

## เห็ดนางฟ้าภูฐาน



จัดเป็นเห็ดเศรษฐกิจอีกหนึ่งที่เป็นที่นิยมบริโภคของบุคคลทั่วไป เป็นเห็ดที่เพาะง่าย มีอายุการพักเชื้อที่สั้น เพาะได้เกือบทุกฤดู ยกเว้นในช่วง ฤดูร้อน เพราะเห็ดชอบอากาศเย็นชื้น ในการเพาะเห็ดนางฟ้าภูฐานนิยมใช้ขี้เลื่อยไม้ ยางพาราเป็นวัสดุเพาะ เพราะเป็นวัสดุที่ให้ผลผลิตสูงและเก็บผลผลิตได้นาน เฉลี่ย ประมาณ ๔ เดือน และมีวิธีการเพาะที่ง่าย คุ่มทุน อีกทั้งยังดูแลรักษาง่าย นอกจากขี้เลื่อยไม้ยางพารา ยังมีวัสดุอีกหลายอย่างที่สามารถนำมาเพาะได้ เช่น ฟางข้าว แต่วิธีการที่ซับซ้อนกว่าและมีระยะเวลาในการให้ผลผลิตสั้น ดังนั้นจึง ขอแนะนำการเพาะเห็ดนางฟ้าด้วยขี้เลื่อยไม้ยางพารา

### การเพาะเห็ดนางฟ้าภูฐานในถุงพลาสติกโดยใช้วัสดุขี้เลื่อยไม้ยางพารา

๑. สูตรอาหารเพาะเห็ด
๒. ขี้เลื่อยไม้ยางพารา ๑๐๐ กก.
๓. รำละเอียด ๕ กก.
๔. ปูนขาว ๑ กก.
๕. ยิปซั่ม ๐.๕ กก.
๖. ดินเกลือ ๐.๒ กก.
๗. ความชื้น ๖๐ - ๗๐ % (ดูตามสภาพของขี้เลื่อย)

### วิธีทำ

๑. ผสมสูตรอาหารทั้งหมดเข้าเป็นเนื้อเดียวกัน
๒. เพิ่มความชื้นโดยการรดน้ำให้มีความชื้น ๖๐ - ๗๐%
๓. อัดถุงขนาด ๖.๕ x ๑๒.๕ นิ้วหนัก ๘๐๐ กรัม/ถุง
๔. อัดให้แน่นใส่คอพลาสติกจุกด้วยสำลีและปิดด้วยกระดาษ
๕. นึ่งฆ่าเชื้อด้วยหม้อนึ่งแบบไม่ใช้ความดัน ๓ ชม. อุณหภูมิประมาณ ๙๕ - ๑๐๐ องศาเซลเซียส
๖. เมื่อครบตามเวลาปล่อยให้เย็นและทำการใส่เชื้อเห็ดจากเมล็ดข้าวฟ่าง
๗. ทำการพักเชื้อประมาณ ๓๐ วัน โดยการเก็บไว้ในโรงพักเชื้อไม่ให้โดน แสงแดดและความชื้น หากพบว่าก้อนเชื้อเกิดราดำหรือราเขียว ให้รีบแยกออกเพื่อทำลายป้องกันการระบาดของเชื้อ

## วิธีดำเนินงาน

๑. ผสมอาหารเพาะเห็ด (ขี้เลื่อยไม้ยางพารา ๑๐๐ กก. + รำละเอียด ๕ กก. + ยิปซั่ม ๐.๕ กก. + ปูนขาว ๑ กก. + ดินเกลือ ๐.๒ กก.)
๒. บรรจุอาหารเพาะลงในถุงพลาสติกทึบร้อน
๓. รวบปากถุงบีบไล่อากาศออก แล้วอัดถุงให้แน่น
๔. นำไปนึ่งฆ่าเชื้อด้วยถังนึ่ง ไม่อัดความดัน อุณหภูมิประมาณ ๙๕ - ๑๐๐ องศาเซลเซียส ประมาณ ๓ ชั่วโมง
๕. นำถุงอาหารเพาะเห็ดมาใส่เชื้อเห็ดนางฟ้า
๖. นำมาพักเชื้อประมาณ ๓๐ วัน ๗. นำไปเปิดดอก โดยการเปิดจุกสำลื้อออก
๘. เก็บผลผลิตและทำการรดน้ำ ๑. ๒. ๓. ๔. ๕. ๖. ๗. ๘. การเก็บผลผลิต ให้ตั้งดอกเห็ดออกมาทั้งโคนอย่าให้มีเศษของก้านดอกติดอยู่ในปากถุงเพราะจะทำให้ก้อนเชื้อเห็ดเน่าหลังจากเก็บดอกเห็ดแล้วให้รดน้ำเพื่อปรับสภาพความชื้น

