

成熟的野生牛排菇幾可亂真



→ 培養可以得純白色的菌絲體。另外亦可自國內外菌種保存中購買此一菌種自行培養。

將菌絲培養於無菌的小米或小麥培養基作為菌種，接種於木屑太空包中培養。太空包培養基的配方如下：

潤葉樹木屑	75 %
麥麩	22 %
蔗糖	1.5 %
石膏	1.5 %
含水量	65 %

接種後放置於25~27℃培養，經過35~45天後菌絲可長滿太空包。當發現培養基外圍出現許多白色塊狀突起時，將太空包移至菇舍，剪開白色塊狀突起處的薄膜。

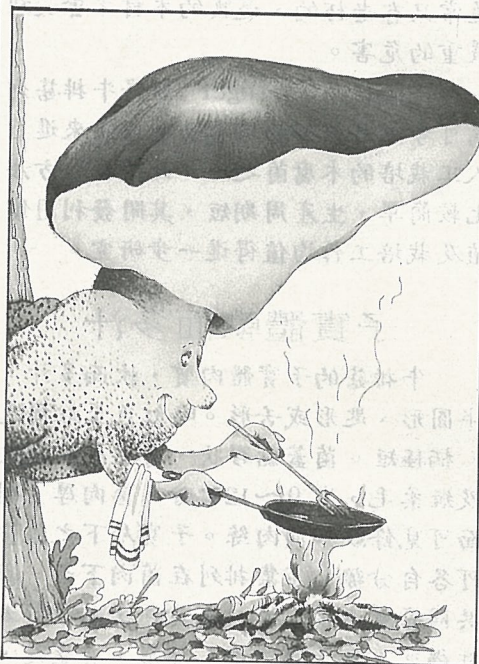
栽培菇房溫度維持在25℃左右，空氣相對濕度調至80~85%，供給一定的散射光，經7~10天後，塊狀突起物就會長成子實體，並釋放出大量淡紅色的孢子，子實體形成階段，應注意加強通風換氣，以免子實體因氧氣不足而發育受阻，出現畸形，影響產量及品質。

鮮嫩好吃可口

牛排菇是一種非常好吃的食用菇，尤其在還未成熟時的菇體特別鮮嫩，它含有一檸檬酸的香味及極為可口的質感，是一種不可多得的食用菇。在4~9月間台灣深山的森林枯木中可以找到此菌，它也是一種很好培養的新興菇菌。該菌亦可在一般的培養基中長出子實體，目前是世界上普遍被看好且具有發展潛力的食用菌種之一。

在台灣有限的食用菇市場，值得栽培，為台灣的食品提供另一種獨特的口味，而且在研究木材品質的提昇上，具

蒜爆牛排菇食譜



準備：10分鐘

烹煮：15分鐘

4人份材料：

1. 400公克牛排菇
2. 油 2湯匙
3. 香芹末 2湯匙
4. 大蒜 4粒（片）
5. 檸檬汁（1粒）
6. 鹽、胡椒

作法：

1. 選擇非常鮮嫩的牛排菇，洗淨，晾乾。
2. 在平底鍋中用大火過一過，以便去除水份。
3. 加入大蒜、檸檬汁，以及1湯匙的香芹末，煎約5分鐘，像煎牛排一樣，每一面都要煎勻。
4. 把菇菌倒入盤中，撒上另一湯匙的香芹末即可食用。

有相當重要的意義。

目前新竹市食品工業發展研究所菌種保存研究中心（CCRC），保存此一菌株計有國內外6個品系，可供台灣各界有興趣學者及業者試驗，歡迎諮詢參考。