

České republiky ideální, možná i nejlepší podmínky. „Největší sen mnoha mykologů z celého světa je navštívit třeba Karlštejnsko,“ potvrzuje Jiří Baier. „Tam se totiž vyskytuje abnormálně mnoho druhů, což souvisí s vápencovým podloží v oblasti. Široké paletě hub nahrává v naší zemi různorodost podloží, jsou tu nížiny i podhůří, bažiny i suchá místa. Důležitá je právě příhodná pestrost biotopu. Český národ má o houbách značné vědomosti a hlavně k nim chová lásku, což asi jinde zaznamenat nelze.“

Dobrá zpráva: podle odborníků se dá předpokládat, že díky skleníkovému efektu houby v budoucnu porostou stále víc. Takže lásce k fešákům na nožkách neudělá přítrž ani měnící se klima. ■



**Jedna z našich
nejkrásnějších hub:
muchomůrka červená**



Tomuhle raději nevěřte

**Aneb Pověry,
které můžou stát život**



Jedovaté houby chutnají odporně



Není to pravda: Muchomůrka zelená je naopak výtečná; alespoň to říkají ti, co měli štěstí a přežili.



**Dlouhým vařením a smažením
se jed zlikviduje**



Není to pravda: Většinu toxinů var neničí!



**Jedovaté houby poznám:
jsou nádherné a pěkně zbarvené**



Není to pravda: Právě muchomůrka zelená je nenápadná a krásou zrovna neoplyvá.



**Houba člověka neotráví,
když ji ožírají slimáci**



Není to pravda: Tvrzení vzniklo nejspíše pod dojmem toho, že řada jedlých hřibů bývá okousaných, zatímco prašivky zůstávají častěji netknuty.

Stoprocentní jistota



**Každá houba je jedlá,
ale některá jen jednou!**

KDY ROSTOU?

Změny klimatu sice mohou výskyt hub u nás v čase i v místě trochu pozměnit, ale hlavní zásady platí stále.

Spolu s předsedou České mykologické společnosti Jaroslavem Landou jsme připravili základní kalendárium výskytu hub v České republice. Uvádíme v něm nejenom jedlé houby, ale i souběžně rostoucí houby nejedlé, které by s nimi šly zaměnit – a samozřejmě i hlavní druhy hub jedovatých.



LEDEN

Jedlé:

- hlíva ústřičná
- penízovka sametonohá
- kržatka zimní
- ucho Jidášovo
- šťavnatka pomrazka

ÚNOR

Jedlé:

- hlíva plicní
- penízovka smrková

Nejedlé:

- hlíva hnízdovitá
- ohnivec zimní
- ohnivec rakouský
- ohnivec černý
- černorosol utátý

BŘEZEN

Jedlé:

- kačenka česká
- smrž kuželovitý
- penízovka provázková
- šťavnatka březnovka

Nejedlé:

- hlízenka sasanková

Jedovaté:

- ucháč obecný
- závojenka jarní

DUBEN

Jedlé:

- ucháč obrovský
- destice chřapáčová
- choroš šupinatý
- křehutka jarní
- smrž obecný
- smrž vysoký
- smrž polovolný
- pečárka opásaná

Jedovaté:

- třepenitka svazčitá

KVĚTEN

Jedlé:

- čirůvka májovka
- závojenka podtrnka
- polnička raná
- polnička tuhá
- pečárka ovčí
- pečárka císařská

Jedovaté:

- baňka velkokališná
- pečárka zápašná

ČERVEN

Jedlé:

- holubinka doupňáková
- holubinka mandlová
- holubinka namodralá
- hřib dubový
- hřib koloděj
- hřib kovář
- pečárka hajní
- křehutka Candolleova
- sírovec žlutooranžový

Jedovaté:

- vláknice Godeyova
- vláknice začervenalá

ČERVENEC

Jedlé:

- holubinka nazelenalá
- holubinka trávozelená
- muchomůrka růžovka
- opeňka měnlivá
- bedla vysoká
- hadovka smrdutá

Nejedlé:

- bedla zardělá

SRPEN

Jedlé:

- holubinka olivová
- křemenáč osikový
- kozák březový
- liška obecná
- lošák zprohýbaný
- štitovka jelení
- pýchavka obecná

Nejedlé:

- hřib žlučník

Jedovaté:

- závojenka olovová
- muchomůrka tygrovaná
- pestřec obecný

ZÁŘÍ

Jedlé:

- holubinka révová
- hřib smrkový
- klouzek sličný
- klouzek obecný
- slizák lepkavý

Jedovaté:

- muchomůrka červená
- muchomůrka zelená
- holubinka vrhavka
- pavučinec plyšový
- lysohlávka kopinatá

ŘÍJEN

Jedlé:

- čirůvka havelka
- čirůvka topolová
- hnojník obecný
- václavka smrková
- ryzec pravý

Jedovaté:

- slzivka oprahlá
- pavučinec nevlídný

LISTOPAD

Jedlé:

- čirůvka fialová
- šťavnatka modřínová
- šťavnatka tečkovaná
- stroček trubkovitý
- hřib sametový
- čirůvka kropenatcová
- plaménka bledohlínová
- strmělka mlženka

