



## DER SÜSSLICHE Bio Enoki d'or

### Beschreibung

Der Enoki wird auch «Samt-fussrübling», «Winterpilz» oder «Schneepilz» genannt und zeichnet sich durch seine samtigen, langen Stiele und kleinen Köpfe aus. In der Natur wächst der Pilz büschelweise an Laubbäumen. Die gelben Enoki-Pilze haben bräunlich-gelbliche, schwach gebuckelte Hüte mit einer fettig-glänzenden, hygrophanen Oberfläche. Die Lamellen sind weiss bis blassgelb und breit oder auch schmal, dicht aneinander am Stiel angewachsen. Der Enoki wird seit Jahren erfolgreich in Indoor-Anlagen kultiviert und ist somit das ganze Jahr im Handel verfügbar.

### Kochen mit Enoki d'or

In der Spitzengastronomie ist der Enoki aufgrund seines Aussehens sehr beliebt. Er gilt als vielseitiger Speisepilz, der sowohl roh als auch gekocht verzehrt werden kann. Beim Garen bleibt sein Fleisch bissfest. Er passt wunderbar zu Fleischgerichten, Suppen oder in die vegetarische Küche. In der japanischen Küche wird er aufgrund seines süsslichen Geschmacks und des leichten Zitrusfruchtaromas häufig verwendet. Der Pilz kann mit Stiel gegessen werden.

### Lagerung & Haltbarkeit

Edelpilze kühl und trocken lagern. In einer Kartonschachtel oder Papier-tüte im Kühlschrank aufbewahren (nicht luftdicht verschliessen, Plastik entfernen). Die optimale Lagertemperatur liegt unter 5 °C. Bei durchgehender Kühlung sind die Pilze fünf Tage haltbar. Gefrorene Pilze direkt verarbeiten und nicht auftauen.

### Nährwertgehalt pro 100 g

Energie	154 kJ 37 kcal
Fett	0,3 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,0 g
Kohlenhydrate	8,0 g
Protein	2,7 g
Salz	0,03 g / kg

Aus natürlichen Rohstoffen wie Wasser, Holz, Getreide und Fasern leisten unser Edelpilze Substrate seit 2017 einen wertvollen Beitrag zu der Professionalisierung der Bio Edelpilzzucht in der Schweiz und der EU.

Zu unseren Kunden zählen die grössten Bio Edelpilz Produzenten, welche den Cross- und Detailhandel beliefern.