ook wel poriën genoemd. *Bijvoorbeeld: boleten, biefstukzwammen en reuzenzwammen.*

BUIKZWAMMEN hebben geen duidelijke lamellen of buisjes. Zijn vaak rond en hebben geen duidelijke steel. Ze liggen als het ware op hun buik. *Bijvoorbeeld: bovisten, parelstuifzwammen en aardsterren.*



Edwin Florès: "Paddenstoelen groeien overal; waar je ze verwacht en waar je ze helemaal niet verwacht. Bijvoorbeeld in de stad op een middenberm. Vorig jaar reed ik door Den Bosch en vond een hele rij grote reuzenbovisten midden in de stad. Het verbaasde me dat ze er nog stonden. Normaal gesproken zou de geveerde grasmaaier van de gemeente er al korte metten mee gemaakt hebben of waren kinderen ermee aan het voetballen geweest. De strook was echter te smal voor de grasmaaier en de rijbanen ernaast te druk om kinderen te laten oversteken. Het was een prachtig gezicht, die grote witte ballen in de middenberm."



Eetbaar, ja of nee?

Als je op zoek gaat naar eetbare paddenstoelen moet je wel weten waaraan je ze kunt herkennen. Neem altijd een goede veldgids mee en trek in het begin veel tijd uit voor het determineren. Bij twijfel altijd laten staan! Als hij niet voldoet aan de beschrijving in de gids, pluk hem dan niet. Kies in het begin paddenstoelen uit die geen giftige dubbelganger hebben, tot je meer kennis en zelfvertrouwen hebt. Dan kun je een leven lang smullen van heerlijke wilde paddenstoelen.

Paddenstoelen hebben vaak prachtige namen, wij vinden deze twee erg leuk:

Sombere honingzwam

Sombere honingzwammen kun je overal in bossen en parken vinden. Ze groeien zowel op naaldhout als op loofhout. Ze zijn er van juni tot half november (bij een zachte herfst). Er is dan wel een explosie aan paddenstoelen. Van de sombere honingzwam kun je alleen de hoed gebruiken. Je moet ze flink verhitten en niet rauw eten. Lekker 4 minuten bakken en smikkelen maar.

Het fluweelpootje

Het fluweelpootje vind je overal waar oud loofhout ligt. Vooral op gesnoeid dood hout. Kijk in de wintermaanden in plantsoenen of op houtwallen. In stadsparken is hij vaak ook goed te vinden. Pluk ze pas vanaf eind december, dan zijn ze het best te onderscheiden van giftige look-a-likes. Te gebruiken in pasta's en soepen.



Eetregels

Leg alle paddenstoelen soort bij soort op een schone tafel. Gooi vieze, beurse paddenstoelen direct weg.

- * Controleer nogmaals met behulp van een veldgids of je de juiste types voor je hebt.
- * Neem geen paddenstoelen van zelfverklaarde kenners aan.
- * Bewaar de paddenstoelen niet langer dan vijf dagen in de koeling.
- * Eet wilde paddenstoelen nooit rauw, ook al staat dat in een recept. Wilde paddenstoelen moet je minstens 4 minuten garen in boter, bouillon of olie.
- * Laat altijd één wilde paddenstoel van de soort die je gaat eten, in de koelkast. Mocht je een allergische reactie krijgen, dan weet je direct door welke paddenstoelensort dat komt.
- * Check, dubbelcheck en triplecheck de juiste soort in een veldgids. Je wordt er alleen maar wijzer van.

Paddenstoelen zijn er in alle seizoenen. In de winter kun je mooie judasoren en fluweelpootjes plukken, in de lente morieljes en voorjaarspronkridderszwammen





Pizza met wilde paddenstoelen

4 personen - bereidingstijd: 1 uur

pizzateeg:

- 1 zakje gist
- 1 el suiker
- 250 gram bloem
- zout
- 2 el olijfolie

vulling:

- 600 gram gemengde wilde paddenstoelen
- 2 sjalotten
- 2 tenen knoflook
- peper en zout
- 200 ml slagroom
- oregano

