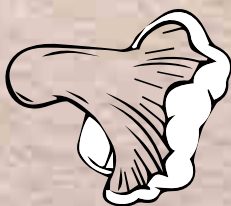


76

vrst gob
in receptov



Anja in Bojan ROT

GOBE

NABIRAMO VSE LETO



Kmečki glas

VSEBINA

UVOD 10

Najina zgodba 10

Gobe 15

Nabiranje 19

Shranjevanje in priprava 21

GOBE IN RECEPTI 25

Zimska idila 25

BEZGOVA UHLJEVKA – *Auricularia auricula*

-judae 26

JUHA Z BEZGOVO UHLJEVKO 27

ZIMSKA PANJEVKA – *Flammulina velutipes* 28

JAGNJETINA Z ZIMSKO PANJEVKO 29

BUKOV OSTRIGAR – *Pleurotus ostreatus* 30

POLPETKE Z BUKOVIM OSTRIGARJEM 31

POZNA ZGRUČEVKA – *Sarcomyxa serotina* 32

FRTALJA S POZNO ZGRUČEVKO 33

CINOBRATA ČAŠICA – *Sarcoscypha austriaca* 34

VLOŽENE ČAŠICE S ČEMAŽEVIM PESTOM 35

RUMENA DRHTAVKA – *Tremella mesenterica* 38

KANDIRANA RUMENA DRHTAVKA 39

Spomladansko prebujanje 41

TRAVNIŠKI KUKMAK – *Agaricus campestris* 42

GOBARJEVA FOKAČA 43

MAJNIŠKA LEPOGLAVKA – *Calocybe gambosa* 44

RIŽOTA Z MAJNIŠKO LEPOGLAVKO IN ŠPARGLJI 45

VELIKA TINTNICA – *Coprinus comatus* 46

PUHASTA OMLETA Z VELIKO TINTNICO 47

TRNULJINA RDEČELISTKA – *Entoloma*

sepium 48

MALE GOBOVE PITE 49

MARČNA POLŽEVKA – *Hygrophorus*

marzuolus 50

ZELENI PASTIČO Z MARČNICO 51

MALA ŠTOROVKA – *Kuehneromyces mutabilis* 52

GOBARJEV KIŠ 53

ŽVEPLENI LEPOLUKNJIČAR – *Laetiporus*

sulphureus 54

ČOMPOV GOLAŽ Z ŽVEPLENIM LEPOLUKNJIČARJEM 55

BETIČASTA PRAŠNICA – *Lycoperdon perlatum* 56

SENDVIČ S SPOMLADANSKIMI GOBAMI 57

DIŠEČA SEHLICA – *Marasmius oreades* 58

GOBOVI RAVIOLI 59

UŽITNI SMRČEK – *Morchella esculenta* 60

REZANCI S SMRČKI IN ČEMAŽEM 61

POLETNI OSTRIGAR – *Pleurotus pulmonarius* 64

PIRE Z GOBAMI 65

JELENOVA ŠČITOVKA – *Pluteus cervinus* 66

TORTILJE Z GOBAMI IN ZELENJAVO 67

SMREKOVA STORŽEVKA – *Strobilurus esculentus* 68

ČEMAŽEVA RULADA Z GOBOVIM NAMAZOM 69

Poletna osvežitev 71

HOSTNI KUKMAK – *Agaricus sylvicola* 72

VLOŽENE GOBE 73

ORANŽNA LATVICA – *Aleuria aurantia* 74

JAJČNI NAMAZ Z VLOŽENIMI GOBAMI 75

RDEČKASTA MUŠNICA – *Amanita rubescens* 76

GOBARSKI LONEC 77

POLETNI GOBAN – *Boletus reticulatus* 78

GOBOVA JUŠNA OSNOVA 79

NAVADNA LISIČKA – *Cantharellus cibarius* 80

POSTRVJI CMOČKI Z LISIČKAMI 81

NAVADNA MOKARICA – *Clitopilus prunulus* 84

PURANJI ZVITKI Z GOBAMI 85

RJAVKASTA LIJEVKA – *Infundibulicybe gibba* 86

GOBOVA ZLOŽENKA 87

VIJOLIČASTA BLEDIVKA – *Laccaria amethystina* 88

GOBARJEVA PICA 89

SOČNI MLEČNIK – *Lactifluus volemus* 92

JETRCA S SOČNIMI MLEČNIKI 93

GABROV DEDEK – *Leccinellum pseudoscabrum* 94

GOBOVA PAŠTETA 95

TREPETLIKOV TUREK – *Leccinum aurantiacum* 96

GOBARSKE RIŽEVE KROGLICE 97

ORJAŠKI DEŽNIK – *Macrolepiota procera* 98

MARELE "NA RDEČO" 99

DOLGOBETNA ČESNOVKA – *Mycetinis alliaceus* 100

GOBOV PRAH 101

ŽAMETASTI NOVOGOBAN – *Neoboletus erythropus* 102
GOBOVA OMAKA Z DOMAČIMI NJOKI 103
NAVADNA LEDENKA – *Pseudohydnum gelatinosum* 104
GOBARJEVA KROMPIRJEVA SOLATA 105
