

## Z košíku rovnou na plotnu



### Nejdřív nastudujte atlas hub

Ostrílení mykologové zdaleka nekončí u hříbků, klouzků, kovářů či babek. **V tuzemských košících lze nalézt i muchomůrky růžovky, kterým pro jejich vynikající chuť s láskou říkáme „masáci“, voňavé bedly nebo pestrobarevné holubinky, na které si ovšem troufnou skutečně jen ti nejzkušenější.**

Internet ani atlas hub nejsou všemocné, protože **každá houba je originál a jedlá lahůdka se může od jedovaté sestřenice lišit pouze v malých detailech.** Životu nebezpečným přešlapem je například záměna jedlé muchomůrky růžovky s jedovatou muchomůrkou tygrovanou. **Zatímco masák má pod kloboučkem pruhovanou sukénku, jedovatá muchomůrka tygrovaná má tento límec hladký.** Růžovka má navíc specifickou narůžovělou barvu, která by však podle mykologů neměla být jediným kritériem pro sběr.

**Kulaté hlavičky hříbků si občas popleteme s podobnými kloboučky čirůvek, které pak necháme neprávem sedět v jehličí, byť patří k houbařským lahůdkám.** Jejich barva může být různá - od fialové, přes hnědou, až po svítivě žlutou. Hodí se pro tepelné zpracování a vynikající jsou také v octovém nálevu. Oblíbená je především čirůvka májovka, kterou na Pyrenejském poloostrově považují za královnu hub!

**Krásou podzimních lesů jsou štavnatky, o nichž se většina houbařů domnívá, že nejsou jedlé.** Poznáme je podle slizkých plodnic, sbíhavých lupenů a bílého výtrusného prachu. K nejoblíbenějším a nejvyhledávanějším druhům patří štavnatka pomrazka a štavnatka modřínová. Hojně rostou po celý podzim a hodí se pro univerzální kuchyňské použití.

**V poslední době získává na oblibě sběr kotrčů - hub, které svou velikostí i vzhledem připomínají lidský mozek.**

Nejpracnější je jejich čištění, ovšem na talíři na tuto úmornou práci snadno zapomenete. V kuchyni skvěle nahradí maso – vyzkoušejte je v dršťkové či gulášové polévce nebo je zapečte spolu s brambory a sýrem v troubě.

## Na co pozor!

Jak uvádí Česká mykologická společnost, „nepříjemná chuť“ u jedovatých hub není poznávacím znamením: „*Naprostá většina našich jedovatých hub má chuť příjemnou, některé druhy podle výpovědi otrávených dokonce vynikající. Například otrávení muchomůrkou zelenou často tvrdili, že chutnější houbový pokrm v životě nejedli. Ochutnáním tedy v žádném případě jedovatou houbu od jedlé nepoznáme!*“ Navíc jedovaté houby mohou být nebezpečné i ve velmi malém množství.

Koluje také spousta zaručených tipů, díky kterým lze jedovaté houby rozeznat. **Mezi takové nepravdy patří tvrzení, že jedovaté houby nejsou červivé a nakousané od plžů, nebo že stříbro po kontaktu s jedovatou houbou zčerná.** Pokud si nejste jistí, houbu neochutnávejte a nechte ji v lese na ozdobu nebo ji předejte na zkoumání zkušenějším mykologům.

## Smaženicí to teprve začíná

Králem českých houbových pokrmů je nespíš **smaženice vonící čerstvou cibulkou, kmínem a žlutými domácími vajíčky**. Druhou příčkou můžeme přisoudit **houbové omáčky** a bronz potom **houbovým řízkům v křupavé strouhankové krustě**. S houbami se užije spousta legrace také při dušení a pečení – stačí je přidat k masu a připravit tmavou či smetanovou omáčku, nebo je pouze lehce orestovat na másle.

Neholdujete-li masu, **vyzkoušejte houbové placičky nebo si připravte kroupového kubu**. Vynikající je obměna sladkého křehkého francouzského koláče tatin – namísto meruněk přidejte podušené houby, aromatický sýr a bylinky a lahůdka k pivu je na světě. **Houby ovoní těstoviny i rýži, skvěle se hodí do polévek**. Vykouzlit z nich ovšem můžete i pomazánku nebo rychlou snídani v podobě vaječné omelety. **Větší houbové kloboučky jsou vynikající naplněné nejrůznějšími dobrotami v čele s aromatickými sýry**. A v létě pak nezapomeňte čerstvě nasbírané houby připravit na grilu!

