



№ 11 (043)
спецвыпуск 2008г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

ВЯЗКОСТЬ КРОВИ НЕХОРОШИЙ СИМПТОМ

Всегда считала, что повышенный гемоглобин – это хорошо. Говорит о здоровье (у меня он всегда держался на уровне 139-145 ед., хотя норма для женщин 120-130). А тут врач мне объяснил, что это плохо – это вязкость крови и предрасположенность к инсультам, тромбообразованию, росту доброкачественных опухолей. А принимать аспирин для разжижения крови я не могу – гастрит. Мне фитотерапевт посоветовал принимать по половинке чайной ложки сухого порошка зеленушек – как приправу к блюдам, супам. И точно, уже через две недели гемоглобин снизился на несколько единиц. Действительно, очень эффективное средство.

Зурач В.П., г. Тверь

СПАСИБО ЗЕЛЕНУШКЕ

Мы поехали под Приозерск отдохнуть на природе – шашлычков поесть, рыбку половить. Грибов пособирать не удалось – были только зеленушки, да и то в небольшом количестве. Я возилась с шашлыком (я это люблю) и головешкой обожгла руку. И хорошо так обожгла – ладонь с тыльной стороны. Пришлось руку держать в холодной воде в речке, но было уже холодно (ноябрь), и от холода у меня зубы стучали, хотя боль проходила. И тогда мой приятель вспомнил: чтобы не осталось следов ожога, надо к обожженному месту приложить гриб. Любопы свежий гриб. Других грибов не было, поэтому нашли зеленушку, положили на ожог и крепко перевязали носовым платком. Боль сразу прошла, и я с удовольствием веселилась вместе со всеми. А назавтра пузыря от ожога тоже не было, да и отметина сошла быстро. Значит помогла зеленушка! Спасибо.

Лена Изверова, г. Санкт-Петербург.

● **ФУНГОТЕРАПИЯ** открывает свои секреты:
последний гриб осени –
ЗЕЛЕНУШКА

● **Консультация
ТРАВНИКА: ИВАН-ЧАЙ**



● **Очевидное-
невероятное:
Ленин – ГРИБ?!**

● **Грибной ОГОРОД:
выращивание белого гриба**

● **Грибная ПОЧЕМУЧКА:
о ядах и ароматизаторах**

● **Грибная ХАРЧЕВНЯ
(заготовки: маринуем грибы)**

19320 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**

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

РОССИЯ



зимний опенок

Выбор

Первые, уже не заморозки, а вполне реальные, морозцы: «угрозы отдаленной седой зимы». Грибной сезон закончился... На форумах в Интернете о прошедшем грибном сезоне мнения самые разные. Кто-то печально утверждает, что хотя лето было дождливым и прохладным, а грибов все равно не было, кто-то, наоборот, радуется, что в этом году набрал рыжиков и белых груздей, которых до этого не видел лет 15. Ну что ж, говорят, даже в лесу грибное счастье нужно, чтобы не уйти восвояси с пустой корзинкой. Редкая удача грибника попасть на «грибной пласт» – именно на то время, когда они буквально лесом стоят.

У меня таких грибных удач было несколько за последние 30 лет. 1989 год – район Вистино. В березовой роще было невиданное грибное изобилие – подберезовики, подосиновики и боровики стояли стеной, в шаге друг от друга. Нужно было особенное «мужество», чтобы сцепив зубы не срезать крохотные крепкие подберезовики, а оставлять место только для белых и подосиновиков. Тогда набрали за два часа полный багажник «Волги» и сутки всей семьей чистили, отваривали, замораживали, мариновали свой грибной урожай.

На следующий год – в тех же местах был невиданный урожай «зеленушек» – рыжиков и волнушек. Поляны были розово-оранжевые. Причем такую картину я не видела больше никогда – на обочине лесной дороги у Белой речки стоит... самосвал. И полкузова у него – рыжики и волнушки. А шофер, высыпая туда же очередную корзину, мрачно нам говорит: «Куда собираетесь уезжать? Я и двух полян не обобрал – вы в лес-то загляните...» Да, картина феерическая – крохотные рыжики и волнушки без единой червоточинки – комаров на всех явно не хватало. Как и емкостей под грибы. У нас тогда рыжики лежали даже в салоне машины – на полу, на сиденьях... А через два дня поляны были пустые, как будто никакого грибного изобилия и не было. И в самый «рыжиковый» период – в середине октября – они так и не появились. Видно, все запасы были исчерпаны летним грибным «безумием».

В этом году удалось краем зацепить пласты боровиков, рыжиков и белых груздей. Но пласты были все же слабенькими – без особого грибного размаха. Но удалось и насолить, и намариновать на всю зиму и для себя, и для гостей, и даже для подарков.

Из новостей есть у нас одна очень приятная – скоро выходит в свет книга «Грибной гороскоп» (то, что спрашивают все наши читатели, и грибные почитатели). Гороскоп действительно удивительно точно раскрывает характер человека, которым «управляет» какой-то гриб. Но мы об этом писали в наших газетах в позапрошлом году. Так что, читайте, заказывайте, любуйтесь – в этой книжечке представлены множество качественных фотографий грибов. Это для современной грибной литературы большая редкость.

ООО «Биолокс» тоже радует своими новинками – новый препарат «Веселка водорастовривмая», сделанная по особой лепофильной технологии (стопроцентно сохраняющая противоопухолевые полисахариды) уже появилась в продаже. Доклинические испытания в НИИ канцерогенеза им. Блохина подтвердили, что это самая эффективная технология – сохраненные полисахариды уже на 10 день тормозят развитие раковых клеток! (отчет о доклинических испытаниях на группе мышей).

Наша идея о создании единственного в мире «Грибного музея» тоже нашла понимание у администрации города. Сейчас ведется поиск наиболее удобного помещения для этих целей. Очень надеемся поучаствовать в создании каталога грибной научной и популярной литературы.

Ну и, конечно, мы ждем ваших рассказов о прошедшем грибном сезоне и фотографий! И не забудьте о подписке!!!

