



### ขั้นตอนและวิธีการเปิดดอก

1. ดึงกระดาษหรือจุกพร้อมสำลีที่ปิดปากถุงออก
2. ใช้ปลายช้อนแคะเมล็ดข้าวฟ่างออกทิ้ง
3. รดน้ำให้ความชื้นวันละประมาณ 3 ครั้ง
4. ประมาณ 3-5 วันเห็ดเริ่มออก
5. รักษาความสะอาดปากถุงและรอบบริเวณให้ดีที่สุด
6. หลังจากเก็บดอกเห็ดไปได้ประมาณ 3-6 เดือน ถ้าเป็นเห็ดนางฟ้า นางรม ให้แกะเอาคอขวดออก และใช้มีดคมๆ กรีดหน้าถุงพลาสติกออกจะได้ผลผลิตเพิ่มอีก



### การเก็บผลผลิต



- ถ้าเป็นเห็ดนางฟ้า นางรม เมื่อดอกเห็ดโตเต็มที่แล้ว ให้จับที่โคนก้านดอกเห็ดแล้วค่อยๆ ดึงออก จากนั้นประมาณ 7-10 วันดอกเห็ดก็จะเริ่มออกมาให้ผลผลิตตลอดอายุของก้อนเชื้อประมาณ 250-300 กรัม/ถุง
- ถ้าเป็นเห็ดขอนขาว การเก็บผลผลิตต้องใช้มีดคมๆ ตัดให้ชิดโคนเห็ดหรือจะเป็นกรรไกรก็ได้ แต่ก่อนตัดทำความสะอาดมีดและกรรไกรเสียก่อนโดยการล้างน้ำสบู่หรือเช็ดด้วยแอลกอฮอล์ สามารถให้ผลผลิตตลอดอายุของก้อนเชื้อประมาณ 150-250 กรัม/ถุง



### การเพาะเห็ดไว้ที่บ้าน

### เป็นอาหารในครัวเรือน



### สวนเห็ดพอเพียง

เลขที่ 175 หมู่ที่ 19 ต.ท่าพระ

อ.เมือง จ.ขอนแก่น 40260

โทร 081-9752612, 043-261835

Facebook//สวนเห็ดพอเพียง



## การเพาะเห็ดไวกินในบ้านเป็นอาหารใน

### ครัวเรือน

สภาพปัญหาเศรษฐกิจ สังคมในปัจจุบันทำให้หลายคนไม่มีเวลาที่จะดูแลสุขภาพตัวเองในเรื่องอาหารการกิน โดยเฉพาะเห็ดเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ ซึ่งแต่ก่อน นั้นการเพาะเห็ดจะต้องใช้พื้นที่และวัสดุอุปกรณ์มาก แต่ทุกวันนี้มีการประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับสภาพปัจจุบันซึ่งทุกคนสามารถนำไปปฏิบัติได้ โดยการซื้อก้อนเชื้อเห็ดที่เส้นใยเดินเต็มถุงพร้อมเปิดดอก จากแหล่งผลิตก้อนเชื้อที่เชื่อถือได้ จากนั้นก็นำมาวางไวกินในภาชนะหรืออุปกรณ์ที่มีอยู่ในครัวเรือน ใช้วัสดุคลุมไม่ให้ลมโกรก รดน้ำประมาณ 3-5 วัน ก็จะเก็บดอกและเก็บผลผลิตได้



## ๕ แนวทางในการปฏิบัติ ๕

1. จัดหาภาชนะหรืออุปกรณ์เก่าที่ไม่ใช้งานแล้ว เช่น โอ่งมังกร สุ่มไก่ ชั้นวางรองเท้า เป็นต้น
2. วางก้อนเชื้อไวกินในภาชนะหรืออุปกรณ์ที่เตรียมไว้
3. ใช้วัสดุคลุมกันลมโกรก โดยถ้าเป็นเห็ดที่ชอบอากาศร้อนให้คลุมด้วยพลาสติกใสหรือดำ แต่ถ้าเป็นเห็ดที่ชอบอากาศเย็นให้คลุมด้วยแสลน 60 เปอร์เซ็นต์



## ตัวอย่างวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้เพาะเห็ด



การเพาะเห็ดในโอ่ง



การเพาะเห็ดในสุ่มไก่



การเพาะเห็ดในชั้นวางรองเท้า

