

# ADELINE PROBIERT ETWAS NEUES: DEM WALD-KAUGUMMI AUF DER SPUR

**WENN MAN DURCH DIE DAMMER BERGE SPAZIERT, RECHNET MAN MIT VIELEM: RASCHELN-DEM LAUB, ZWITSCHERNEN VÖGELN, ENTGEGENKOMMENDEN MOUNTAINBIKERN, VIELLEICHT EINEM REH AUF ABWEGEN. ABER KAUGUMMI? IM WALD? JA, TATSÄCHLICH!**



Foto: privat

Das „Wald-Kaugummi“, das mir auf meiner Pilzwanderung in den Dammer Bergen begegnet ist, ist weder ausgespuckt noch eklig. Es ist ein Pilz! Genauer gesagt: die Schmetterlingstramete - ein Name, der klingt wie ein Zauberspruch aus einem Harry-Potter-Buch, aber aussieht wie ein eher unscheinbarer bräunlich-grauer Pilz mit weißer Unterseite, der fächerförmig vor allem an Totholz wächst. Also eher weniger Hogwarts, stattdessen Holzsta-pel, Baumrinde oder Moosflächen.



Foto: privat

Diese Anekdote ist nur eine von vielen, die ich auf meiner Pilzwanderung aufschnappe - angeboten von der „WUNSCH“, also der Wald-, Umwelt- und Nachhaltigkeits-schule Dammer Berge. Und damit erfülle ich mir tatsächlich einen kleinen Wunsch: Denn von Pilzen habe ich ungefähr so viel Ahnung wie ein Goldfisch vom Bergstei-gen. Ich sehe sie natürlich, diese knubbeligen, manchmal glitschigen, fächerförmigen, farbenfrohen und für mich meist wunderschönen Waldbewohner - sicher bestimmen kann ich aber nur Champignons, Pfifferlinge oder Kräuter-seitlinge im Supermarkt und einen Fliegenpilz am Weges-rand. Immerhin ist mir aber die große Bedeutung der Pilze für das Ökosystem Wald bewusst. Durch ihr unterirdisch verlaufendes, weit vernetztes Myzel bilden sie eine

lebenswichtige Symbiose mit den Baumwurzeln, die sogenannte Mykorrhiza. Mit dieser Verbindung, die oft als „Wood Wide Web“ bezeichnet wird, werden Nährstoffe, Wasser und sogar Warnsignale zwischen Bäumen ausgetauscht, was für den Nährstoffkreislauf essenziell ist. Neben Kaugummi gibt es also auch Internet im Wald - nur ohne WLAN-Passwort.

So erklärt sich auch nachvollziehbar, dass man den Fruchtkörper des Pilzes vorsichtig erntet, indem man ihn mit einem scharfen Messer abschneidet. Das ist nur einer von vielen Hinweisen und hilfreichen Tipps zu den Pilzen, die uns unser Coach Meike mit auf den Weg gibt. Apropos Ernte: Hätte uns die Trockenheit keinen Strich durch die Rechnung gemacht, hätten wir sogar unter professioneller Aufsicht ein paar essbare Schätze einsammeln können. Denn normalerweise lassen sich in den Dammer Bergen essbare Pilze wie Maronen oder Hallimasche finden. Die Maronen sind dabei echte Anfängerfreunde: Sie gehören zu den Röhrlingen, laufen beim Anschneiden hübsch blau an - keine Sorge, das ist kein SOS-Signal, sondern eine praktische Bestimmungshilfe - und sind damit relativ leicht zu erkennen. Verwechslung eher ausgeschlossen. Anders als bei Arten, die zu den Lamellen-Pilzen gehören. Hier wird es schnell knifflig. Der Feld-Trichterling, der Riesen-Rötling oder der berühmte-berüchtigte Knollenblät-terpilz sind da Beispiele. Die sehen auf Bildern oft harmlos aus, aber wehe, man verlässt sich nur auf die Optik. Dann kann aus dem gemütlichen Waldspaziergang tatsächlich ein Notfall werden. Also: Finger weg! Oder besser gesagt - Messer weg. Denn berühren darf man sie. Entwarnung für alle Eltern, deren Kinder im Wald jeden Pilz wie einen Schatz anfassen: In Europa gibt es keinen einzigen Pilz, der allein durch Hautkontakt gefährlich wird. Ein Pilz kann also nur tödlich sein, wenn man ihn isst. Daher keine Panik, wenn die Kleinen mal neugierig werden - solange sie nicht gleich zum Probieren ansetzen. Neugierig wurde ich auch, als Meike einige getrocknete Pilz-Exemplare aus ihrem Rucksack hervorholte - darunter auch einen Birkenporling. Dieser Pilz lebt parasitär ausschließlich auf Birken, was für den Baum eher nachteilig ist. Für den Menschen hingegen birgt er - so verrät uns Meike - als sogenannter Vitalpilz bemerkenswerte gesundheitliche Potenziale.



Foto: privat

Insbesondere die enthaltenen Bitterstoffe, die sich beim Kauen eines kleinen Stückchens entfalten, wirken sich positiv auf das Verdauungssystem aus. Das hatte wohl auch der Ötzi bereits vor tausenden Jahren bemerkt, denn neben seiner Leiche wurde eine Lederkette gefunden, auf die zwei Stücke dieses Pilzes aufgefädelt waren. Für Personen, die es nicht bitter mögen, mag das Kauen eine

Herausforderung darstellen - für mich hingegen, der dem Bitteren durchaus zugetan ist, war es eine interessante Erfahrung. Sie merken: Ich habe tatsächlich einen Pilz probiert. Noch vor der Wanderung hätte ich das absolut ausgeschlossen. Doch Meikes fundierte und leidenschaftliche Ausführungen überzeugten mich so, dass ich ohne zu zögern auf das getrocknete Stück biss. Und siehe da: Ich lebe noch.

Ob ich nun auch ein frisches, selbstgeerntetes Pilzstück probiere? Natürlich nicht! Ich lerne nämlich auch, dass Pilze - außer Zuchtchampignons - niemals roh verzehrt werden sollten. Ab in die Pfanne damit, für etwa 15 bis 20 Minuten. Um diese Empfehlung umzusetzen, brauche ich jetzt natürlich einen frischen Pilz und damit Regen, viel Regen. Denn erst, wenn der Waldboden ordentlich durchgeweicht ist, beginnt etwa zwei Wochen später das große Pilz-Erwachen. Ob ich eine Marone, die ich dann - so behaupte ich es jetzt einfach - sicher erkenne, auch ernten würde? Ich entscheide spontan ...



Foto: privat



Foto: privat



Foto: privat

**i** Die WUNSCH bietet die Pilzwanderungen „Die geheimnisvolle Welt der Pilze“, „Vitalpilze“ und „Zunderschwamm & Co“ an.

Anekdoten, Wissenswertes und viele Tipps vermittelt dort Meike Uphaus, eine DGFm-zertifizierte Pilzcoachin. Die Wanderungen finden an verschiedensten Terminen statt und dauern etwa 2,5 Stunden. Die Kosten pro Wanderung betragen 28 €, die sich absolut lohnen. Nächste Termine für die Wanderung „Die geheimnisvolle Welt der Pilze“ sind der 5.10. / 18.10. und 2.11. .

Weitere Infos und Buchungen unter:  
[www.wunsch-damme.de](http://www.wunsch-damme.de)