



## Nová technologie pěstování dodá žampionům více vitamínu D

KAZNĚJ OV Dostat větší množství vitamínu D do žampionů zkoušejí pomocí nové technologie pěstování v Kaznějově. Vitamin D je totiž podle výzkumů prospěšný i v prevenci onemocnění covid-19 a toho se firma Agaricus, podnikající v Kaznějově už od roku 1993, rozhodla využít.

Vitamin D se přirozeně vytváří v kůži člověka díky UV záření. Stačí se vystavit slunci a získáme potřebné množství této látky. To však platí od května do září. V zimním období je třeba ho tělu dodávat a nejprůročnější cestou je strava. „Abychom ale dodali tělu doporučenou denní dávku vitamínu, která je kolem tisíce mezinárodních jednotek,

museli bychom například sníst půl kila lososa,“ říká Zdeněk Skala, jednatel pěstírny Agaricus. Právě žampiony jsou jedny z mála potravin, které větší množství děčka mohou obsahovat. „Stejně jako si člověk tvoří vitamin D v kůži ze sluníčka, schopnost tvorby vitamínu mají i žampiony,“ upozornil.

Začal proto s testováním nové technologie, díky níž získají houby větší množství vitamínu. „Nasimulujeme jim sluneční svit. Houby na několik vteřin osvíjí speciální lampa. Tři středně velké žampiony pak nahradí denní doporučenou dávku potřebného děčka. Zatímco před osvitem má 10 dkg hub tři mikrogramy vitamínu, po

něm je to 20 mikrogramů,“ vysvětlil Skala. Zatím je vše ve fázi testování. „Nastavujeme parametry, jak dlouho žampiony vystavit svitu, aby obsahovaly jen takové množství děčka, které je povoleno směrnicemi EU. Záleží také na velikosti hub a na tom, z jaké vzdálenosti k osvitu dochází. Zjišťujeme, kolik vitamínu je ve slupce a kolik uvnitř. Vše posíláme na kontrolu do laboratoří,“ dodal Skala.

„Děčko je rozpustné v tucích a jeho úbytek při tepelném zpracování činí zhruba 15 procent. Je dobré žampiony zpracovávat na tuku a využít všechny vzniklý sos. Dobré je jíst žampiony i v syrovém stavu,“ doporučuje Skala. —Valentýna Bílá



**Novinka** V Kaznějově pěstují žampiony novou metodou, díky které houby obsahují větší množství vitamínu D.