VABLJIVA GOLOBICA – *Russula amoena* 106
LIGNJI Z GOLOBICAMI 107
CISTIDOLISTNA GOLOBICA – *Russula amoenicolor* 108
BRANCIN Z GOLOBICAMI 109
ZLATOLISTNA GOLOBICA – *Russula aurea* 110
TOPLI KRUHKI Z GOLOBICAMI 111
MODRIKASTA GOLOBICA – *Russula cyanoxantha* 112
POLETNO KOSILO 113
SIVEČA GOLOBICA – *Russula decolorans* 114
PIŠČANČJI GOLAŽ Z GOLOBICAMI 115
RJAVOZELENA GOLOBICA – *Russula heterophylla* 116
GOBARSKA OBARA 117
SIVOMODRA GOLOBICA – *Russula parazurea* 118
GOBE V SLADKEM KOROMAČU 119
UŽITNA GOLOBICA – *Russula vesca* 120
KRUHOV ZAVIHEK Z GOLOBICAMI 121
VIJOLIČNOBETNA GOLOBICA – *Russula violeipes* 122
VIJOLIČNOBETNA GOLOBICA NA ŽARU Z OVČJO SKUTO 123
ZELENKASTA GOLOBICA – *Russula virescens* 124
POLNJENI KLOBUKI ZELENKASTIH GOLOBIC 125
MACESNOVA LUPLJIVKA – *Suillus grevillei* 126
PIŠČANEC NA SOLI, POLNJEN Z GOBAMI 127
DATLJEVA POLSTENKA – *Xerocomus ferrugineus* 128
RIČOTA Z GOBANI 129

Jesenska barvitost 131

OVČJI MESNATOVEC – *Albatrellus ovinus* 132
GOBOV HAŠE 133
SIVORUMENA MRAZNICA – *Armillaria mellea* 134
PIROGE Z MRAZNICAMI 136
JESENSKI GOBAN – *Boletus edulis* 138
POLPETE Z JURČKI 139
RUMENI MASLENEC – *Butyriboletus appendiculatus* 140
PRAŽENE ČOMPE Z GOBANI 141
LUSKATA LISIČKA – *Cantharellus amethysteus* 142
LISIČKE IN RDEČA PESA V SOLATI 143

BAKRENASTI POLŽAR – *Chroogomphus rutilus* 144
GOBOV RIČET 145
PŠENIČNA KOPRENKA – *Cortinarius caperatus* 146
GRATINIRANE GOBE 147
BELOBETNA KOPRENKA – *Cortinarius claricolor* 148
GOBARJEVA LEPINJA 149
VIJOLIČASTA KOPRENKA – *Cortinarius violaceus* 150
VIJOLIČASTO POLNJENI KROMPIRČKI 151
ČRNA TROBENTA – *Craterellus cornucopioides* 152
FILE POSTRVI "NA ČRNO" 153
ŽOLTA TROBENTA – *Craterellus lutescens* 154
JUHA S TROBENTAMI 155
TRAVNIŠKA TRATNICA – *Cuphophyllum pratensis* 156
BUČNA JUHA Z GOBICAMI 157
VELIKI SLINAR – *Gomphidius glutinosus* 158
JUHA S SLINARJI IN ZELJEM 159
UHATI DRHTAVEC – *Guepinia helvelloides* 160
NAREZEK Z GOBAMI 161
RUMENI JEŽEK – *Hydnum repandum* 162
PEČENKA ŠTEFANI Z JEŽKI 164
POZNA POLŽEVKA – *Hygrophorus hypothejus* 166
TOM KHA GAI Z GOBAMI 167
MACESNOVA POLŽEVKA – *Hygrophorus lucorum* 168
BUČNE REZINE S POLŽEVKAMI 169
ZAJETNA POLŽEVKA – *Hygrophorus russula* 170
SKUTNI OCVRTKI S TERANOVKO 171
KOSTANJASTI POLSTENOVEC – *Imleria badia* 172
GOBARSKI MAFINI 173
LOSOSOVA SIROVKA – *Lactarius salmonicolor* 174
PIŠČANEC IZ PEČICE S SIROVKAMI 175
VIJOLIČASTA KOLESNICA – *Lepista nuda* 176
GOVEJI ZREZKI Z VIJOLIČASTO KOLESNICO 177
RJAVI ZAJČEK – *Lyophyllum decastes* 178
RDEČI KARI Z ZAJČKI 179
OKRAŠENA SLUZARKA – *Phlegmacium triumphans* 180
DIVJAČINSKI ZREZKI Z OKRAŠENO SLUZARKO 181
MARELIČNI ŠKRLATNIK – *Rheubarbariboletus armeniacus* 182
KROMPIRJEVE PALAČINKE Z GOBAMI 183
KOZJENOGI ŠČITAR – *Scutigera pes-caprae* 184
GOBOV RAGU 185
BOROV GLIVEC – *Sparassis crispa* 186
GOBARSKI RAŽNJIČ 187

