

Rezeptsammlung Laubholz-Harzporling (übersetzt von Lydia Bindrich)

Marinierte Laubholz-Harzporlinge

Zutaten:

450g Laubholz-Harzporlinge (nur sehr junge und weiche Stücke)
1/3 Tasse Rapsöl
¼ Tasse Weißweinessig
1 Knoblauchzehe
2 TL Rosmarin (frisch, klein gehackt)
1 EL Thymian (getrocknet)
1 EL Beifuß (frisch, klein gehackt)
1-2 Lorbeerblätter
2 EL Salz
1 EL Zucker

Zubereitung:

Pilze in schmale Streifen schneiden und leicht ölen. Mit Salz würzen und bei 190°C 30-40 Minuten rösten (bzw. bis die Pilze gebräunt und leicht knusprig sind). Mehrmals wenden bzw. die Pfanne nicht zu voll machen. Zwischen den Pilzstreifen soll etwas Platz sein. Währenddessen Knoblauch hacken und mit dem Weißweinessig mischen, 30 Minuten ziehen lassen, dann alle anderen Zutaten hinzufügen. Wenn die Pilze fest und gebräunt sind, werden sie noch warm mit der Marinade vermischt. Auf Zimmertemperatur abkühlen lassen, in ein Glas füllen und im Kühlschrank aufbewahren. Mehrere Wochen im Kühlschrank haltbar.

Laubholz-Harzporling-Brühe

Zutaten:

4 Tassen geputzte und geschnittene Laubholz-Harzporlinge (2,5cm oder kleiner)
1 Lorbeerblatt
einige frische Thymianzweige
1 Knoblauchzehe (ganz)
5 Pfefferkörner
¼ Zwiebel mit Schale
einige Möhrenscheiben
8 Tassen Wasser
Salz nach Geschmack
1 EL geschmacksneutrales Öl

Zubereitung:

Knoblauch, Möhren und Zwiebel in Öl anschwitzen, Pilze hinzufügen und nochmal 2 Minuten anschwitzen. Wasser und Kräuter hinzugeben und zum Köcheln bringen, bei niedriger Hitze 1 Stunde köcheln lassen. Brühe durchs Sieb gießen, abkühlen lassen; im Kühlschrank mindestens eine Woche haltbar.

Eingelegte Laubholz-Harzporlinge

Zutaten:

ca. 1350g Laubholz-Harzporlinge (weiche Stücke, geputzt und gewaschen)
3 große Knoblauchzehen (dünn in Streifen geschnitten)
¼ Tasse geschmacksneutrales Öl zum Anbraten, z.B. Rapsöl
¼ Tasse Öl nach Geschmack, z.B. Olivenöl, Sonnenblumenöl oder Nussöl
etwa ½ EL Salz
950ml Wasser oder Gemüsebrühe
¼ Tasse Weißweinessig (für die Haltbarkeit)
1 großer Zweig Thymian oder Rosmarin
2 Lorbeerblätter
1 kleine Prise Cayenne- oder Roter Pfeffer

Zubereitung:

Knoblauch in einem Topf goldbraun anbraten. Pilze, Salz und Kräuter dazugeben. Die Flüssigkeit, die die Pilze abgeben, sorgt dafür, dass der Knoblauch nicht zu dunkel wird. Umrühren und ca. 10 Minuten weiter garen, bis die meiste Flüssigkeit verdampft ist. Die Kräuter entfernen, Wasser oder Gemüsebrühe sowie Essig und Öl hinzufügen. Einige Minuten köcheln lassen und mit Salz abschmecken.

Abkühlen lassen und in einem Gefäß im Kühlschrank aufbewahren. Für eine längere Haltbarkeit ist es wichtig, dass die Pilze immer von Flüssigkeit bedeckt sind. Dann sind sie einige Monate haltbar. Die Pilze können auch mit der Flüssigkeit eingefroren werden.