Jedovaté:

- strmělka listomilná
- lysohlávka česká

PROSINEC

Jedlé:

- čirůvka dvoubarvá
- šťavnatka pomrazka
- penízovka máslová
- penízovka kuželovitá
- límcovka měděnková
- třepenitka maková

Nejedlé:

- čirůvka zemní



Houbaření je radost,
kterou máme
v genech – „maso
„chudých“ vždy bylo
na českých
stolech vítanou
pochoutkou.
„Právě jsem našel
masáka!“
pochvaluje si
Libor Tmej

**VŠECHNO SE
MĚNÍ, ALE NE
K LEPŠÍMU...**

Houbařství je vášeň, která se u nás dědí z generace na generaci. Jako rodinné stříbro se předává znalost „tajných“ míst, kde zaručeně rostou i při největším suchu; do pokladnice rodinných legend se ukládají historky o kuriózních nálezech. „V posledních letech je to ale bohužel s houbami stále horší,“ říká mykolog **Libor Tmej** z Brandýsa nad Orlicí.

Je mi přes padesát let a stále si pamatuju na několik krásných vycházek s rodiči na houby – na vůni lesa, tajemné přišeuř a radost z hub,“ usmívá se Libor Tmej.

„Chodili jsme tehdy s maminkou a s tatínkem na jedno místo, kde ležela padlá bříza. Tam vždycky byli křemenáci březoví – třeba maličci, ale byli tam! Dnes je ale pro mě křemenáč

**„Na rozdíl
od našich otců
a dědů už
dnes houby
nechodíme
sbírat – chodíme
je hledat.“**

březový jednou z nejvzácnějších hub: já osobně jsem ho už nenašel několik let, a to se houbami zabývám hodně intenzivně.“

› Tahle situace se asi týká velké části houba-

řů – já to třeba mám jak přes kopírák se syrovinkami. Čím to, že houby mizí i v posledních desetiletích, kdy se zlepšuje ovzduší?

Zřejmě za to může souběh řady

Ivo Bartík
Snímky Jaroslav Jiříčka

okolností – počínaje intenzivním sbíráním a konče suchem. Já si na ryzce syrovinku z mládí nepamatuju, rodiče ho asi nesbírali. Seznámil jsem se s ním až někdy před třiceti lety, kdy jsem začal houby sbírat. Jezdili jsme tehdy na ně na Slovensko. Dnes už ale – opět souběhem řady okolností, z nichž některé třeba ani neznáme – se trochu vrací: dá se najít třeba v Beskydech nebo na Dražanské vrchovině.

› Co vás přivedlo od běžného houbaření k podrobnému studiu hub?

Kromě rodičů ve mně vztah k houbám pěstoval i můj dědeček. Byl to malíř pokojů, ale zároveň tak trochu tulák. Měl velice rád přírodu, jezdil do ní každý víkend a mě brával s sebou. Jezdili jsme na motorce, já napřed seděl před dědou na nádrži a pak za ním – už to bylo dobrodružství. Dědeček ale

VIZITKA

- Narozen 15. června 1967 v Lanškrouně.
- Absolvent střední školy zahradnické.
- Povoláním zahradník v rehabilitační léčebně Brandýs nad Orlicí.
- Ženatý, bezdětný.
- Koníčky: dendrologie, botanika, jízda na kole.

navíc uměl všechno o houbách náležitě podat – v jeho vyprávění bylo okouzlení houbami i houbařská tajemství.

Zlomový okamžik pak pro mě přišel až někdy kolem věku dvaceti let, kdy jsem navštívil výstavu hub na zámku v Chocni. Tam už tenkrát fungoval známý mykologický klub založený v roce 1986. Byl jsem tam ohromen množstvím hub, vší tou krásou, která tu ležela včet-



„Je-li strom oslaben, projeví se to nejdřív úbytkem hub, které s ním žijí v symbióze,“ vysvětluje Libor Tmej. „Což je třeba případ smrků postižených kůrovcem.“

ně pojmenování: bylo to jako okno do nového světa. Setkal jsem na výstavě i s lidmi, kteří ty houby „uměli“, bavili se se mnou – přestože jsem byl mladíček s minimálními znalostmi – všechno mi vysvětlovali a jaksi mě přijímali mezi sebe, z čehož jsem byl nadšený. Začal jsem pak v klubu pracovat a dnes už skoro třicet let vedu mykologickou poradnu v Chocni.

› Takže máte určitě přehled o tom, jak se za tu dobu u nás vyvinul výskyt hub.

Bohužel musím konstatovat, že v tomto období houby obecně ustoupily ze svých pozic. Ona u nás celkově příroda chudne, ztrácí se biodiverzita. Dříve bylo počasí vždy jaksi „normální“ a zdálo se, že to tak bude napořád. Teď tady ovšem řádí sucha, extrémní teploty a intenzivní vítr. Ni-

kdy jsem si nemyslel, že budu svědkem tak velkých změn v „přímém přenosu“. Věděl jsem samozřejmě, že nějaké změny přijdou – vždycky jsem si ale říkal: „No jo, to až někdy...“ Ale teď vidím, jak se v reálném čase všechno mění. Třeba proudění vzdušných mas: najednou tu nejsou atlantické vpády vzduchu, jako dlouhodobě bývaly, ale naopak přišly suché vychodní větry.

