



Вестник **фунготерапии**
№ 01(21) 2007г.

АПТЕКА

Грибные диковинки

Увидел ваше фото боровичков друг на друге и захотел рассказать свою историю - я такие же нашел подосиновики. Один маленький рос на другом более крупном грибе. Сфотографировать не удалось, но стало интересно, отчего появляются такие аномалии, и я отправился в библиотеку. Перелистывая десятый номер журнала "Наука и жизнь" за 1974 год, я увидел еще более любопытную фотографию. На ней был изображен крупный боровик с тремя боровичками на его массивной шляпе. На соседней странице известный советский миколог Л.В.Гарибова поделилась своими предположениями о том, как могло появиться подобное грибное чудо.

"Это явление довольно редкое, - рассуждала Гарибова. - Оно связано с некоторыми нарушениями формирования плодовых тел в почве. Когда в почве на грибнице закладывались клубочки (зачатки будущих плодовых тел), два таких клубочка, обычно лежащие очень близко друг к другу, оказались непосредственно один над другим. В дальнейшем они срослись и развивались одновременно. Возможен и другой случай. Обычно клубочки располагаются на грибнице в разных слоях почвы довольно густо. При более раннем развитии глубоко лежащего клубочка, он при выходе на поверхность может вынести на своей шляпе более молодой, выше лежащий клубочек, который с ним срастается. Не получая достаточно питания от грибницы, обычно вырастает гриб меньшего размера"...

продолжение на стр.2

○ **ФУНГОТЕРАПИЯ** открывает свои секреты:

гриб **ЧАГА**



Inonotus obliquus

○ **Грибной ГОРОСКОП**
окончание

○ **Грибные АНЕКДОТЫ**

○ **Грибная ПОЧЕМУЧКА**

Настой чаги от полипов желудка

Мой дед долгое время страдал от гастрита, а потом в больнице у него обнаружили 2 полипа. Удалять их не решились - гипертония да недавно перенесенный микроинсульт делали операцию проблемной. Поэтому дедушка стал принимать **водный настой чаги**. Принимал долго - по стакану в день обязательно. Через два года полипы уже не определялись, и здоровье резко улучшилось. Обострений гастрита тоже не стало.

Я пила настой чаги, когда у меня обнаружили эрозивный гастрит, и мне это средство тоже помогло.

Андреева Р., г. Санкт-Петербург

Грибная харчевня
(Праздник продолжается!)

Подписной индекс
Газеты "Грибная Аптека"
19320
По каталогу "РОСПЕЧАТЬ"
(с любого месяца)



ЯНВАРЬ

Месяц, когда грибов нет, кое-где на березах наливается соком и целебными веществами чага, но собирать ее еще очень рано (хотя в справочной литературе сказано, что ее можно собирать в любое время года). Трутовики листовенничные растут только на листовенницах, а листовенницы - в основном в Сибири и на Дальнем Востоке, поэтому их искать в наших лесах (средней полосы) бесполезно. Кстати, о трутовиках. Мы уже печатали о том, что трутовиков в наших лесах множество видов, и они малоизученны, поэтому даже опираясь на замечательное письмо Каюмова П.В. о своем опыте использования трутовика-копытня, ни в коем случае не нужно бежать в лес, добывать на стволах этот трутовик и заваривать его как чай. Самолечение не допустимо в любом виде, даже если это касается природных трав и грибов - "любитель" всегда может очень легко перепутать виды трав и грибов.

Точно так же нужно осторожно относиться и к еде - грибы, несомненно, вкусны и полезны, но их НУЖНО ЗНАТЬ, чтобы употреблять в пищу. Вот последний пример: как вы знаете, декабрь стоял аномально теплый, и в окрестностях Петербурга и Москвы ... полезли грибы - были замечены лисички, зимние опята и еще много других разных холодостойких видов. Журналисты в районе Пушкина нашли грибы, росшие на пнях и принесли на опознание микологу. Миколог определил их как зимние опята и сказал, что это съедобные вкусные грибы. Сюжет вышел по новостной программе, и уже на следующий день мне довелось увидеть в электричке бабушку с корзинкой - она демонстрировала свой «улов», всем объясняя, что по телевизору сказали, что их есть можно и они вкусные... Но



лисички



опенок зимний

в корзинке-то были не зимние опята, а ложно-красные!

Понимаю, что сразу возникнет вопрос: а зачем же вы пишете о целебных свойствах грибов или о их съедобности? Ну, во-первых, мы производим биодобавки на основе целебных грибов и делаем это профессионально и добросовестно: используется именно тот вид, который заявляется, всестороннее проверяется грибной субстрат на тяжелые металлы и радионуклиды, и при достаточно сложной технологии сохраняются все полезные свойства гриба. Поэтому и рекомендуем для применения мы не грибы, а продукцию на их основе. А во-вторых, люди должны знать дикорастущие грибы. Это наш золотой природный запас, и нужно знать как их применять. Не дай Бог, если вдруг цивилизованный человек останется один на один с Природой и не будет знать как пользоваться ее дарами.

Мне моя бабушка рассказывала, как приходилось выживать во время войны - не было ни лекарств, ни врачей, но на счастье были старушки, которые пользовали травами и целебными грибами. И еще рассказывала, как они выжили на грибах, собирали и ели, и еще помогли выжить семье чеченцев, которые не знали и не могли отличить съедобный гриб от поганки или мухомора - показали, научили, спасли от голодной смерти...

И поэтому основное - мы даем знания о грибах, и это знание, когда-нибудь пригодится.

Мы уже говорили о ядовитых и условно-ядовитых грибах, в следующих номерах газеты мы постараемся регулярно вести эту рубрику под названием «Русская рулетка», где будем подробно рассказывать об этих грибах. Но основное пожелание к нашим читателям, конечно, - не знаешь - не ешь! Не уверен - не рискуй! То же самое и с травами.

Ну, а пока, спешим сообщить - грибной конкурс на лучшую и оригинальную фотографию продолжается, и подводить итоги мы будем в апреле, так что время еще есть. Присылайте!

И не забывайте о подписке - подписаться можно с любого месяца.

Всегда Ваша гл. редактор Фадина Татьяна



Грибные диковинки

Окончание. Начало на стр.1

Но в лесу случаются и еще более диковинные находки. В журнале "Лес и человек" за 1980 год грибник из города Донецка П.Строительев рассказал: "Однажды посчастливилось мне найти белый гриб, на котором росли один над другим еще два, образуя трехэтажную пирамиду высотой сантиметров тридцать. Цирк, да и только!"

Вот какие встречаются грибные творения в природе.

Примечание редакции. Жаль, что автор не прислал никаких фотографий. Если, уважаемые читатели, кому-то из вас удастся прислать нам что-нибудь из этой серии, мы будем очень признательны.

Чага от простуды

... Совсем недавно я узнал, что чагой можно лечить верхние дыхательные пути. Об этом моем открытии стоит рассказать подробнее.

Как-то проснувшись утром, я почувствовал общее недомогание. Нос заложило, в горле першит. Несколько раз громко чихнув, я понял, что, видимо, возвращаясь с работы в переполненном автобусе, подхватил инфекцию.

Измерил температуру. Нормальная. А состояние какое-то неприятное: в висках стучит, железка под ухом набухла.

За полчаса до ухода на работу я по просьбе жены принялся натирать на мелкой терке березовый гриб. В нашей семье заведено пить напиток из чаги вместо чая. Напиток кончился, и надо было заварить свежий.