## โรค - แมลง การดูแลรักษา

โรคของเห็ดนางฟ้าภูฐาน ได้แก่ ราดำ ราเขียว ราจุดไข่ปลาและราส้ม ส่วนมาก ราดำและราเขียวจะเกิดในช่วงของการพักเชื้อ ทั้งนี้อาจจะติดเชื้อมาจากช่วงของการใส่เชื้อเห็ด เนื่องจากสถานที่ใส่เชื้อมีลมแรงหรือสถานที่ไม่สะอาด อาจเกิดจาก ขั้นตอนการนึ่งก้อนเชื้อที่ใช้ความร้อนไม่สูงพอ การแก้ไข ควรนึ่งก้อนเชื้อเห็ดด้วยความร้อนประมาณ ๙๕ - ๑๐๐ องศา เซลเซียส เป็นเวลานาน ๓ - ๔ ชม. และควรมีสถานที่ทำการใส่เชื้อสะอาดไม่มี ลมพัดก็จะช่วยป้องกันโรคได้

## เห็ดฟาง



ชื่อสามัญ : Straw Mushroom

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Volvariella volvacea*

เห็ดฟางประกอบไปด้วยแร่ธาตุอย่าง โปรตีน ธาตุเหล็ก แคลเซียม และยังมีวิตามินบี ๑ วิตามินบี ๒ ที่ช่วยต้านโรคเหน็บชา และช่วยบำรุงสายตา อีกทั้งยังไม่มีไขมัน จึงไม่ให้อ้วน เหมาะที่จะนำมาทำเป็น เมนูไดเอท สำหรับผู้ที่กำลังควบคุมน้ำหนักหรือลดความอ้วน

### ลักษณะทั่วไปของเห็ดฟาง

เห็ดฟางเป็นเห็ดที่มีดอกตูมก่อนกลมสีขาวเนื้อแน่นละเอียด แต่เดิมมักเรียกว่าเห็ดบัว เนื่องจากมักขึ้นตามเปลือกเมล็ดบัวที่กะเทาะเมล็ด แต่ภายหลังเริ่มมีการเพาะปลูกอย่างจริงจังจึงโดยใช้ฟางในการเพาะเห็ด จึงทำให้เปลี่ยนชื่อเรียกเป็นเห็ดฟาง โดยเห็ดฟางนั้นจะมีเยื่อหุ้มกระเปาะลักษณะคล้ายๆ กับถ้วยรองรับฐานเห็ดอยู่เมื่อหมวกเห็ดเจริญขึ้นจะแผ่กางออกเป็นลักษณะเหมือนหรือคล้ายกับร่ม โดยบริเวณด้านบนของหมวกเห็ดเป็นสีเทาอาจอ่อนหรือเข้มก็ได้ และมีผิวค่อนข้างเรียบ รวมทั้งมีขนละเอียดขึ้นปกคลุมอยู่จางๆ ส่วนบริเวณด้านล่างของหมวกเห็ดนี้จะมีครีบบางๆ อยู่ และมีก้านดอกเป็นสีขาวละมุน

