

# Vypěstujte si žampióny

Vážení zákazníci,

máte před sebou soupravu na pěstování žampiónů, která se skládá z kostky lisovaného žampionového substrátu a igelitového sáčku s krycí zemínou. /obr.1/ Nyní máte možnost sklízet týdny vlastní čerstvé žampióny.

## Návod na pěstování

1/ Neprorostlý žampionový substrát ukládáme do prostředí, kde se pohybuje teplota 20-24 st.C. Při této teplotě substrát proroste myceliem za 18 až 20 dnů. Při nižší teplotě prorůstání trvá déle. Je-li substrát prorostlý /obr.2/, ihned pokrýváme zemínou.

2/ Prorostlý substrát voní houbami a je v něm viditelné bíléšedé mycelium. /obr.2/ Igelit na kostce ořízněte na vrchní straně tak, aby vám po obvodu zůstal asi 3cm široký okraj, který bude použit po zvednutí jako mantinel pro krycí zeminu. Povrch substrátu nakypřete /např. vidličkou/ do hloubky cca 2cm a lehce urovnejte. Poté pokryjte kostku krycí zemínou./obr.3/

4/ Asi za týden se objeví první drobné houby. Ty začínáme zalévat maji-li velikost přibližně 1-2 cm. Stejný postup následuje u dalších vln, kterých bývá 5-6, přibližně v sedmidenních intervalech. Při sklizení plodnice vykrucujeme, neodřezáváme. Žampion nepotřebuje po celý pěstební cyklus světlo. Po vyplenění lze substrát smíchaný s krycí zemínou a použit jako organické hnojivo pro domácí použití. Obsah substrátu má pH neutrální povahy a vysoký obsah živin. Do vypleněného substrátu lze i přímo zasadit rajčata, okurky či papriky.

5/ Něco málo o žampiónech

Žampióny se svým složením blíží masu a zelenině. Jsou bohaté na bílkoviny, vitamíny zejména skupiny B, mají vyšší obsah draslíku a biologicky aktivních látek - tedy strava moderního člověka. Jsou vhodnou součástí redukčních diet, neboť jsou chudé na energii. Konzumace žampiónů je doporučována odborníky z důvodu vysoké schopnosti čištění lidského organismu.

Základní podmínky pro dosažení úspěchu:

Po celý pěstební cyklus je třeba zamezit přístupu hmyzu.

Substrát se nemá ohřát na více než 30 stupňů Celsia.

Krycí zemina musí být stále vlhká jak je uvedeno výše a její povrch nesmí oschnout.

Při zalévání by voda neměla protékat až do substrátu.

Kultura nesmí být v místech, kde se vyskytují její kontaminanty, jako jsou plísně atd...Možno předcházet preventivním postřikem prostoru protiplísňovým Savem.



1



5



2



3/ Zemina musí být po celý pěstební cyklus vlhká tak, že při značknutí v ruce vytlačíte min. 1 kapku vody. Pokrytou kostku udržujeme opět v teplotě 20-24 stupňů. Krycí zeminu zaléváme, aby povrch neosychal, ale voda neprotekla až do substrátu. Menšímu odpařování předejdeme tak, že do substrátu zapíchneme 4 až 6 špejlí a na ně položíme igelitový sáček, přikrytý prostor však musí mírně větrat - obr.5. Když podhoubí proroste do 2/3 objemu krycí zeminy, zeminu prohrabte. Prohrabání se provede tak, že pouze zeminu v celém jejím objemu promícháme a tím promísíme více a méně prorostlá místa. Po prohrabání necháme kostku ještě 3 dny v teplotě 20 až 24 st.C., rozhrabaná mycelia srostou /obr.4/. Kostku přeneseme do teploty 14-18 stupňů a přestaneme zalévat. V teplotě nad 18 st.C se plodnice tvoří jen obtížně.

3



4

Mnoho úspěchů při pěstování  
přeje : fa.Václavík Jiří

Biotechnologie výroby substrátu a žampionů

Dolany 22, okr. Pardubice

Tel.: 466981275,

Fax:466981330



[www.vaclavikovi.cz](http://www.vaclavikovi.cz)