

# Außergewöhnliches Gemüse und viele Pilze in der Natur sammeln im Juni

URL: [Video ansehen](#)

## Zusammenfassung

Im Video "Außergewöhnliches Gemüse und viele Pilze in der Natur sammeln im Juni" erkunden die Protagonisten den Wald, um essbare Pflanzen und Pilze zu finden, die im Juni verfügbar sind. Der Rotklee, mit seinen charakteristischen Blüten, wird als nützliche Wildpflanze vorgestellt, die entzündungshemmende Eigenschaften hat und in der modernen Medizin bei Wechseljahresbeschwerden verwendet wird. Daneben werden mehrere essbare Pilzarten wie der Fliegenpilz und der Sommersteinpilz näher beleuchtet, wobei der Fokus auf der Ernte, Zubereitung und möglichen Verwechslungen mit giftigen Arten liegt. Die Protagonisten geben hilfreiche Tipps zum Pilzesammeln und teilen ihre Rezepte und Verwendungen für die gesammelten Schätze der Natur.

## Stichpunkte

- **Rotklee (*Trifolium pratense*):** Eine wertvolle Wildpflanze, die entzündungshemmend wirkt und bei Wechseljahresbeschwerden eingesetzt wird.
- **Fliegenpilz (*Neoboletus erythropus*):** Essbarer Pilz, der in Kombination mit anderen Zutaten verwendet wird, um Gerichte geschmacklich aufzuwerten.
- **Sommersteinpilz (*Boletus reticulatus*):** Gilt als höchst schmackhaft, ist jedoch oft madig und sollte direkt im Wald kontrolliert werden.
- **Große Klette (*Arctium lappa*):** Ihre zarten Stängel schmecken nach Artischocke und sind vielseitig in der Küche einsetzbar.
- **Holunderblüten (*Sambucus nigra*):** Diese Blüten können frittiert oder als Sirup und in Tees verwendet werden und bieten zahlreiche gesundheitliche Vorteile.

**Quelle:** Buschfunkistan auf YouTube

**Einstelldatum:** 01.06.2022

---

Revision #1

Created 27 February 2025 12:42:04 by Admin

Updated 27 February 2025 12:42:04 by Admin