Letos už to máme pátým či šestým rokem po sobě a to houbám nepřeje. Sice nejenom houbám, jenže pro houby je to to nejhorší, co může být: chybí jim srážky, chybí určitá rovnoměrnost, klid a stabilita počasí. Přitom právě tohle houby potřebují a my jsme na to byli zvyklí.

› Je následkem toho všeho spíš vymírání jednotlivých druhů hub, nebo pokles jejich celkového růstu?

Vlastně obojí – zanikají nám některé druhy hub a zaniká

i jejich plošné rozšíření. Houby se stahují do jakýchsi enkláv, kde ještě jakžtakž panuje stabilita. To asi zná každý houbař. Dřív, když potřeboval houby, vzal košík a šel do lesa na svá místa, kde zaručeně něco

„Nikdy jsem si nemyslel, že budu svědkem tak velkých změn počasí v ‚přímém přenosu‘.“

našel. Dnes už ale nechodíme houby sbírat, chodíme je hledat.

Může se samozřejmě stát, že přijde deštivá sezona a houby – přesněji řečeno plodnice – zase budou, protože podhoubí tady je a pořád přežívá; čeká na vhodné podmínky. Ovšem i to podhoubí vysychá. Řada druhů hub – z těch nejoblíbenějších třeba

hříby, ryzce a holubinky – žije v oboustranně prospěšné symbióze se stromy a keři. Jeden bez druhého nemůže správně růst. Je-li pak strom oslaben – třeba suchem a kůrovcem či napadením nižšími houbami (rzi) – nejdřív se to projeví úbytkem hub. Pak začne odumírat i strom. Je to smutné, ale skoro každému stromu v krajině dnes chybí 20–30 procent jehlic nebo listů. Je prostě znát, že mu chybí energie...

› Jedním z už viditelných důsledků tohoto neblahého trendu je fakt, že přestávají růst stromové „obří“ – hlavně na Šumavě. Kolik let už se věci takto mění?

Myslím, že každý vnímavý člověk cítí, že je tu v přírodě velká změna, velký zlom. Vše začalo zhruba před dvaceti lety a stále se stupňuje; v posledních pěti šesti letech navíc přibýlo extrémní sucho. To je velice

špatné a bohužel ani budoucnost nevidím nijak růžově.

› Objevují se u nás v souvislosti s teplem a suchem i nové druhy hub, které dříve rostly v jižnějších částech Evropy?

Přicházejí k nám houby různě zavlečené – známým příkladem je květnatec Archerův, který sem ovšem z Austrálie doputoval už někdy před čtyřiceti lety. Takto „přivandrovalých“ hub je celá řada – nedá se ale říci, že by vytlačovaly naše tradiční druhy hub.

Větším problémem je chudnutí biodiverzity obecně. Jenže co čekat od smrkové či borové monokultury? Ještě když byly lesy tohoto druhu v 19. století intenzivně sázeny, tak na ně přešla celá škála hub, která v daném místě rostla dříve.

Ty houby rostly v optimálních srážkách i teplotách, takže lesy byly plné různých druhů hub. Pak se ale postupně změnilo



Pan Tmej používá malý užitečný vynález – zubařským zrcátkem se dívá na houbu zespodu, aby viděl, zda má lupeny, nebo rourky a póry

klima, následkem čehož už lesy nejsou v takovém stavu, jako bývaly. Zajděte si dnes do smrkové monokultury. Je tam ve velkém množství pět až šest druhů nejedlých hub – třeba ryzec ryšavý, čechratka podvinutá, holubinka hlínožlutá či lištička pomerančová – ale prakticky žádné houby jedlé.

Ještě před padesáti lety byly i obyčejné smrkové monokul-

tury bohaté na houby – třeba na hřib smrkový. Ten se teď trochu vrací, ale podle mě je to už jen jeho labutí píseň, protože nemá svého partnera, tedy smrk.

» Co můžeme dělat – není už na účinné kroky dost pozdě?

Samozřejmě my teď musíme vysazovat smíšené lesy. Příroda si tuhle situaci z dlouhodobého hlediska vyřeší. Jde o nás,

abychom se jí my přizpůsobili. Tomu napomůže, když budeme dělat věci přirozeně. Tady u nás v Brandýse jsme nějakých tři sta metrů nad mořem, sem třeba smrky vůbec nepatří – tady by se měly vysazovat duby, buky, habry, lípy apod. Nechápu lesní hospodáře, kteří vykácejí jižní stráž s bukem, který tam prosperoval – i houby tam rostly – a místo něj zase nasadí smrk, přičemž sazenice často ani nepřežijí od jara do podzimu. Nechápu, co se na těch lesnických školách učí. Jsem z toho docela smutný.

» Se kterými houbami se tedy už v lese moc nesetkáme?

