

Aus dem Keller auf den Tisch

So geht's:

Was wir im Alltag schnell in die Mülltonne werfen, ist in Wahrheit wertvoller Nährboden für Pflanzen. Pilze wachsen eigentlich auf allen organischen Abfällen, Edelpilze wachsen besonders gut auf Kaffeesatz. Der Kaffeesatz sollte direkt nach dem Gebrauch verwendet werden, da er dann noch am „reinsten“ ist. Außerdem sollte der Kaffeesatz nicht zu nass sein. Kleiner Test: Wenn man den Kaffeesatz in der Hand hält, sollte nichts zwischen den Fingern hindurch rieseln. Jetzt mischt man die gekaufte Pilzbrut (Pilzsamen) mit dem Kaffeesatz und ggf. mit den Kaffeespelzen ungefähr im Verhältnis 1 zu 20. Anschließend füllt man einen durchsichtigen kleinen stabilen Plastiksack mit dem edlen Gemisch und bindet den Sack mit einem lockeren Knoten zu, so dass genügend Luft an den Kaffeesatz kommt. Alternativ kann man auch kleine Löcher in den Plastiksack stechen. Jetzt stellt man den Sack in einer sauberen Umgebung im Keller auf. In dieser sogenannten Inkubationsphase brauchen die Pilze es dunkel und feucht. Außerdem sind eine gute Luftzirkulation und Zimmertemperatur wichtig, man stelle sich das Klima unter der Erde vor. Der Prozess ist abgeschlossen, wenn der Kaffeesatz durch das Austreiben der Pilzsamen ganz weiß geworden ist. Bei Austernpilzen dauert diese Phase ca. 2-4 Wochen, bei Shitakepilzen 6-12 Wochen. Als nächstes brauchen die Pilze ein feuchteres Klima um zu fruchten, hierfür eignet sich besonders ein feuchter Kellerraum oder das Badezimmer. Achtung: unbedingt direkte Lichteinstrahlung vermeiden. Um die Fruchtphase einzuleiten, sollte man den Sack öffnen und bewässern. Sobald die Pilze empor sprießen, müssen sie täglich bewässert werden. Beim Ernten sollte der ganze Pilz herausgenommen werden. Den übrig gebliebenen Kaffeesatz kann man gut auf einen Kompost geben, denn die Pilze entziehen dem Kaffeesatz Koffein und so eignet sich der Boden auch für andere Pflanzen.

Zutaten:

- Einen Keller
- Pilzsamen z.B. im Internet bestellbar
- Kaffeesatz und optional auch Kaffeespelzen (Bohnenhüllen)
- Durchsichtige Plastiksäcke
- Wasser
- Saubere Umgebung

Dauer:

Die etwas aufwendige Einrichtung der eigenen kleinen Pilzzucht dauert ungefähr 2 -3 Stunden, sonst reicht ein täglicher Kontrollgang von ca. 5 Minuten.

Besonders geeignet für:

Fortgeschrittene mit besonderer Passion

Kleiner Tipp:

Wenn in der Inkubationsphase der Kaffeesatz grün oder orange wird, dann ist er nicht mehr zu gebrauchen und man sollte ihn in die Bio-Mülltonne schmeißen. Während der Fruchtphase deuten braune Flecken auf den Pilzen darauf hin, dass die Pilze entweder zu

viel Luft oder zu viel Licht ausgesetzt sind.

Die Pilzzucht ist ein Fach für sich und man sollte unbedingt etwas Fachliteratur im Internet lesen, bevor man die eigenen Pilze züchtet und dann verzehrt.