Beliebte Wildpilze: Frühe Pfifferling-Saison 2026

PILZE Tipps für Einkauf, Reinigung und sicheres Sammeln des geschützten Speisepilzes

IM NORDWESTEN/BZFE – Pfifferlinge sind in ganz Mitteleuropa weit verbreitet und haben im Gegensatz zu anderen Pilzen eine relativ lange Sammelsaison. Die Hauptsaison fällt auf die Monate Juli und August. 2026 ist der beliebte Speisepilz jedoch sehr früh dran, vor allem Importe aus dem Balkan waren bereits zwei bis vier Wochen früher als in durchschnittlichen Jahren auf dem Markt. Pfifferlinge aus dieser Gegend sind meist außerordentlich fest und aromatisch.

Auf gute Qualität achten

Beim Kauf erkennt man gute Qualität an Aussehen und Geruch: Die Pfifferlinge sollten goldgelb und fest sein und keine ausgetrockneten, feuchten oder bräunlichen Stellen aufweisen. Sie riechen aromatisch nach Wald und leicht nach Aprikosen. Trockene, verfärbte oder schwammige Stielenden zeigen, dass die Pilze schon längere Zeit lagern. Lassen sie sich gummiartig biegen, sind sie nicht mehr gut. Lose Pilze in der Papiertüte sind besser als in Folie oder in Plastikschalen abgepackte Ware, da sich dort leicht Kondenswasser bilden kann. Sind nur abgepackte Pilze zu haben, zu Hause sogleich aus der Kunststoffverpackung nehmen.

Vor der Zubereitung ist gründliches Putzen Pflicht, denn der Pfifferling ist ein Wildpilz, der sich nicht kultivieren lässt. Folglich kann er als Waldbewohner Erde, Schmutz und beispielsweise Tannennadeln mitbringen. Im Internet finden sich viele Putzvarianten, mal mit Wasser, mal ohne. Generell ist Wasser bei Pilzen keine gute Idee, zumindest unter stark fließendem Wasser oder mit einem ausgedehnten Wasserbad, weil sie gerne Wasser aufnehmen und dann ihr feines Aroma leidet.

Man nimmt die Pfifferlinge einzeln in die Hand, schneidet das untere Stielende sparsam ab und bürstet Stiel und Hut – Ober- und Unterseite – vorsichtig mit einer speziellen Pilzbürste ab. Vertrocknete oder sehr schmutzige Ecken vorsichtig abschneiden, größere Exemplare halbieren.

Beim Selbstsammeln zu beachten

Selbst gesammelte Pfifferlinge können schon mal stärker verschmutzt sein als gekaufte, da diese oftmals grob vorgereinigt sind. Sie einzeln zu putzen, ist ganz schön mühsam. In diesem Fall kann man die Verschmutzungen mit Mehl binden: Pfifferlinge mit ein bis zwei Esslöffeln Mehl in eine Schüssel geben, vorsichtig durchmischen, bis alle Pilze mit Mehl bestäubt sind. Dann die Pilze in ein Sieb geben und das Mehl kurz mit kaltem Wasser sanft abspülen oder die Pilze für wenige Sekunden in ein kühles Wasserbad geben und sogleich auf Küchenpapier trocknen lassen. Die Pfifferlinge anschließend direkt zubereiten und verzehren. Je frischer die Pfifferlinge sind, desto besser schmecken sie – und desto besser halten sie sich auch noch ein, zwei Tage lang im Kühlschrank.

Apropos Selbstsammeln: In heimischen Wäldern ist der Pilz selten geworden. Lichte Wälder mit moosigen Böden bieten noch am ehesten die Möglichkeit, ihn zu finden. Am häufigsten kommt er unter Fichten und Rotbuchen vor. Aber auch unter Eichen, Kiefern und Tannen ist er zu entdecken. Exemplare unter einem Zentimeter Hutgröße gehören nicht in den Sammelkorb. Schließlich muss der Pilz Zeit haben, seine Sporen zu verstreuen, damit die nächste Pilzgeneration heranwachsen kann.

Der täuschend ähnlich aussehende „Falsche Pfifferling“ ist schwach giftig und kann beim Verzehr auch in gekochter Form zu Magen- und Darmbeschwerden führen. Im Zweifelsfall lieber eine Pilzberatung aufsuchen.

Pfifferlinge stehen, wie auch andere einheimische Pilze (etwa Steinpilz, Schweinsohr, Brätling, Rotkappe, Birkenpilz und Morchel) unter Artenschutz. Für „Schwammerlsucher“ gibt es eine Ausnahme, die das Bundesnaturschutzgesetz regelt: Die entsprechenden Pilze dürfen in geringen Mengen für den persönlichen Bedarf gesammelt werden – an Stellen, die keinem Betretungsverbot unterliegen. In der Regel gilt als geringe Pilzmenge je nach Region das, was für ein bis zwei Mahlzeiten ausreicht. Mehr als ein Gericht mit 250 Gramm Wildpilzen pro Person sollte man wöchentlich ohnehin nicht verzehren, wegen der möglichen Strahlenbelastung und der Belastung mit Schwermetallen.



In heimischen Wäldern ist der Pfifferling selten geworden. Im Handel gibt es überwiegend Importe aus Osteuropa. BILD: PIXABAY



Die Saison für Pfifferlinge hat bereits begonnen. BILD: PIXABAY

Nordwest
SONNTAGSBLATT
Herausgeber:
Nordwest Media Vermarktungsgesellschaft mbH & Co. KG
Wilhelmshavener Heerstraße 260,26125 Oldenburg
T: 0441/9988-8430
www.nordwest-sonntagsblatt.de
oldenburg@nordwest-sonntagsblatt.de
Geschäftsführung: Stephanie von Unruh, Andreas Klatt
Verantwortlich für Vermarktung und redaktionellen Inhalt: Stephanie von Unruh
Herstellung: WE-Druck GmbH & Co. KG, Wilhelmshavener Heerstr. 270, 26125 Oldenburg
Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bilder und Bücher wird keine Gewähr übernommen.
Gerichtsstand Oldenburg