Гл. редактор Т.Фадина

ЗАБОЛЕЛА «ЗЕЛЕНКАМИ»

У нас в Брянской области *зеленушки* я никогда не встречала, хотя грибы там – дело важное. И белые грузди есть, и черные. Да что говорить, Брянский лес богат на все виды грибов. А вот *зеленушек* нет даже в Белых Берегах (именно там растут сосны на песчанике). Поэтому очень удивлялась, когда видела в Сестрорецке у грибников целые корзинки этих лимонно-желтых грибов. Поначалу думала, что ленинградцы не сильны в грибах и готовы собирать разные малозначащие «поганки» – *горькушки*, *зеленушки*. И так, с легким презрением, я относилась к этим грибочкам долго. Как-то пригласили нас в гости, и теща нашего с мужем приятеля поставила на стол *зеленушки* (она их солила в трехлитровых банках). А рядом поставила блюдечко со сметаной – так, говорит, принято солить грибы у нас, северян, есть. Я попробовала именно со сметаной – оторваться было невозможно. Очень вкусно!



зеленушка

С тех пор я прямо «заболела» этими грибами, стала фанаткой *зеленушек*. Выезжаем с мужем в конце октября под Выборг и набираем несколько корзин «*зеленок*» для засолки. Единственное неудобство – промывать их приходится в нескольких водах, чтобы песок потом на зубах не хрустел. А недавно еще сделала для себя открытие – узнала об их целебных свойствах. Разговорила на полянке с дедом-грибником, который тоже *зеленушки* собирал. Оказывается, собирает он их как лекарство для своей жены. У нее *тромбофлебитные язвы*, и *зеленушки* очень облегчают ей жизнь. Она их сушит, мелет в порошок и прикладывает к язвам. Или делает *настойки для примочек*. И дед говорит, что помогает такой порошок намного лучше всех мазей. К сожалению, более точного рецепта узнать не удалось – владеет им только жена грибника. Но, я думаю, может, в редакции кто его знает и поделится опытом «грибного лечения».

Иванова Тамара, г. Санкт-Петербург

ЗЕЛЕННЫЙ СУП ДЛЯ МОЗГА

У моего деда после войны был инсульт, отказала правая половина тела – только лежал. Так вот, одна финка-знахарка (они в Светогорске жили) отпоила его отваром *зеленушек*. И рука, и нога стали чувствовать боль (хотя до этого иголкой кололи, никакой чувствительности не было). И мало того, через полгода он стал ходить и даже управляться рукой. До конца жизни, конечно, было заметно, что он не совсем здоровый человек, но зато он себя обслуживал и даже работал сторожем. А прожил он после этого еще 15 лет.

Свиридова А., г. Медвежьегорск

Без вины виноватая **Зеленушка**

Этот нарядный грибок знают только жители Северо-Запада. И относятся к нему очень нежно. Во-первых, потому что радуется он грибников уже очень поздно – в конце октября или начале теплого ноября, во-вторых, подкупает его расцветка – от лимонно-желтой до салатно-зеленой. На фоне уже голых серых веток и темно-бурой хвои сосен и елок нежный салатовый фонарик просто радуется глаз. А в-третьих, зеленушка хороша и в засолке, и в маринаде, и просто в жаренке с картошечкой.

Растет она большими группами, и можно запросто на одной полянке между сосен собрать одну, а то и две корзинки этих холодостойких грибов. Один мой знакомый грибник говорил, что цвет зеленушки – это цвет надежды на следующий грибной сезон и воспоминаний об ушедшем лете. Мне тоже нравятся зеленушки – их даже в засолке можно определить по сохранившейся окраске шляпки и пластинок, во всяком случае, они намного выигрывают по сравнению с другими грибами на фоне бурых соленых горькушек.

Жизнерадостный характер гриба проявляется достаточно рано – уже в земле она начинает расправлять шляпку (вспомните мухомор или зонтик – как долго они готовятся к моменту показать себя во всей красе). А зеленушка, как доверчивый щенок, сама готова прыгнуть в корзинку. Только бы заметили!

Эта ее поспешность, честно говоря, грибников не особенно радует: такое раскрытие шляпки в земле чревато тем, что в пластинки забиваются песчинки, а на шляпке лежат целые пласты слежавшейся хвои и кусочки дерна. Чистить сложно, промывать приходится в семи водах, да и в засолке, как ни мой, как ни старайся, все равно песок похрустывает... Но что делать, если этот гриб с таким неукротимым темпераментом и такой «открытостью».

Зеленушки хороши также в сушке. Цвет свой они не изменяют даже в супе, а в связке выглядят и вовсе как нарядные бусы. Запах у них очень своеобразный – огуречно-мучнистый, так сказать, запах «бутерброда с огурцом».



Tricholoma equestre

Из грибной энциклопедии.

Зеленушка – *Tricholoma equestre*

Шляпка диаметром 4-10 см, выпуклая, клейкая, цвет варьируется от светло-желтого до желто-коричневого, бывает окрашена неравномерно, часто к ней прилипают хвоя или песок, поскольку расправляется она уже под землей.

Пластинки яркие, серно-желтые, частые и выемчатые. **Споровый** порошок белый.

Ножка высотой 4-8 см, диаметром 1-2 см, цилиндрической формы, у основания обычно облеплена песком. Очень часто вся ножка находится в земле, на поверхности видна только шляпка гриба.

Мякоть бледно-желтого цвета.

Вкус мягкий. **Запах** слабый, мучнистый или огуречный.

ЦЕЛЕБНОСТЬ ЗЕЛЕНУШЕК

- вне сомнений. Специальные исследования были проведены в *Институте им. Комарова РАН*, при которых были выделены очень интересные **полисахариды и меланины**, ответственные за тот или иной лечебный эффект.

Самое значимое лечебное действие зеленушек – **способность рассасывать тромбы в крови** человека, что делает эффективным использование препаратов этого гриба **при инсультах, инфарктах, вязкости крови, варикозном заболевании**. Зеленушка продуцирует и редкие **антибиотики**, которые подавляют развитие **стафилококков** – возбудителей различных **гнойных заболеваний и даже заболеваний крови**.

В НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ

- отмечалось применение зеленушки **в порошке, мазях и компрессах при чирьях, нарывах, тромбофлебитах язвах**. Медовухой (*слабоалкогольной медовой водкой*) на зеленушках полоскали горло **при гнойных ангинах и дифтеритах (!)** у детей и взрослых. Интересно свидетельство одной из жительниц Псков-

ской губернии, что в Гражданскую войну она всех детей сохранила и вылечила от дифтерита именно благодаря зеленушке.