Nejvíce mizí nejdrobnější houby, kterých si ani moc nevšímáme. Z těch houbařsky oblíbených hodně mizí hříbovité, nebo také třeba už zmíněný křemenáč březový, to už je ve východních Čechách vzácná houba. V lesích už nejsou ani velké „pěk-

né“ houby jako ryzce či holubinky – jejich místo obsazují druhy, které lépe snášejí stres. Les je pak chudobný, co se týče hub jedno – či dvoudruhový.

» Vždycky ale býval spoleh aspoň na bedly...

Bedlám se stále daří relativně dobře až velmi dobře, není problém nasbírat jich dost. S liškami je to různé – v 50. a 60. letech se sbíraly ve velkém, pak zmizely, aby se v roce 1993 zase začaly vracet; někde i dost masivně. Ale pořád to není na plné koše, jak jsme bývali zvyklí – lišky se běžně prodávaly na tržnicích i vyvážely do ciziny. Dnes jsou hlavními dodavateli lišek pro Evropu (kde jde o velmi oblíbenou houbu) Rumunsko, Makedonie či pobaltské země.

Území „opuštěná“ klasickými druhy hub samozřejmě obsazují jiné druhy – v lesích je tak víc muchomůrky šedivky či

**„Území ‚opuštěná‘ klasickými
druhy hub obsazují například
nejedlé muchomůrky. Ještě štěstí,
že je tu stále relativně dost
muchomůrky růžovky čili masáka.“**

muchomůrky červené. Naštěstí je tu ale stále ještě i relativně dost muchomůrky růžovky čili masáka – tahle vynikající jedlá houba letos roste už od května.

› Co třeba méně frekventované houby, jako jsou smrže či dokonce lanýž?

Smrže jsou takové tajemné houby, mám je moc rád. Rostou ale na jaře, když je májové počasí – vlaho a deštíky. To letos nebylo, takže rostly jen minimálně. Podařilo se mi jich ale pár najít; udělal jsem si je na másle s rokfórem, to je velká lahůdka. Jinak mě ale jaro moc nepotěšilo – celou zimu jsem doufal, že skončí kletba su-

chých jar, ale už v únoru bylo jasné, že nikoli.

Mezi mé oblíbené patří i podzemní houby – tady v Brandýse jsem už našel asi sedm druhů lanýžů, z toho dva byly prvonálezy. Lanýže jsou tu ovšem relativně malé – nedorůstají velikostí, jaké známe ze Středomoří. Mimochodem: když jsme si vzali z útulku psa, myslel jsem, že se mi podaří vycvičit ho na hledání lanýžů. Jenže to zrovna rok nebo dva vůbec nerostly, takže výcvik nebyl možný, a pak už jsem to vzdal.

› Naše povídání vyznívá dost pesimisticky...

Já nechci být pesimista, ale
jsem k tomu nucen. Vidím
kolem sebe řadu narůstajících
negativ – nejen způsobených
klimatickými změnami v příro-
dě, ale i ve společnosti, ve vzta-
zích mezi lidmi. Všechno se
mění, ale ne k lepšímu. Jako by
se z věcí vytrácelo kouzlo, jako
by nám krása protékala mezi
prsty. Tak se raduju aspoň z ma-
ličkostí – třeba že až se v pod-
večer trochu ochladí, pojedou se
do lesa projet na kole... ■

LÉČIVÉ ZÁZRAKY

Houby provázejí člověka již od pradávna. Březovník obecný, známý svými antibiotickými účinky, byl například nalezen u mumifikované kostry „Ötziho“ v Tyrolských Alpách. Podle vědců je jasné, že naši prapředci dobře znali účinky mnoha lesních hub.



Zmínky o využívání hub jako léčiv nalezneme ve starém Egyptě, ale i v mnoha asijských oblastech. Ve středověké Evropě jsou houby spjaty nejvíce s čarodějnictvím, ovšem i zde byly lidmi využívány pro své léčivé účinky v rámci lidového léčitelství. Křesťanská církev však léčitele pronásledovala, jelikož jejich působení považovala za šarlatánství a pohanství.

Červený zázrak

Evropská magická houba číslo jedna byla vždy muchomůrka červená. S oblibou ji konzumovali třeba Vikingové před bojem, aby pak v transu drtili své protivníky. Právě obávaní berserkové, vyhlášení nebývalou zuřivostí a zběsilostí, jsou spojováni s účinky muchomůrek. Na Sibiři bývala muchomůrka červená dokonce výsadou bohatých a privilegiovaných jedinců při mnoha rituálech. I v našich oblastech

se vyskytovala, ve spoustě knih najdete popis magických a léčivých rituálů, k nimž sloužila.

Vědecké důkazy

Prastaré kultury o mnoho staletí předběhly vědce, kteří teprve v posledních dekádách potvrdili, že houby obsahují často jedny z nejúčinnějších léků nalezených v přírodě. Postupem let se začaly izolovat první léčivé látky, například penicilin, cyklosporin a spousta dalších. V současné době specialisté identifikovali stovky druhů hub s léčivými účinky. Na rozdíl od většiny psychofarmak účinné látky v houbách vykazují výjimečně nízkou toxicitu, a to i ve velkých dávkách.