MASLENA LUPLJIVKA – *Suillus luteus* 188

GOBOVA CARBONARA 189

GOLOBIČJA KOLOBARNICA – *Tricholoma columbetta* 190

GRATINIRANE TESTENINE Z GOBAMI 191

ZIMSKA KOLOBARNICA – *Tricholoma portentosum* 192

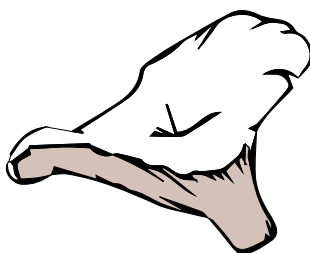
KUSKUS S SIVKAMI IN ZELENJAVO 193

POPRHNJENI POLSTENEC – *Xerocomellus pruinatus* 194

GOBARSKI NADEV 195



LITERATURA 197



OPOZORILO!

Uživanje napačno določenih gob je lahko usodno. Kadar smo v dvomih o vrsti gobe, jo je bolje zavreči. Avtorja in založnik ne odgovarjajo za napačno, zmotno ali pomanjkljivo določitev posameznih vrst gob.



TRAVNIŠKI KUKMAK

Agaricus campestris



RASTIŠČE

Raste posamično ali v skupinah od aprila in vse do oktobra. Že ime nam pove, da najraje uspeva na travnikih, tudi pašnikih, zelo redko v gozdovih.



OPIS

Klobuk je v mladosti poloblast, pozneje se zravnja. Zraste lahko do 10 cm v premeru in je bel, starejši postane nekoliko luskast. **Lističi** so rožnati do rjavo črni. **Trosni prah** je črnkasto rjav. **Bet** je čvrsto pritrjen na klobuk in ni nikoli daljši od premera klobuka. V mladosti zastiralo prekriva lističe od beta do roba klobuka. Pozneje se zastiralo raztrga in na betu ostane obroček. **Meso** je belo, na zraku postane nekoliko rožnato ter je prijetnega vonja in okusa.



UPORABNOST

Travniški kukmak velja za enega boljših kukmakov in je zelo vsestransko uporabna goba. Lahko jo uživamo surovo v solatah, na žaru ali tudi kuhano v omakah in juhah na tisoč in en način. Lupiti jih ni treba, stare bete pa lahko odstranimo, če so postali preveč žilavi. Lahko jih tudi zamrznemo, čeprav to ni potrebno, saj so na voljo skoraj vse leto.



ZAMENJAVA

Pri nabiranju travniškega kukmaka je potrebna previdnost! Zamenjamo ga lahko s strupenim **karbolnim kukmakom** (lat. *Agaricus xanthodermus*), ki ima zelo močan, neprijeten vonj po karbolu in pri prerezu porumeni, še posebej intenzivno v dnušcu beta. Karbolni kukmak povzroča hude prebavne motnje. Če smo blizu gozda, je mogoča tudi zamenjava s smrtno nevarno **pomladansko mušnico** (lat. *Amanita verna*), ki ima v nasprotju s travniškim kukmakom lupino, ki obdaja bet in odebeljeno dnušče, ter belo meso in lističe.

*Poljudno imenujemo travniški kukmak lipika, pečenka in šampinjon, čeprav se zadnje poimenovanje nanaša na gojene vrste, kot je dvotrosni kukmak (lat. *Agaricus bisporus*).*

V 550 g mlačne vode zamešamo sladkor in kvas, dodamo moko in premešamo z žlico. Ni treba dolgo mešati, le toliko, da ni več grudic. Testo bo precej mehko in lepljivo, kar je pri takem razmerju vode in moke povsem normalno. Pokrijemo ga in pustimo vzhajati 30 minut.

V dovolj veliko stekleno skledo damo preostalih 50 g vode in v njej raztopimo sol, nato pa dodamo vzhajano testo. Pomagamo si z lopatico, da iz sklede lažje vse postrgamo. Testo z omočenimi rokami štiri- do šestkrat potegnemo in prepognemo, znova pokrijemo in pustimo stati 30 minut, nato postopek ponovimo. Nazadnje dodamo žlico oljčnega olja, ponovimo postopek potegov in prepogibov ter pustimo vzhajati 30 minut. Zdaj testo z naoljenimi rokami prestavimo v naoljen pekač (28 x 35 cm) in ga enakomerno razporedimo po

Gobarjeva fokača

Le kdo ne obožuje okusne in mehke fokače? S tem receptom bomo navdušili bližnje in prijatelje na vsakem druženju.