РАБОТЫ ПО ИССЛЕДОВАНИЮ

- зеленушки и получению на ее основе лекарственных препаратов начались в 50-е годы, но вскоре эти работы были прекращены. Медицинские чиновники посчитали, что производство **грибных натуральных препаратов** крайне накладно, и их вполне можно заменить синтезированными антибиотиками. Сейчас НПО «Биолюкс» возобновило работы в этом направлении и уже готово к выпуску **нового грибного лекарства из зеленушки**.

Кстати, совсем недавно медицинским светилам пришлось реабилитировать зеленушку от нападок французского горе-исследователя, который обвинил этот гриб в провоцировании болезни... рабдомиолиза!!!

Правда, до этого уже многие российские и французские СМИ расстались и опорочили бедный гриб. Вот эта статья, которая прошла во многих газетах. Название у статьи соответствующее: **«Зеленый сюрприз»**.

«Зеленый сюрприз»

Еще один съедобный гриб (зеленушка) оказался отравой (ждем опровержений).

Французский исследователь доктор Реджис Бедри из Бордо детально изучил историю 12 пациентов с рабдомиолизом – очень редким заболеванием, при котором происходит разрушение мышц. Все они поступали в больницы в разное время с 1992 по 2000 год. Трое из них погибли, остальных удалось спасти.

Причина болезни оставалась неясной. Реджису Бедри удалось найти фактор, который объединял все эти 12 трагедий: все они оказались связаны грибом *Tricholoma equestre* (так на научном языке называют зеленушку, очень широко распространенную в Европе, России и в США). Непосредственно перед болезнью все пациенты объелись этим грибочком.

Сообщение всколыхнуло узкий мир медицинской «грибологии». Дело в том, что до этого ни один гриб еще не подозревали в способности вызывать рабдомиолиз. Чаще всего этот не очень благозвучный термин использовали в связи с побочными эффектами ряда лекарств. Совсем недавно в августе он был у всех на устах в связи с препаратом «лилобай», который сняли с продаж из-за способности иногда вызывать рабдомиолиз.

Некоторые специалисты по токсичным

окончание на стр.4

О зеленушке. Окончание.

эффектам грибов стали высказывать сомнения в связи с открытием доктора Бедри. Предвидя их аргументы, французский врач изучил токсичность этого гриба на мышах. Скармливая им экстракт зеленушки, он обнаружил в крови грызунов высокий уровень фермента, появляющегося при распаде мышц.

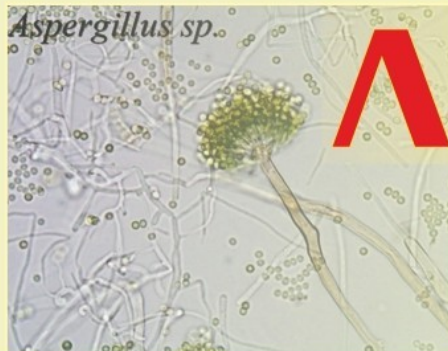
Так что подозрения, нависшие на зеленушку, похожие, не случайны. И если вы являетесь поклонником этого гриба, лучше от него отказаться. Возможно, у вас есть личный опыт поедания зеленушек, и вы не верите этой информации. В любом случае советуем умерить свои аппетиты и поглощать грибные блюда понемножку. Токсичность зеленушки, наверняка, зависит от съеденной дозы. Чем она больше, и чем чаще вы едите этот гриб, тем риск рабдомиолиза выше. Болезнь обычно начинается со слабости в мышцах и быстрой утомляемости, иногда возникает боль. В серьезных случаях вылететь помогает только искусственная почка: белок, образующийся при распаде мышц, буквально забивает почку и она перестает работать.

Газета «Известия», 1992 год

Статья вполне может напугать даже фанатичных любителей зеленушек. Однако верить ей не следует. Спустя какое-то время оказалось, что такие опыты этому исследователю... были заказаны и оплачены производителями этого же скандального препарата «Липобай». А родственники погибших и сами пострадавшие были очень удивлены словам исследователя и записи в картах, что «...они объелись зеленушками». Дело в том, что французы не жалуют грибы и не употребляют их в пищу. Из 12 пациентов один действительно ел зеленушки за неделю до болезни (он был иммигрантом-поляком), но остальные даже не знают, как эти грибы выглядят. Хорошо оплаченная фантазия врача-исследователя зеленушкам не повредила – их реабилитировали. И провели все испытания на мышах, которые закончились успешно для всех без исключения подопечных. А «Липобай» оказался действительно виноват.

Так что, зеленушки не только безвредны и безопасны, они вкусны и очень целебны.

И.А. Филиппова, фунготерапевт



ЛЕЕЧНЫЕ ГРИБЫ АСПЕРГИЛЛЫ

Эти крохотные грибы-микромитеты с романтическим названием **аспергиллы** крайне вездесущи и работоспособны. Стоит проявить рассеянность и оставить хлеб дольше положенного не в хлебнице, а на столе, особенно весной или осенью, – и

тут же он покрывается бахромчатым налетом плесени. Это удобное для себя место нашли беспокойные аспергиллы.

Колонии аспергиллов появляются на хлебе, хранящемся в условиях повышенной влажности, на поверхности варенья, на влажных обоях и т.п. Если рассматривать поверхность грибницы в микроскоп, то обнаруживаются на ней характерные выступающие образования, напоминающие наконечник лейки, из отверстий которой льются струйки воды. Поэтому аспергилл принято называть еще «леечным грибом».

Этим общим названием объединены несколько видов микроскопических грибов. Впервые они были замечены и описаны в 1729 году итальянским ученым П.Микели. Их естественная среда обитания – верхние слои почвы. Но значительно чаще их можно встретить на различных продуктах растительного происхождения, где колонии грибов образуют налеты разного цвета, особенно часто голубовато-зеленые, обычно именуемые в обиходе плесенями.

«Биохимическая лягушка» для ученых

На чем ученые-биологи отработывают рефлексы и функции живой ткани? Что режут беззащитно для познания студентов-биологов? Конечно же, лягушек. Вот и аспергиллы – такие же «лягушки» для биохимиков: на них отработывают все процессы жизнедеятельности грибов и их ферментирования.

Аспергиллы начали привлекать к себе внимание с середины XIX века как активные помощники процессов разрушения самых разнообразных материалов, как производители различных ферментов. Между 1891 и 1928 годами было опубликовано более 2000 работ по аспергиллам, посвященных, главным образом, биохимии, физиологии и генетике видов этих грибов!!! В настоящее время продолжается их активное изучение.