Většina léčivých hub jsou houby saprotrófní, tedy houby, které rostou pouze na odumřelém dřevě a podílejí se na humifikaci a mineralizaci odumřelé dřevní hmoty, čímž umožňují koloběh živin. ■

CIZOKRAJNÉ, ALE I NAŠE

Většina léčivých hub s vědecky potvrzenými účinky se v našich lesích nevyskytuje, ale na některé přece jen narazit můžeme. Před jakoukoliv konzumací hub, nalezených přímo v přírodě, vše raději konzultujte se zkušeným mykologem. Mnohé druhy se ale dají běžně koupit ve specializovaných obchodech.

HLÍVA ÚSTŘIČNÁ

Obsahuje převážně vitaminy skupiny B, vlákninu, hořčík, fosfor, draslík a selen. Houba prokazatelně posiluje imunitní systém, obsahuje vitaminy a potřebné stopové prvky.

Upravuje hladinu cholesterolu a krevní tlak, odstraňuje bolesti u některých kloubních onemocnění, nabízí úlevu alergikům. Po tepelné úpravě můžete



hlívu konzumovat přímo, používá se též sušená a rozdrcená na prášek či ve formě lihové tinktury. Hlívu můžete najít zhruba od října do března. Ros-

te pod listnatými stromy ve vlhkých lokalitách, vyhovují jí především buk, dub, lípa, ořešák a jíva. Hlívu si můžete vypěstovat i sami.

PÝCHAVKA OBECNÁ



Jedlá je, pokud je při rozkrojení pevná a uvnitř bílá. Pýchavky se konzumují po tepelné úpravě, na kožní problémy se osvědčila lihová tinktura. Pozor, dříve se říkalo, že prach z pýchavek zastavuje krvácení: když někomu tekla krev z nosu,

vdechoval jej, to ale může způsobit nepříjemná plicní onemocnění. Pýchavky rostou od června do října v lesích všech typů: v hájích, parcích, na pastvinách, podél cest a často v celých skupinách.

REISHI

Reishi neboli lesklokorka lesklá v překladu znamená „božská houba nesmrtelnosti“ a čínská medicína ji využívá už více než 4000 let. Obsahuje vysokou koncentraci polysacharidů a antioxi-



dantů, dále aminokyseliny, vitaminy, minerální látky a stopové prvky. Podporuje imunitní, dýchací a kardio-vaskulární systém, psychiku, játra, ledviny, zdravý spánek.

SHIITAKE



Shiitake neboli houževnatec jedlý je označován jako „královna mezi houbami“. Využíván je už déle než 2000 let. Obsahuje mimořádný komplex bioaktivních látek. Vedle vitamínů skupiny B také provitamin D, dále draslík, vápník,

fosfor, železo a zinek.

Aktivuje obranyschopnost organismu proti bakteriální a virové infekci. Reguluje hladinu cholesterolu v krvi a krevní tlak, působí proti arterioskleróze, podporuje pročištění střev, posiluje organismus při osteoporóze a revmatických chorobách.

HŘIB ŽLUČNÍK

Neoblíbený „hořčák“ je krásná houba, která však svému nálezci většinou připraví nepříjemné zklamání. Přesto má tento hořký



hřib své využití: pomáhá při žaludečních nevolnostech a při průjmech. Hořčák stačí usušit a rozdrtit nebo rozemlít. A protože polknutí bytí malého množství prášku je odporové, lze práškem naplnit želatinové kapsle, které se dají koupit v lékárně. Najdete ho většinou od června do září, především v jehličnatých lesích.

HOUSENICE ČÍNSKÁ



Parazitující houba cordyceps neboli housenice

čínská léčí údajně až 200 druhů nemocí. Nejsou přitom známy žádné vedlejší účinky. Působí pozitivně na krevní tlak, srdce a cévy. Podporuje plíce a dýchací soustavu i při astmatu. Posiluje organismus proti chřipce. Zmírňuje únavu a zvyšuje tělesnou a duševní odolnost a výdrž i schopnost snášet stres.

BŘEZOVNÍK OBEČNÝ

Na první pohled obyčejný choroš, který má ovšem také léčivé účinky. Březovník u sebe nosil už pravěký alpský horal Ötzi. Podporuje imunitu, při dlouhodobém užívání funguje jako protinádorová prevence a používá se při doplňkové léčbě žaludečních vředů. Březovník najdete výhradně na

kmenech bříz, a to zhruba od května do listopadu. V mládí je kulovitý, časem se vyklene a zploští. Na okraji má výrazné podvinutí, klobouk je zprvu bělavý, později okrový, bez pásků a na spodní straně má rourky.



DO LESA — JAKO — DO GALERIE

Sbírání hub není jen sháněním potravy. Jde také o nádherný zážitek – třeba když se na vás z přítmí mlází usměje pěkný orosený hřib. Kolik z nás neodolá a hned si krasavce vyfotí?

