

## Penízovka sametonohá - (Flammulína velutipes)

**Penízovka je drobná houba rostoucí v trsech na podzim a v zimě na živých či odumřelých kmenech listnatých stromů. Houba je kosmopolitně rozšířená v Evropě, Asii, Severní Americe, Austrálii a v Africe.**

Plodnice jsou málo masité, oranžově medové, za vlhka slizké. Třeň je pod kloboukem žlutočervený, v dolní části hnědý - sametový.

Houba plodí na měkkém dřevě prvním rokem, na tvrdém dřevě až v následujícím roce. Plodnice vytváří během chladného podzimu až do zámrazu.

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 poražení 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 kmene 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 kmene 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 kmene umístíme celoročně do prostor s teplotou okolo 18-25°C. Dostatečnou vlhkost zabezpečíme, že kmene 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 zblednutí 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 následujícím roce plodí od podzimu do jara.

### **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 polyetylenovém nebo polypropylénovém sáčku vařící vodou v poměru 2:1 (voda: brikety, pelety). Ideální je poměr 1-2 kg 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 18-25°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. Důsledkem toho a také poklesem teploty na 3 - 5°C začne docházet k nasazování plodnic. Substrát v tomto období několikrát za den rosíme a snažíme se aby byl povrch neustále vlhký.

### **Použití a kuchyňské zpracování**

Plodnice jsou velice křehké, mají křupavou texturu. Při delší tepelné úpravě však třeně ztvrdnou a mají vláknitou strukturu. Je důležitá jenom krátká tepelná úprava! Hodí se při přípravě polévek a různých masitých a zeleninových pokrmů.

Použit lze jako přírodní antibiotikum, dokáže nabudit imunitní systém, posílit funkci slinivky břišní a snížit hladinu cukru v krvi. Pomáhá při odplísňení organismu.

Doporučuje se užívat 3x týdně 150g čerstvých plodnic k posílení organismu.