

Pilze selber ziehen

Pilze züchten ist gar nicht schwer. Im Gegensatz zu den in der Natur Gesammelten muss man sich keine Sorgen machen, dass sie mit Schwermetallen belastet sind. Eine Verschmutzung (Fuchsbandwurm) ist ausgeschlossen, eine Verwechslung mit giftigen Arten ebenso. Auch viel an Verpackungsmaterial lässt sich einsparen, wenn Pilze aus dem eigenen Keller oder Garten kommen und nicht aus dem Supermarkt. Der Trend zur vegetarischen Ernährung macht Pilze als hochwertige Eiweißquelle interessant. Dazu kommt die neu entdeckte Freude am Selbermachen.

Unser Beispiel dazu: "Bio Kräuterseitling Fertigkultur"

Stellen Sie die Kultur in ein Gefäß z.B. einen Kübel, dessen Boden mit ca. 2-3 cm Wasser bedeckt ist. Einen Stein oder ähnliches hineinlegen, damit sie nicht direkt im Wasser steht. Das Gefäß soll oben offen sein und ungefähr 5-10 cm höher als die Kultur. Am besten an einen kühlen Platz mit ca. 12 Stunden Licht am Tag abstellen. Wird eine Kultur im Sack verwendet schneiden Sie die Spitzen ab und besprühen die Kultur mindestens 2 mal am Tag mit Wasser. Nach einer Woche erscheinen die ersten Pilze. Nun ist die Zeit den ganzen Sack oben aufzuschneiden. Sind die Pilze etwa 6 cm groß können Sie die verbleibende Folie rundherum wegschneiden und auf der Unterseite Löcher stechen. Damit kann sich keine Staunässe bilden. Nach 10 bis 14 Tagen können Sie bereits Ernten.

Wichtig: der Block darf nie austrocknen!

Die Fruchtkörper werden bis 20 cm groß. Erntereif sind sie, wenn die Kappe flacher wird oder der Stiel sich leicht gelblich färbt. Beim Ernten möglichst tief am Substratblock abschneiden oder vorsichtig ab-drehen. Auch nach der Ernte immer feucht halten. Erntewellen kommen im Abstand von 3 bis 4 Wochen. Danach können Sie den Substratblock einfach in den Garten an einen schattigen Ort stellen. Auch hier gilt: gießen nicht vergessen.

Pilze für die eigene Zucht

Für die eigene Pilzzucht braucht man nicht viel – geeignetes Substrat und den Pilz, meist in Form von Pilzsporen bzw. eines Pilzmyzels. Fertige Substratmischungen sind schon vom Pilzmyzel durchdrungen und bilden schnell Fruchtkörper. Das Substrat besteht - je nach Hersteller oder Pilzart - aus Sägespänen, Holzschnitzeln, Stroh, Heu oder Schilf. Diese sind in Säcken oder Kübeln verpackt. So werden landwirtschaftliche Nebenprodukte optimal verwertet. Verschiedene Getreidearten aber auch Reststoffe wie Preßkuchen, Biertreber aber auch Pferdemist dienen der Aufwertung. Um einen für die Pilze günstigen pH-Wert zu erreichen kommt noch Kalk oder Gips dazu. Das verhindert die Bildung von Mikroorganismen und Fremdpilzen.

Was dann noch fehlt, ist ein Raum mit Temperaturen zwischen 10 und 15°Celsius und hoher Luftfeuchtigkeit. Eine Ernte ist schon sehr bald möglich. Sie ernten zuhause hochwertige Pilze, sparen Transportkilometer und eine Menge Verpackung.

Ist das Substrat ausgelaugt können GartenbesitzerInnen es als Dünger verwenden. Aus den Resten des Pilzmyzels erhalten die Pflanzen Stickstoff, Phosphor und Kalium.

Pilze sind keine Pflanzen

Anders als Pflanzen betreiben Pilze keine Photosynthese, sondern leben von organischen Substanzen. Der Pilz selbst ist meistens unsichtbar. Die Zellfäden (Hyphen) bilden dabei den Hauptbestandteil. Sie wachsen im Boden zu weit verzweigten Geflechten, den Mycelien. Was wir als Schwammerl kennen dient nur zur Fortpflanzung. Hier werden die Sporen gebildet. Im Gegensatz dazu können die unterirdischen Geflechte riesig werden, manchmal mehrere Tonnen wiegen und sich über viele Quadratkilometer ausbreiten. Für die Zucht sind deshalb die Sporen bzw. mit Sporen beimpftes Substrat nötig.

Geeignete Pilzarten

Am häufigsten kommen Champignons in der Pilzzucht und zum Selberzüchten vor. Austernpilze benötigen Stroh oder Laubholzsubstrat. Shiitakepilze wachsen auf Hartholz wie Buche oder Eiche benötigen im

Unterschied zu anderen Arten aber weniger Luftfeuchtigkeit (ab 60%). Dagegen wachsen Kräuterseitlinge nur auf Stroh und nährstoffreichem Substrat.
Es gibt auch Sorten, die sich nicht zur Zucht eignen. Dazu gehören die beliebten Eierschwammerl ebenso wie Maronen und Steinpilze.

Unterschied Bio - Konventionell

In der Pilzzucht gibt es hier nur wenig Unterschied. Pflanzenschutzmittel sind nicht zugelassen. Entscheidend ist die Herkunft des Pilzsubstrats. Soweit verfügbar muss dieses in der biologischen Pilzzucht auch Bio sein. Ist das nicht gewährleistet, so wird üblicherweise darauf verzichtet. Ein gutes Beispiel ist hier Pferdemist. Da hier nicht immer eine ökologische Herkunft nachgewiesen werden kann, wird in der Bio-Champignonzucht auf Pferdemist verzichtet. Es gelten auch in der ökologischen Pilzzucht die Richtlinien der Biolandwirtschaft und der Anbauverbände.

Im Keller und im Garten

Pilze sind anspruchslos. Sie bevorzugen schattige Plätze und brauchen hohe Luftfeuchtigkeit. Manche Arten z.B. Champignons kommen ganz ohne Licht aus. Deshalb sind sie auch gut für die Selbstzucht in einem dunklen Kellerraum geeignet. Hier ist ganzjährige Ernte möglich.
Es eignet sich auch ein schattiger Platz im Garten oder sogar am Balkon. Je nach Art ist dort eine Ernte vom Frühjahr bis in den Herbst möglich.
Ausgelaugtes Substrat aus der Zucht im Keller kann übrigens im Garten noch weiterverwendet werden. Kommen keine Pilze mehr nach, so ist das Material wertvoller Dünger, der Ihre Gartenpflanzen mit Stickstoff, Phosphor und Kalium versorgt.

Links:

wir-leben-nachhaltig.at: ["Lifehacks" für einen nachhaltigen Alltag](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Lifehacks für einen nachhaltigen Alltag](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Lifehacks - Erprobt und Vorgestellt](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Pilze trocknen](#)