Kolik snímků nádherných hub a seflíček rozzářených sběračů

s jejich čerstvou kořistí asi v sezóně létá éterem? Tisíce, či desítky tisíc? Nalézt krásnou



zdravou houbu je totiž nejen předzvěst kulinárních radovánek, ale i kulturní zážitek. Také ke zvlášť hezkým kouskům svoláváte celou rodinu, aby se mohla pokochat tou krásou? Psychologové houbaření doporučují jako ideální rekreační aktivitu, jazykologové si zapisují nadšená krajová přirovnání: hřib jako zvon, křemenáč jako husar a mnohá další. Nemluvě o tom, že lásce k houbám se děti učí při houbařských výšlapech už v útlém věku a že v mnoha případech je společné houba-

ření jedním z mála mezigeneračních spojovacích můstků. Zvláště když prarodiče mají svá zaručená místa, která předávají potomkům jako rodinné stříbro.

Houbám se sice říká „maso chudých“, ale to není tak docela pravda. Věděli jste, že houby milovali už faraoni, podle starých Řeků dodávaly sílu k boji a staří Římané jim říkali „pokrm bohů“? Vydejme se teď na procházku do ideálního lesa, kde na dychtivé sběrače čekají krasavice chutné i zákeřné... ■



Muchomůrka červená

LATINSKÝ NÁZEV: Amanita muscaria

DRUH HOUBY: Je sice jedovatá, ale smrtelné otravy po jejím požití jsou vzácností. Je podobná rovněž jedovaté muchomůrce královské, ale i jedlé muchomůrce císařské.

MĚLI BYCHOM VĚDĚT:

Obsahuje látky, vyvolávající opojení a halucinace. Traduje se, že ji okusují rauše chtiví medvědi. Syrovou či v odvaru ji požívají narkomani – poškozuje však zdraví a dokáže i zabít. Latinský název vychází z jejího tradičního lidového použití. Politá oslazeným mlékem se věšela do oken – mouchy po ní lezoucí s mlékem požívaly i jed.



Muchomůrka zelená

LATINSKÝ NÁZEV:

Amanita phalloides

DRUH HOUBY: Nejjedovatější a nejzákeřnější houba Evropy i Severní Ameriky: v celosvětovém měřítku má na svědomí nejvíce úmrtí!

MĚLI BYCHOM

VĚDĚT: První příznaky otravy se objevují až ve chvíli, kdy už bývá na léčení pozdě. Houba je nelítostná – mezi její oběti patří třeba dvě dcery básníka Zahradníčka či císařové Claudius i Karel VI. Poznáte ji mimo jiné podle takzvaného „kalichu smrti“ na noze a bílého prstence. Pozor – tuto smrtící houbu lze snadno zaměnit za žampion, bedlu či masáka!



Hřib smrkový

LATINSKÝ NÁZEV: Boletus edulis

DRUH HOUBY: Jedlá a velice chutná. Jde o nejoblíbenější houbu Čechů a Slováků, je považována i za nejkrásnější.

MĚLI BYCHOM VĚDĚT: Už sám latinský název láká ke konzumaci, znamená totiž „hřib jedlý“. Nejsou tak vzdálené časy, kdy se malé mladé hříby ve velkém nakládaly do octa – každý labužník měl svůj originální recept. Dnes se hřib smrkový (i jeho varianty březový, citronový aj.) stávají vzácností, jejíž objev houbaře uvede do vytržení. Lze ho zaměnit za hořký hřib žlučový: ten však snadno poznáme, když malý kousek ochutnáme.



Křemenáč březový

LATINSKÝ NÁZEV:

Leccinum versipelle

DRUH HOUBY:

Jedlá, ale chuťově nepřiliš výrazná, dužnina při vaření černá.

MĚLI BYCHOM

VĚDĚT: Křemenáč je jasný kandidát na titul „miss českého lesa“ – se svým červeným kloboukem se v zeleni krásně vyjímá. Houba, zvaná na Moravě „janek“, se na řezu zbarvuje do růžovofialova. Platí tu ovšem, že co příroda dala na krásu, to ubrala na chuť.





Václavka obecná

LATINSKÝ NÁZEV:

Armillaria mellea

DRUH HOUBY:

Parazituje na stromech, nejčastěji na smrcích. U nás roste více než 40 druhů václavek.

MĚLI BYCHOM VĚ- DĚT:

Oblíbená surovina pro přípravu václavkového guláše patří k nejstarším a největším organismům světa: existuje václavka smrková, která se rozkládá na ploše skoro devět kilometrů čtverečních a je stará tisíce let. Podhoubí některých václavek světélkuje. Pozor – za syrova je houba mírně jedovatá, proto ji důkladně tepelně upravte!

Smrž obecný

LATINSKÝ

NÁZEV: Morchella
esculenta

DRUH HOUBY:

Znameníta jarní jedlá houba, je základem mnoha kulinařních specialit.

MĚLI BYCHOM

VĚDĚT: Smrže často rostou na netypických místech – třeba i na haldách odpadků. Hodí se k jakékoli kuchyňské úpravě včetně sušení. Staré plodnice však nesbírejte – mohou být jedovaté.