Черная плесень – кладезь ферментов

Особенно широкое практическое значение имеет вид аспергиллов, образующий колонии коричневого, шоколадного или черного цвета (черная плесень). Часто они развиваются на зерне (во время его хранения), на плодах, овощах, хлопчатобумажных изделиях, коже и на материалах, богатых содержанием белков. Этот вид обладает разнообразной биохимической активностью. Грибы вырабатывают целый комплекс ферментов. Среди них – крахмалоразрушающие (амилазы), разлагающие белки (протеиназы), пектиназы (действующие на склеивающее вещество растительных тканей – пектин), жироразрушающие ферменты, ферменты, разлага-

ющие хитин (оболочку насекомых). Ферментами аспергиллов производят осветление фруктовых соков и вин. Такое известное вещество, как лимонная кислота, также получается при помощи этих грибов. Кислота является отходом жизнедеятельности гриба, культивируемого, в частности, в специальных чанах – ферментерах на жидкой среде, состоящей из свекловичного отвара.

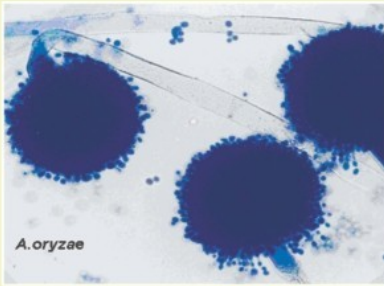
Черная плесень – бабка современных витаминов

Мало кому известно, что микромитеты продуцируют (выделяют) натуральные естественные витамины – биотин, тиамин и рибофлавин. Понятно, что получением НАТУРАЛЬНЫХ витаминов ни одна крупная фармацевтическая корпорация заморачиваться не будет: это сколько же черной плесени надо вырастить? А себестоимость такого процесса? Поэтому за дело взялись биохимики – необходимо было синтезировать эти витамины и выдвинуть лозунг фармкомпаний «Синтетика хватит на всех!».

Процесс синтеза идет следующим образом. Грибница черной плесени (аспергиллов) выделяет натуральные витамины в питательную жидкость, которую затем отгоняют специальным образом, получая нужные элементы в твердом виде. Это – пока натуральные витамины. Затем выделяют формулу витамина и составляют химический аналог, который получают из... нефти. Витамины готовы!

Черная плесень – коварный агрессор

В древние времена в античной Греции врачеватели были уверены, что черная



A. oryzae

плесень далеко не безобидна. Она способна вызывать заболевания людей и животных. А последние исследования это подтвердили. Как любой коварный захватчик, аспергиллы действуют хитро – они приучают к себе живой организм, «принося дары» – те же витамины! И, внедряясь в организм, используют

изуверскую технику – ферментами как отмычками вскрывают клетки и подчиняют себе.

Аспергиллы вызывают все виды микозов (грибковых заболеваний кожи, ногтей и волос), легочный аспергиллез, бронхопневмонию. И, самое главное, некоторые виды онкологии! (Подробнее об этом можно прочесть в книге И. Филипповой «Почему и как грибы лечат рак», ред.)

«Жовто-блакитные» разрушители

Это действительно классические роботы-разрушители. Они выделяют ферменты на все случаи жизни, на любые продукты. Надо расщепить (разрушить) подсолнечное масло – пожалуйста! Вот этот ферментик стодится. Не желаете ли парафинчик извести? И тут ферментик имеется... И на зерна риса отдельный разрушитель, и на его соломку, особо устойчивую, тоже найдется фермент в обширном запасе желто-зеленых аспергилл.

Грибы этого вида поражают растительные остатки почвы, различные пищевые продукты, растительные масла, зерно, воск, парафин.

Но их разрушительную деятельность человек все-таки использует в мирных аспектах: для пищевых и хозяйственных целей в течение уже

не одного столетия. Например, спиртовая промышленность Японии целиком ориентирована на помощь грибных тружеников. При приготовлении традиционной водки sake применяется рис, зерна которого гидролизованы (разложены) ферментами аспергиллов. Для этого аспергиллу создают подходящие условия. Отваренные и стерилизованные отруби риса помещаются во влажную камеру, насыщенную спорами гриба. Через 40-48 часов отруби сплошь покрываются белой грибницей. Остальное – дело техники.

Комплекс амилаз и протеиназ, выделенных из аспергиллов, используют во Вьетнаме для приготовления соево-рисового соуса «тыонг», считающегося обязательным повседневным продуктом населения.

«Таке-диастаза» – грибное лекарство

Из аспергилл получается и лекарственный порошок амилаза, из которого выделяют фермент, который употребляется в лечебных целях. Например, в качестве средства, известного под названием таке-диаказы (таке по-японски – гриб). Таке-диастаза рекомендуется в пищевой рацион тем людям, у которых собственный организм не в силах производить достаточное количество амилазы (из-за болезни поджелудочной железы) и испытывает определенный дефицит в ней.

Российские практики с аспергиллами

У нас в стране освоены при помощи грибных ферментов аспергиллов такие технологии, как очистка кожи от волосяного покрова, удаление серебра со старых пленок и пластинок, производство спирта и приготовление различных видов сыров. На последнем специализируется фермент реннетазы, который расщепляет казеин. Всего 0,02 кубических сантиметра двухпроцентного раствора фермента в состоянии свертывать 5 кубических сантиметров молока! В этом отношении грибной фермент не уступает сычугу телячьему, выделенному из животных тканей.

А.Разин, биотехнолог

Рецепт крема для рук

Попробуйте мой фирменный косметический крем (я его сама делаю) для рук. Я давно заметила, что зеленушки осветляют кожу. Стоит почистить ведро зеленушек и посмотреть на пальцы после мытья рук. Кожа после этого действительно на пальцах свежая и светлая. Так вот, я зеленушки толку деревянной толкушкой (можно через соковыжималку пропустить), добавляю мед, чтобы сохранялась такая кашка подольше в холодильнике. И делаю маски (или рукавички?) для рук. В любой крем добавляю столовую ложку этой кашицы и взбиваю. Затем как следует промазываю руки этим грибным кремом и надеваю нитяные легкие перчатки (рабочие для сада-огорода) и сижу минут 15. Потом вытираю полотенцем. Мне 67 лет. Я часто встречаюсь со своими сверстницами и всегда отмечаю, что у меня руки намного моложе и ухоженнее. И нет ужасных коричневых пятен. Хотя этот крем я делаю не так давно – лет 5, с тех пор, как прочитала книгу Филипповой о пользе грибной терапии.