### เห็ดฟาง

เห็ดฟางเป็นเห็ดเศรษฐกิจอีกชนิดหนึ่งเป็นที่นิยมของตลาดและเป็นที่นิยม บริโภคของบุคคลทั่วไป และมีราคาค่อนข้างสูง ในการเพาะเห็ดฟางนั้น สามารถใช้ วัสดุเพาะได้หลายประเภท เช่น ฟาง ข้าว กากถั่ว ต้นกล้วย ชีเสื่อเพาะเห็ดเก่า หรือ กากมันสำปะหลัง ขึ้นอยู่กับวัสดุที่หาได้ในท้องถิ่น เป็นเห็ดที่ให้ผลผลิตเร็ว ประมาณ ๑๐ - ๑๒ วัน ให้ผลผลิตคุ้มทุน มีรูปแบบในการเพาะหลายรูปแบบ เช่น เพาะเห็ด ฟางกองเตี้ย เพาะเห็ดฟางในตะกร้า ขึ้นอยู่กับความสะดวกในแต่ละพื้นที่ การแนะนำในเอกสารนี้เป็นการเพาะเห็ดฟางแบบกองเตี้ย

## การเพาะเห็ดฟางกองเตี้ย

### วัสดุอุปกรณ์

1. วัสดุเพาะ เช่น ฟางข้าว กากมันสำปะหลัง เปลือกถั่วเขียว ขี้เลื่อยเก่า อื่นๆ
2. เชื้อเห็ดฟาง อายุ ๑๒ - ๑๕ วัน
3. อาหารเสริม ได้แก่ ละอองข้าวเปลือก + มูลสัตว์ หรือรำละเอียดผสม มูลสัตว์อัตรา ๑ : ๒
4. พลาสติกใส
5. ไม้แบบ ๑๙ ผลสำเร็จที่โดดเด่นของศูนย์ศึกษาการพัฒนาภูพานอันเนื่องมาจากพระราชดำริ

### วิธีดำเนินงาน

1. เอาฟางแช่น้ำประมาณ ๘ - ๑๐ ชั่วโมง
2. หมักฟางไว้ ๑ คืน
3. เตรียมคู่มือการเพาะเห็ดเศรษฐกิจและเห็ดพื้นเมือง การเก็บผลผลิต ให้เก็บผลผลิตในช่วงที่ไม่มีแสงแดดและเลือกเก็บเฉพาะดอกที่เหมาะสมเมื่อเก็บ ผลผลิตแล้วให้คลุมพลาสติกไว้เหมือนเดิม สามารถเก็บดอกได้ ๒ - ๓ ชุด

### โรค - แมลง และการดูแลรักษา

การเพาะเห็ดฟางส่วนมากจะไม่ค่อยมีโรคเกิดขึ้น ส่วนใหญ่จะเป็นแมลงมากกว่า แมลงที่ทำให้ความเสียหายในการเพาะเห็ดฟาง ได้แก่ ปลวก , มด, และสัตว์ การแก้ไข ควรเลือกสถานที่ที่ปลอดภัยจากแมลงศัตรูเหล่านี้ ก่อนทำการเพาะควร เตรียมแปลงเพาะ โดยการตากดินประมาณ ๓ - ๕ วัน และให้โรยปูนขาวให้ทั่วแปลง เพาะก็จะสามารถช่วยได้ในระดับหนึ่ง **การป้องกันที่ดีที่สุดคือ** การเลือกสถานที่ที่เหมาะสม และควรสลับที่ในการเพาะทุกครั้ง

### การเพาะเห็ดพื้นเมือง

เห็ดบดหรือเห็ดกลม และเห็ดขอนขาว เห็ดบดหรือเห็ดกลม และเห็ดขอนขาว คือสายพันธุ์เห็ดที่เจริญเติบโตตาม ธรรมชาติ จะออกดอกตามฤดูกาลที่เหมาะสม ซึ่งมีอยู่หลายสายพันธุ์ให้เลือกบริโภค แต่สายพันธุ์ที่ได้รับความนิยมและบริโภคกันอย่างแพร่หลาย ได้แก่ เห็ดบดหรือเห็ดกลม และเห็ดขอนขาว ออกดอกในช่วงที่มีอากาศร้อนชื้น สามารถนำมาเพาะเห็ดได้ โดยการเพาะในถุงพลาสติกด้วยขี้เลื่อยไม่ย่ำพาราและการเพาะในขอนไม้ แต่วิธีการ เพาะในขอนไม้ต้องใช้เวลาจะนานกว่าจะได้ผลผลิต ดังนั้นวิธีการเพาะเห็ดที่ควร แนะนำคือ การเพาะเห็ดในถุงพลาสติกด้วยขี้เลื่อยไม่ย่ำพารา เพราะเป็นวิธีที่ง่าย ให้ผลผลิตเร็ว สะดวกในการดูแลรักษา อีกทั้งยังสามารถควบคุมอุณหภูมิให้เหมาะสม ต่อการออกดอกได้ ๙ ๑๙ ผลสำเร็จที่โดดเด่นของศูนย์ศึกษาการพัฒนาภูพานอันเนื่องมาจากพระราชดำริ

