

Zelf paddestoelen kweken

Ann Van Belle

Weinig organismen roepen zo sterk de sfeer van bos en herfst op als paddestoelen. Nochtans groeien er in elk seizoen, vooral in vochtige periodes. Een maaltijd verse paddestoelen bijeenzoeken kan je alleen als je bepaalde eetbare soorten met zekerheid van de andere weet te onderscheiden. Het is eenvoudiger om enkele soorten in je tuin te kweken.

Twee houtbewonende soorten zijn hiervoor bijzonder geschikt: de inheemse “blauwe” oesterzwam en de Aziatische eikenzwam of shii-take. Beide zijn krachtige groeiers, gemakkelijk herkenbaar en vooral..... lekker.

Op eigen houtje

In de natuur leven ze saprofytair, dat wil zeggen: op vers afgestorven hout. Gezonde, levende bomen worden niet aangetast. Oesterzwammen kunnen op iedere loofhoutsoort, behalve eik en tamme kastanje. Hun voorkeur gaat uit naar stukken vers gekapte populier, beuk, berk, het liefst met een diameter van meer dan 25 cm.

Eikenzwammen groeien op eik, beuk en berk, het liefst op de verse, dunnere takken met een diameter van 7 tot 20 cm.

Een gemakkelijke entmethode is deze met de entplugs. Dit zijn houten stokjes waarop zwamdraden of mycelium-draden zitten. De plugs worden ingebracht in het te enten hout. Het enten zal pas lukken als er voldoende plugs zijn en als je ze op de juiste manier inbrengt. Boor hiervoor gaatjes die je spiraalsgewijs over het hout verspreidt. Duw de plugs in de gaatjes.

Hoeveel entplugs heb je nodig?

Het enten zal pas lukken als je voldoende plugs gebruikt. Het juiste aantal bepaal je met een eenvoudig reken-sommetje. Je hebt hiervoor de volgende gegevens nodig:

- de diameter van het hout, in centimeters
- de lengte van het stuk hout uitgedrukt in meters (correctielengte)

De berekening gaat als volgt: diameter x 2 (factor) x correctielengte = aantal plugs.

Bijvoorbeeld: voor een stuk met diameter 25 cm en lengte 1,10 m heb je 55 plugs nodig. $25 \text{ (diameter)} \times 2 \text{ (factor)} \times 1,10 \text{ (correctielengte)} = 55 \text{ plugs}$

Enten doe je het best in de winter en het vroege voorjaar (december tot april). Daarna leg je de houtblokken op een beschaduwde plaats, afgeschermd van de wind. Bedekken met plastic of gaas mag. Zorg ervoor dat de temperatuur niet boven de 30°C komt en controleer de vochtigheid. Besproei de houtblokken indien nodig.

Dat schiet op!

Het verdere teeltverloop verschilt van hieraf voor beide soorten.

•• Het oesterzwam-mycelium groeit snel. Na vier tot vijf maanden is het hout doorgroeid.

Eind augustus zet je de blokken rechtop, de dunnere stukken graaf je voor 1/3 in. Zoek hiervoor een beschaduwde plaats die beschermt is tegen de wind. Van zodra de nachten kouder worden, verschijnen de eerste paddestoelenknopjes. Op enkele dagen tijd groeien ze uit tot dikke trossen oesterzwammen. Laat geen steelresten achter bij het plukken.

Zolang het najaar zacht blijft, wordt er om de vier weken een nieuwe vlucht gevormd. Als de gemiddelde temperatuur daalt tot rond het vriespunt, stopt de productie. In praktijk betekent dit dat je soms vijf maal kan oogsten vóór nieuwjaar. Het volgende jaar herhaalt zich hetzelfde fenomeen. Op beuk kan je zo drie seizoenen plukken.

•• Het eikenzwam-mycelium heeft een tiental maanden nodig om zich te ontwikkelen. Dan pas is het rijp en kan het overgaan tot vruchtvorming. Het is een subtropische zwam: er worden weinig of geen vruchten gevormd onder de 15°C. De beste oogsten haal je dus in de zomer. Je kan de vruchtzetting stimuleren : als je een volgroeid mycelium 12 tot 16 uur in water legt, volgt een tiental dagen later de knopvorming. Enkele dagen later zijn de paddestoelen plukrijp. Het dompelen kan je om de zes weken herhalen, van mei tot oktober. Vanaf dan wordt de gemiddelde temperatuur te laag en gaat de zwam in rust. Vanaf half mei kan je opnieuw dompelen. Op die manier oogst je gedurende drie seizoenen. In de loop van het vierde seizoen vermindert de productie en raakt het hout volledig uitgeput.

Doe het zelf

Aan verse shii-takes worden geneeskrachtige eigenschappen toegeschreven. Enkele uren na het plukken begint de afbraak van deze waardevolle stoffen. Ook het aroma verdwijnt en tot nu toe kan geen enkele geavanceerde bewaarstechniek dit tegenhouden. Als je de paddestoelen plukvers verwerkt, krijg je een lekkere en gezonde maaltijd. Bovendien ben je zeker dat je paddestoelen pesticidenvrij zijn.

Uit: Seizoenen, jg 33, nr. 5, p.12- 13. oktober-november 2005