Liška obecná

LATINSKÝ NÁZEV: Cantharellus cibarius

DRUH HOUBY: Jedlá, výhodou je odolnost vůči červivění, bohatá na vitamíny.

MĚLI BYCHOM VĚDĚT: Lišky (na Moravě kuřátka) patří k tradičním lahůdkám lesa; jedí se už přinejmenším pět set let. Žloutkově žlutá houba roste v tajuplných „čaroděj-ných kruzích“ a do rozvinutých zemí se dováží z Pobaltí, Mexika a třeba i Zambie. Ročně se ve světě najde a prodá lišek za 1,5 miliardy dolarů!

Muchomůrka růžovka

LATINSKÝ NÁZEV:

Amanita
rubescens

DRUH HOUBY:

Výborná jedlá houba,
známá i jako masák –
to proto, že osmažená
s kmínem a solí získává
chuť masa.

MĚLI BYCHOM VĚDĚT:

Roste od června do listo-
padu ve všech druzích lesů
– jde zřejmě o naši nej-
hojnější jedlou houbu. Za
syrova je jedovatá, proto
je třeba ji vždy důkladně
tepelně upravit. Masáka lze
zaměnit za jedovatou mu-
chomůrku tygrovitou: liší se
od ní například tím, že po
otlaku její „maso“ růžoví,
zatímco její jedovatá se-
střenka zůstává bílá.



HOUBY MŮŽEME PĚSTOVAT I DOMA

Spousta houbařů miluje hledání hub stejně, jako krásnou procházku lesem, která je s ním spojená. Řada lidí ovšem dává přednost houbám, které si mohou vypěstovat sami v čase, místě a množství, které jim vyhovují. Jaké houby se takto dají pěstovat?

„Kromě žampionů jsou to vlastně téměř výhradně jen dřevní houby, přestože se najdou podnikavci, tvrdící něco jiného,“ říká ing. Ivan Jablonský, který se pěstování hub odborně věnuje už desítky let. „Zaznamenal jsem tak třeba inzerát, nabízející sadbu osmi druhů hub v jednom balení – například hříbu smrkového, ryzce pravého či křemenáče



Hlíva citronová láká k pěstování jak svou jedinečnou chutí, tak svým pozoruhodným vzhledem

osikového. Objednal jsem si tu ‚sadbú‘ a přišel mi sáček s deseti gramy rozmačkané pšenice. Dal jsem ji na agarovou živnou půdu, načež se objevil pouhý náznak růstu podhoubí jakési stopkovýtrusné houby. Vyrobili jsme z ní sadbu, ze které pak vyrostla malá kolonie podhoubí hlívy ústříčné. Nic víc.“

O pěstování mykorrhizních hub se snaží řada pracovišť na světě, ale výsledky stále nejsou



Hlíva se dá velmi dobře pěstovat i na obyčejném špalku. Anebo si raději koupíte už hotový blok hlíivového substrátu?

dobré. Hlavně proto, že houby žijí v symbióze se stromy – a ta se buduje léta, nelze se k ní dopracovat za pár týdnů. Webové inzeráty, nabízející hříby či křemenáče rostoucí na zahrádce „ze semene“ proto pomíjejte – jde o klamání zákazníka.

Kupte bloky substrátů hlív a žampionů

Ze zhruba čtvrt milionu druhů hub, které na světě rostou (a z nichž jsme zatím vědecky zpracovali pouze asi 120 000 druhů) je jich k domácímu pěstování vhodných jen několik desítek. Roční světová produkce takto pěstovaných hub se odhaduje na 24 milionů tun a je řada zemí, kde jiné houby ani nejdí. „Pro pěstitele, kteří nemají čas připravovat si sami substrát a shánět k tomu potřebné suroviny, se nabízejí už hotové bloky substrátů hlív a žampionů,“ vysvětluje ing. Jablonský. „K bloku žampionového



„S výjimkou žampionů lze pěstovat téměř výhradně jen dřevní houby,“ vysvětluje ing. Ivan Jablonský. „Nevěřte podnikavcům, kteří nabízejí třeba sadbu hřibů!“

substrátu se přikládá i vhodná krycí zemina, takže zbývá jen ho umístit do vhodných pěstebních podmínek. Pro pěstování hlívy se zas mimo jiné nabízí speciální set, obsahující slaměné pelety, sadbu a sáčky. Pelety rozpustíme v horké vodě v ‚tlačenkovém‘ sáčku a druhý den vzniklý substrát přiloženými kolíčky naočkujeme sadbou hlívy.“



Sadbu můžete buď vložit do vyvrtaných otvorů, nebo na řeznou plochu špalku

Velmi vděčná je houba zvaná límcovka, která se pěstuje na slámě, máčené dva až tři dny ve studené vodě. Pak se naplní do polyetylenových pytlů či založí do pařeniště a osadí sadbou. Stejně můžeme pěstovat i hlívu – ta ovšem vyžaduje spaření slámy vřelou vodou.