## การเพาะเห็ดบดในถุงพลาสติกโดยใช้วัสดุขี้เลื่อยไม้ยางพารา

### สูตรอาหารเพาะเห็ด

๑. ขี้เลื่อยไม้ยางพารา ๑๐๐ กก.
๒. รำละเอียด ๕ กก. ปูนขาว ๑ กก.
๓. ยิปซั่ม ๐.๕ กก. ดීเกลื้อ ๐.๒ กก.

ความชื้น ๖๐ - ๗๐ % (ดูตามสภาพของขี้เลื่อย)

### วิธีทำ

๑. ผสมสูตรอาหารทั้งหมดเข้าเป็นเนื้อเดียวกัน
๒. เพิ่มความชื้นโดยการรดน้ำให้มีความชื้น ๖๐ - ๗๐%
๓. อัดถุงขนาด ๖.๕ x ๑๒.๕ นิ้วหนัก ๘๐๐ กรัม/ถุง
๔. อัดให้แน่น ใส่คอพลาสติกจุกด้วยสำลีและปิดด้วยกระดาษ
๕. นึ่งฆ่าเชื้อด้วยหม้อนึ่งแบบไม่ใช้ความดัน ๓ ชม. อุณหภูมิประมาณ ๙๕ - ๑๐๐ องศาเซลเซียส
๖. เมื่อครบตามเวลาปล่อยให้เย็นและทำการใส่เชื้อเห็ดจากเมล็ดข้าวฟ่าง (เห็ดที่สามารถเพาะได้เช่นเห็ดขอนขาว เห็ดบด เห็ดนางฟ้า เห็ดนางนวล เห็ดอังการี เห็ดหอม)
๗. ทำการพักเชื้อ ๙๐ - ๑๒๐ วัน โดยการเก็บไว้ในโรงพักเชื้อไม่ให้โดน แสงแดดและความชื้น หากพบว่าก้อนเชื้อเกิดราดำหรือราเขียว ให้รีบแยกออก เพื่อทำลาย และป้องกันการระบาดของเชื้อ

**การเปิดดอก** เนื่องจากเห็ดบดเป็นเห็ดที่มีก้านดอกสั้น และออกดอกเป็นกลุ่ม ดังนั้นใน การเปิดดอกจึงทำการเปิดปากถุงให้กว้างเท่ากับขนาดของก้อนเชื้อ โดยการพับปาก ถุงหรือใช้มีดตัดปากถุงออก หลังจากเปิดดอกให้รดน้ำ เช้า - เย็น บริเวณปากถุงถ้ามี ผลผลิตให้เก็บผลผลิตก่อนรดน้ำ ๑๐ คู่มือการเพาะเห็ดเศรษฐกิจและเห็ดพื้นเมือง

**การเก็บผลผลิต** ใช้มีดตัดก้านดอกเห็ดให้ชิดกับก้อนเชื้อ เมื่อเก็บผลผลิตเสร็จ ให้ทำการรดน้ำ เพื่อปรับสภาพความชื้น

**โรค - แมลง และการดูแลรักษา** โรค และแมลงที่พบในการเพาะเห็ดบดหรือเห็ดลม ได้แก่ ราดำ ราเขียว ส่วนมากจะพบในช่วงของการพักเชื้อ ความร้อนอาจไม่สูงพอที่จะฆ่าเชื้อราต่างๆ ได้ อาจเกิดจากสถานที่ที่ทำการใส่เชื้อเห็ดที่ไม่สะอาดหรือลมโกรก

**การแก้ไข** ในการนึ่งก้อนเชื้อ ควรใช้ความร้อนที่สูงประมาณ ๙๕ - ๑๐๐ องศา เซลเซียส และใช้เวลาในการนึ่ง ประมาณ ๓ ชั่วโมงขึ้นไป สถานที่ที่ทำการใส่เชื้อ ควรสะอาด และไม่มีลมโกรก เพราะเชื้อโรคอาจติดมากับลม

## เห็ดขอนขาว



การเพาะเห็ดขอนขาวในถุงพลาสติกโดยใช้วัสดุขี้เลื่อยไม้ยางพารา

### สูตรอาหารเพาะเห็ด

ขี้เลื่อยไม้ยางพารา ๑๐๐ กก.