## Vyzkoušejte naše recepty:

**Krémová houbová polévka**



*400 g směsi lesních hub, 50 g másla, 1 středně velká cibule, 1 stroužek česneku, 150 g anglické slaniny, 1 lžíce hladké mouky, 1 brambora, 500 ml smetany, sůl a čerstvě mletý pepř, snítka tymiánu, opečená houska na ozdobu*

Houby očistíme a pokrájíme na středně velké kusy. V hrnci rozejdeme máslo, opražíme na něm najemno nasekanou cibulku, přidáme najemno nasekaný česnek, lehce zapražíme a přidáme pokrájené houby. Necháme 5 minut podusit, přisypeme mouku a za stálého míchání necháme zezlátnout. Přidáme kostičky brambory, zalijeme smetanou, ochutíme solí a pepřem, přidáme snítka tymiánu a vaříme 20 minut. Hotovou polévku rozmixujeme ponorným tyčovým mixérem do hladkého krému. Podáváme s opečenými krutóny z housky.

## **Houbové hlavičky plněné špenátem a sýrem**



*8 velkých hlaviček lesních hub, 500 g listového špenátu, 2 lžíce naložených sušených rajčat, 2 stroužky česneku, 4 jarní cibulky, 100 g parmezánu, sůl, černý pepř, muškátový oříšek, olej na smažení*

Z hub odstraníme nohu, hlavičky dobře umyjeme. Špenát propereme a nasekáme najemno (můžeme použít i mražený listový špenát). Cibuli nakrájíme najemno a orestujeme dozlatova na rostlinném oleji. Přidáme

nadrobno nasekaný česnek a špenát. Osolíme, opepříme a necháme zlehka podusit. Na závěr přisypeme najemno nakrájená rajčata a dochutíme špetkou muškátového oříšku. Houbové hlavičky naplníme špenátovou směsí, posypeme nastrohaným parmezánem a vložíme na 20 minut do předehřáté trouby na 180 °C. Pečeme, dokud se nevytvoří křupavá kůrčička.

## **Houbový tatarák**



*500 g čerstvých hub, 2 jarní cibulky, 50 g másla, 1 stroužek česneku, 1 lžice čerstvého koriandru, 1 lžice balsamického octa, špetka chilli, sůl, čerstvý mletý pepř, parmazán*

Houby nakrájíme na plátky. Na másle necháme zpěnit najemno nasekanou jarní cibulku, přidáme česnek a pokrájené houby, osolíme, opepříme a necháme podusit 10-15 minut. Houbovou směs necháme vychladnout, poté k ní přidáme balsamický ocet, chilli dle chuti, nasekaný koriandr, dobře promícháme a necháme hodinu uležet v lednici. Podáváme s opečeným toastem (dle chuti lze pomazat stroužkem česneku), zasypané parmezánem.

## **Rizoto s liškami**



*1,5 litru drůbežího vývaru, 150 ml bílého vína, 1 lžíce olivového oleje, 100 g másla, 200 g čerstvých lišek, 3 šalotky, 300 g rýže Arborio, 2 plátky slaniny, 1 čajová lžička lanýžového oleje (lze nahradit olivovým olejem), 100 g nastrouhaného parmezánu, 1 lžička čerstvé pažitky na ozdobu, sůl, čerstvě mletý pepř*

Ve větším hrnci rozejdeme 1 lžící másla s 1 lžící olivového oleje, přidáme nejmenší nasekané šalotky a nadrobno pokrájenou slaninu a necháme zpěnit. Přidáme očištěné lišky, zmírníme teplotu a smažíme asi 5 minut. Osolíme, opepříme a směs vyjmeme do misky. Do stejné nádoby přidáme 2 lžíce másla a rýži a necháme asi minutu opékat. Za stálého míchání postupně přiléváme vývar - vždy jen tolik, aby rýže připomínala kaši. Než se rýže uvaří, trvá to 15-20 minut. Na závěr zastříkneme bílým vínem a necháme dobře odpařit. Odstraníme z tepla a za stálého míchání přidáme zbylé máslo, restované houby, nastrouhaný parmezán, sůl a čerstvě drcený pepř. Na talíři dozdobíme pažitkou. Ihned podáváme.