К концу дня прошел насморк, и в горле перестало першить. Почувствовал себя вполне здоровым. Быстро вычелся на этот раз, обрадовался я. Неужели мне помогла пыль, которой я надыхался, пока тер чагу на терке? Надо будет обязательно проверить. Удобного случая ждать пришлось недолго - спустя два дня простудилась жена. "А ну-ка, потри чагу на терке", - посоветовал я. Хлюпая носом и покашливая, она принялась за дело. К утру простуды как ни бывало.

С тех пор все в моей семье лечатся таким образом. Простуда полностью проходит через несколько часов.

О.Чистовский,
книга "Занимательная микология"

Целебная шульта

Березовую чагу мы, сибиряки, называем шультой. А самой целебной считается чага с особого вида берез, растущих на Алтае - так называемых «железных».

Корейцы ценят чагу с железной березы выше, чем женьшень. Но и с обыкновенной березы чага тоже целебна. Даже есть пословица "Шульты не попьешь, голова - трусак трусаком", то есть как пустой туссок грибной.

Особенно ценят чагу лесозаготовщики и геологи на Байкальском Хребте. Обыкновенный чай только пот гонит при дальних переходах, а шульта силу и бодрость дает.

Иванов П.Д., г. Барнаул

От редакции: рецепт приготовления шульты мы приводим на последней странице в рубрике "Грибная Харчевня".



В лес за полезными наростами

“Содержание ценных веществ в чаге почти не зависит от времени года. И все-таки лучшей порой для сбора считается весна, когда содержание в чаге биологически активных веществ достигает максимума. Да и собирать чагу в это время года удобно: снег в лесу уже сошел, а листы на деревьях еще нет... Тогда темные наросты особенно заметны на белых стволах берез. Но не во всех березовых лесах и рощах растет чага. Бывает и так: попадаешь в отличный березняк, исходишь его вдоль и поперек, а ни одного нароста чаги не найдешь. Но есть березняки, где чуть ли не на каждом дереве виден заветный нарост.

Чага обычно образуется на старых, но всегда здоровых березах, на участках, где нарушена кора - молнией или морозом. В заживших "ранах" бывает несколько наростов. Надо помнить, что собирают только твердые иссиня-черные или темно-бурые наросты. Иногда, особенно на нижней части ствола у корней встречаются крупные, но рыхлые, подвергнувшиеся разрушению наросты. Они легко шелушатся и крошатся. Такая чага лишена ценных свойств и собирать ее не следует. **Техника сбора** чаги проста. Если чага мелкая, то ее срезают ножом. Ну а если попался крупный нарост весом с килограмм и более, то его срубают топором или тяпкой, но так, чтобы не повредить ствол и оставить часть гриба для дальнейшего роста.

Принесенные из леса наросты чаги рубят на кусочки размером примерно шесть сантиметров в поперечнике, чтобы они быстро высохли, не заплесневев.

Сушат нарубленные куски чаги при температуре не выше 60°C. Летом измельченную чагу можно сушить под навесом или в сарае на дощатом полу. Зимой в деревне лучше всего сушить чагу в русской печи, а в городе - в духовке.

Высушенные куски чаги нужно оберегать от сырости и хранить в сухом, хорошо проветриваемом помещении в ящиках или матерчатых мешочках. Отсыревшая чага легко плесневеет и становится негодной к употреблению.

Если соблюдать все правила заготовки и условия хранения, то получится сырье, в котором ценные качества сохраняются более двух лет.

ЧАГА ПРОТИВ РАКА

В народной медицине при болезнях (в т.ч. онкологии) желудка издавна применяли следующие различные виды настоек из целебного древесного гриба чага.

1-й НАСТОЙ

200 г чаги, измельченной на терке или пропущенной через мясорубку, 100 г сосновых почек, 100 г плодов шиповника, 5 г полыни горькой, 20 г травы зверобоя, 10 г корня солодки. Эту смесь замочить на 2 часа в 3 литрах холодной воды, затем 2 часа кипятить на слабом огне в плотно закрытой посуде. Сняв с огня, хорошо укутать и поставить настаиваться на сутки в теплое место, после чего процедить. Добавить в отвар 200 г сока столетника, причем перед тем, как срезать листья, алоэ неделю не поливать. Добавить 250 г коньяка и полкилограмма меда. Смесь тщательно размешать и дать ей постоять еще 4 часа, после чего лекарство готово к употреблению.

Первые 6 дней принимать по 1 чайной ложке за 2 часа до еды 3 раза в день. В последующие дни - по 1 столовой ложке 3 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения минимум 2-3 недели, максимум - 3-4 месяца.

2-й НАСТОЙ

Залить гриб водой, настаивать 4 часа (воду не выливать), размяченные куски натереть на мелкой терке или пропустить через мясорубку. На каждую часть гриба добавить 5 частей теплой кипяченой воды и настоять в течение 2 суток. Затем жидкость слить, осадок отжать, добавить воду, в которой чага отмачивалась.

Принимают по 1 стакану 4 раза в день перед едой. Во время курса лечения нельзя есть острые блюда, консервы, копчености. Хранить настой нужно в холодильнике не более 5 дней.

О. Чистовский,

“Занимательная микология”

Род инонотус - *Inonotus*

ЧАГА

Inonotus obliquus (Fr.) Pil.f. Sterilis (Van) Nicol
(инонотус скошенный)

Чага - стерильная, бесплодная форма трутовика-инонотуса скошенного, растет преимущественно на живой березе, реже - на рябине, ольхе, иве, дубе, грабе в виде неправильных желвакообразных, твердых наростов темно-коричневого или черного цвета с растрескивающейся, немного блестящей поверхностью. Пригоден для сбора в течение всего года.

Растет на одном месте до 15 лет. Выросты довольно тяжеловесные и достигают большого размера (до 30 см в поперечнике).

Внутренняя ткань темно-коричневая, очень плотная, твердая, на разрезе с беловатыми прожилками.

Чага занимает, наверное, первое место среди грибов, уже нашедших применение в медицине. Еще в XIX веке в России и Польше настои из чаги считались хорошим народным средством против рака. Наблюдения показали, что в тех местах, где население регулярно употребляет настой чаги, достаточно редки желудочно-кишечные заболевания и злокачественные опухоли. В Западной Сибири ханты используют этот гриб для профилактики и лечения туберкулеза, болезней сердца, печени, желудка.

Гриб привлек внимание ученых, они установили, что лечебными свойствами обладают красящие водорастворимые вещества. Препарат, полученный из чаги, показал положительные результаты при лечении желудочно-кишечных заболеваний, таких, как язвенная болезнь и гастриты, часто являющиеся предраковыми заболеваниями. Установлено, что настой из чаги оказывает на организм и общее тонизирующее действие, что, вероятно, объясняет и облегчение состояния больных при попытках лечения чагой запущенных форм рака. В опытах, проводящихся на животных, установлено, что препарат чаги способствует рассасыванию злокачественных опухолей на самых ранних стадиях развития болезни.

В настоящее время в медицине препараты из чаги используют при лечении язвенной болезни, гастрита, для нормализации деятельности кишечника, успокоения нервной системы, повышения работоспособности. Чага нетоксична, и противопоказаний к ее применению нет.

Однако следует напомнить, что заниматься самолечением не стоит, нужно обязательно проконсультироваться с врачом.

“Большая грибная энциклопедия”,
изд. “Сталкер”



Сегодня мы поговорим об удивительном грибе **чага**. Чага известна с незапамятных лет своими целебными свойствами. Ее издревле используют при многих заболеваниях, и рецептов настоек, настаивания и запаривания чаги не просто много, их очень много. Разобраться с применением чаги нам поможет Филиппова И.А.

Я перелистала несколько энциклопедий и нигде не нашла изображение чаги и даже названия чаги нет. Почему?