รำละเอียด ๕ กก.

ปูนขาว ๑ กก.

ยิปซั่ม ๐.๕ กก.

ดีเกลือ ๐.๒ กก.

ความชื้น ๖๐ - ๗๐ %

### วิธีทำ

๑. ผสมสูตรอาหารทั้งหมดเข้าเป็นเนื้อเดียวกัน
๒. เพิ่มความชื้นโดยการรดน้ำให้มีความชื้น ๖๐ - ๗๐%
๓. อัดถุงขนาด ๖.๕ x ๑๒.๕ นิ้ว น้ำหนัก ๘๐๐ กรัม/ถุง
๔. อัดให้แน่นใส่คอกพลาสติกจุกด้วยสำลีและปิดด้วยกระดาษ
๕. นึ่งฆ่าเชื้อด้วยหม้อนึ่งแบบไม่ใช้ความดัน ๓ ชม. อุณหภูมิประมาณ ๙๕ - ๑๐๐ องศาเซลเซียส
๖. เมื่อครบตามเวลาปล่อยให้เย็นและทำการใส่เชื้อเห็ดจากเมล็ดข้าวฟ่าง (เห็ดที่สามารถเพาะได้ เช่น เห็ดขอนขาว เห็ดบด เห็ดนางฟ้า เห็ดนางนวล เห็ดอังกาเรี เห็ดหอม)
๗. ทำการพักเชื้อ ๒๘ - ๓๐ วัน โดยการเก็บไว้ในโรงพักเชื้อไม่ให้โดนแสงแดด และความชื้น หากพบว่าก้อนเชื้อเกิดราดำหรือราเขียวให้รีบแยกออกเพื่อทำลาย ป้องกันการระบาดของเชื้อ

### วิธีดำเนินงาน

๑. ผสมอาหารเพาะเห็ด (ขี้เลื่อยไม้ยางพารา ๑๐๐ กก. + รำละเอียด ๕ กก. + ปูนขาว ๑ กก. + ยิปซั่ม ๐.๕ กก. + ดีเกลือ ๐.๒ กก.)
๒. บรรจุอาหารเพาะลงในถุงพลาสติกทนร้อน
๓. รวบปากถุงบีบไล่อากาศออก แล้วอัดถุงให้แน่น

๔. นำไปนึ่งฆ่าเชื้อด้วยถังนึ่ง ไม่อัดความดัน อุณหภูมิประมาณ ๙๕ - ๑๐๐ องศาเซลเซียส ประมาณ ๓ ชั่วโมง