Laubholz-Harzporling-Jerky

Zutaten:

450g Laubholz-Harzporling (weiche Stücke)
½ Tasse Wasser
½ Tasse Sojasauce
2 EL Worcester Sauce
1 TL Zwiebelpulver
1 TL Knoblauchpulver
½ TL Schwarzer Pfeffer
1 Prise Cayennepfeffer

Zubereitung:

Pilze in Streifen schneiden, mit der Marinade mischen und eine halbe Stunde ziehen lassen. Zum Kochen bringen, 5 Minuten kochen, dann die Hitze reduzieren und nochmal 5 Minuten köcheln lassen. Pilze abtropfen lassen und im Dörrautomat bei 50°C 6-12 Stunden trocknen lassen, bis sie trocken und ledrig sind. Die Dauer ist abhängig von der Dicke und Größe der Pilzstreifen. Luftdicht aufbewahren.

Quelle: <https://ultimate-mushroom.com/edible/167-ischnoderma-resinosum.html>

Hackfleischbällchen mit Laubholz-Harzporling-Bratensoße

Zutaten für 4 Portionen:

450g kleine Hackfleischbällchen
ca. 100g zarte Laubholz-Harzporling-Stücke
2 Tassen Fleischbrühe (am besten hausgemacht)
½ Tasse Saure Sahne (Zimmertemperatur) oder Schlagsahne
2 EL Mehl
3 EL Schmalz oder Butter
optional ein Schuss Brandy
Salz
1 große Schalotte oder ½ Tasse Zwiebeln, fein geschnitten
1-2 TL frischer Thymian (klein geschnitten)

Zubereitung:

Hackfleischbällchen im Schmalz anbraten und durchbräunen, dann beiseite stellen. Pilze im Fett anschwitzen, dann Zwiebeln hinzufügen und noch einige Minuten weiter anschwitzen. Bei Bedarf mehr Fett hinzufügen. Mehl hinzufügen und eine Minute mit anschwitzen, dabei umrühren. Optional Brandy hinzufügen und eine Minute kochen lassen. Nach und nach die Brühe zugießen, die Fleischbällchen hineingeben und bei niedrigster Hitze etwa 45 Minuten köcheln lassen, bis sie zart sind. Vorm Servieren die Saure Sahne und den Thymian einrühren, erwärmen, ohne zu kochen, und mit Salz abschmecken. Dazu passt Kartoffelbrei.

Quelle: <https://foragerchef.com/meatballs-with-ischnoderma-gravy/>

Weitere Quellen:

<https://cryofthebolete.com/2018/11/09/mycophagy-post-ischnoderma-resinosum/>

<https://foragerchef.com/resinous-polypore-ischnoderma-resinosum/>

<https://wpamushroomclub.org/recipes/ischnoderma-resinosum-jerky/>

<https://foragerchef.com/ischnoderma-with-beef-peppers-and-rice/>

<https://foragerchef.com/ischnoderma-kimchi/>

(Da Vakuumierer in Deutschland nicht so üblich sind und ich nicht sicher bin, ob Laubholz-Harzporlinge roh verzehrt werden können - ein Kommentator berichtete von einer stark abführenden Wirkung -, habe ich die Anleitung für das Kimchi nicht übersetzt.)

Der Laubholz-Harzporling



*Abschlussprojekt Pilzcoach-Ausbildung
14.11.2021 / Lydia Bindrich*

Der Laubholz-Harzporling: Steckbrief

- erscheint September bis November typischerweise an Stümpfen oder liegenden Stämmen toter Buchen
- in vielen Pilzbüchern (noch) nicht enthalten
- galt in Sachsen 1999 noch als gefährdet, mittlerweile sehr häufig – warum?
- lat. *Ischnoderma resinosum*, Englisch Late Fall Polypore / Resinous Polypore / Steak of the Woods
- ähnlich: Schwarzgebänderter Harzporling (an Nadelholz; strittig, ob eigene Art)



Der Laubholz-Harzporling



Der Laubholz-Harzporling ist ein Saprobiont und verursacht Weißfäule, die oft den Geruch des Pilzes annimmt.