В грибных энциклопедиях, особенно иностранных, действительно много путаницы. И **чага** - это исконно русское название. В остальных энциклопедиях чагу называют березовым трутовиком, березовым грибом, черным грибом, инонотусом скошенным, но латинское название у него одно - *Inonotus obliquus*.

Целебна ли чага, которая растет на других деревьях, кроме березы?

Основательно изучались целебные свойства только березовой чаги, то есть растущей на березе, и именно эта чага используется для приготовления настоев и настоек.

Правда ли, что у чаги колоссальные противоопухолевые свойства, и с ней не сравнится никакое другое растение?

Нет, это не так. Как и у многих грибов, у нее несомненно есть **противоопухолевые свойства**, но они не велики и **явно уступают** таким грибам, как **веселка обыкновенная** (рекордсмен по противоопухолевым свойствам), **шитаке**, **рейши**, и даже обыкновенному дождевику. Но у нее есть **весьма ценное свойство - она хорошо снижает интоксикацию при опухолевых заболеваниях**, то есть выводит токсины. В России пик интереса к чаге пришелся на пятидесятые годы, когда чагу изучали в государственных Научных медицинских учреждениях, и тогда же были созданы первые спиртовые настойки и водорастворимые фракции чаги, то есть сейчас бы эти препараты зарегистрировали как БАДы.

Все трутовики обладают противоопухолевыми свойствами?

В большей или меньшей степени. Например, **трутовик лиственничный** (*fomitopsis officinalis*, губка лиственничная) в народной медицине тоже использовался при опухолях, но в основном у него явно выраженные другие свойства - он способен **подавлять туберкулезную палочку** (чага тоже обнаружила эти свойства), залечивать **язвы желудочно-кишечного тракта** (и чага тоже), справляться со стойкими **запорами** (а у чаги такой способности нет), и даже... **худить**.

Трутовик копытень менее всего изучен, в нем отмечена только способность **подавлять грибковые инфекции**, в частности, ванночки с напаром трутовика могут подавить рост **ногтевого грибка**. Но, повторяю, до исследования всех свойств этого гриба очередь еще не дошла.

Как правильно делать отвары чаги?

Помнить нужно всегда одно - полисахариды грибов очень нежные структуры, которые распадаются от нагревания, от холодной нагрузки, от воздействия кислотами и даже спиртом. Поэтому рецепты, в которых говорится, что чагу надо достаточно долго кипятить, уже сами по себе не верны. Целебных полисахаридов после такой обработки в отваре уже не осталось.

Самое оптимальное - **залить измельченную чагу горячей водой (70°C) и дать настояться в термосе в течение ночи**. Обычно **на 100 мл воды берется 3г чаги**.

Ядовита ли чага?

Конечно же, нет. Но это не означает, что нужно тут же мчаться и собирать чагу. Ее можно перепутать с опухолевыми наростами на деревьях. А заметьте, многие **деревья** и береза в том числе **страдают раком**. И к тому же, чтобы не повредить дерево, ее нужно срезать грамотно и бережно.

При каких заболеваниях поможет чага?

Как вспомогательное средство ее можно использовать при любых заболеваниях, противопоказаний нет (кроме индивидуальной непереносимости).

Где можно получить консультации по применению целебных грибов?

Бесплатную консультацию по применению БАД из целебных грибов производства ООО "Шиитаке" можно получить в Центре Фунготерапии Ирины Филипповой, г. Санкт-Петербург, г. Москва и в магазинах "Грибная аптека".

Предварительная запись по телефону:

(812) 271-28-98, 717-17-11, 717-87-84, 575-57-97, 703-06-44, 740-37-61, 974-07-80,

(495) 941-30-10, 510-49-70, 940-20-13, 940-08-49, 656-61-76.

Желательно с собой иметь выписку из истории болезни. Консультации проводят квалифицированные врачи-фунготерапевты.

Наши представители

Беларусь: г. Белоозерск - (01643) 4-04-55, 59-0-95, г. Минск - (029) 685-24-21

Болгария - 00359 (2) 952-51-99, 00359 - 888-95-03-96 (в т.ч.

Греция, Македония, Испания, Румыния, Турция, Сербия)

Украина (г. Донецк) - (062) 349-01-61

Эстония, Нарва - (372) 35-482-49, 55-916-627

Екатеринбург - (343) 213-99-61

Омск - (3812) 70-00-37

Пермь (342) 271-29-86

Самара - тел. (846) 276-01-26, 270-93-01, 276-01-06

Тюмень - (3452) 62-26-13

Челябинск - (351) 775-39-29

Магазины "Грибная аптека".

Санкт-Петербург

1. Невский пр., дом 180, оф.25,

ст. м. Площадь Ал. Невского,

(812) 271-28-98, 717-17-11;

2. ул. Колокольная, дом 3, ст. м. Влади-

мирская, Достоевская,

(812) 575-57-97, 974-07-80.

г. Москва

1. Хорошевское ш-се, д. 68, корп. 5, ст. м. Полежаевская.

Тел: (495) 940-20-13, 940-08-49, 941-30-10;

2. Пр-д Нансена, д. 6, корп.3, ст.м. Свиблово.

Тел: (495) 656-61-76, 510-49-70

Часы работы:

пнд - птн

10.00-20.00

сб - 11.00-19.00

вск - 11.00-17.00

В Центре можно узнать телефоны других представителей:

Ангарск, Барнаул, Белгород, Благовещенск, В. Новгород, Вологда, Выборг, Горно-Алтайск, Западная Двина, Ейск, Казань, Калининград (обл.), Киров (обл.), Кострома, Новокузнецк, Новосибирск, Мурманск, Омск, Оренбург, Пятигорск (кавказ. Мин. воды), Ростов-на-Дону, Снежинск, Сочи, Сызрань, Тольятти, Ухта, Хабаровск, Чебоксары, Череповец, Якутия (Саха).

Газету "Грибная Аптека" в Республике Беларусь можно приобрести в ООО «Арго-НН» 220030, г.Минск, Ул.К.Маркса,15, офис 313, тел. 206-68-46 Подписка в Белоруссии - каталог РУП "Белпочта" 19320

Грибная страна лилипутов или Гулливеры XX века

Продолжение. Начало в номере 12(20) 2006г.

В августе 1945 года лётчика-истребителя Василия Егорова сбили над территорией Внутренней Монголии в двухстах километрах от линии фронта...



... Лётчик потерял счёт времени, да оно, время, и не волновало Егорова. Он с удовольствием прокладывал новые русла для подводных ручьёв, ухаживал за грибницами, иногда собирал, поднявшись на поверхность, сучья и травы. Ханяньги совершенно доверяли ему и оставляли безо всякого присмотра. Егоров настолько привык к полумраку, что и сам поднимался наружу только ночью.

Однажды на поверхности его застала гроза. Во Внутренней Монголии грозы редкость, но если уж случаются, то молнии бьют беспрестанно. Одна из молний угодила рядом с Егоровым, он на несколько мгновений потерял сознание, а очнувшись, пошёл, полуголупенный, наугад. Днём он лежал, прижавшись к земле и пряча лицо в ладонях, ночью же шёл без цели по степи.

На четвёртый день на него натолкнулись араты, монголы-скотоводы. Распознав в Егорове русского, они отвели его к геологам, проводившим изыскания в братском тогда Китае. Геологи переправили Егорова в Советский Союз, где и была установлена его личность.

Оказывается, его считали погибшим и лишь после проведения ряда экспертиз удостоверились, что перед ними именно Василий Егоров, кавалер ордена Боевого Красного Знамени, лётчик-истребитель, на счету которого шесть вражеских самолётов.

Сразу его опознать не смогли потому, что со времени советско-японской войны прошло четырнадцать лет! Егоров вышел к людям весной 1959 года!

