



### GEBEN UND NEHMEN

*In den heimischen Nadelwäldern offenbaren sich gelegentlich runde, braune Köpfe, die sich dem aufmerksamen Betrachter am Waldboden präsentieren. Es handelt sich dabei um die begehrten Steinpilze, die in einem harmonischen Wechselspiel von Geben und Nehmen mit den Bäumen des Waldes verbunden sind.*



© VDN-Fotoportal/Christel Kessler



### KEULE & POLSTER

Der helle Stiel erinnert an eine dicke, auf dem Kopf gestellte Keule während der dunkelbraune Pilzhut sieht aus wie ein fluffiges Polster.

### FICHTEN

Zwischen Juli und Oktober tauchen Steinpilze besonders zahlreich in Nadelwäldern auf, doch auch in Laub- und Laubmischwäldern sind sie zu entdecken. Dank einiger verbliebener Fichtenbestände im Naturpark breitet sich der Steinpilz an verschiedenen Orten aus. Interessanterweise findet man ihn häufig in der Nähe der auffälligen roten Fliegenpilze. Schaut doch mal in den Wäldern des Schwarzbachtals, Hunau, Eb-bemoore, Luerwald, Felsenmeer Hemer, Schanze oder im Elberndorfal!

### SPEISEPILZ

Der Steinpilz gehört zu den beliebtesten Speisepilzen unserer Region. Und das zu Recht! In der Küche ist er vielseitig verwendbar. Es gibt unzählige leckere Rezepte und er schmeckt roh, getrocknet oder gekocht gleichermaßen gut.

### MYKORRHIZAPILZ

Der Steinpilz ist ein besonderer Pilz, der mit den Wurzeln der Bäume zusammenarbeitet. Er gibt den Bäumen wichtige Nährstoffe und erhält im Gegenzug Zucker von den Bäumen. So helfen sie sich gegenseitig und profitieren voneinander. Pilze, die auf diese Weise mit anderen Pflanzen zusammenarbeiten, nennt man Mykorrhizapilze.

### GERINGE MENGEN

Der Steinpilz steht in Deutschland unter Naturschutz und darf nur in geringen Mengen für den Eigenbedarf gesammelt werden.

