Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

Verbraucherzentrale Südtirol

Zwölfmalgreiner Straße 2
39100 Bozen
Tel. 0471 975597
info@verbraucherzentrale.it

Braune oder weiße Champignons – wodurch unterscheiden sie sich?

Mo, 14.09.2015 - 11:13

Champignons sind beliebte Zuchtpilze. Zunächst wurde nur der braune Champignon kultiviert. Seit Anfang des letzten Jahrhunderts ist die weiße Sorte auf dem Markt. In ihrem Nährstoffgehalt unterscheiden sie sich kaum. Beide Pilzarten sind ausgesprochen kalorienarm und reich an verschiedenen Mineralstoffen, B-Vitaminen und Eiweiß. Braune Champignons sind allerdings oft teurer als weiße. Sie wachsen langsamer und die Ernteausbeute ist geringer als bei der weißen Variante, daher der Preisunterschied. Die dunkle Sorte enthält weniger Feuchtigkeit. Das führt wiederum dazu, dass ihr Fleisch fester ist und sie intensiver im Geschmack sind. Durch den geringeren Wasseranteil halten sich braune Champignons auch länger und schrumpfen bei der Zubereitung kaum.

Medien-Information
Bozen, 14.09.2015