Sestavine:

- 600 g vode
- 600 g moke tip 00 (ali tip 400 ali tip 500)
- 7 g suhega kvasa
- 1 žlička sladkorja
- 14 g soli
- 100 g izbranih gob
- oljčno olje

njem. Po celotni površini ga potapkamo z naoljenimi prstnimi blazinicami, da ustvarimo značilne vdolbinice.

Gobe narežemo, posolimo in jih rahlo potisnemo v testo. Če uporabljamo zamrznjene, jih je treba najprej prepražiti, da iz njih izpari tekočina. Pečemo pri 220 °C približno 20 do 30 minut.

Recept je nekoliko zahtevnejši in nam vzame kar nekaj časa, vendar ga je vredno preizkusiti, saj je rezultat izjemno mehka sredica in hrustljava skorjica.

Gobarjevo fokačo ponudimo z narezkom, dodamo še vložene gobe.

UŽITNI SMRČEK

Morchella esculenta



RASTIŠČE

Raste od konca marca do maja, če je dovolj vlažno in ravno prav toplo. Najdemo ga ob bregovih potokov in rek, včasih na travnikih in pogoriščih ter tudi v listnatih in mešanih gozdovih, pogosto tam, kjer raste jesen.



OPIS

Klobuk gobe ima zelo značilno okroglasto do jajčasto obliko, je okrasto rumen do sivkast in spominja na satje. Z betom zraste celo do 15 cm, klobuk meri do 8 cm. **Bet** je votel, bel do svetlo rumen, torej svetlejši od klobuka. **Meso** gobe je zelo krhko in prijetnega vonja.



UPORABNOST

Užitni smrček ali mavrah je ena izmed najbolj cenjenih in okusnih gob. Ker je ena izmed prvih spomladanskih gob, še toliko bolj velja za pravo gobarjevo trofejo. Surovih smrčkov ne smemo uživati, saj so pogojno užitni. Zaradi zelo značilnega odličnega okusa so odlični samo pečeni na žaru, kot jih midva najraje pripravljava, zelo okusni so tudi v kremni juhi ali omaki s testeninami, njoki ali kakšno drugo prilogo. Primerni so za zamrzovanje ali sušenje.

Če jih posušimo, jih lahko ohranimo v prvotni obliki ali pa jih zmeljemo v prah. Ker je goba votla, se velikokrat tja zateče kakšen nezaželen gost, zato je najbolje, da jo prerežemo po sredini že v gozdu in jo očistimo s krtačko.



ZAMENJAVA

Poznamo še druge užitne smrčke, kot je **koničasti smrček** (lat. *Morchella conica*), ki se lahko nekoliko razlikuje po obliki in barvi. V surovem stanju je treba poznati smrtno strupenega **pomladanskega hrčka** (lat. *Gyromitra esculenta*) z nagubanim klobukom, ki spominja na možgane in je temnejše rdečkasto rjav ter raste v bližini iglavcev ali na njihovih ostankih. Neuziten je tudi **češki smrčkovec** (lat. *Verpa bohemica*), ki ima nepravilno vzdolžno naguban klobuk z nepravilnimi podolgovatimi jamicami. Zadnje raziskave so pokazale, da je goba škodljiva, v Sloveniji je tudi zaščitena.

Užitni smrček že dolgo časa velja za specialiteto. Predvsem v Franciji, tudi v Italiji in Švici, je zelo cenjena goba, ki jo prodajajo na tržnicah in v specializiranih trgovinah. Kilogram posušeni mavrahov lahko doseže ceno okrog tisoč evrov. Zvesti so svojim rastiščem, zato je zelo verjetno, da ga najdemo prihodnje leto v neposredni bližini znanege rastišča. Najin velikan je tehtal pol kilograma.

Poljudno ga imenujemo mavrah, čmrčec, irs ali čmrček.

Rezanci s smrčki in čemažem

Odlična in preprosta jed na spomladanski dan – tudi cenovno prijazna, če se le sami odpravimo v naravo.



Sestavine (za 2 osebi):

- 200 g smrčkov
- 200 g rezancev
- 1 velika pest čemaža
- 2 žlici kisle smetane
- 1 dl gobove osnove ali vode
- oljčno olje
- sol

Na oljčnem olju prepražimo smrčke, ki jih posolimo. Ko postanejo lepo zapečeni, dodamo kisló smetano, narezan čemaž in zalijemo z gobovo osnovo ali vodo in kuhamo približno 5 minut. Hkrati v slani vodi skuhamo rezance, naj bodo čvrsti na ugriz (al dente). Ko je omaka ravno prav gosta, jo združimo s pripravljenimi rezanci.