



Tržní druhy jedlých hub

Mgr. Michal Adam



Slezská

Pečárka dvouvýtrusá – Žampion (*Agaricus bisporus*)





Jedlá a pěstovaná houba z čeledi pečárkovitých

Existuje mnoho druhů, ovšem nejznámější a nejrozšířenější je právě pečárka dvouvýtrusá, která neroste volně v přírodě, ale pěstuje se.

Jiné druhy pečárek:

pečárka hnědá (pouze odrůda žampionu, rostoucí ve volné přírodě)

pečárka císařská

pečárka ovčí

pečárka obrovská



Hlíva ústříčná (*Pleurotus ostreatus*)





Běžně se konzumují pouze klobouky hub

- do hotových jídel, k nakládání do octa nebo sušení
- vynikající surovina pro polévky a omáčky
- dobře chutná i konzervovaná v různých nálevech a kombinacích se zeleninou.
- je výtečná i uzená



Tuhé třeně se dají usušit a rozemlít na tzv. houbový prášek, který se používá jako aromatické houbové koření..

- příznivě ovlivňuje hladinu cholesterolu
- zvyšuje odolnost proti infekcím i tvorbu červených krvinek mimo kostní dřeň
- účinky proti zánětlivým onemocněním, virovým, bakteriálním a plísňovým chorobám.



Shiitake česky houževnatec jedlý (*Lentinula edodes*)





Dříve záležitost hlavně orientální
kuchyně (Asie – Čína)

Dnes rozšířená i do světové kuchyně

Daří se pěstovat i mimo východní Asii





Boltcovitka Jidášovo ucho (*Auricularia auricularia-judae*)





Černá dřevokazná houba čínsky nazývána „mu-er“ neboli „dřevnatá ouška“

Nepostradatelná ingredience čínské kuchyně

Tepelně upravené masové i zeleninové směsi

Polévky, saláty (čínský zelný s.)

Použití houby: - čerstvé -> vaří se 10-20 min

- sušené

Léčivé účinky – zlepšuje imunitu, čistí krev, vyživuje vlasy a nehty, tlumí bolesti (žaludek..)



Slezská

Lanýž (*tuber*)





Významná a velmi vzácná kulinářská pochoutka

Podzemní houba - zcela bez nadzemních částí (složitý sběr – využití speciálně cvičených psů a prasat)

Pěstování: hlavně Francie (Piemont, Perigord), Itálie, Chorvatsko, Severní Amerika

Rozlišujeme 3 druhy jedlého lanýže:

BÍLÝ – **piemontský** (jemnější aroma)

ČERNÝ neboli **ZIMNÍ** - **perigorský** – nejvyhledávanější a nejlepší (silné až ostré aroma)

LETNÍ – silná, kořeněná vůně -> sušením se zjemňuje



Používají se jako koření(nastrouhané na pokrm)

Černý lanýž se tepelně prohřívá

Součást paštik a nádivek

Bílý lanýž se neupravuje - ztráta aromatických vlastností

Výroba másla, mouky a oleje





Liška obecná

Lišky jsou široce známé houby, neboť jsou snadno poznatelné podle žlutého nebo oranžového zbarvení klobouku a podle toho, že nemají pravé lupeny.

Lišky jsou vynikající jedlé houby. Jejich výjimečnost je způsobena tím, že mají pevnou konzistenci, takže se tepelnou úpravou nerozpadají a stále si zachovávají svůj tvar. To je rozdíl od hřibovitých hub, které se tepelnou úpravou rozvaňují a rozpadají se.





Smrže

Smrže patří mezi vynikající druhy hub. Taxonometricky se řadí do hub vřeskovýtrosých a v Evropě jich roste několik druhů. Jsou to první jarní houby. Jako tržní houby je v České republice povoleno prodávat smrže obecného a smrže špičatého, rovněž je možno prodávat smržům příbuznou destici chřapáčovou.

Smrže patří mezi lahůdky a pro svoji chuť jsou celosvětově vyhledávané. Při tepelné úpravě si kromě chuti zachovávají i svoji konzistenci, takže při vaření se nerozblemtají a zůstávají zajímavé nejen pro žaludek, ale i pro oko.





Hříby

Hříby jsou naše nejpopulárnější jedlé houby. Jejich popularita je způsobena tím, že si je nelze zaměnit za jedovaté druhy hub snad kromě hříba satana, který je však poměrně vzácný, navíc je jedovatý jenom za syrova a otravy nejsou smrtelné.

Chuťově patří hříby mezi dobré jedlé houby. Z hlediska kulinářských úprav hřibů je třeba vést, že tepelnou úpravou někdy až příliš měknou, což je mírně handicapuje při porovnání s některými lupenatými houbami.



Hřibů roste v Evropě několik desítek druhů. V České republice je povoleno obchodovat jenom s několika málo druhy, které je ještě možno rozdělit na tzv. bílé hříby, které si zachovávají si barvu při otačení: - hřib smrkový, hřib dubový, hřib borový a dále na hříby modrající, které otačením modrají nebo hnědnou - hřib kovář, hřib koloděj a dále na další druhy hřibů, které také mnohdy po otačení mění barvu, ale mnohem méně intenzivně než uvedené modráky - suchohřib hnědý, hřib dutonohý, hřib plstnatý, hřib sametový, hřib strakoš.



Slezská

Hřib dubový



©Fotogalerie.odkazynaweb.cz



Slezská

Hřib smrkový

