Die feine französische Champignonküche

(GMH/BDC) À la bourguignonne, à la limousine, à al livonienne, die Zahl der französischen Rezepte für die Zubereitung von Champignons, ist kaum zu überschauen. Jede Provinz, jede Region hat ihre eigene Form, Pilze zu servieren oder Fleisch- und Fischgerichten mit der regionalen Pilzzubereitung den rechten Pfiff zu verleihen. In der Normandie beispielsweise werden Champignons in eine Butter-Sahne-Sauce mit einem Schuss Calvados serviert. Pilze in Wein, Knoblauch und Rosmarin geschmort sind für die Provence typisch. In Bayonne gehört der berühmte rohe Schinken zu Pilzgerichten. Aber auch die gutbürgerliche Art „à la bonne femme“ mit gehackten Zwiebeln, Petersilie und Weißwein oder die der wohlhabenden Seefahrer „à l‘ admiral“ mit Austern und Krebsbutter tauchen in Rezeptsammlungen auf.

Bildnachweis: GMH/BDC

Bildunterschrift: Die feine französische Champignonküche, zum Beispiel Champignon-Ragout mit Estragonsauce.

Das Rezept zum Foto finden Sie am Ende des Textes als Kastenelement

Bilddaten in höherer Auflösung unter:
http://www.gruenes-medienhaus.de/download/2016/02/GMH_2016_09_13.jpg

Pressekontakt: Grünes Medienhaus - Abt. der Förderungsgesellschaft Gartenbau mbH - Michael Legrand
Godesberger Allee 142-148 53175 Bonn
FON 0228.81002-27 FAX 0228.81002-47 E-MAIL info@gruenes-medienhaus.de

Diese vielfältige und kreative Art mit Pilzen umzugehen, kommt nicht von ungefähr. Pilze waren schon immer eine beliebte Speise in Frankreich. Nur standen begrenzte kurze Ernte-zeiten, unzuverlässiges Wachstum und das mühsame Sammeln dem Vergnügen an den Schwämmen entgegen. Zufällig entdeckte ein französischer Melonengärtner vor rund 350 Jahren, dass Champignons nicht nur wild wachsen, sondern sich auch kultivieren lassen. Da sie sich gut und teuer verkaufen ließen, fand er schnell Nachahmer. Die ersten Kulturpilze landeten auf der Tafel von Ludwig IVX und mit langsamer Zunahme des Pilzanbaues durfte auch der Adel teilhaben. So entwickelten sich Pilze zum exklusiven „Gemüse“, das als Hauptgang verzehrt wurde etwa als Champignon-Ragout in Estragonsauce aber vor allem zarte und feine Speisen mit seinem typischen Aroma veredelte. Zartes geschmortes Kalb-fleisch verlangt noch heute nicht nur in der französischen Küche nach Champignons. Feine Geflügel- und Eierspeisen kommen ohne das Aroma der Pilze kaum aus. Seezungenfilets mit Champignons sind ein Klassiker. Aber auch Forelle und Muscheln werden in Frankreich gern mit Champignons veredelt.

Dabei treten die Pilze nicht immer als Ganzes, in Viertel oder Scheiben geschnitten auf. Als Champignon farci fein gehackt, füllen sie große Champignonhüte genauso wie Auberginen oder Omeletts. Sie hüllen Schweinefilets ein, die in Blätterteig gebacken werden sollen. Sie füllen die Höhle des ausgelösten Knochens in Lammkeulen auf - mit gesäuberten und gehackten Lammnieren, Petersilie und Armagnac vermischt.

Eine Spezialität der französischen Küche sind die Champignon-Duxelles, für die Pilze püriert, ausgepresst und mit Butter und Zwiebeln zur trockenen aber geschmeidigen Masse gebraten werden. Duxelles wurden fast gleichzeitig mit der Entdeckung der Champignon-Kultur in Frankreich erfunden. Vermutlich dienten sie dazu, Pilze ein bisschen haltbarer zu machen, wenn sie in größerer Menge anfielen. Duxelles halten sich – kühl aufbewahrt – mehrere Tage, tiefgekühlt sogar zwei Monate. So können sie als Grundlage für schnelle Suppen, Saucen und Füllungen dienen und überflügeln mit ihrem Aroma jede Instantsuppe und – sauce.

Viele weitere interessante Informationen und Rezepte zu Speisepilzen finden Sie auf der Website www.gesunde-pilze.de.

Pressekontakt: Grünes Medienhaus - Abt. der Förderungsgesellschaft Gartenbau mbH - Michael Legrand
Godesberger Allee 142-148 53175 Bonn
FON 0228.81002-27 FAX 0228.81002-47 E-MAIL info@gruenes-medienhaus.de

---

Kastenelement:

Rezept: Champignon-Ragout mit Estragonsauce

Zutaten:

Kartoffeln	8
Gemüsefond	150 ml
gemahlene Haselnüsse	25 g
Semmelbrösel	75 g
glatte Petersilie	1 EL
weiche Butter	75 g
Salz, schwarzer Pfeffer	
kleine Champignons	1 kg
Schalotten	50 g
Knoblauchzehen	2
Schlagsahne	250 ml
Estragon	1 Bund
grobkörniger Dijonsenf, Zitronensaft	je 1 EL

Zubereitung:

1. Die Kartoffeln waschen und schälen. Kartoffeln jeweils auf einen Löffel legen, sechsmal quer bis zum Löffel hinein-, aber nicht durchschneiden. Die Kartoffeln in eine feuerfeste Form setzen. Fond zugießen, evtl. noch zusätzlich salzen und die Form mit Alufolie fest verschließen. Die Kartoffeln im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad auf der 2. Einschubleiste von unten, ca. 40 Minuten backen

2. Inzwischen Haselnüsse, Semmelbrösel, gehackte Petersilie, 50 Gramm Butter vermischen und mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

3. Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, Folie entfernen. Die Kartoffeln mit den vorbereiteten Bröseln bestreuen. Weitere 10-20 Minuten backen, je nach gewünschter Bräune. Warm halten.

4. Die Champignons putzen und je nach Größe noch in kleinere Stücke schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die restliche Butter in einer großen Pfanne erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin farblos andünsten, Champignons dazugeben. Unter zeitweiligem Rühren so lange dünsten, bis die austretende Flüssigkeit zur Hälfte eingekocht ist. Die Sahne dazugeben und 4-5 Minuten cremig einkochen lassen. Estragonblätter abzupfen und hacken. Estragon und Senf unter das Ragout rühren. Nicht mehr kochen lassen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Die Kartoffeln mit dem Ragout servieren.

Tipp: Estragon hat einen starken Eigengeschmack – daher vorsichtig würzen. - Man kann anstatt frischen Estragon auch sehr gut getrockneten Bio-Estragon verwenden.

Guten Appetit!

Pressekontakt: Grünes Medienhaus - Abt. der Förderungsgesellschaft Gartenbau mbH - Michael Legrand
Godesberger Allee 142-148 53175 Bonn
FON 0228.81002-27 FAX 0228.81002-47 E-MAIL info@gruenes-medienhaus.de