Der Laubholz-Harzporling: Steckbrief

- Fruchtkörper 5-25cm breit, fächer- bis konsolenförmig, z.T. auch effuse Krusten bildend
- zwei Phasen: in der Wachstumsphase sehr weichfleischig und stark saftend; später korkig und fest
- Hutoberseite anfangs gelblich-weiß, dann hell rot-bräunlich, schließlich schwarzbraun gezont
- Geruch erinnert an Anis oder Marzipan
- Sporenpulver weiß



Der Laubholz-Harzporling



Junge Fruchtkörper sind saftig und weichfleischig. Sie besitzen noch keine Röhren. Die Zuwachsränder sind weiß.

Der Laubholz-Harzporling



Bei Feuchtigkeit bildet der Pilz goldgelbe Guttationstropfen.

Der Laubholz-Harzporling



Im Querschnitt sieht man die hellbraune Trama (das Hutfleisch) und die etwas helleren Röhren, die bis 1 cm lang werden.

Der Laubholz-Harzporling



Die Poren sind anfangs rund, im Alter zahnförmig zerklüftet.

Der Laubholz-Harzporling



An der Unterseite von Stämmen kann der Pilz ausgedehnte effuse (herablaufende) Krusten bilden.

Der Laubholz-Harzporling:



Suchbild :-)

Der Laubholz-Harzporling: Verwendungsmöglichkeiten

- junge, zarte Exemplare können in der Küche verwendet werden (s. Rezeptsammlung)
- kreative Verwendung: Papier, „Malerpilz“, Färben
- Studie hat Anti-Tumor-Effekte an Mäusen festgestellt
- kann giftige künstliche Farbstoffe abbauen
- Inhaltsstoffe werden erforscht (u.a. verschiedene Duftstoffe)



Der Laubholz-Harzporling: Zubereitungstipps

- nur zarte Stücke verwenden (am besten junge Fruchtkörper, ggf. auch weiche Zuwachsränder)
- empfohlene Zubereitungsarten: im Ofen rösten oder in der Pfanne schmoren und im eigenen Saft karamellisieren lassen (Flüssigkeit reduzieren, damit das Aroma zur Geltung kommt – ohne dass die Pilze hart werden)
- wird beim Trocknen sehr hart und lässt sich nicht weichkochen; aber: getrocknete Stücke für Brühe



Der Laubholz-Harzporling: Rezeptübersicht

- Marinierte Laubholz-Harzporlinge (aus dem Ofen)
- Laubholz-Harzporling-Brühe
- Eingelegte Laubholz-Harzporlinge
- Laubholz-Harzporling-Jerky
- Hackfleischbällchen mit Laubholz-Harzporling-Bratensoße
- [Kimchi]



Der Laubholz-Harzporling



Aus älteren Fruchtkörpern lässt sich eine Brühe herstellen.

Der Laubholz-Harzporling



Ähnlich wie beim Flachen Lackporling lässt sich die Unterseite des Laubholz-Harzporlings durch Einritzen beschreiben.

Der Laubholz-Harzporling



Auch zur Papierherstellung lässt sich der Laubholz-Harzporling nutzen. Die Textur ist eher grob.

Der Laubholz-Harzporling: Quellen

Heinrich Dörfelt, Erika Ruske (2018): Die pileaten Porlinge Mitteleuropas

<https://publikationen.sachsen.de/bdb/artikel/24341/documents/35236>

http://wwwuser.gwdg.de/~rjahn/Pilzbriefe/PB_Bd_9_18.pdf

<https://cryofthebolete.com/2018/11/09/mycophagy-post-ischnoderma-resinosum/>

<https://ultimate-mushroom.com/edible/167-ischnoderma-resinosum.html>

<https://healing-mushrooms.net/archives/ischnoderma-resinosum.html>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30735043/>

