

# KIT EXPRESSO

## de Produção de cogumelos

*Pleurotus ostreatus*

Por favor reserva um momento para leres as seguintes instruções antes de iniciares a tua experiência:

Visita a loja online:  
[www.fungiperfect.com](http://www.fungiperfect.com)



## INSTRUÇÕES



1) Não colocar no exterior a não ser que o folheto que acompanha o *kit* o indique expressamente;

2) Não colocar num local com sol direto;

3) Não colocar próximo de fontes de calor, de frio ou de desumidificação;

4) Não colocar completamente ao escuro a não ser que esteja expressamente indicado;

5) Se faltar humidade ao *kit* e no ambiente circundante os cogumelos não se formam ou podem ficar pequenos;

6) Se regar demasiado o *kit* ao ponto do substrato ficar encharcado, o *kit* vai apodrecer e não vai produzir cogumelos;

7) Temperaturas abaixo de 0°C (congelamento) e acima de 42°C matam o micélio.

### Bem-vindo ao maravilhoso mundo dos cogumelos!

Adquiriste uma experiência de produção de cogumelos ostra que é composta por uma estufa/tenda de humidade (A), um saco de micélio de *Pleurotus ostreatus* (cogumelo ostra) (B), um saco vazio para colocares o substrato junto do micélio (C) e um folheto com as indicações que necessitas para realizar a experiência (D).

Desejamos-te uma boa experiência!

### Cuidados Gerais

A produção com os *kits* de cogumelos da Fungiperfect segue um conjunto simples de regras:

### Material adicional necessário

- Frasco vaporizador, ou semelhante, sem quaisquer resíduos;
- Água sem químicos.

### Qual é o cogumelo que vais produzir?

É o *Pleurotus ostreatus* ou cogumelo ostra.

Na natureza, podemos encontrar este cogumelo durante o outono, em troncos de castanheiros e carvalheiros. É bastante apreciado em Trás-os-Montes, local onde aparece com alguma frequência. Juntamente com o Champignon é um dos cogumelos comestíveis mais importantes do mundo.

## Como deves utilizar o teu *Kit Expresso* de produção de *Pleurotus ostreatus*?

### 1. ADIÇÃO DE SUBSTRATO (cerca de 3 dias)

Usa o saco vazio (sem buracos) para colocares o substrato e o micélio do fungo. A saqueta com o grão de cereais inoculado contém o micélio do fungo *Pleurotus ostreatus*. Assim que recibas o *kit*, pede aos adultos que conheças para te guardarem a borra do café expresso numa saca de plástico nova e limpa. Quando tiveres cartão ou outro tipo de papel sem sujidade, guarda-o também.

Durante os primeiros dias, deves abrir o saco sem buracos ao fim do dia e despejar para lá o cartão humedecido em água (garante que quando apertas o cartão humedecido na mão, não escorre água, só solta umas gotinhas bastante espaçadas), borra de café e um terço dos grãos de cereal com o micélio (espalhado homogeneamente por todo o substrato). Nota que a água e as borras de café devem estar frias (a menos de 24°C). Quando faltarem cerca de 10/15 cm para o topo do saco, pára de adicionar borra e cartão e fecha o *kit* por cerca de 2 semanas.

### 2. DESENVOLVIMENTO DO MICÉLIO (cerca de 15 a 20 dias)

Durante este período, lembra-te que o fungo gosta de viver com muita humidade, a uma temperatura próxima dos 20°C e em locais muito escuros (por exemplo, uma prateleira de um móvel ou um canto sombrio da casa).

De dois em dois dias, vai ver o *kit* e verifica se o fungo se está a espalhar para a borra e cartão que adicionaste. Se sim, estás no bom caminho. Verifica também se ele tem humidade suficiente.

Se não tem, rega-o, mas nunca o encharques demasiado em água. Se vires algum bolor verde no substrato, pega numa colher limpa e remove-o.

Ao fim dessas cerca de 3 semanas (adição de substrato e desenvolvimento do micélio), todo o interior do teu *kit* deve estar coberto por uma “teia branca”, que é o micélio do fungo.

Não te esqueças de apontar nesta folha a evolução da tua cultura. Para isso tens as tabelas na última página deste documento.

### 3. DESENVOLVIMENTO DOS PRIMÓRDIOS



Ao fim das 3 semanas, ou depois do teu *kit* estar completamente coberto pela tal “teia branca”, podes mudá-lo para um local com alguma luz, mas nunca para um local com luz solar directa (a banca da tua cozinha é o local ideal). Agora a temperatura pode ser de cerca de 15°C.