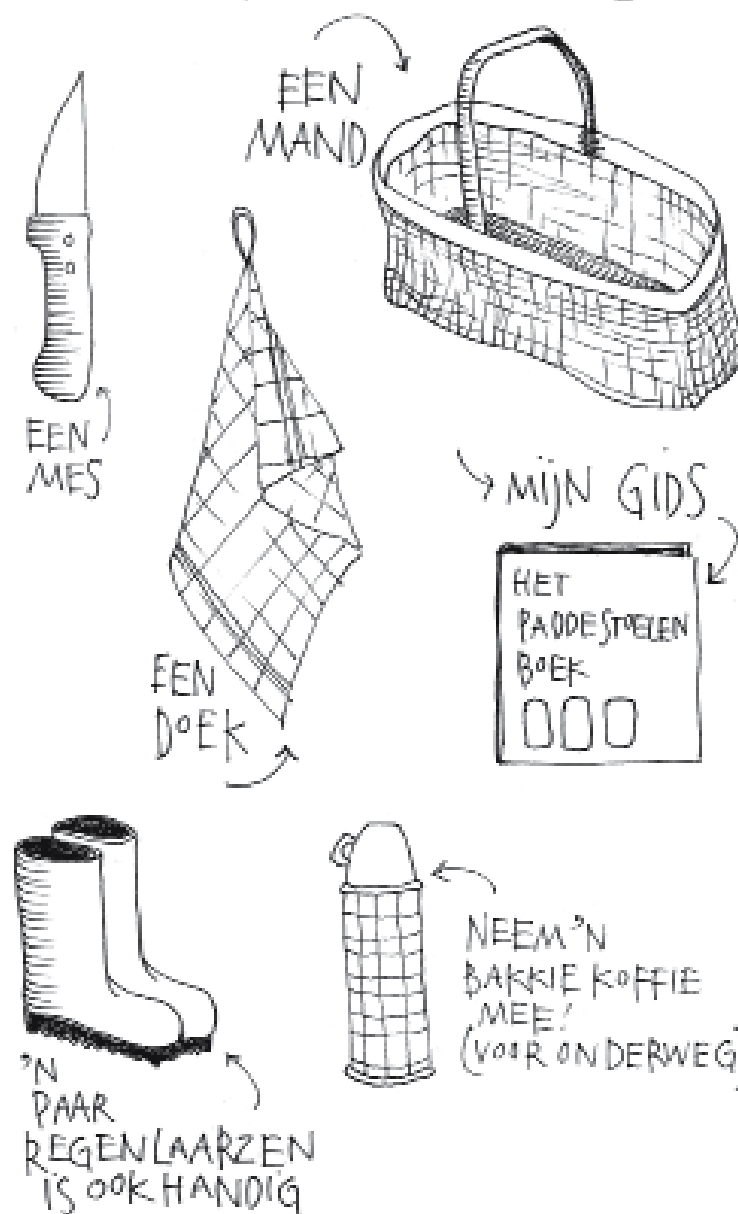
Los de gist op in lauw water, samen met de suiker. Laat 20 minuten staan. Doe de bloem in een kom en voeg het water met de gist toe. Voeg het zout en de olijfolie toe. Doe er beetje bij beetje wat lauw water bij tot zich een mooi soepel deeg heeft gevormd. Zet het deeg onder een natte doek op een warme plek om te rijzen. Mocht je nog een gebonden soep met paddenstoelen over hebben, dan kun je deze indikken tot een saus. Zo niet, bak dan de helft van de paddenstoelen in een pan met sjalotten en knoflook. Breng op smaak met peper en zout en voeg de slagroom toe. Laat inkoken en pureer met een staafmixer. Verwarm de oven voor tot 180°C. Bestuif de bakplaat met wat bloem, rol het deeg uit en leg het op de bakplaat. Bestrijk het deeg met de paddenstoelensaus. Leg daar de rest van de in grove stukken gesneden paddenstoelen op en strooi er oregano over. Zet de pizza in de oven en bak hem in ongeveer 35 tot 45 minuten goudbruin.

Workshop paddenstoelenhunting met Edwin Florès

Buitenlevenlezers kunnen een workshop paddenstoelenhunting met Edwin Florès volgen. Normaal kost dat € 110,- per persoon, Buitenlevenlezers krijgen 10% korting en Het Paddenstoelenboek. De workshop vindt plaats op 23 oktober. Er is plek voor 16 personen. Voor meer informatie: ???



IK GA OP
PADDENSTOELENJACHT
EN IK NEEM MEE:



Het Paddenstoelenboek

Dit artikel is een inkijkje in het geweldig uitgebreide en gedetailleerde boek van Edwin Florès. Wij raden aan niet op zoek te gaan naar paddenstoelen met alleen dit artikel in de hand, maar met Het paddenstoelenboek of een veldgids. Het Paddenstoelenboek is echt een naslagwerk. Naast basisinformatie over zoeken en kweken staan er 20 paddenstoelen in beschreven; waar en wanneer je ze kunt vinden, hoe ze eruit zien, hoe je ze kunt verwerken en of ze een gevaarlijke dubbelganger hebben. Daarnaast staan er ook 22 overheerlijke recepten in. € 17,50 (Becht Lifestyle).