Горбачева И.П., г. Псков

Средство от грудницы

У нас в деревне под Лодейным Полем зеленушками и серушками (рядовка серая) лечили мастит у коров и роженец. Грибы влажной тряпкой протирали (не мыли), песок соскабливали и грязь, через мясорубку проворачивали, добавляли мед и прополис и обмазывали вымя (или грудь). Грудь у женщин перевязывали полотенцем на ночь. К утру спадала и температура, и отечность. И потом шло быстрое выздоровление. Бабушка моя так лечила грудницу у своей невестки.

Евстахова Е., г. Подпорожье

Найди свой путь к выздоровлению вместе с газетой

«Как я выздоровел»

Есть ли у человека что-либо более ценное, чем здоровье? Здоровье свое, своего ребенка, самых близких и родных людей! Что можно противопоставить этому?

Уникальными историями делятся те, кто нашел свой нелегкий путь к выздоровлению и успешно его преодолел

Много рецептов от людей, которые победили недуг

Подписной индекс по каталогу «Почта России» 80183



ИВАН-ЧАЙ,

Chamaenerium angustifolium

(кипрей узколистный, скрипун, плакун-трава, копорский чай)

Сегодня в нашей рубрике разговор пойдет о широко распространенном, всеми любимом и очень целебном растении – **кипрее узколистном**. Поскольку он очень часто растет на пожарищах, его называют **огненной травой**, но на Руси он больше известен как **Иван-чай, копорский чай** – из-за села Копорье под Петербургом, где его выращивали специально, и из листьев готовили ароматные заменители чая.

Иван да Марья,

зверобой,

Ромашка, Иван-чай,

пайтарник,

окутанные ворожкой

глазуют,

обступив кустарник...»

(Б.Л.Пастернак)

Для справок.

Кипрей – многолетнее травянистое растение (рис. 1) высотой до 1,5 метров с острыми ланцетовидными листьями темно-зеленого цвета (рис. 2). Цветки собраны в верхушечные соцветия – кисть длиной 10-45 см (рис. 3). Околоцветник двойной, чашелистики темно-красные. Венчик пурпурно-розовый (рис. 3). Цветет с июля до осени. Первые плоды созревают в июле. Плод – стручковидная опушенная коробочка длиной до 9 см с многочисленными семенами. Семя снабжено хохолком из длинных белых волосков (рис. 4). Благодаря им семена разносятся на большие расстояния.

Кипрей любит свободу, простор и тепло. Поселяется на пустошах, вырубках, насыпях, по обочинам дорог, лесных гарях. Произрастает во многих областях Европейской и Азиатской части России. В современной медицине используют траву, листья, цветки.

Заготавливают в период цветения растения методом **ферментации** – листья рассыпают в тени слоем не более 5 см, подвяливают одни сутки, скручивают ладонями, пока не выступит сок. Раскладывают на противнях, покрывают мокрой тканью, выдерживают 6-10 часов при $t=25^{\circ}\text{C}$, сушат 40 мин в духовке. Нормально высушенный чай легко крошится в руках, чаинки имеют натуральный цвет.

А вот как заготавливали чай в селе Копорье: молодые кипрейные листья сушили, ошпаривали в кадке кипятком, перетирали в корыте, затем откидывали на противне, сушили в вольном духу русской печи. После сушки листья еще раз мяти и чай готов.

По виду он сильно походил на настоящий, хотя и не обладал характерным запахом. Но в заварке по цвету не отличался от настоящих сортов черного чая. Издавна предприимчивые русские купцы, торгующие чаем подмешивали в дорогое импортное сырье из Индии листья знаменитой целебной травки, они получали дополнительную прибыль, не опасаясь, что нанесут вред



здоровью человека. За сезон вывозились сотни пудов этого замечательного суррогата чая.

В Российской и Тибетской народной медицине Иван-чай используется очень давно. В старинном **травнике**, включенном в **Домострой**, пишется:

«Мать всем травам – плакун трава, каждую травку рвать с приговором: «От земли – трава, а от Бога –

лекарство. Три раза проговорить в чистоте прибывая. Второе: «Небо – отец, земля – мать, а ты трава позволь тебя рвать». Корень его очень тверд, едва топором отрубишь, а цветом сверху – бур. Годится к делу лишь корень. Копать его 1 августа на заходе солнца. Траву называется плакун: когда распинали Христа, святая Богородица плакала, бежала к реке Иордан и роняла на эту траву слезы. Годится чистой держать в избе или с собой в пути носить, тогда не коснется нечистый дух, с этим корнем собирать все травы – пусть будет при тебе, если нет его, то приложи траву – и получит любая травка свою силу».

Химический состав

Наземная часть растения богата до цветения **белками, солями кальция, фосфора кобальта, марганца**. Листья (рис. 1) и корни (рис. 5) содержат дубильные вещества, аскорбиновую кислоту, биофлавоноиды, танины, слизи, алкалоиды, имеют богатый минеральный состав.

В последние годы было установлено, что препараты из Иван-чая обладают выраженным **противовоспалительным, успокаивающим, противосудорожным и обезболивающим эффектом**. Они особенно эффективны при **заболеваниях ЖКТ – язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, хр. гастрите с повышенной кислотностью, хр. колитах**. Выраженное успокаивающее и противосудорожное действие сходно с влиянием аминазина, **превосходит по силе валериану**, что позволяет его широко использовать **при бессоннице, неврастении, нейроциркуляторной дистонии, гидроцефалии, судорожной готовности**. Из пяти исследованных растений (Соколов С.Я. 2000 г.) кипрей стоит на 1 месте по противовоспалительному действию по сравнению с **баданом, толокнянкой, дубом** и уступает только медицинскому **танину**.

Водяной или спиртовой раствор листьев и цветков уменьшает воспалительные очаги в **предстательной железе, мочевом пузыре, предупреждает развитие аденомы**. Известно благотворное влияние Иван-чая **при болезненных менструациях, белых и прочих жен-**



РЕЦЕПТЫ применения

КИПРЕЯ узколистного

ских недугах. Кипрей широко используется в сборах трав при ОРЗ, при кровотечениях различной этиологии. В эксперименте клинически установлено, что ханерол, выделенный из соцветия обладает высокой противоопухолевой активностью (Корсун В.Ф. 2007 г.), он же показал свою эффективность при вирусе гриппа.