๕. นำถูงอาหารเพาะเห็ดมาใส่เชื้อเห็ดขอนขาว

๖. นำมาพักเชื้อประมาณ ๓๐ วัน

๗. นำไปเปิดดอก โดยการเปิดจุกสำลีสออก

๘. เก็บผลผลิตและทำการรดน้ำ ๑๒ คู่มือการเพาะเห็ดเศรษฐกิจและเห็ดพื้นเมือง

**การเปิดดอก** ทำการเปิดดอกเหมือนกับเห็ดนางฟ้า แต่จะไม่มีกรรดน้ำปรับความชื้นรอบเก็บผลผลิตอย่างเดียว

**การเก็บผลผลิต** ให้ดึงดอกเห็ดออกมาทั้งโคน อย่าให้มีเศษของโคนเห็ดติดในก้อนเชื้อ และหลังจากเก็บผลผลิตไม่ต้องรดน้ำ

**โรค - แผลง การดูแลรักษา** โรคของเห็ดขอนขาว ได้แก่ ราดำ, ราเขียว, ราจุดไข่ปลาและราส้ม ส่วนมาก ราดำและราเขียวจะเกิดในช่วงของการพักเชื้อ ทั้งนี้ อาจจะติดเชื้อมาจากช่วงของการใส่เชื้อเห็ด เนื่องจากสถานที่ใส่เชื้อมีลมแรงหรือสถานที่ไม่สะอาดอาจเกิดจาก ขั้นตอนการนึ่งก้อนเชื้อที่ใช้ความร้อนไม่สูงพอ การแก้ไข ควรนึ่งก้อนเชื้อด้วยความร้อนประมาณ ๙๕ - ๑๐๐ องศาเซลเซียส นาน ๓ - ๔ ชั่วโมง และควรมีสถานที่ทำการใส่เชื้อที่สะอาด ไม่มีลมพัด ก็จะช่วยป้องกันโรคได้

## การเพาะเห็ดหูหนู

เห็ดหูหนู เกิดขึ้นได้ดีในสภาพธรรมชาติที่มีอากาศร้อนชื้น จะพบเห็ดหูหนูเกิดขึ้นเองได้ตามขอนไม้ทั่วไปในช่วงฤดูฝนสามารถคัดเลือกพันธุ์เห็ดที่เกิดขึ้นในสภาพธรรมชาติ แล้วพัฒนาปรับปรุงเป็นพันธุ์การค้าได้ ในปัจจุบันนิยมเพาะเห็ดหูหนูลงในถุงอาหาร ขี้เลื่อยซึ่งมีขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

### วัสดุและอุปกรณ์

1. ขี้เลื่อย
2. เชื้อเห็ดหูหนู
3. ถังพลาสติกทนร้อน ขนาด 7 x 11 นิ้ว หรือ 9 x 13 นิ้ว
4. คอพลาสติกทนร้อน ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 1 – 1.5 นิ้ว ฝาครอบพลาสติก
5. สำลี ขางรัด
6. หม้อน้ำไม่อัดความดัน
7. โรงเรือนบ่มก้อนเชื้อเห็ด โรงเรือนเปิดดอก
8. เครื่องฉีดน้ำแบบพ่นฝอย



## การเตรียมอาหารเพาะ

### สูตรที่ 1

ขี้เลื่อยไม้ยางพารา	100 กิโลกรัม
รำละเอียด (ใหม่)	5 กิโลกรัม
ดีเกลือ	0.2 กิโลกรัม
ปูนขาว	1 กิโลกรัม
ผสมน้ำ	60 – 65 กิโลกรัม

### สูตรที่ 2

ขี้เลื่อยไม้ยางพารา	100 กิโลกรัม
แอมโมเนียมซัลเฟต	1 – 2 กิโลกรัม
ปูนขาว	1 กิโลกรัม
*ขี้เลื่อยหมักน้ำผสมแอมโมเนียมซัลเฟตและปูนขาว เป็นเวลาประมาณ 2 – 3 เดือน	
ผสมรำละเอียด	5 กิโลกรัม
ผสมน้ำให้มีความชื้น	60 – 65 เปอร์เซ็นต์

## วิธีการเพาะ

1. บรรจุอาหารขี้เลื่อยลงในถุงพลาสติกทนความร้อน กดให้แน่นถึงสูงประมาณ 2/3 ของถุง
2. รวบปากถุงพลาสติกบีบอากาศออก สวมคอพลาสติกแล้วพับถุงพาดลง รัศยางให้แน่น อุดด้วยสำลี หุ้มด้วยกระดาษ หรือปิดด้วยฝาครอบ
3. นำถุงอาหารขี้เลื่อยนี้มาเชื้อจุลินทรีย์ ในถังนี้ไม่อัดความดันด้วยความร้อนอุณหภูมิ 90 - 100 องศาเซลเซียส เป็นเวลากว่า 2 ชั่วโมงหลังจากน้ำเดือดแล้ว
4. ถุงอาหารขี้เลื่อยที่เย็นลง แล้วใส่เชื้อเห็ดในเมล็ดข้าวฟ่างลงถุงละ 10-15 เมล็ด โดยเปิดและปิดจุกสำลีย่างรวดเร็วปฏิบัติในที่สะอาดมืดซิด
5. นำถุงอาหารขี้เลื่อยที่ใส่เชื้อเห็ด แล้วบ่มไว้ในห้องพักหรือโรงเรือน บ่มก่อนเชื้อเห็ดให้เกิดเส้นใยเห็ด โดยสิ่งแวดล้อมตามธรรมชาติ (ซึ่งอุณหภูมิประมาณ 25 - 32 องศาเซลเซียส) เส้นใยเห็ดหูหนูเจริญเจริญได้ดี ไม่ว่าจะมืดหรือมีแสงสว่าง ไม่ต้องให้น้ำที่ก่อนเชื้อ เมื่อเส้นใยเจริญเต็มถุงและสีขาวของเส้นใยจะเริ่มเปลี่ยนเป็นสีเหลือง มีลักษณะเป็นวุ้น

