

10 houbových mýtů, kterým pořád věříme



Houbaření je plné pravidel, která si předáváme z generace na generaci. Jenže vedle užitečných rad mezi nimi přežívá i pořádná porce pověr. Některé jsou jen úsměvné, jiné mohou být vyloženě nebezpečné.

Podívali jsme se proto na nejčastější houbařské mýty. Kolika z nich jste někdy věřili i vy?

MÝTUS 1: Když houbu žere slimák, může ji jíst i člověk

Opravdu není dobrý nápad řídit se při sestavování jídelníčku slimákem. Plži, larvy hmyzu a další lesní živočichové mají jiný metabolismus než člověk. Látka, která jim neublíží, může být pro nás velmi nebezpečná. Okousaná nebo „červivá“ tedy rozhodně neznamena jedlá. Dokonce i smrtelně jedovaté houby mohou být napadené hmyzem nebo okusované plži.

Jednoduché pravidlo: jedlost určíme podle druhu houby, ne podle toho, kdo si na ní před námi pochutnal.

MÝTUS 2: Jedovaté houby poznáme podle výrazné barvy

Muchomůrka červená sice vypadá skoro jako výstražná dopravní značka, ale příroda takhle jednoduchý systém bohužel nevymyslela. Některé velmi nebezpečné houby jsou barevně docela nenápadné. Česká mykologická společnost jako příklady uvádí smrtelně jedovatou muchomůrku jízlivou nebo pavučinec plyšový.

A platí to i obráceně: nápadná barva automaticky neznamená, že je houba smrtelně jedovatá.

Barva je jeden z určovacích znaků, nikdy však sama o sobě neurčuje jedlost.

MÝTUS 3: Jedovatou houbu odhalí stříbrná lžička

Stříbrná lžička, cibule, česnek... různých domácích „testů“ existuje překvapivě mnoho. Jenže houbové jedy se podle nich řídit nehodlají. Žádný známý houbový toxin nezpůsobuje spolehlivé zčernání stříbra, podle kterého bychom mohli poznat, zda je jídlo bezpečné.

Takže stříbrný příbor klidně prostřete na stůl – **jako detektor jedovatých hub ale nefunguje.**

MÝTUS 4: Jedovatou houbu poznáme podle chuti

„Když není hořká, bude jedlá.“ Právě na tuhle radu raději úplně zapomeňte.

Česká mykologická společnost upozorňuje, že většina našich jedovatých hub nemá chuť, která by nás před nebezpečím varovala. Některé mohou chutnat dokonce velmi příjemně. **Ochutnávání proto není metodou, jak zjistit, zda můžeme neznámou houbu sníst.**

Výjimkou jsou specifické určovací postupy zkušených mykologů u některých skupin hub – rozhodně však nejde o univerzální pravidlo pro běžného houbaře.

MÝTUS 5: Dlouhé vaření zneškodní každou jedovatou houbu

Tady vzniká zmatek proto, že část pravdy skutečně existuje. Mnoho jinak jedlých hub obsahuje za syrova látky, které tepelná úprava rozloží. Česká mykologická společnost proto u některých druhů doporučuje minimálně dvacetiminutovou tepelnou úpravu. Mezi houby, které mohou být za syrova nebo nedostatečně tepelně upravené problematické, patří například muchomůrka růžovka, hřib kovář, hřib koloděj, čirůvka fialová nebo václavky.

To ale neznamená, že uvařením uděláme jedlou houbu z každé jedovaté. Řada nebezpečných hub obsahuje toxiny, které běžné vaření nezničí. Muchomůrka zelená tedy nebude bezpečná ani po půlhodině, hodině nebo několika hodinách vaření.

MÝTUS 6: Když je houba označená jako jedlá, můžeme ji jíst i syrovou

Slovo „jedlá“ není totéž jako „bezpečná za syrova“. U mnoha druhů je právě **tepelná úprava podmínkou bezpečné konzumace**

. Česká mykologická společnost upozorňuje, že hub spolehlivě jedlých i za syrova jemenšina. Proto není dobré ukusovat v lese ze známé houby jen proto, že ji běžně dáváme do smaženice.

A obzvlášť to nedovolujte dětem. Toxikologické informační středisko výslovně doporučuje syrové houby před dětmi neochutnávat a malé děti při sběru pečlivě hlídat.

MÝTUS 7: Houby se nesmějí zmrazovat

Houby do mrazáku mohou. **Mnohem důležitější je, jak je před zmrazením připravíme.** Pro domácí mražení je praktické houby očistit, nakrájet a krátce tepelně upravit – například napařit, podusit nebo orestovat. Takový postup doporučují i odborné materiály pro domácí konzervaci. Pak je necháme rychle zchladnout, rozdělíme do menších porcí a zamrazíme.

A co tvrzení, že syrové houby v mrazáku vytvoří nebezpečné „mykotoxiny“?

Tohle bychom mezi univerzální houbařská pravidla nezařazovali. Mnohem smysluplnější je držet se ověřeného postupu: použít zdravé čerstvé houby a před mražením je krátce tepelně upravit.