Н.И.Данников (1991 г.) рекомендует принимать настой цветков при злокачественных новообразованиях различной локализации. В ряде случаев прием препаратов из кипрея облегчает состояние больных с заболеваниями крови – при лейкомии, лейкозе, лимфоме.

При псориазе, нейродермите, экземе, при аллергических заболеваниях кожи (особенно у детей) – используется как противовосудное, анальгезирующее средство.

Лекарственные формы и способы применения

Наружно – для промывания ран, для присыпок, аппликации при артритях. **Внутри** – в виде настоев, настоек и отваров.

Настой травы – 20 г сырья залить 200 мл кипятка, настаивать 4 часа в термосе, процедить, пить по 1/3 ст. 3 р/день.

Настойка травы – 10 г сырья на 100 мл водки, настоять 2 недели, пить по 20 капель 3 раза в день.

Отвар травы – 15 г сырья залить кипятком, кипятить 15 минут, настоять 1,5 часа, процедить, пить по 1 ст. л. 3 раза в день.

Корни, корневища и листья Иван-чая **съедобны**, их можно употреблять в пищу в сыром и вареном виде, из листьев и побегов весной готовят витаминный салат.

На Кавказе из корневищ делают муку и пекут лепешки, листья и цветки используют как приправу к мясным блюдам.

Волокна стеблей используют для выделки веревок и мешковины. Семенниками с пухом набивают перины и подушки.

Иван-чай эффективно используется в фитокосметике, косметологи перед косметическим массажем рекомендуют паровую ванну с настоем его цветков. Водочная настойка применяется в качестве основного лечебного компонента для приготовления противовоспалительной, тонизирующей маски. Настой листьев используют в виде фитоаппликаций при солнечном дерматите, родовых угрях.

Фитотерапевт Васильева Л.А.

Уважаемые читатели! Публикуемая в газете информация не является прямым руководством к действию и не заменяет профессиональную медицинскую помощь.

Не занимайтесь самолечением. При любых симптомах заболевания в первую очередь необходимо проконсультироваться с врачом.

Редакция не несет ответственности за применение приготовленных самостоятельно трав и грибов по опубликуемым рецептам.



отделы от магазинов “Грибная АПТЕКА”

пр. Дачный, д. 2, кор.2,
ст.м. Пр. Ветеранов

(812) 973-57-40

в гомеопатич. центре
“ИГНАЦИЯ”

пр. Стачек, 14,
ст.м. Нарвская

(812) 715-34-65

в аптеке
Аптека
ВОКТОР

пр. Энгельса, 132/1,
ст.м. Пр. Просвещения

(812) 715-47-26

в гомеопатич. центре
“АРНИКА”

пн-сб 10.00-20.00
вск 11.00-18.00

- консультации по применению продукции на основе целебных грибов, в т.ч. в ветеринарии;
- литература по популярной фунготерапии.

печтается на правах рекламы

ФСП-1

Почта России

АБОНЕМЕНТ

на газету
на журнал

19320

(индекс издания)

Грибная Аптека

Количество комплектов:

на год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Куда

(почтовый индекс)

(адрес)

Кому

(фамилия, инициалы)

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА

газету
на журнал

19320

(индекс издания)

Грибная Аптека

(наименование издания)

Стоимость

подписки
пере-
адресовки

руб. коп.

руб. коп.

Количество комплектов:

на год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Куда

(почтовый индекс)

(адрес)

Кому

(фамилия, инициалы)



Я читал, что ядовитое вещество «мускарин» находится не только в ядовитом мухоморе, но и в других грибах. Эти грибы тоже ядовиты?

Да, действительно мускарин имеется во многих шляпочных грибах, но в достаточно ничтожных дозах, чтобы представлять такую опасность, как отравление. Рекордсменами по содержанию мускарина признаны в основном три вида грибов: мухомор, свинушки толстая и тонкая, сатанинский гриб. В их тканях присутствие мускарина зафиксировано в пределах 0,016% от свежего веса плодового тела, однако количество алкалоида может изменяться в ту или иную сторону в зависимости от условий произрастания и развития грибов. Для отравления со смертельным исходом человеку необходимо съесть, по меньшей мере, 4 кг свежих мухоморов за один прием, что едва ли возможно. Но сам мускарин способен усиливать свое действие, призывая в союзники, так называемые, опьяняющие токсины. Вследствие этого, даже при небольших дозах, совместное действие этих веществ вызывает довольно тяжелую интоксикацию.



Amanita muscaria

Запах свежих грибов действительно можно назвать грибным неповторимым ароматом. Но все грибы пахнут по-разному. Иногда очень отталкивающе – почему?

У каждого вида грибов свой подбор и свое сочетание ароматических кислот.

Основу же составляют глютаминовая кислота и эфирные выделения, образующиеся в процессе обмена веществ в грибном организме. Поэтому синтезировать удалось лишь очень общий «грибной аромат». А чтобы создать специфический аромат боровиков, рыжиков или веселки, химикам предстоит потрудиться основательно – там много кислот, которые синтезировать крайне сложно.

Кстати, в грибных бульонных кубиках присутствует именно этот синтезированный химический аромат. **Натуральный** грибной аромат общего типа присутствует очень мало в какой-либо продукции, например, в грибной косметике, которую выпускают российские фирмы «Шиитак» и «Биолукс».



Этот сложный и дорогостоящий процесс получения натурального аромата не имеет мировых аналогов, запатентован и используется только в России, так как именно для России характерно применение натуральных компонентов везде: и в косметике, и в пищевых производствах.

ЕДИНСТВЕННАЯ В РОССИИ ГАЗЕТА О ГРИБАХ

www.fungocenter.com

Подписной индекс по каталогу
19320
РОСПЕЧАТЬ

Рыжик во многих зарубежных грибных энциклопедиях называют ядовитым. Почему?

В рыжиках – царских деликатесных грибах – в свое время при химическом анализе нашли очень незначительное количество «мускарина». Но самое интересное, что в нем же нашли и алкалоид атропин, который является противоядием «мускарина»! Атропин моментально приостанавливает его токсическое влияние! Так сказать, яд и противоядие в одном флаконе. И в связи с характерной нейтрализацией «мускарина» атропином употребление гриба в пищу не вызывает каких-либо побочных эффектов.