## โรงเรือนเปิดดอก

ขนาดของโรงเรือนเปิดดอกถุงเห็ดหูหนู ควรมีขนาดที่สัมพันธ์กับจำนวนก้อนเชื้อ เพื่อรักษาความชื้น การถ่ายเทอากาศได้พอเหมาะภายในโรงเรือนเปิดดอกต้องสะอาด มีแสงสว่างเพียงพอที่จะทำให้เกิดดอกได้ดี

## การวางถุง / เปิดดอก

การวางถุงก่อนเชื้อเห็ดหูหนูนิยมนิยมแบบแขวน โดยเปิดฝาครอบออก ถอดจุกสำลี กอพลาสติกออกแล้วรวบปากถุงรัดยางให้แน่น ใช้มีดคมกรีดข้างถุงในลักษณะเฉียงลง ยาวประมาณ 6 - 8 เซนติเมตร โดยรอบประมาณ 10 - 20 แนว วางก้อนเชื้อเห็ดหูหนูบนเป็นพลาสติกซึ่งร้อยด้วยเชือกพลาสติกเรียงซ้อนเป็นชั้น หรือผูกเชือกกับปากถุงร้อยเรียงกันได้ประมาณ 10 ก้อน แล้วนำแขวนกับราว

## การปฏิบัติดูแลรักษา

**การรดน้ำ** ควรให้น้ำแบบเป็นฝอย จำนวนครั้งในการให้น้ำขึ้นกับความชื้นในบรรยากาศ ถ้าอากาศแห้ง ร้อน ต้องเพิ่มจำนวนครั้งมากขึ้น ไม่ควรให้น้ำขังในก้อนเนื้อ โดยเห็ดหูหนูต้องการความชื้นในโรงเรือนค่อนข้างสูง ประมาณ 80 - 95 เปอร์เซ็นต์

**การเก็บผลผลิต** ดอกเห็ดหูหนูที่เกิดระยะแรก ขอบดอกจะหนา สีดอกเข้มสีม่วงน้ำตาล ขนมากเมื่อเจริญเต็มที่ขอบดอกจะบาง สีดอกจะจางลงเก็บ โดยรวบดอกแล้วดึงเบา ๆ ผลผลิตเห็ดได้ประมาณ 300 - 600 กรัม ขนาดถุงน้ำหนัก 1 กิโลกรัม ใช้เวลาเก็บประมาณ 2 - 3 เดือน

## สรรพคุณและประโยชน์ของเห็ดฟาง

๑. ช่วยสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรคให้แก่ร่างกายได้เป็นอย่างดี ทำให้ร่างกายแข็งแรง เนื่องจากมีวิตามินซีอยู่สูง
๒. ช่วยในการสมานผิวทำให้แผลหายเร็วขึ้น และลดอาการติดเชื้อต่างๆ
๓. ช่วยลดอาการปวดบวมของเหงือกและฟัน
๔. ช่วยแก้อาการคันตามผิวหนัง หรือผื่นคันตามร่างกาย
๕. ช่วยแก้โรคอักเสบปิดกั้นเปิด หรือเลือดออกตามไรฟัน
๖. ช่วยป้องกันไม่ให้เกิดโรคมะเร็ง เป็นการยับยั้งและชะลอการเกิดขึ้นของเซลล์มะเร็งร้าย
๗. ช่วยลดหรือบรรเทาอาการไข้หวัด หรือปวดบวมในร่างกาย
๘. ช่วยบำรุงตับให้แข็งแรง เป็นการทำให้ระบบการทำงานของตับและร่างกายเกิดความสมดุล