

## Hlíva ústříčná - M13 ( Pleurotus ostreatus)

Hlíva ústříčná je jedna z nejnámějších a také nejvíce pěstovaných dřevokazných hub u nás. Její obliba u konzumentů je veliká, zejména pro její aroma a blahodárné účinky glukanu pleuranu, který zvyšuje odolnost organismu. Pěstují se chladnomilné, teplomilné i tropické druhy. Nejvíce pěstované jsou chladnomilné kmeny (M13, M109).

Plodnice vyrůstají střežovitě nad sebou v trsech. Klobouk je v průměru 5-15 cm, masitý, šedé až modročerné barvy.

Substrátem pro pěstování houby je buď kompaktní dřevo (špalky, větve), nebo v případě intenzivního pěstování piliny, hobliny listnatého dřeva, krátce řezaná sláma nebo drcená kukuřičná vřetena.

### Pěstování na dřevě listnatých stromů

Dřevo by mělo pocházet ze stromů nebo větví, které nejsou poraženy delší dobu, kdy má svoji přirozenou vlhkost a není ještě napadeno jinými houbami. Ideální doba od porážení je 2 - 3 měsíce. Za tuto dobu ztratí dřevo veškeré obranné látky a podhoubí může kmeny dobře kolonizovat. Můžeme použít buk, dub, břízu, olši, topol, lípu nebo dřevo z ovocných stromů. Nejlépe kmeny nebo větve o délce 40 - 50 cm.

Zaočkovat sadbu můžeme do kmenů nebo větví různými způsoby. Nejlépe se osvědčilo nadělat ve kmenu hluboké zářezy do kterých nasypeme rozdrobenou sadbu a kmen nebo větev ihned balíme do potravinářské folie. Sadba ze zářezů nevypadne a zároveň zamezíme vysychání a možné kontaminaci. Kmeny můžeme i rozštípnout a sadbu aplikovat mezi obě poloviny, které opět spojíme pomocí hřebíků nebo vrutů. Je dobré je potom zabalit jako v prvním případě do folie. Naočkované kmeny umístíme na zastíněná místa s dostatečnou vlhkostí v našich zahradách (balkonech, terasách). Rychlost prorůstání je závislá na teplotě prostředí. Může trvat 3 - 6 měsíců. Poklesem teplot se růst podhoubí zpomaluje. Zejména při pozdějším vysazení dojde k nedostatečnému prorostení. To je znovu obnoveno až v následujícím roce, kdy teploty opět stoupnou. Urychlit můžeme celý proces tak, že naočkované kmeny umístíme celoročně do prostor s teplotou okolo 20-25°C. Dostatečnou vlhkost zabezpečíme, že kmeny zakopeme z jedné třetiny do země a průběžně zaléváme. V případě umístění v budovách vložíme do PE pytle, kde vlhkost zajistíme přidáním malého množství vody. Správně prorostlý kmen nebo větev poznáme tak, že v jeho řezu pozorujeme zřetelné zbledání povrchu. Poté můžeme odstranit pytel (folii) a dobře prorostlý kmen nebo větev umístíme na stinné vlhčí místo. Ideální je kmen zakopat z jedné třetiny do půdy. Růst podhoubí se zcela zastaví při teplotě 5°C a nepoškodí jej ani mráz. Plodnice se objevují po pěti až šesti měsících většinou na podzim a v zimě. V průběhu tvorby plodnic mají jednotlivé druhy hlív svá teplotní maxima, která pokud jsou překročena zcela znemožní nasazování plodnic.

### Pěstování na slámě

Tímto způsobem můžeme houby pěstovat po celý rok. Použít můžeme pšeničnou, ječnou nebo žitnou slámu, která byla uskladněna v suchu. Nevyhovuje sláma černá, nahnilá, plesnivá také ne zcela čerstvá. Slámou naplníme 40-60 litrový silnější polyethylenový pytel. Slámu v pytli utlačíme. Lépe se pracuje z krátce řezanou slámou. Poté zalijeme vřelou vodou (min.90°C), tak aby byl celý obsah ponořen ve vodě. Pytel zavážeme a necháme postupně vychladnout. Po vychladnutí odřízneme spodní rohy pytle, aby přebytečná voda odtekla. Následující den pytel rozvážeme a nasypeme do takto ošetřené slámy rozdrobenou sadbu a rovnoměrně promícháme. Při manipulaci dbáme na čistotu rukou a nářadí. Zamezíme tím následné kontaminaci substrátu jinou plísní. Pytel opět uzavřeme a po obvodu prořízneme několik otvorů ve tvaru kříže (3x3 cm) Poté umístíme do prostor z teplotou 20-25°C. Světlo není v této fázi nutností. Po 3-4 týdnech, když je obsah pytle celý bílý snížíme teplotu pod 20°C, nebo jej přemístíme na stinné chladné místo, kde začne docházet vlivem snížené teploty a přítomností světla k nasazování plodnic. Plodnice se začnou vytvářet v zářezech, které jsme již dříve po obvodu pytle nadělali. Nasazené zárodky pravidelně rosíme (nesmí dojít k jejich zaschnutí). Růstové vlny se objevují podle teploty v odstupu 14-21dnů. Pytel plodí do té doby než jeho obsah nezměkne a nezačne se rozkládat.

### **Intenzivní pěstování na pilinách, hoblinách nebo slámě**

V praxi se nejlépe osvědčilo použití slaměných peletek (používají se jako podestýlka), nebo briket z pilin či hoblin listnatých dřevin. Takto získaný materiál ošetříme v silnějším polyethylenovém nebo polypropylénovém sáčku vařící vodou v poměru 2:1 (voda: brikety, pelety). Ideální je poměr 1-2kg peletek nebo briket, které zalijeme 2-4 litry vařící vody. Sáček po přelití vřelou vodou ihned uzavřeme. Zabráníme možné kontaminaci konkurenčními plísněmi. Následující den po přirozeném vychladnutí do sáčku nasypeme rozdrobenou sadbu (3-5 % váhy připraveného substrátu) a celý obsah důkladně promícháme. Sáček uzavřeme vatovým válečkem o průměru 2-3cm nejlépe pomocí gumičky. Zabezpečíme tím výměnu plynů uvnitř substrátu. Umístíme jej do prostor s teplotou 20-25°C. Podhoubí prorůstá asi dva až tři týdny. V čase kdy je substrát celý rovnoměrně prorostlý (bílý povrch), odřízneme sáček 1 - 2 cm nad dnem. Umístíme jej tak jako v případě pěstování na slámě na chladné stinné místo. Substrát v tomto období několikrát za den rosíme a snažíme se aby byl povrch neustále vlhký. Poté se v důsledku snížení teploty (pod 20°C) a přítomnosti světla začnou vytvářet plodnice. Takto připravený substrát nám bude plodit ve 2 - 3 růstových vlnách v odstupu 2 -3 týdnů. Vyplozený substrát (začne se rozpadat), můžeme použít do kompostu nebo jako mulč.

### **Sklizení a použití**

Hlívu sklízíme nejlépe odlamováním celých trsů. Umístěné v chladu (+4°C)nám vydrží týden. Plodnice je dobré skladovat vždy lupeny nahoru. Čerstvá nabízí možnost rozličného využití v různých kuchyňských úpravách. Protože třeně mají vysoký obsah zdraví prospěšných látek a jsou z hlediska přípravy pokrmů pro jejich větší tuhost nevhodné doporučuje se je usušit a rozemlít na prášek. Ten je potom vhodné používat jako doplněk stravy nebo koření.