Поэтому, опираясь на опыт наших предков, вкушайте рыжики абсолютно спокойно и в горячей, и в холодной засолке.



Рыжик

Загадки и тайны грибного царства, целебные свойства грибов и их применение, отзывы о лечении грибами, грибная кулинария, «грибной огородик», тихая охота, информация о незнакомых съедобных и ядовитых грибах, магические грибы, грибы – возбудители болезней, рассказы и анекдоты на грибную тематику, детская страничка, конкурсы и многое-многое другое.

Продолжается конкурс подписчиков. Для участия в конкурсе необходимо прислать в редакцию письмо с ксерокопиями своего подписного талона и подписных талонов друзей или родственников на следующее полугодие (2009 г.). Розыгрыш призов пройдет среди подписавших максимальное число новых читателей. Не забывайте в письме указать контактные телефоны. О результатах 1-го этапа конкурса подписчиков читайте на стр. 13.

Редакция: (812) 717-87-84, г. Санкт-Петербург, Невский пр. 180, кв.25, 191167

ТИХАЯ ОХОТА 2008

Сегодня в нашем конкурсе участвуют фотографии чудных пеньков, которые нам предоставил И.А.Андришин из п. Разметелево (ЛО).

Все эти фотографии можно объединить под одним названием:

«И каждый пенёк в осенний день грибами удивить мечтает!»

Пусть это просто трутовики, ложные опята, ежовики, всем миром почитаемые шиитаке или почти никому неизвестные мицены, никто не откажет им всем в красоте...

Любуйтесь с нами! И присылайте свои фотонаблюдения на конкурс. Желаем удачи!



опенок летний



опенок ложный



опенок ложный



дождевик



шиитаке



мицена



трутовик



опенок головь



мицена



трутовик серно-желтый



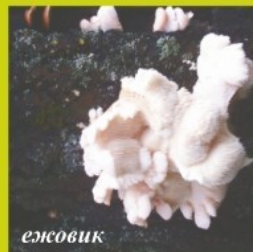
опенок ложный



трутовик



опенок настоящий



ежовик



трутовик

Где можно получить консультации по применению продукции из целебных грибов?

Подробную информацию по применению продукции из целебных грибов производства ООО «Шиитаке» можно получить в «Центре Фунготерапии Ирины Филипповой» в г. Санкт-Петербурге и Москве и в магазинах «Грибная аптека».

Магазины «Грибная аптека» в г. С-Петербурге:

1. Невский пр., дом 180, оф.25, ст. м. Площадь Александра Невского, (812) 271-28-98, 717-17-11;
2. ул. Колокольная, дом 3, ст. м. Владимирская, Достоевская, (812) 575-57-97, 974-07-80.

Отделы «Грибная Аптека» в г. С-Петербурге:

1. в аптеке «Доктор», пр. Стачек, 14, ст. м. Нарвская, (812) 715-34-65,
2. в гомеопатич. центре «Арника», пр.Энгельса, 132, к.1, ст. м. Проспект Просвещения, (812) 715-47-26
3. в гомеопатич. центре «Игнация», пр. Дачный, д.2, к.2, ст. м. Проспект Ветеранов (812) 973-57-40.

Магазины «Грибная аптека» в Москве:

1. Хорошевское ш-се, д. 68, корп. 5, ст. м. Полежаевская. (495) 940-20-13, (495) 940-08-49, (495) 941-30-10;
2. Пр-д Нансена, д.6, корп.3, ст.м.Свиблово. (495) 656-61-76, (495) 510-49-70.

Наши представители
 Беларусь: г. Белоозерск – (01643) 4-04-55, 59-0-95
 Великобритания (353 86) 254-09-60
 Германия: г. Детмольд, (8-104952)-31-300-430
 Украина: г. Донецк – (066) 754-34-51,
 г. Киев – (044) 331-60-06, г. Одесса – (067) 518-42-63
 Эстония, Нарва – (37235) 482-49, 55-916-627
 Екатеринбург – (343) 213-99-61
 Адыр – (8622) 33-40-43
 Омск – (3812) 70-00-37
 Пермь (342) 271-29-86

Самара – (846) 242-76-44, 242-76-64
 Тольятти – (8482) 43-22-25, 51-03-03, 50-88-50
 Тюмень – (3452) 62-26-13
 Челябинск – (351) 775-39-29

В Центре можно узнать телефоны других представителей: Ангарск, Барнаул, Белгород, Благовещенск, В. Новгород, Вологда, Выборг, 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).

на правах рекламы

Здравствуйте, дорогие ребята! Ну как? Понравились вам загадки и сказка о грибах? Со всеми моими заданиями вы справились? Я снова с вами – читайте, учитесь писать, думать, а самое главное, учитесь знать и любить родную природу. Сегодня мои помощники Щегол и Синица расскажут вам сказку о ЗЕЛЕНУШКАХ и зададут новые задачки. Успехов! Ваш Дед Мухомор.



Сказка о грибах

Синица



птица
Зеленушка



гриб
Зеленушка



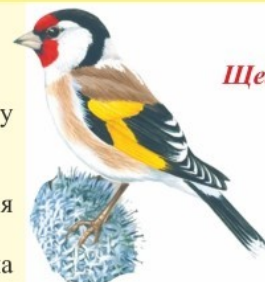
Зеленушка

- Куда это ты собралась? - поинтересовался Щегол у Синицы.
- Хочу посмотреть, как Зеленушка под сосной растет.
- Первый раз слышу, чтобы птица в земле росла, - удивился Щегол.

- Ты говоришь о птице ЗЕЛЕНУШКЕ, а я о грибе, - пояснила Синица.
- О грибе? Каком грибе? - еще больше удивилась птица в красивом разноцветном наряде.
- Полетели со мной, и сам все увидишь, - сказала желтогрудая и быстро вспорхнула.

Синица и Щегол прилетели в сосновый лес.
- Зеленушка растет только в сухом сосняке, - птица внимательно присмотрелась к грибу с большой шляпкой зеленовато-желтого цвета, что рос под сосной. - Так вот же она, ЗЕЛЕНУШКА. Самая настоящая.

