



ATLAS HUB 21. 02. 2012

## Žampión Langeův /*Agaricus langei*/

**Klobouk je široký 6 - 14 cm, poloklovitý až rozprostřený, často s hrbolkem, na středu tmavohnědý a bez šupin, jinde na hnědavém podkladě s hustými...**

### ☒ ■ Žampión Langeův - vzhled

**Klobouk** je široký 6 - 14 cm, poloklovitý až rozprostřený, často s hrbolkem, na středu tmavohnědý a bez šupin, jinde na hnědavém podkladě s hustými rezavě hnědými vláknitými šupinami.

**Třeň** 7 - 15 x 2 - 3 cm, válcovitý, na bázi kyjovitě rozšířený, ale bez hlízy. Dutý, pod prstenem bělavě vločkatý.

**Dužnina** je tlustomasá a bělavá, na řezu červenorůžovějící (zejména na vrcholu třeně nebo pod pokožkou). **Žampión Langeův** má slabou vůni a chuť nemá anýzovou, ale spíše nakyslou.

## ■ Žampión Langeův - výskyt

**Žampión Langeův** roste spíše ve smrčinách a jedlinách, pod listnáči jen ojediněle. Najít ho můžeme od července do října.

## ■ Žampión Langeův - vliv na zdraví

V Československu byla zkoušena v letech 1957 - 1961 práškovaná **droga z žampiónu** podle původního receptu Daguinova pod pracovním názvem "psalliotin". Její desenzibilizující účinek se zvláště nápadně osvědčil u některých forem záduchy plicní (alergického astmatu). Lék se však u nás do výroby nedostal pro některé obtíže technického rázu, především proto, že jde o používání sušené drogy, která by nemohla být před požitím tepelně zpracována (jako je tomu např. u drog čajových). Byla oprávněná obava, že při komerční velkovýrobě nebude možné zajistit bezpečnou čistotu preparátu, tím spíše, že, jak známo, jde o houby pěstované na koňském trusu. Účinná látka obsažená v pěstovaných žampiónech není spolehlivě známa dodnes.

Dávkování k léčebnému použití: Pečlivě očištěné pěstované žampióny, dobře vysušené při teplotách nižších než 60 °C, nikoli na přímém slunci, a rozemleté na jemnou moučku, podáváme nemocnému 6x denně, v množství asi 0,5 - 1 g, což odpovídá hmotnosti asi 80 - 160 g čerstvé houby v jedné dávce. Zlepšení zdravotního stavu nastává obvykle kolem 5. - 10. dne, pokud se nedostaví ani do 14 dnů, lze předpokládat, že lék je v daném případě neúčinný. V případě zlepšení užíváme bez přerušení po dobu 30 dnů příslušné dávky a po 14-denní přestávce pak podáváme vždy každých prvních 10 dnů v měsíci udržovací dávky, opět 6x denně na hrot kulatého nože, což se osvědčilo zejména u průduškového astmatu a některých forem konstitučních ekzémů, žampión může zabírat i u dalších alergických onemocnění, jako např. u senné rýmy a potravinových alergií. U alergií na potraviny je možné vyzkoušet podání 4 dávek najednou před konzumací dané potraviny.

## ■ Žampión Langeův - možnosti využití

**Žampión Langeův** je výtečná **jedlá houba**, která má v kuchyni široké spektrum využití.

## ■ Žampión Langeův - recept

### Žampiónové rizoto

300 g hub  
2 velké cibule  
200 g rýže  
250 g sterilované nebo mražené zeleniny  
sůl a pepř  
petrželka

Zeleninu a **houby** očištíme, cibuli nasekáme najemno, houby nakrájíme na kousky. Ve vyšší pánvi rozežřejeme olej, vsypeme cibuli a zpěníme ji. Přidáme **žampióny** a chvilku vše podusíme. Rýží propereme a navrstvíme na žampióny. Základ rizota zalijeme vodou a vaříme pod pokličkou asi 45 minut. Před koncem vaření opatrně vmícháme zelený hrášek. **Žampiónové rizoto s hráškem** servírujeme s posekanou petrželkou.