Проведённое следствие результатов не дало - всерьёз воспринимать рассказы Егорова о карликах никто не хотел. В конце концов решили, что его держали в рабстве враждебные к советской власти жители Китая, но затем, испугавшись последствий, отпустили. Карлики же, ханяньги, - есть продукт большого мозга: при рентгенографии черепа у страдавшего от приступообразных головных болей Егорова в затылочной части обнаружили плотное образование. Более того, стало ясно, что Егоров подвергался **трепанации черепа** около пятнадцати лет тому назад!

Егорову сделали операцию на головном мозге и удалили **опухоль**, которая на поверку оказалась скоплением особых **грибов-паразитов**. Неожиданным продуктом жизнедеятельности грибов оказалось странное кристаллическое образование, состоящее преимущественно из кремния. После операции бывшему лётчику дали вторую группу инвалидности по общему заболеванию и отпустили с миром.

Сам Егоров утверждал, что он действительно побывал у подземных карликов, которые нарочно **внедрили ему в мозг грибок**, заставивший его добровольно **принять рабство и даже полюбить своих господ**. Удар молнии нарушил работу грибка, и Егоров

вышел из-под власти подземного племени.

Долгое время после этого Василий был лучшим строителем колодцев на юге Воронежской области - он умел находить воду там, где остальные терпели неудачу за неудачей.

О микропигмеях

В 1948 году Френсис Даттон, сотрудник музея археологии и этнографии Гарвардского университета, обследовал ущелья Качинского хребта неподалёку от китайской границы и нашёл заброшенный город, судя по всему, некогда населённый пигмеями, скорее даже, микропигмеями - в одном из захоронений он нашёл скелет, судя по пропорциям, взрослого мужчины, ростом полтора фута (примерно 45 см, *ред.*). Скелет и некоторые орудия - ножи, мотыги, горшки, все миниатюрных размеров, он захватил с собой, но в пути большую часть трофеев у него отобрали напавшие бандиты. В Бостон он привёз лишь обломок крохотного кинжала и рисунок поселения микропигмеев.

К рассказу Даттона отнеслись скептически: рисунок не доказательство, а кинжал мог быть игрушкой неолитического человека. Позднее Даттон был призван в армию и погиб в Корее.

О странной находке вспомнили в 1958 году, когда австралийский путешественник и литератор Стив Хантер заявил, что близ селения Путао на бирманско-китайской границе он столкнулся с неведомым. На опушке леса он спугнул несколько маленьких обезьянок, ринувшихся в глубину леса. И лес тут же огласился протяжными криками, напоминавшими звуковые сигналы пигмеев Центральной Африки. Хантер пытался преследовать обезьянок, но на него отовсюду посыпались дротики с каменными наконечниками. Несмотря на небольшие размеры, они нанесли таки Хантеру урон - разбили очки, объектив фотокамеры, продырявили одежду. Собрав несколько дротиков, Хантер отступил, предварительно для острастки выстрелив в воздух.

Позже, на пресс-конференции, он продемонстрировал один из дротиков с каменным наконечником. Размером дротик был около восьми дюймов (около 20 см., *ред.*). Хантер заявил, что одна из обезьянок определённо носила жёлтую головную повязку и фиолетовую набедренную, и он собственными глазами видел, как она метнула в него дротик. Размеры обезьянки не превышали фута (30,48 сантиметра).

Заявление Хантера заставило вспомнить о находках Даттона. Было высказано предположение, что в районе китайско-бирманской границы обитает доселе неизвестное племя микропигмеев.



Семанги - пигмеи Малаккско-полуострова

Марин Трейси, известный этнолог, изучающий жизнь пигмейских народов Азии и Океании, выдвинул гипотезу: часть семангов - пигмеев Малаккского полуострова - продвинулась во времена неолита на север, в район гор Северной Бирмы и Юго-Западного Китая, где и поселилась. Длительная изоляция их от представителей иных рас, пребывание в особых условиях стимулировали постепенное развитие ультракарликовых форм и привели в результате соответствующих морфологических изменений к возникновению варианта предельно низкорослого племени.

В поисках подтверждения своей догадки в 1959 году Марин Трейси направился в Бирму, а оттуда тайком пробрался в Китай. Из Китая с оказией - через буддийского монаха - он передал письмо о том, что в Сиканских горах нашёл неопровержимые доказательства существования микропигмеев. К сожалению, письмо это было единственным. Из Китая Трейси не вернулся. На последовавшие запросы соответствующие органы Китая заявили, что им ничего не известно о Марине Трейси.

Возможно ли существование родственного человеку вида карликов?

Известно, что семейство кошачьих, например, включает в себя как тигров, так и кошек, различающихся по массе более чем в сто раз. Ещё более поразительные вариации демонстрируют собаки - и мастифы, и тойтерьеры относятся к одному виду! Среди приматов есть и крохотные маргитышки, и огромные гориллы, и орангутаны.

Отчего бы и человеческой ветви не пустить карликовый отросток?

К.Э.Циолковский, сделав расчёты, доказал, что карликовый человек более приспособлен к жизни, чем обыкновенный. Он может выполнять большую работу относительно своего веса, чем человек обыкновенных размеров.

Но существует ли раса карликов на самом деле или это плод поражённого мозга Василия Егорова и нуждающихся в рекламе, спонсорах и грантах Даттона и Хантера?

В фольклоре многих стран говорится о карликах, населяющих подземелья. Легенды о полых холмах, в которых обитают гномы, существуют в Шотландии, Германии, Испании. Россия тоже не стоит в стороне - домовые, кикиморы и прочие представители малого народа ещё сто лет назад большинством воспринимались как совершенная реальность. Их видели, с ними старались ужиться. Известный советский писатель и краевед Роман Николаевич Ким в 30-е годы прошлого века призывал исследовать народные поверья со всей тщательностью, положенной учёным, а не ставить на них клеймо мракобесия и идеализма.

Обнаружение капища карликов в конце 1980-х годов на территории Воронежской области (в зоне Второго Власовского могильника) - серьёзный аргумент в пользу продолжения поисков альтернативного вида человека.

С. Нафферт, журнал "НЛО"



Что могут рассказать волосы?

Всем известно, что кровь - это зеркало здоровья организма, моча - показатель работы почек, по слюне можно определить наличие глистных инвазий и даже вирус ВИЧ, а вот волосы - что могут рассказать волосы? Об этом удивительном анализе мы расспрашиваем директора Центра Биохимических Исследований Королеву Елену Михайловну.

Что можно определить по волосам?

Е.М. Сделав спектральный анализ на специальном оборудовании (спектрометр атомно-абсорбционный **Karl Zeiss AAS-30**) можно определить недостаток или переизбыток микроэлементов в организме. А **микроэлементы** - это всем хорошо известные **кальций, натрий, железо, медь, цинк, кадмий и т.д.**

Это так важно - знать, какие микроэлементы есть в организме?

Е.М. Это очень важно. Иногда недостаток или переизбыток микроэлементов - первопричина многих заболеваний. Недостаток **калия** - и начинаются необъяснимые **сердечно-сосудистые** недомогания, тахикардия, например. Нехватка **кальция** - развивается **остеопороз**, следовательно, стремительно начинают страдать суставы. Переизбыток **цинка** - сыплются **волосы, кадмий** выше нормы провоцирует болезни **печени и почек**.

Получается, что если знать, чего не хватает или что находится в избытке, можно избежать болезней?

Е.М. Зная микроэлементный состав в своем организме можно предотвратить многие болезни, потому что вовремя корректируя этот дисбаланс, мы помогаем организму.

Какие волосы годятся для анализа? Можно ли окрашенные?

