

## Morcheln keine unkomplizierten Speisepilze

Dank den milden Temperaturen im Februar hat die Morchelzeit bereits begonnen.

Was sollte man beachten, um diese schmackhaften Speisepilze geniessen zu können, ohne gesundheitliche Schäden zu riskieren?

Der Genuss von frischen Morcheln kann zu gesundheitlichen Beschwerden führen. Morcheln sollten **zuerst getrocknet** werden und erst dann, nachdem sie eingeweicht wurden, verarbeitet werden. Neben der Vermeidung des **Morchellasyndroms** intensiviert sich auch der Geschmack der Morcheln.

## Das Morchellasyndrom:

«Nach dem Genuss von frischen Morcheln in grösseren Portionen kann es nach einigen Stunden zu sehr unangenehmen neurologischen Symptomen wie **Schwindel, Doppelbilder, Gangstörungen** kommen. Auch Magendarmbeschwerden wie **Erbrechen und Durchfall** sind möglich.

Glücklicherweise verschwinden diese Beschwerden nach einigen Stunden ohne weitere Therapie».

Der für die Symptome verantwortliche Giftstoff ist bisher unbekannt. Die bei Tox Info Suisse gemeldeten Fälle mit den genannten Symtomen traten ausschliesslich nach dem Konsum **frischer** Morcheln auf. Notfallnummer 145 (toxinfo.ch)

## **Empfohlene Massnahmen:**

- Frischpilze (halbieren) zuerst trocknen, dann einweichen und kochen.
- Wenn (entgegen der Empfehlung) frisch zubereitet:
  - Mindestens 20 Minuten kochen.
  - Grosse Speisemengen (mehr als 100g/Portionen) vermeiden.