

'Nuôi' nấm sò trắng sạch, ngon mỹ mãn

Trồng nấm không giống với các loại rau, củ thông thường nhưng bạn vẫn có thể trồng chúng tại nhà.

Nấm được mệnh danh là "tắc kè hoa" đầy hương vị của thế giới ẩm thực. Nấm không chứa chất béo, hàm lượng calo thấp và chứa nhiều vitamin, chất chống oxy hóa cùng vô số chất dinh dưỡng khác.

Thực tế, không nhất thiết phải có bóng tối thì chúng ta mới có thể trồng được nấm. Chia khóa giúp bạn trồng nấm tại nhà thành công là thiết lập được điều kiện trồng chính xác và hỗn hợp kích thích hệ sợi nấm phát triển phù hợp.

Nấm phát triển từ bào tử, không phải từ hạt như nhiều người vẫn lầm tưởng. Bào tử nấm vô cùng nhỏ bé để có thể nhìn thấy bằng mắt thường. Bởi vì, các bào tử nấm không chứa chất diệp lục để có thể nảy mầm tương tự hạt giống cây nên chúng phải dựa vào các chất như mùn cưa, hạt, khúc gỗ, rơm, dăm gỗ hoặc các chất lỏng dinh dưỡng khác.

Sự kết hợp của các bào tử nấm và các chất dinh dưỡng nói trên chính là nuôi cấy giống. Quá trình này hỗ trợ sự phát triển của những sợi rễ nhỏ li ti, màu trắng và còn được gọi là sợi nấm. Sợi nấm phát triển trước tiên, trước bất kỳ thứ gì giống như một cây nấm mọc ra khỏi nơi đang trú ngụ.

Tùy thuộc vào loại nấm, các chất nền có thể là rơm, gỗ, dăm gỗ, lõi ngô,... có thể bổ sung thêm chất đạm, phân hữu cơ.



Trong tất cả các loại nấm phổ biến hiện nay thì nấm sò trắng loại nấm "dễ tính" nhất, phù hợp trồng tại nhà và là lựa chọn hoàn hảo với những ai mới bắt đầu trồng nấm.

Để bắt đầu trồng nấm tại nhà, **bạn cần chuẩn bị:**

- 1 khóm nấm sò trắng còn nguyên sợi nấm (rễ) và thân
- 1 túi vỏ bào cưa
- Nước sạch (Nước không có chất Clo hoặc nước chưng cất)
- 4 túi giấy màu nâu
- Bát tô
- Hộp nhựa đủ lớn để đặt túi trồng nấm

Thực hiện:



Đây là hình dạng một khóm nấm sò trắng thích hợp để trồng, còn giữ nguyên được phần rễ và thân.



Dùng dao cắt rời phần thân và rễ.



Nhẹ nhàng tách từng thân nấm ra khỏi cụm rễ từ phía dưới lên.



Bạn có thể lấy thân nấm để chế biến thức ăn và sử dụng bộ rễ để bắt đầu trồng nấm. Lượng rễ như thế này đủ để làm 2 túi trồng nấm.



Nấm sò có thể trồng bằng rom, bã cà phê,... nhưng ngày hôm nay chúng ta sẽ sử dụng vỏ bào cưa làm chất nền. Cho vỏ bào cưa vào trong một bát to, thêm nước rồi dùng tay bóp cho bào cưa mềm và ẩm. Lượng nước chỉ cần đủ làm ẩm bào cưa là được.



Tiếp theo, làm mềm và ẩm túi giấy bằng cách phun một ít nước lên chúng. Lưu ý, bạn cần sử dụng nước sạch hoàn toàn, không chứa một chút chất Clo nào, nếu không chúng sẽ giết chết các sợi nấm và không sinh ra bào tử mới.



Cắt bộ rễ nấm thành 4 - 6 phần để chúng có thể mọc ở nhiều chỗ bên trong túi chất nền dinh dưỡng.



Đảm bảo mủn của bạn đã mềm hoàn toàn, khi dùng tay bóp lên sẽ không bị nhỏ nước. Chia đôi số bào của và cho vào hai túi giấy đã làm mềm và ẩm.

 Chia sẻ  Chia sẻ



Sau đó, cho các phần rẽ nấm đã chia nhỏ vào từng túi. Lấp kín chúng giữa đồng bào cua ằm bên trong.

 Chia sẻ  Chia sẻ



Gấp kín miệng túi và cuộn lại thành một khối, bọc thêm một lớp túi giấy thứ hai.



Cuối cùng, đặt nấm vào trong hộp nhựa hoặc hộp thủy tinh tùy chọn, đậy kín rồi đặt nó vào ngăn mát tủ lạnh trong 3 tháng.

Hết 3 tháng, lấy túi ủ nấm ra khỏi tủ lạnh và để ở môi trường nhiệt độ khoảng 30 - 32 độ C. Sau khoảng 3 - 4 tuần, bạn sẽ bắt đầu thấy những sợi nấm nhỏ li ti. Lúc này, hạ nhiệt độ xuống còn khoảng 22 - 23 độ C là vừa.

Giữ ẩm cho nấm bằng cách phủ lớp túi ni-lông bên ngoài và thường xuyên phun sương nước sạch cho chúng. Những cây nấm sẽ mọc ra và lớn nhanh sau 3 - 4 tuần tiếp theo.