Е.М. Прядь волос длиной 2-5 см срезается у самой кожи. Длинные волосы надо обрезать до этой длины, отмерив ее со стороны кожного покрова. Ширина пучка волос (в слегка скрученном состоянии) - примерно 1-2 мм. Окрашены они или седые - не имеет значения.

Как и куда сдать волосы на анализ? Можно ли это сделать заочно?

Е.М. Наш Центр находится в Петербурге, волосы на анализ от жителей Петербурга мы принимаем в Центре Здоровья на Невском (тел. (812) 320-66-02).

Все же, кто проживает не в Петербурге могут отослать волосы по почте в обычном почтовом конверте. В этом случае пучок волос кладется в листок бумаги и укладывается в почтовый конверт. На конверте разборчиво написать обратный адрес результаты теста будут вам высланы вместе с рекомендациями, то есть **КАК** восполнить найденный недостаток микроэлементов, или **КАКИМ ОБРАЗОМ** вывести переизбыток тех или иных микроэлементов.

Результаты анализа будут высланы **НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ**, то есть оплачивать бандероль нужно на своей почте.

Какова стоимость анализа и по какому адресу высылать пучок волос?

Е.М. Стоимость анализа - 650 рублей + стоимость доставки почтой. Высылать конверты с прядкой волос по адресу:

197022, Санкт-Петербург, а/я 720, ООО "Центр Фунготерапии", с пометкой на конверте «Тест-V».

Беседа вела Дроздова Г.И.



Грибная симфония Чайковского



"Когда мой отец гостил у Петра Ильича в Клину или Фроловском, - писала Нюберг-Кашкина, - то они всегда делали большие прогулки в лес: особенно же любил Чайковский ходить за грибами..."

Однажды, когда пошли в лес, то Николай Дмитриевич, который был мастер собирать грибы, скоро стал находить белые, а Чайковский стал сердиться, что у него из-под носа собирают его грибы. "Нет, давай разойдемся, а то опять выхватишь", - сказал он с досадой. Разошлись на некоторое расстояние, но вдруг отец услышал страшный крик Чайковского; отец мой кинулся к нему, крик усилился, а подбегая, отец увидел, что Чайковский упал плашмя на землю, распростерши руки, с криком: "Мои, мои, все мои! Не подходи. Не смей брать". Оказывается, Чайковский напал на целую семью белых грибов и закричал от восторга. Увидя же, что Николай Дмитриевич подходит, он упал на землю, чтобы закрыть свои грибы собственным телом и руками.

Об этой комической сцене отец никогда не мог вспоминать без смеха; забавнее всего было то, что Чайковский все это проделывал с искренним увлечением и совершенно всерьез".

Рефлекс ЧЕСПИИ Павлова И.П.



Академики И.П. Павлов и А.С.Фаминцын одно лето жили со своими семьями на даче в Силламягах, под Петербургом. Оба ученых были заядлыми собирателями белых грибов и решили состязаться: кто за один выход в лес наберет большее количество боровиков. В этом состязании победителем постоянно выходил Иван Петрович.

Но однажды в конце августа академик Фаминцын притащил белых грибов больше, чем его удачливый соперник. Иван Петрович не мог снести такого позора. Несмотря на купленные билеты на поезд, которым через несколько часов семья Павлова должна была уехать в Петербург, Иван Петрович взял корзину и отправился в лес. Вернулся лишь набрав рекордное количество белых грибов. А на поезд Павловы, конечно, опоздали...

Напоминаем: Для победителя конкурса редакция учредила главный приз - *хлебопечку*, а также 3 приза по 300 рублей. Фотографии должны быть хорошего качества. Можете писать свои комментарии и даже истории. Присылайте по почте на адрес редакции или по e-mail, которые указаны на последней странице газеты. Спасибо всем, кто уже порадовал нас своим участием в конкурсе, но конкурс еще продолжается!

Уважаемые читатели, **ЖЮРИ** - это не только редакция газеты, но и каждый из вас (в первую очередь!!!). Так что звоните и пишите - голосование уже давно началось!

"Гриб-2006"

КОНКУРС! фотографий

Эти интересные фотографии прислал на конкурс Вязьменский Александр. Талант художника не позволяет ему сидеть на месте. Закончился грибной сезон в России? Летим в Калифорнию!

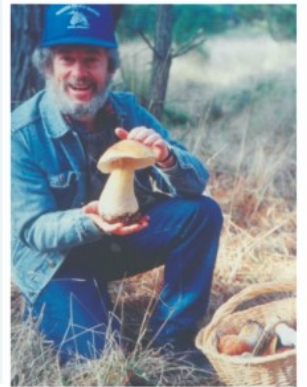
Все великолепие грибного царства мы можем увидеть не только на его фотографиях, но и в красочных акварелях... Но это уже совсем другая история, об этом - в следующих номерах нашей газеты, а пока...

Грибной сезон в Калифорнии

"Я специально стараюсь ездить в США под Новый Год. Дело в том, что декабрь - грибной сезон в Северной Калифорнии. Друзья встречают меня в аэропорту, и на следующее утро мы отправляемся в леса, на север от Сан-Франциско.

Сосновый лес, под соснами - рододендроны. Кое-где - пальмы. Высокая трава. И огромные, прекрасные белые грибы. Некоторые выглядят просто нереальными. Воспоминаний об одном таком дне хватает на год.

Вечером возвращаемся в Беркли, а на следующий день лечу с грибами обратно в заснеженную Миннесоту."



Нашел в лесу пальму, а под ней - грибы!



Сев. Калифорния. Конец ноября. Мы только что вернулись из леса с "добычей".



Новый Год в Калифорнии. В доме - елка, а снаружи - +10°C, лимоны, мандарины, магнолии и... белые грибы.



Грибной привет из Калифорнии - заснеженной Миннесоте.



Такие гиганты для Калифорнии - обычное дело.

Грибная почемучка

В московском универсаме была поражена, прочитав на этикетке с замороженными боровиками - «произведено в ЮАР». Цена - соответствующая. Это что, ЮАР закупает у нас грибы, морозит (это в Африке-то!) и нам продает?

Правда ли, что витамина С больше всего в апельсиновой кожуре, а витамина В в грибах лисичках, поэтому эти витамины из них и производят?



В черной Африке растут белые грибы? Не совсем так. Это родные южноафриканские боровики, которые растут в горных массивах ЮАР, Замбии, Зимбабве, Малави и Свазиленда.

Сосен и елок в Африке действительно маловато, поэтому белые грибы растут под акациями. И что удивительно, пахнут они тоже совсем не грибами, а свежим абрикосом и кокосовым орехом. Но это не мешает им именоваться белыми грибами и претендовать на славу российских боровиков.

Белые грибы попали в Южную Африку из Европы совершенно случайно, вместе с саженцами дуба и сосны в XVII - XVIII веках. Дело в том, что комочки земли на корнях саженцев содержали мицелий белых грибов. Потом грибы «поняли», что симбиоз с соснами и дубами в Африке не актуален и «решили» подружиться с акациями. Знакомство переросло в крепкую дружбу. Сейчас южноафриканская компания «Эдулис» разводит грибы в промышленных масштабах именно в природных условиях и собирается поставлять белые грибы в Россию, Украину, страны Европы и Северной Америки. Как рассказал управляющий «Эдулис» Роберт Казалетти, только белые грибы из дикого леса могут похвастаться обилием белка и целебных веществ. Модные рестораны Европы, США, Японии и России уже предлагают своим посетителям грибные блюда «африканского производства».



