



ATLAS HUB 21. 02. 2012

Bedla dívčí /*Macrolepiota puellaris*/

Klobouk má v průměru 4 - 10 cm. Zpočátku téměř kulovitý, později sklenutý až plochý s nízkým hrbolem na středu. Klobouk je na bílém podkladě pokrytý...



■ Bedla dívčí - vzhled

Klobouk má v průměru 4 - 10 cm. Zpočátku téměř kulovitý, později sklenutý až plochý s nízkým hrbolem na středu. Klobouk je na bílém podkladě pokrytý zpočátku bílými, později hnědavými, velkými a odstátými šupinami. Závoj je bílý, blanitý.

Třeň je válcovitý, dole hlízovitě rozšířený. Barva je v mládí bělavá, v dospělosti zahnědlá, nežíhaná. Dřevnatý a rourkovitě dutý.

Dužnina je bělavá, ve třeni na řezu slabě růžoví. Chuť je příjemná, vůně slabě ředkvová.

■ Bedla dívčí - výskyt

Bedla dívčí vyrůstá v červenci až říjnu ve smíšených nebo jehličnatých lesích, na silné vrstvě jehličnatého opadu, často v podhorských smrčínách. Podobné mohou být světlejší plodnice bedly červenající, která je masitější, při otlačení a na řezu výrazně červená a bedly vysoké s mnohem většími plodnicemi a hnědě vzorovaným třeněm.

■ Bedla dívčí - vliv na zdraví

Houby obsahují množství esenciálních aminokyselin, ale i aminokyselin, které naše tělo nevyužívá a které mohou u některých jedinců způsobit alergickou reakci. Množství vitamínů se v různých houbách liší. Všechny obsahují karoten, - provitamin A, vitamín B1 a B2, také menší množství vitamínu E, D, K, PP a důležité minerální látky a stopové prvky: vápník, draslík, sodík, fosfor, železo, mangan a měď. Je však také pravdou, že houby vstřebávají z okolní půdy a ovzduší i nežádoucí prvky, jako je arzén, rtuť a olovo. Proto houby nesbíráme v místech, kde by v půdě mohl být vyšší výskyt těchto prvků. Vyhýbáme se místům poblíž komunikací, průmyslových podniků, v místech spadu z tepelných elektráren a podobně.

■ Bedla dívčí - možnosti využití

Bedla dívčí je chutná **jedlá houba**, která má v kuchyni široké využití. Není vhodná k sušení a také se doporučuje používat k vaření spíše klobouky.

■ Bedla dívčí - recept

Bedlová polévka

1 kg hub
40 dkg cibule
1 lžíce pálivé papriky
3 l teplé vody
pepř
sůl
vegeta
20 dkg petržele
20 dkg mrkve
2 lžíce hladké mouky

Cibuli osmažíme dozlatova, zasypeme lžící pálivé papriky a zalijeme třema litry teplé vody. Přidáme pepř, sůl, vegetu, petržel a mrkev. Po 10 minutách varu přidáme **houby** nakrájené na kostky, 10 minut povaříme. Zahuštujeme moukou rozmíchanou ve vodě.