

# Obsah

Úvod .....	7
<b>1. Úvod do říše hub .....</b>	<b>9</b>
1.1 Co jsou houby? .....	9
1.2 Význam hub .....	9
1.3 Využití vyšších hub k léčení .....	11
1.4 Jména hub .....	12
1.5 Růst a rozmnožování hub .....	14
1.6 Tradice hub v historii člověka .....	15
1.7 Z historie pěstování hub .....	16
1.8 Současný stav pěstování jedlých hub .....	17
1.9 Vztah mezi pěstováním jedlých hub a ochranou životního prostředí .....	19
1.10 Jak je to s výživovou hodnotou a stravitelností hub? .....	19
<b>2. Všeobecné informace o pěstování hub .....</b>	<b>21</b>
2.1 Hlavní suroviny pro pěstování hub .....	21
2.2 Příprava substrátu .....	23
2.3 Sledování základních parametrů při přípravě substrátu .....	24
2.4 Sadba .....	26
2.5 Očkování neboli osazování substrátu .....	28
2.6 Kolonizace osázeného substrátu .....	29
2.7 Jakou funkci má krycí zemina? .....	29
2.8 Tvorba plodnic .....	30
2.9 Pěstírna .....	31
<b>3. Pěstování jednotlivých druhů hub .....</b>	<b>35</b>
3.1 Dřevokazné houby .....	35
3.1.1 Pěstujeme hlívy .....	35
3.1.2 Druhy hlív .....	36
3.1.3 Pěstování hlív na dřevě .....	38
3.1.4 Pěstování hlív na slámě .....	42
3.1.5 Co je to shii-take? .....	45
3.1.6 Metody pěstování houževnatce jedlého .....	46
3.1.7 Pěstování penízovky sametonohé .....	48
3.1.8 Šupinovka nameko .....	50
3.1.9 Jednoduchý způsob pěstování opeňky měnlivé na dřevě .....	51
3.1.10 Pěstování polničky topolové – <i>Agrocybe aegerita</i> .....	52
3.1.11 Pěstujeme ucha .....	52
3.2 Možnosti pěstování dalších druhů hub .....	54
3.2.1 Můžeme pěstovat rosolovky, korálovec nebo síťovky? .....	55
3.2.2 Límcovka vráscitoprstenná – houba vhodná pro zahrádkáře .....	58

3.2.3	Kukmák sklepní ( <i>Volvariella volvacea</i> ), významná pěstovaná houba	60
3.2.4	Je hnojník houba vhodná pro pěstování?	62
3.2.5	Proč se nepěstují hříby, ryzce, lišky, holubinky a další výborné jedlé houby?	62
3.2.5.1	Čirůvka matsutake	64
3.2.5.2	Lanýže	64
3.2.6	Další rozšiřování počtu pěstovaných druhů hub	66
3.3	Pěstování žampionů	68
3.3.1	Které druhy žampionů se pěstují?	69
3.3.2	Čím je pěstování žampionů složité?	70
3.3.3	Příprava žampionového substrátu	70
3.3.4	Fermentace žampionového substrátu	71
3.3.5	Osazování hotového substrátu	73
3.3.6	Kdy a jak se používá krycí zemina?	74
3.3.7	Pěstební systémy	76
3.3.8	Péče o žampionovou kulturu	77
3.3.9	Sklizeň	78
3.3.10	Jak využít vyplozený žampionový substrát?	79
3.3.11	Choroby žampionů	80
3.3.12	Jak bojovat proti chorobám?	81
3.3.13	Hlavní škůdci v žampionové kultuře	82
3.3.14	Jak se chránit proti škůdcům?	82
4.	<b>Zásady zpracování hub</b>	84
4.1	Jak ošetřujeme sklizené plodnice?	84
4.2	Správné sušení hub	84
4.3	Další způsoby konzervace hub	86
5.	<b>Pokrm y z pěstovaných hub</b>	87
5.1	Úprava hub před zpracováním	87
5.2	Houby jako předkrm	88
5.3	Houbové polévky	89
5.4	Houby jako součást hlavního jídla	90
5.5	Dezerty z hub	94
5.6	Nejrozšířenější jídla ze žampionů	95
5.7	Vybrané speciální recepty na závěr	96
	<b>Literatura</b>	98
	<b>Slovníček odborných výrazů</b>	99
	<b>Rejstřík</b>	100