## EXPERIÊNCIAS

### Sabias que...

Ele chama-se "*Kit Expresso*" porque um dos melhores substratos para o fungo se desenvolver é a borra do café expresso, porém ele também crescerá muito bem em jornais, cartão, sacos de chá, palha, casca de noz, resíduos de jardinagem e muitos outros.

Este *kit* é um óptimo projecto científico! Podes fazer experiências com vários factores ambientais (substrato, temperatura, humidade e luz são apenas alguns) e ver quais as condições que o cogumelo ostra prefere. Também podes fazer crescer cogumelos fora do saco se te apeterer.

Depois da mudança, abre 2 buracos no plástico do *kit* com uma tesoura. Os buracos devem ter cerca de 3 cm de diâmetro. Coloca a estufa/tenda de humidade a envolver o *kit* e não te esqueças de o regar todos os dias (2 ou 3 vezes - usa um borrifador).

Espera cerca de 1 a 2 semanas para começares a ver os primórdios dos cogumelos (pequenos pontos brancos-acinzentados) e, logo após, os pequenos cogumelos.

#### 4. FRUTIFICAÇÃO

Não te esqueças de regar o *kit* diariamente. Para isso, pulveriza a superfície de forma ao *kit* ficar todo humedecido. Assim que os cogumelos irromperem, não te esqueças de os pulverizar diariamente com água. Como já sabes eles adoram humidade.

Durante cerca de 4 a 7 dias, os primórdios vão desenvolver-se e formar cogumelos adultos, prontos a serem colhidos. O chapéu tem um diâmetro que varia de 6 a 15 cm e deve ser colhido ainda com a margem enrolada para dentro (após começarem a emitir um pó branco acinzentado – esporos).

Deves cortar os cogumelos pela base, com uma faca limpa. O corte deve ser tão rente quanto possível.

Assinala o dia da colheita com um marcador fluorescente. Ah, e se conseguires vai tirando umas fotos para mostrar aos teus amigos.

#### 5. NOVO CICLO DE PRODUÇÃO

Depois do corte, deixa o teu *kit* repousar cerca de 2 semanas num local escuro.

Para iniciar nova frutificação, coloca-o de novo num local com luz e faz de novo os passos 3 e 4.

#### Ah, já nos esquecíamos!

Assim que cortes os cogumelos, pede aos teus pais para os limparem (nem precisam ser lavados, pois não há pó dentro do *kit*) com um pano húmido e faz uma:



#### Omoleta de *Pleurotus* (para 2 pessoas)

Numa frigideira, juntar azeite e alho para fritar 150g de *Pleurotus* partidos aos bocados.

À parte, bater 3 ovos com salsa picada e adicionar aos cogumelos fritos.

Ou uns:

#### *Pleurotus* salteados (para 2 pessoas)

Numa frigideira, juntar azeite, alho e bacon e deixar alourar. Acrescentar 400g de *Pleurotus* partidos aos bocados, temperar com sal e pimenta moída na hora e, quando estiver quase pronto, cobrir com salsa picada ou coentros.

Lembra-te que, para além de muito saborosos, os cogumelos são muito nutritivos e muito saudáveis.

**MUITO  
IMPORTANTE**

Não coloques o *kit* junto a fontes intensas de calor ou frio, nem em locais com desumidificação!

## TABELA DO SUBSTRATO

Dia	Temperatura	Luz	Substrato adicionado	Foto n.º	Observações
1		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>			
2		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>			
3		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>			
4		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>			
5		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>			
6		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>			

## TABELA DO DESENVOLVIMENTO DO MICÉLIO DOS PRIMÓRDIOS E FRUTIFICAÇÃO

Dia	Temp.	Luz*	Desenvolvimento de:	Foto n.º	Observações
7		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
8		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
9		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
10		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
11		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
12		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
13		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
14		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
15		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
16		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
17		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
18		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
19		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
20		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
21		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
22		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
23		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
24		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
25		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
26		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
27		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
28		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
29		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
30		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
31		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
32		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
33		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
34		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
35		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
36		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
37		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		
38		Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>	Micélio <input type="checkbox"/> Primórdios <input type="checkbox"/>		

\*Não coloques o *kit* exposto directamente à luz solar.



Visita a loja online:  
[www.fungiperfect.com](http://www.fungiperfect.com)



Fungiperfect, Lda  
 geral@fungiperfect.com  
 +351 231 205 374