Tak mimochodem ušetříte i spoustu místa v mrazáku.

MÝTUS 8: Houbové jídlo se druhý den nesmí ohřívat

I tenhle zákaz už asi někdy slyšel každý. Problém není v tom, že by se přes noc z jedlé houby záhadně stala jedovatá. **Rozhodující je správné zacházení s hotovým pokrmem.**

Uvařené jídlo nenechávejte celé hodiny stát v teple. Zbytky je potřeba rychle zchladit, uložit do chladničky a při další konzumaci důkladně prohřát. Současná doporučení pro bezpečné zacházení s hotovými pokrmy doporučují jídlo ochladit nebo zmrazit do dvou hodin a správně uložené zbytky ideálně spotřebovat do dvou dnů.

Takže včerejší houbová omáčka může být v pořádku. Hrnc s smaženice ponechaný přes noc na sporáku už nikoliv.

MÝTUS 9: Houby musíme vždy vykroutit. Odříznutím zničíme podhoubí

NENÍ TO TAK JEDNODUCHÉ

Pro běžný sběr je důležitější než samotná otázka „říznout, nebo kroutit?“ hlavně to, abychom **zbytečně nerozrývali půdu a nepoškozovali okolní podhoubí**.

Jedna věc ale mluví pro vyjmutí celé plodnice: pokud si druhem nejsme jistí a chceme jej určit, spodní část třeně může obsahovat důležité určovací znaky. Proto neznámou houbu neodřezáváme tak, že její spodní část necháme v zemi. U houby, kterou bezpečně známe, není potřeba z tohoto sporu dělat houbařskou válku.

MÝTUS 10: K houbám se nikdy nesmí pít alkohol

VĚTŠINOU MÝTUS, ALE EXISTUJÍ DŮLEŽITÉ VÝJIMKY

Sklenka vína k běžnému pokrmu z pravých hřibů není sama o sobě zakázanou kombinací. **Existují ale houby, které se s alkoholem opravdu nesnášejí.**

Nejznámějším příkladem je **hnojník inkoustový**. V kombinaci s alkoholem může vyvolat takzvaný antabusový syndrom: zrudnutí, bušení srdce, bolesti hlavy, zažívací potíže a další nepříjemné příznaky. Reakce se může objevit i tehdy, když alkohol vypijeme s časovým odstupem.

U starších houbařských rad se někdy podobná reakce automaticky připisovala také například hříbu koloději. Tak jednoduché to ale není – Česká mykologická společnost upozorňuje, že právě kolem dalších druhů existují nejasnosti a rozdílné zkušenosti.

Nejbezpečnější je proto respektovat doporučení platná pro konkrétní druh houby.

A ještě dva mýty navíc

Houby můžeme nosit v igelitové tašce. Hlavně že je doneseme domů.

Igelitka není náhradní houbařský košík.

Houby obsahují velké množství vody a rychle podléhají zkáze. V uzavřeném sáčku se snadno pomačkají, zahřejí a zapaří.

SZPI upozorňuje, že volně rostoucí houby jsou velmi citlivé na nevhodné skladování a v nepříznivých podmínkách v nich mohou vznikat látky působící negativně na lidský organismus.

Košík tedy není jen houbařská tradice. Má svůj praktický smysl.

Při otravě houbami pomůže mléko

Mléko není protijed na houbové toxiny.

A stejně tak není dobré při podezření na vážnou otravu improvizovat podle rad předávaných v rodině nebo nalezených na sociálních sítích.

Pokud se po jídle z hub objeví podezřelé potíže – nebo zjistíme, že jsme mohli sníst nebezpečný druh – **je vhodné co nejrychleji kontaktovat Toxikologické informační středisko**. Právě odborníci podle konkrétní situace doporučí další postup. TIS výslovně uvádí, že i o tom, zda podat aktivní uhlí, je vhodné rozhodnout po konzultaci; není to automatické řešení každé otravy.

Pokud zůstaly části hub nebo připraveného pokrmu, nevyhazujte je – mohou pomoci s určením příčiny obtíží.

Kolik bodů byste získali?

Tak schválně:

Věřili jste některému z těchto tvrzení?

- Slimák jedovatou houbu nežere.
- Jedovatá houba musí být nápadná.
- Stříbrná lžička jed odhalí.
- Jedovatou houbu poznáme podle chuti.
- Vařením zničíme všechny houbové jedy.
- Každou jedlou houbu můžeme ochutnat syrovou.
- Houby nepatří do mrazáku.
- Houbové jídlo se nesmí ohřívat.
- Odříznutím houby vždy zničíme podhoubí.
- Alkohol se nesmí pít k žádným houbám.

Jestli jste alespoň u jednoho zaváhali, nejste sami. Houbařské pověry mají tuhý kořínek. **A u hub se přitom vyplatí držet jednoho pravidla, které mýtus rozhodně není: Když si nejsme bezpečně jistí, co jsme našli, houba do hrnce nepatří.** Česká mykologická společnost doporučuje sbírat ke konzumaci pouze druhy, které bezpečně známe a mají dostatek znaků pro spolehlivé určení.