

MOESTUINMAN

Shiitake stam

Shiitake (*Lentinula edodes*) paddestoelen zijn geënt op eikenstammen. Deze eetbare shiitake paddestoelen komen oorspronkelijk uit Japan, maar het is ook mogelijk om ze zelf te kweken op een natuurlijke manier in de tuin of balkon.

Een shiitake paddestoe-lenstam kan vanaf mei tot oktober/november 2-4 keer per jaar gedurende ongeveer 4 jaar paddestoelen produceren.



Paddestoelen uit eigen tuin of balkon

Het betreft een natuurproduct dat we laten groeien in natuurlijke omstandigheden. De oogst is daarom sterk afhankelijk van het weer.

Verzorging:

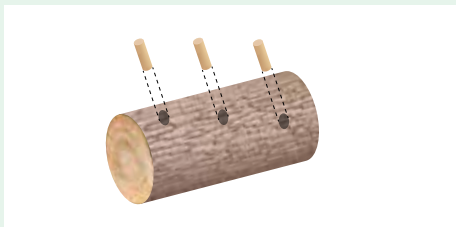
- Rechtop in de aarde (i.v.m. vochtregulatie) op een schaduwrijke plek uit de wind plaatsen;
- Vanaf tweede helft mei (nachttemperatuur > 8 °C), de volledige stam in één keer 24 tot 48 uur in **koud** water onder dompelen. Niet laten drijven!
- Zet de stam rechtop in de tuin of op het balkon;
- Meestal verschijnen de paddestoelen na 1-2 weken;
- Oogsten kan als de hoedrand los is van de steel en naar beneden is gekruld;
- Afsnijden langs de stam. Snij in reepjes of stukjes. Bakken 5-15 minuten;
- De stam 6-8 weken met rust laten om te herstellen;
- Na 6-8 weken deze verzorging herhalen;
- Na ongeveer 4 jaar is de stam op. Het restant kan op de composthoop of in de tuin gelegd worden.
- Een stam van 1 meter levert in totaal ongeveer 3 kilo shiitake op.

JAN FEB MRT APR MEI JUN JUL AUG SEP OKT NOV DEC

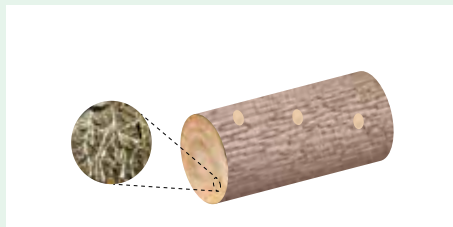
Uit te voeren in de periode mei-okt. Afhankelijk van het weer (tussen 8 en 23 °C).

Zie ook: moestuinman.nl en facebook.com/moestuinman.rotterdam · e-mail: info@moestuinman.nl

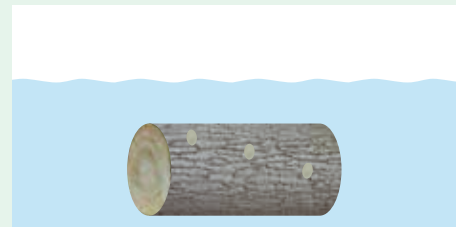
Levenscyclus van eetbare paddestoelen op eikenhouten stam



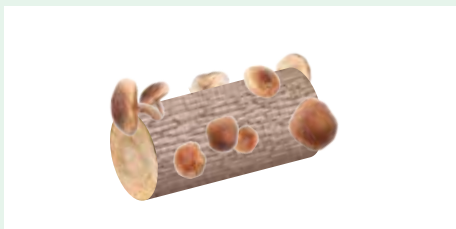
De eerste stap is het 'enten' van het substraatmateriaal. In dit geval een stam van eikenhout.



Vervolgens groeit het wortelstelsel van de paddestoel (het mycelium) gedurende 1,5 jaar langzaam door de stam heen.



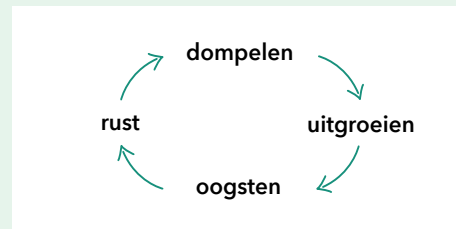
Als de stam vol zit met mycelium, dompel je de stam gedurende 24 tot 48 uur in koud water. **De stam dient helemaal onder water te zijn!**



Binnen 2 weken na het dompelen verschijnen de eerste paddestoelen. Deze zijn na 2 tot 5 dagen volgroeid en te oogsten.



Na het oogsten geef je de stam 6 tot 8 weken rust. Het mycelium kan dan weer herstellen en aansterken.



Deze hele cyclus kan je twee tot vier keer per jaar herhalen. Na gemiddeld vier jaar is de stam 'op'. Het restant gaat op de composthoop.

25-30 cm: €12,50 • 50-60 cm: €17,50 • 100-120 cm: €30,-