„Širokou škálu dřevních hub můžeme snadno pěstovat na špalcích dřeva,“ pokračuje ing. Jablonský. „Pro každou je ale třeba použít vhodný druh dřeva. Obecně není vhodné dřevo jehličnatých stromů. Pro pěstování dřevních hub je nejlépe použít dřevo čerstvé ze stromů pokáce-



Pro pěstování hlívy se hodí i slaměné pelety, které rozpustíme v horké vodě

ných v době vegetačního klidu. To starší vysychá a pak nemůže být osídleno myceliem pěstovaných hub.“

Čerstvě pokácené dřevo je dobré očkovat především na jaře či v předjaří. Sadba se vkládá do vyvrtaných otvorů nebo zářezů, případně na řezné plochy špalků. Důležité je, aby bylo dřevo během prorůstání ve vysoké vlhkosti – třeba ve vlhkém sklepě nebo zabalené do polyetylenových pytlů či fólie.

Na sadbu s čistýma rukama

Jaké jsou nejčastější nástrahy,

**Růžová hlíva
vějířová je
domovem
v tropech.
Ale kdoví –
vzhledem
ke změnám
klimatu
se možná
jednou usadí
i v našich
lesích...**



jež cíhají na nezkušeného pěstitele hub? „První chybou bývá skutečnost, že si pěstitel pořádně nepřečte návod, který je u sadby vždy přiložen,“ dozvídáme se.

„Nejběžnější chybou pak bývá volba nevhodného dřeva. Pěstitel sáhne po dřevu starém, suchém anebo dokonce po starých pařezech,

**„Nejspolehlivější
je zařídit si
pěstírnu v malé
hospodářské
stavbě anebo
ve sklepě.“**

které už ovládly jiné dřevokazné houby.“ V takovém případě lze věc zčásti napravit, když ne úplně čerstvé dřevo na pár dnů namočíme do vody. Několik let

starému dřevu ale nepomůže ani tato operace.

Další chybou bývá špatný postup očkování. To se nejčastěji děje vložením kolíčku s my-

celiem do vyvrtaného otvoru. V případě příliš velkého průměru otvoru má mycelium se dřevem horší kontakt a rychle vysychá. Proto musí být kolíček do otvoru zaražen těsně (pro udržení vlhkosti se osvědčilo i následné zalepení otvoru voskem). Důležité je také zabránit infikování podhoubí – se sadbou vždy manipulujeme čistýma rukama a dbejme, aby očkovací otvory nebyly znečištěny například zeminou.

Nepříjemnou chybou je nedostatek vlhkosti při růstu podhoubí. To se pak vyplatí třeba zabalit špalek do PE či strečové fólie nebo ho v PE pytli postavit na cihlu zalitou vodou.

K pěstování hub jsou velmi vhodné pařezy čerstvě poražených listnáčů. Z těch může naočkovaná houba žít a dávat výnos po několik let. „I tady je ale třeba zachovat vlhkost – nejlépe tak, že naočkovaný pařez zakryjeme několika vrstvami

Není pravda, že...

... na houby se nesmí pít alkohol (s výjimkou některých druhů hnojníků)

... okousaná houba je jedlá

... jídla z hub nelze jíst druhý den (záleží na jejich uchování)

... dlouhé vaření zničí všechny jedy (platí jen u některých hub)

... v houbách jsou těžké kovy a radioaktivní látky (platí jen pro některé druhy a některá stanoviště)

papíru, fólií a zeminou,“ upozorňuje ing. Jablonský. „Tím je také ochráníme před prudkými změnami teplot. Je při tom ov-

šem zapotřebí dát pozor na mravence, kteří si na myceliu naočkované houby rádi pochutnají. V případě potřeby proti nim musíme klást vhodné nástrahy. Některé houby pak na měkkém dřevu (topol, bříza) plodí zhruba tři roky, zatímco na tvrdém (dub, buk, habr) až pět let.“

Slimáci mají houby také rádi

Pokud chcete získat spolehlivý výnos hub, zkuste hlívy – jak ústřičnou, tak případně i plicní nebo citronovou. „Hlívy jsou méně náročně na použité dřevo,“

vysvětluje ing. Jablonský. „Někteří zahrádkáři používají i pytle se štěpkou z čerstvých větví po průklestu ovocných stromů a keřů. Dají ji do pytlů, prolíjí vřelou vodou, následující den

přebytečnou vodu vypustí a naočkují sadbu hlívy.“

Při troše trpělivosti můžeme snadno vypěstovat i oblíbenou houbu šiitake. Na jaře naočkujeme odseknuté větve dubu nebo buku kolíčky s podhoubím a otvory zalepíme voskem. Podhoubí pak prorůstá až do příštího jara. Ale pozor – v Japonsku, vlasti této houby, je vyšší vlhkost, a tak musíme naočkované

větve udržovat ve vlhku.

Mezi další houby, jež můžeme na zahrádce pěstovat na špalcích či slaměných peletách, patří třeba polnička topo-

lová, Jidášovo ucho, penízovka nebo hnojník obecný. „Jediným problémem jsou tu hnědí slimáci,“ mračí se pěstitel. „Proti nim doporučuji klást speciální návnady.“

K pěstování hub jsou velmi vhodné pařezy čerstvě poražených listnáčů. Nesmějí ale vyschnout.
