

Judasohren

Die Judasohren (*Auricularia auricula-judae*) kennt man auch unter den Namen Holunderschwammpilz, Holunderpilz, Wolkenohrenpilz, Mu-Err, Chinesische Morchel. Diese Pilze wachsen ganzjährig auf absterbendem / abgestorbenem Holunder. Beste Funde kann man in feuchten und milden Wintern erwarten. (Manchmal findet man den Pilz auch auf anderen Bäumen, aber das ist extrem selten!)



Judasohren können auch bei Frost gesammelt werden. Der einzige Nachteil ist, dass die Pilze sich etwas schwerer vom Holunder lösen lassen. Die Pilze werden gesäubert. Wichtig ist die Kontrolle der Anwuchsstelle nach kleinen Holzresten! Die Pilze können frisch verarbeitet werden. Für spätere Verwendung können die Judasohren eingefrostet werden (roh oder angebraten). Zum Trocknen sind die Pilze ideal.

Verwechseln könnte man die Judasohren mit den (ungiftigen) Kreisel-Drüslingen (*Exidia recisa*). Kreiseldrüslinge sind aber keine Speisepilze. Auch habe ich die noch

nie auf Holunder gefunden.



Judasohren sind geschmacklos, aber mit einer knackigen Bissfestigkeit. Sie nehmen aber sehr gut Geschmack auf, sind sehr gesund und eignen sich gut für die Asiatische Küche. Dort zählt er auch zu den Heilpilzen!

So nutzen wir die Judasohren:

Zutaten:

- Judasohren, (frisch, getrocknet oder gefrosten), bei getrockneten Judasohren bitte die Aufquellzeit einplanen, Gefrorene niemals auftauen, sondern immer gefroren dazu geben
- Fleisch (Schwein oder Geflügel)
- Lauchzibeln und / oder Zwiebeln
- Paprikaschoten
- Möhren
- eine kleine oder halbe getrocknete Chillischote (wenn man es scharf mag)
- Gewürze für eine Chinapfanne (wer kann, macht die Mischung selbst; wir kaufen immer eine Fertigmischung)



Das Fleisch wird angebraten, die weiteren Zutaten hinzu gegeben. Zuletzt die Würzmischung mit etwas Wasser! Das sollte dann so wie auf dem Bild aussehen.



Dazu passt gut Reis oder Baguette /Zwiebelbaguette. Ein Gläschen Wein nicht vergessen!

Zum Schluss noch ein wichtiger Hinweis:

Judasohren können in der Pfanne explodieren, herausspringen oder andere Zutaten mit herauswerfen! Verletzungsgefahr!

Immer mit Abdeckung arbeiten!



Die Judasohren auf dem Bild werden kurz angebraten und nach dem Abkühlen, eingefrostet!