Увы, неправда. Начнем с того, что НАТУРАЛЬНЫХ витаминов нет вообще. Их производство признано нецелесообразным и крайне дорогостоящим - чтобы получить 1 г чистого витамина С - нужно 23 кг апельсиновой кожуры, 1 г чистого витамина В - 39 кг свежих грибов лисичек. К тому же это очень сложный технологический процесс, и главное, натуральный витамин разрушается в течение нескольких часов. У нас (и во всем мире, конечно же) существуют только синтетические витамины, то есть была взята химическая формула витамина и синтезирован его аналог. Витамины во всем мире получают из... НЕФТИ. Так же, как и многие лекарственные препараты.

Американцы вроде собираются топливо из грибов получать, так ли это?

Я слышал, в Белоруссии изобрели таблетки от радиации, и якобы они из грибов. Это верно?



Кажется, действительно грибное топливо придет на смену нефти. Специалисты из Американской организации по исследованиям в сельском хозяйстве провели ряд экспериментов по получению **биологического топлива**.

В основе нового метода получения **биотоплива** - способность **гриба шиитаке (lentinus edodes)**, который традиционно считается и деликатесом, и лекарственным грибом, получать питательные вещества для роста, быстро и эффективно разлагая древесину. Гриб растет в лесу на поваленных деревьях и пнях, и вот уже более 2000 лет культивируется в странах Юго-Восточной Азии.

Доктор Чарльз Ли и его коллеги намерены использовать эти способности гриба в промышленных целях. Ученые идентифицировали и выделили ген, позволяющий грибу вырабатывать **фермент ксиланазы**, который участвует в процессе **расщепления древесины**. Специалисты решили проверить, сможет ли улучшенная версия гена участвовать в **переработке рисовой шелухи или других сельскохозяйственных биологических отходов**. Если усовершенствованный **фермент ксиланазы** справится с этой задачей быстро и эффективно, с его помощью, как рассчитывают ученые, можно будет осуществить промышленное **получение этанола**, который на сегодняшний день является **реальной альтернативой топливу на основе нефти**.

В рамках лабораторного эксперимента выделенный ген Хун11А трансплантировали в дрожжи, заставив их вырабатывать **ксиланазу**, что обычно дрожжам несвойственно. Теперь ученые планируют с помощью методов геной инженерии «научить» ген гриба **шиитаке** синтезировать ксиланазу в больших количествах за короткое время. Повышение эффективности процесса выработки ксиланазы необходимо для промышленных целей - в этом случае новое биотопливо (этанол) можно будет получать, перерабатывая растительные отходы в огромных емкостях на производстве.



Да, абсолютно верно. Белоруссия сейчас выделяет большие деньги на исследование целебных грибов и уже получает результаты этой государственной политики.

В Институте генетики и цитологии Национальной академии наук Беларуси не только доказали, что грибы могут выводить радиацию, но и разработали свой **препарат для защиты живых организмов от радиации**.

Основой для средства от радиации стало вещество **меланин**, которое белорусские специалисты выделили из грибов. По мнению ученых, технология их выращивания не требует больших затрат.

Меланин же почвенные грибы содержат в больших количествах. Природный пигмент меланин, который содержится в волосах человека, оперении птиц, шерсти животных, синем винограде и грибах, является сильным средством по борьбе с радиацией. На это обратили внимание белорусские эксперты, заметив, что грибы, содержащие меланин, растут и размножаются при радиации в 3,5 тыс. рентген в час.

Препарат существенно снижает дозу облучения человека, растений, животных. Принимать его можно за 30 минут - 48 часов до начала облучения. **Меланин преграждает путь радиации в ДНК и хромосомы**. Благодаря этому к минимуму сводится вероятность возникновения мутаций на геномном уровне. Этот препарат зарегистрирован как БАД.

Нужно сказать, что белорусы только повторили наши эксперименты, и такие препараты уже в России созданы несколько лет назад - это БАД «Дождевик» и БАД «Болетус», выпускаемые ООО «Шиитаке», которые обладают способностью снижать дозу радиации и выводить тяжелые металлы.

НАША ПРОДУКЦИЯ НА ОСНОВЕ ЦЕЛЕБНЫХ ГРИБОВ



(812) 717-17-11, 703-06-44, (495) 510-49-70, 941-30-10

Производитель ООО "Шиитаке", СПб, 192286, СПб, пр-т Славы, д. 23, корп.3, ОГРН 1037835045049

Гриб-пылесос



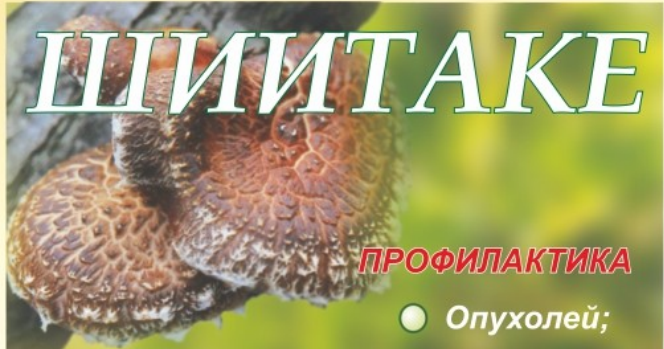
Серт.соотв. № РОСС RU.ПТ12.Н00470

СПОСОБСТВУЕТ ВЫВЕДЕНИЮ ИЗ ОРГАНИЗМА ТЯЖЕЛЫХ МЕТАЛЛОВ И РАДИОНУКЛИДОВ, ФТОР- И ХЛОР- СОЕДИНЕНИЙ, ТОКСИНОВ, ШЛАКОВ.

ПД

(Lentinus edodes)

ШИИТАКЕ



ПРОФИЛАКТИКА

- Опухолей;
- аутоиммунных заболеваний (РС, СКВ, полиартрита);
- сахарного диабета;
- сердечно-сосудистых заболеваний (кроме гипотонии);
- вирусных инфекций (ВИЧ-инфекции, герпеса, гепатита, гриппа).

БАД

св.о.зос.рег. № 77.99.П.ЗУ.1897.8.04

Сморчок

Morchella conica

ПРОФИЛАКТИКА

- БЛИЗОРУКОСТИ;
- СТАРЧЕСКОЙ ДАЛЬНОЗОРКОСТИ;
- КАТАРАКТЫ И ГЛАУКОМЫ.

ПД



Серт.соотв. № РОСС RU.ПТ12.Н00470

Кордицепс

(Cordiceps militaris)



Серт.соотв. № РОСС RU.ПТ12.Н00990

ПД

- СТИМУЛИРУЕТ ИММУННУЮ СИСТЕМУ;
- **ПРОФИЛАКТИКА** БАКТЕРИАЛЬНЫХ И ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЙ;
- ЗАБОЛЕВАНИЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ, МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ ЖКТ.

Грибы - это отдельное Царство природы, со своими законами, обычаями, характерами...

Продолжаем нашу постоянную рубрику "Грибной гороскоп".

Январь - самый суровый и самый мистический месяц зимы. Здесь и святки, и крещение, и все это приправлено пряным ароматом заповедщины и мистики.

Январские грибы - имеют сложный, наверное, самый сложный из всех грибов характер, и они невероятно привлекательны для всех. «Влюбиться - как в омут головой кинуться...» - это именно о январских грибах.

Итак, какой ты ГРИБ? раскрашенные девушки-панки - это вольвариеллы, или же четко ограниченные в рамках добродетели «синие чулки» - это тоже вольвариеллы. Но одно можно сказать прямо - никогда не знаешь, что от этих дам ждать...

Рожденные «1», «5», «10» и «28» января - имеют своим символом гриб «волоконница».

