Mýty o houbách

Mýtus: Jedovaté houby nechutnají plžům a červům

Skutečnost: Plži a červi, což jsou larvy drobných mušek bedlobytek, mají zcela odlišný metabolismus od lidského a houbové toxiny jim nevadí. Muchomůrka zelená pro ně může být pochoutka, pro nás smrtelné nebezpečí. Škoda, že těm larvám nejvíc chutná hřib žlutomasý. Kupodivu si prakticky vůbec nesmlsnou na křemenáčích, liškách a bedlách.

Mýtus: Jedy v houbách se zničí vařením

Skutečnost: Jak které. Pravdou je, že řada hub, zařazovaných mezi jedlé, je zasyrova jedovatá. Až po minimálně dvacetiminutové tepelné úpravě je jedlá například čirůvka fialová, hřib koloděj, muchomůrka růžovka. Nebezpečné jedovaté druhy však obsahují termostabilní toxiny, to znamená jedy, které můžete vařit týden, stejně se nezničí.

Mýtus: Jedovaté houby jsou pestře a výrazně zbarvené

Skutečnost: Tak to bohužel neplatí. Pravda, není krásnější pohled než na jedovatou muchomůrku červenou s bílými puntíky na jejím koketním kloboučku, která sedí v mechu.

Muchomůrka zelená krásou příliš nevyniká, přitom je považována za nejjedovatější a nejnebezpečnější houbu Evropy a Severní Ameriky, která způsobuje nejvíce smrtelných otrav. Navíc se první příznaky otravy objevují až v okamžiku, kdy je jed vstřebán v organismu a jsou již těžce zasaženy důležité orgány, zejména játra. V případě, že nedojde k úmrtí, jsou i následky trvalé.

Mýtus: Stříbro při kontaktu s jedovatou houbou zčerná

Skutečnost: Bohužel žádný ze známých houbových jedů takovou reakci nevyvolává.

Mýtus: Při otravě houbami jed zneutralizuje mléko

Skutečnost: Žádný seriózní vědecký výzkum tuto dosti zažitou domněnku nepotvrdil. Navíc se mléko v zažívacím traktu srazí. Odborníci radí, abychom při podezření z otravy houbami okamžitě spolkli pořádnou dávku živočišného uhlí, vyvolali zvracení a samozřejmě spěchali do nemocnice se zbylými houbami nebo jejich odkrojky, aby bylo snazší nasadit správnou terapii.

Mýtus: Ohřívané houby jsou nestravitelné

Skutečnost: Je to podobné jako s masovými pokrmy. Necháme-li je dlouho na sporáku, kazí se, ale když je zchladíme a vložíme do ledničky, klidně je můžeme druhý den ohřát (důkladně) a pochutnat si na nich znovu. Houby jsou ale všeobecně hůř stravitelné, proto bychom to s jejich konzumací přehánět neměli, zvlášť když máme nějaké trávicí potíže.

Mýtus: Houby se nemají zmrazovat

Skutečnost: Houby do mrazničky uložit můžeme. Debaty se ale vedou o tom, zda je dát do mrazáku syrové nebo povařené. Povařením určitě nic nezkazíme. Navíc zkušení mykologové ví, že v houbách jsou enzymy, které houby rozkládají a uvolňují přitom nebezpečné toxiny, které nám rozhodně neprospívají. A než se syrové houby zmrazí na mínus 18 °Celsia, kdy se tento proces zastaví, uplyne několik hodin. Mykotoxiny v houbách zůstávají a po rozmrazení nám mohou způsobit potíže.

A jak dlouho lze houby v mrazničce skladovat? Při teplotě -12 až -14 °C tři až čtyři měsíce, při teplotě -14 až -18 °C po dobu čtyři až šest měsíců a při teplotě -18 až -24 °C až 1 rok.

Mýtus: Houby, které zasáhl mráz, nesbíráme

Skutečnost: Tak tohle je více méně pravda. Kdyby přešly mrazem jen jednou, bylo by to ještě možné. Ale většinou při procházce podzimním lesem nevíme, kolikrát houby zmrzly a zase rozmrzly a pomnožily se v nich mykotoxiny. Pak se můžeme otrávit i výstavním hřibem, který na první pohled vypadá jako vzor čerstvosti.

Mýtus: Je jedno, do čeho houby sbíráme

Skutečnost: To rozhodně neplatí. Houby patří do košíku, ve kterém mohou dýchat. V látkové tašce se pomačkají a v igelitové tašce se zapaří, začnou se kazit a může nám být po nich i po tepelné úpravě špatně.

Mýtus: Houby se mají od země odříznout

Skutečnost: Je to sice rychlejší, ale ničíme tím podhoubí. Zbytek houbové nohy totiž začne hnít. Měli bychom raději houbu z porostu opatrně vykroutit a jamku poté zasypat hlínou nebo mechem.

Mýtus: K houbám nesmíme pít alkohol

Skutečnost: Většinu houbových pokrmů je možné zapít pivem anebo si dát sklenici vína. Větší množství alkoholu nám všeobecně nesvědčí, ale v tom jsou houby nevinně. Hřib koloděj, václavka nebo hnojník inkoustový však dokáží po požití alkoholu vyvolat v žaludku a trávicím traktu velice dramatickou reakci.

Účinná látka coprinin, kterou obsahují, působí jako antabus používaný při léčbě notorických alkoholiků.

Mýtus: Houby se mohou sušit na slunci

Skutečnost: Neměli bychom to dělat. Na prudkém slunci se zapaří a probíhá v nich tvorba toxinů. Odborníci je doporučují sušit ve stínu a průvanu.