Гриб коварный, безжалостный (сколько отравлений на счет этого милого грибка!), но невероятно обаятельный - это граф Дракула грибного царства. Правда, справедливости ради, надо добавить, что человек под символом этого гриба может всю жизнь прожить милым добродушным человеком, отличным семьянином, заботливым отцом и не знать, какие мрачные глубины могут открыться в его характере. «Не трогай меня - я сам себя боюсь...» - это как раз об этом январском грибе. Он способен на все в минуты крайней нервной возбудимости или опасности. В бизнесе или на работе «волоконник» тоже не так прост, как кажется - он идет к своей цели на мягких лапках, но уверенно перегоняя других, и его мало интересует стоящий на его пути.

Дама-«волоконница» - Миледи грибного мирка, хорошо известная зрителям по фильму о трех мушкетерах. Умна, хороша, обаятельна - и абсолютно уверена в своих притязаниях на место под солнцем. Делает карьеру, не оглядываясь на окружающих, и пойдет на многое, если не на все, ради достижения своей цели.

Рожденные «2», «6», «11», «20», «29» и «30» января - имеют своим символом гриб «вольвариелла шелковистая».

Красив. Даже при неправильных чертах лица, все равно красив. Внутреннее благородство через глаза, мимику лица придает внешности такое своеобразие не миловидности, а именно красоты. И при всей выигрешности своей внешности очень неуверен в себе. Любая неудача может привести к депрессии и нервным срывам, он пасует перед грубостью и глупостью. Очень часто несоответствие своих запросов к реальной жизни с непосредственным соприкосновением с этой жизнью заставляет вольвариеллу замыкаться в самом себе. Маска замкнутости, холодности, высокомерия и отчуждения совсем не говорит о характере, но со временем становится вторым лицом.

Дамы-вольвариеллы - обладают богатым внутренним миром, фантазией и воображением. Но стараются подавить в себе эмоциональность и стать как все. Иногда это выливается в самые причудливые формы - ярко-



волоконница



чайный гриб

мебель - итальянскую, дети будут обучаться в престижной школе. И хотя это все на честно заработанные деньги, но завистников это волнует еще больше. К счастью, чайный гриб имеет крепкие нервы и спокойный невозмутимый характер, поэтому он просто спокойно делает свое дело. Для грибных дам невероятно привлекательны - они чувствуют в них «скромное обаяние олигарха».

Рожденные «3», «7», «12», «21», «25» и «27» января - имеют своим символом «чайный гриб».

Этот гриб всегда и всем внушает уважение. Он, кажется, всем своим видом излучает уверенность в себе. Основное качество чайного гриба - преуспеть в этой жизни. Именно преуспеть, реализовать себя на благо общества, а не урвать и не «снять сливки» с ситуации. Он всегда старается быть честным, всегда категоричен в оценках других. И поэтому у него много врагов и еще больше завистников, тем более, что чайный гриб не привык отказывать себе в чем-либо. Если он имеет машину - то лучшую, мебель - итальянскую, дети будут обучаться в престижной школе. И хотя это все на честно заработанные деньги, но завистников это волнует еще больше. К счастью, чайный гриб имеет крепкие нервы и спокойный невозмутимый характер, поэтому он просто спокойно делает свое дело. Для грибных дам невероятно привлекательны - они чувствуют в них «скромное обаяние олигарха».

Дамы-«чайницы» - спокойны. Дружелюбны, незлобивы. Они могут позлословить, но незлобиво. Всегда одеты с большим вкусом. Не любят ярких красок, не переносят дешевой бижутерии. Обладают даром гадания и вполне могут заработать этим себе на хлеб. К детям относятся заботливо, но без истеричности сверхзаботы. Мужей уважают и готовы прощать им мелкие слабости.

Рожденные «9», «15», «17» и «23» января - имеют своим символом гриб «шишкогриб».

Таинственный законодатель грибного царства, мистический леший грибного леса, третейский судья грибного народца. Немногословен, резок и откровенен в своей оценке к тому, кто ему несимпатичен, и отец родной тому, кто ему по душе. Всегда стоит на страже униженных и оскорбленных, но и не ссорится с богатыми и здоровыми. Он умудряется и для тех, и для других быть незаменимым. Больше всего шишкогриб стремится к власти, но делает это незаметно и легко, поэтому его лидерство ни у кого не вызывает сомнений. Шишкогриб тяготеет всегда к оппозиции, так никогда не признает узаконенную власть и с царем грибов боровиком может быть в прекрасных отношениях, но только на



вольвариелла шелковистая

равных. Он не выносит подчинения кому-либо.

Дама-шишкогриб - обладает неумемной деятельностью, она постоянно полна идеями и проектами, для воплощения которых может поднять пол грибного леса. Ей охотно подчиняются. И к ней охотно идут со своими проблемами. Для нее нет неразрешимых вопросов - она готова их решать сутками. Мать из нее выходит очень любящая, но не особо заботливая. Зато дети не вырастают избалованными эгоистами.



шишкогриб

Рожденные «14», «16», «18», «24», «19» и «31» января - имеют своим символом «желчный гриб».

Гриб с очень своеобразным чувством юмора. Это не любитель легкой насмешки и не мастер сатиры и скепсиса, его юмор сдержан и больше всего напоминает английский юмор, да и сам он, как и все зимние грибы, сдержан, холоден и остроумен. Желчный гриб - трудоголик и педант, он любит, чтобы все было выдержано до мелочей. Всегда наутюжен и крахмально чист. Не выносит пустых разговоров и открывает рот только для едкого замечания. Женат обычно бывает несколько раз, в этом виноват его придирчивый характер - он ищет идеал среди грибных дам. И часто бывает разочарован, а разочарования он не выносит и предпочитает одиночество. Кстати, желчный гриб так долго выбирает даму сердца, так обдумывает этот серьезный шаг, что первая женитьба оказывается не результатом страстной любви, а холодного рассудка, и поэтому неудачной. К детям отношение двойственное: он старается их дотянуть до только ему известных высот долга и нравственности, и поэтому это детям не нравится, а его часто утомляет.



желчный гриб

Дама-желчный гриб - образцовая хозяйка. Пыль в доме так же невозможна у этой грибной дамы, как и пятнышко на рубашке ее супруга.

Эти дамы еще и великие бесребреницы - их не волнует кошелек мужа, они не будут переживать из-за напрасно истраченных рублей, и на себя они тоже тратят деньги очень неохотно. Их слабое место - собственные дети и внуки. Для них они готовы на все и даже больше.

Рожденные «4», «8», «13», «22» и «26» января - имеют своим символом гриб «чага березовая».

Это именно про них сказано - «влюбиться - как в омут с головой броситься...»

Они как никто из январских грибов умеют «подать товар лицом» - здесь все сразу: обаяние и открытость, и вместе с тем недоступность и отстраненность. Они завораживают и увлекают. Мистическая природа этих грибов настолько сильна, что грибные дамы не замечают их недостатков, а достоинства преувеличивают во много раз. Чага умеет пользоваться своим влиянием на грибной народ и делает это очень искусно. Они - гуру грибного леса, причем как со знаком плюс, так и со знаком минус. Они любую идею могут довести до воплощения, у них прекрасные организаторские способности.

Дамы-«чаги» - тоже великолепно пользуются своим умением влиять на других и притягивать к себе. Это великие общественницы, они могут создать любое объедине-

«ГРИБНАЯ ЗДРАВНИЦА»

У официального представителя Центра Фунготерапии И.Филипповой в г. Омске, ПИЛЮГИНОЙ Тамары Борисовны, «Грибная Здравница» **вы можете:**

- ✓ приобрести грибную продукцию;
- ✓ газету «Грибная аптека»;
- ✓ книги И.А.Филипповой из серии «Популярная фунготерапия»;
- ✓ «Грибные палочки» (посадочный материал) для самостоятельного выращивания грибов;
- ✓ получить бесплатные консультации квалифицированных специалистов по применению нашей продукции.



г. Омск

г. Омск, ул. 70 лет Октября д. 24, к. 301

e-mail: fungosib@mail.ru

www.fungosib.by.ru

(3812)70-00-37

Официальный представитель
Центра Фунготерапии И.Филипповой
в ЭСТОНИИ

В г. Нарве работает официальный представитель «Центра Фунготерапии И.Филипповой» **РЫМАР Григорий Сергеевич.**



Вы можете:

- » получить информацию по применению нашей продукции;
- » купить грибную продукцию и литературу по фунготерапии (или заказать пересылку по почте в другие страны, не имеющие наших официальных представителей);
- » заключить договор на оптовую или розничную продажу продукции в Эстонии.

(372) 55-916-627, (37235) 482-49

г. Нарва, Эстония

e-mail: rymar_narva@mail.ru



чага березовая

ние (от дворового комитета до солидного общественного фонда) и зарабатывать и деньги, и влияние, и власть. К грибным мужикам у них свое отношение - они, как правило, и используют, мани-

пулируя их чувствами, и делают это ювелирно. Но ни у одного представителя грибного мира никогда не возникнет мысли, что их используют в своих целях, настолько чага старается быть открытой, доступной и обаятельной. В семье у них всегда ровные отношения, дама-чага никогда не опустится до выяснения отношений. Если ей что-то не понравится - она просто уйдет, ведь в грибном лесу есть столько перспективных боровиков, которым нужно руководство.

Отрывки из книги И.Филипповой

«Грибной гармонии»

Грибная харчевня



Грибная Харчевня от всей души поздравляет всех своих посетителей с **Новым 2007 Годом!** Но праздники еще не закончились, у вас есть еще возможность порадовать себя и своих гостей любимыми грибными "произведениями". Это не только ваши "эксклюзивные" заготовки, но и блюда с их участием. Грибная Харчевня предлагает рецепты на все случаи жизни - и для сторонников постной кухни, и для тех кто **просто любит все грибное...** Приятного аппетита!

Уважаемые читатели, редакция не несет ответственности за приготовленные по публикуемым рецептам блюда. Не используйте неизвестные вам грибы в пищу! Это опасно для жизни.

БЕЛОКОЧАННАЯ КАПУСТА С ГРИБАМИ



Понадобится:

- ✓ капуста свежая - 1/4 кочана;
- ✓ грибы сушеные (белые или подберезовики) - 50г;
- ✓ фасоль белая консервированная - 1 банка;
- ✓ соус соевый;
- ✓ зелень петрушки и зеленый лук - по вкусу;
- ✓ масло растит. для обжаривания.



и фасолью

1. Сушеные грибы залить теплой водой и оставить на несколько часов или на ночь. Воду

слить, грибы мелко нарезать и обжарить до готовности на растительном масле

2. Капусту нашинковать, добавить к грибам, приправить по вкусу соевым соусом, перемешать, влить немного воды (примерно 1/3 стакана) и тушить под крышкой до полуготовности. Периодически помешивайте, чтобы она не горела.

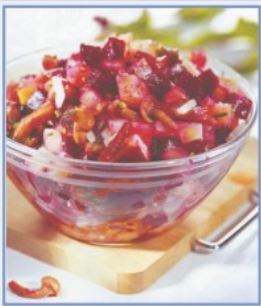
3. Добавить к капусте фасоль без жидкости. Перемешать, уменьшить огонь до минимума и тушить под крышкой уже до готовности. Выложив на тарелки, посыпать зеленым луком и петрушкой.

Киреева Л.В., г. Вологда

ВИНЕГРЕТ С МАРИНОВАННЫМИ ОПАТАМИ

Понадобится:

- ✓ 2 средние свеклы;
- ✓ 4 картофелины;
- ✓ 1 луковица;
- ✓ 200 г маринованных опят;
- ✓ 4 ст. л. растит. масла;
- ✓ 1 ст. л. винного или фруктового уксуса;
- ✓ соль, перец по вкусу.



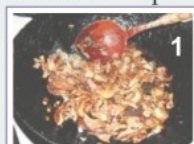
грибы. Заправить соусом.

Прислала Завьялова П., г. Тула

1. Картофель и свеклу вымыть и отварить до готовности. Дать остыть, очистить от кожуры и нарезать кубиками. Лук очистить и измельчить.

2. Грибы откинуть на дуршлаг и промыть от рассола.

3. В небольшой миске смешать растительное масло с уксусом, посолить, поперчить. Перемешать свеклу, картофель, лук и



МАСЛЯТА, ЖАРЕННЫЕ С ОРЕХАМИ

Грибы нарежьте ломтиками, обжарьте на масле до готовности, посолите, поперчите. Добавьте рубленые лук, зелень и орехи, обжаривайте, помешивая, еще 1-2 минуты. Затем влейте уксус и доведите все до кипения.

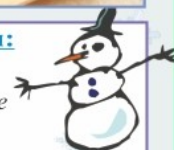
При подаче выложите грибы с орехами на блюдо, оформите зеленью и зернами граната.

Усламова Н.И., г. Анапа



Понадобится:

- ✓ Маслята 500г;
- ✓ орехи грецкие рубленые 3/4ст.;
- ✓ лук зеленый 5-6 перьев;
- ✓ масло сливочное 2ст.л. (для тех, кто придерживается поста, можно использовать растительное);
- ✓ уксус яблочный 1 ст. л.;
- ✓ соль, перец черный молотый по вкусу.



Наша постоянная читательница из г. Волгограда поделилась с нами рецептами своих любимых соусов из грибов. Они, по ее словам, хорошо подойдут к любому блюду из мяса, макарон, овощей и др. Попробуйте и вы!

СОУС ТОМАТНЫЙ С ГРИБАМИ

На сильно разогретой сковороде поджарить лук на сливочном или растительном масле. Смешать его со свежими грибами (**белыми, маслятами, шампиньонами**). Можно использовать полуфабрикаты - из морозилки или консервированные в собственном соку. Мелко нарезать; добавить томатный сок или томат-пюре и варить 10-15 минут. В конце варки добавить измельченный чеснок. Положить по вкусу сахар и соль.

СЛАДКИЙ ГРИБНОЙ СОУС

Сушеные грибы отваривают и режут на мелкие части. Немного обжаривают муку (без масла) и разводят половиной полученного отвара. Обжаривают до золотистого цвета мелко нарезанный лук и, положив в грибы, вливают остальной отвар. Слегка прокипятив его, кладут соль и сахар в таком количестве, чтобы он определенно ощущался на вкус (на стакан соуса не менее трех чайных ложек сахара). Соусу дать прокипеть.

Аркашина М., г. Волгоград

ШУЛЬТА (Рецепт сибирского чая из чаги)

Кусочек березового нароста размером с грецкий орех кладут в чайник, заливают некрутым кипятком и настаивают 10 минут. Для лучшего настаивания чагу можно размельчить. Пить как чай, при желании - с сахаром и молоком. *(Иванов П.Д., г. Барнаул)*



чага березовая

Уважаемые читатели! Свои любимые рецепты присылайте в редакцию газеты **по адресу:** 191167, г. Санкт-Петербург, Невский пр. 180, ред. газ. "Грибная Аптека" с пометкой "Грибная Харчевня", или по e-mail: gazeta@fungo.ru. Лучшие рецепты мы обязательно опубликуем, а победителя конкурса "Рецепты наших читателей" отметим призом. **Итоги конкурса за 2006 год** будут подведены в февральском номере газеты. Победитель получит приз **200 руб.** Голосование с вашим участием уже идет. Звоните и пишите нам.