- И этот гриб называется Зеленушкой? - переспросил Щегол.
- Зеленушка я, Зеленушка, - улыбнулся гриб.
- А вдруг я тебя спутаю с другим грибом, похожим по цвету? Как мне не ошибиться? - спросила птица.
- Меня трудно спутать с кем-либо другим, - объяснила Зеленушка. Разломи шляпку или ножку, и ты почувствуешь приятный запах муки. Так пахнет моя белая мякоть.



Щегол

Отгадай загадки

Элегантный гриб, красивый...
Мой совет:
дружите с ним вы.
За столом развеет грусть
Милый, славный, вкусный

(чрзлрл)

Сибирцев Виталий

Знают даже малыши
Красно-белые грибы
Те, что с мухами не дружат.
Не бери ты их на ужин:
Несъедобен этот гриб,
Хоть красавец он на вид.
Называют с давних пор
Гриб тот – красный...

(рвоохлм)

Аношина Вера



Ребята, если вы внимательно слушали или сами читали сказку, то вы, несомненно, сможете ответить на вопросы Деда Мухомора.

- 1) Где растет этот гриб?
- 2) Почему его называют зеленушкой?*
- 3) Какая у гриба шляпка?
- 4) Почему зеленушку трудно спутать с другим грибом?

Ответили – молодцы!

Учимся писать

Впишите в клеточки название гриба. Знаете, как он называется? Если нет – спросите у взрослых. О нем мы уже рассказывали в одном из предыдущих выпусков газеты.



О						
Л						

Филиал "Центра ФУНГОТЕРАПИИ И.Филипповой"

Украина - г.Киев

В Украине в г. Киеве работает официальное представительство "Центра Фунготерапии И.Филипповой".

В Киевском филиале центра вы можете:

- получить полную информацию по применению продукции на основе целебных грибов;
- купить или заказать наложенным платежом продукцию и литературу по фунготерапии.

(044) 279-23-06, 331-60-06, 331-88-66

Г. Киев, ул. Городецкого дом 12/3 (врач)

печатается на правах рекламы

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 и странах Прибалтики.

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

г. Нарва, Эстония

e-mail: ryumar_narva@mail.ru



на правах рекламы



Для справок.

БЕЛЫЙ ГРИБ (*Boletus edulis*) произрастает на почве в хвойных и лиственных лесах, преимущественно под сосной, дубом, елью, березой, буком, с середины июля по октябрь.

Прежде чем рассказать вам, уважаемые читатели, о своем опыте выращивания этого замечательного гриба, позволю себе обратиться к истории. Так, сведения о многих экспериментах по выращиванию **боровиков** можно найти в трудах известного русского ученого **А.Т.Болотова (1780 г.)**, а также **Н.Р.Никитина**, опубликовавшего работу под названием "Опыты разведения съедобных грибов".

Оригинальный способ выращивания белых грибов применила в 20-х годах **Н.Е.Федорова**. На своем приусадебном участке она создала условия, полностью соответствующие условиям произрастания белых грибов в лесных угодьях, и в течение девяти лет получала хорошие урожаи лесных деликатесов. В качестве семенного материала она использовала обычные отходы грибов, получающиеся при их чистке. В засушливые годы участок, где разводили грибы, периодически поливали, а в период, благоприятный для плодоношения, устраивали "грибной дождь".

В 1933 году М. М. Самуцевич провел следующий эксперимент. Вначале (в июне) почву вокруг деревьев ока-

пывали, обрезая при этом боковые корни с целью стимуляции развития тонких молодых корешков. Затем, после образования последних (в августе), на них высевали споры грибов, а также прикладывали к ним кусочки шляпок и ножек грибов.



Мицелий грибов на корнях деревьев

Далее места обнажения корней осторожно засыпали землей, покрывали мхом и обильно поливали водой. На следующий год (в июле) в местах посева спор и кусочков мицелия, а также на некотором расстоянии от них, появились плодовые тела грибов. Их плодоношение происходило и в последующие годы.

Мой личный опыт выращивания белых грибов основан на народных способах, описанных ранее, в разделе «**Общие принципы выращивания микоризных грибов**», с небольшими поправками, учитывающими условия моего садового участка, расположенного близ поселка Чаща под Санкт-Петербургом.

Наш участок вплотную прилегает к лесу, так что опытная делянка у меня не была ограничена территориально. Лес в том месте смешанный, преобладают ель, сосна, береза, осина. Место для разведения боровика я выбрал недалеко от границы приусадебного участка, свободное от папоротника.

В лесу, на участке сходном с делянкой, выкопал три грибницы с плодовыми телами (с одним и две с двумя), росшими под сосной. В тот же день высадил их под сосны на моем опытном участке. Так как погода в течение последующих дней была засушливая, поливал места посадок обильно (по два ведра дважды в день) в течение 9 дней.

Результаты появились только спустя два года, когда я их уже и не ожидал, и только под одним деревом. В тот сезон было собрано 18 белых грибов в радиусе 1,5 метров от сосны. В этом году уже собрано 39 плодовых тел. Кстати, начала плодоносить и вторая грибница.

Описание других методов по разведению белых грибов на садовом участке или лесной делянке (уже профессионалами) вы сможете прочитать в следующем выпуске «Грибной Аптеки».

Материал подготовил Федоров В., миколог

Грибы круглый год

ГРИБНЫЕ ПАЛОЧКИ -



Посадочный материал

для самостоятельного выращивания грибов (мицелий)



Чесночник



Шиитаке



Вешенки



Опенок

Посев мицелия в древесину проводится за 1,5-2 мес. до высадки в грунт.

Подробную информацию можно узнать по тел.: (812) 717-17-11

Продукция на основе целебных грибов

Крем «Шиитаке»

производства ООО «Шиитаке»



Способствует регенерации кожных покровов, стабилизирует эластичность и водный обмен, сохраняет молодость кожи. Имеет выраженный лифтинг-эффект и антибактериальное действие.

Крем с экстрактом гриба шиитаке, пластик. туба 50 мл в карт. упаковке

(812) 717-17-11, 271-28-98, 703-06-44, 740-37-61, 575-57-97
(495) 940-20-13, 941-30-10, 510-49-70, 656-61-76, 940-08-49

ГДЕ И КАК ИСКАТЬ ВЕСЁЛКУ

Где собирают подберёзовики? Под берёзами. Подосиновики – под осинами, боровики ищут в бору. А где искать весёлку? К сожалению, многим грибникам не повезло – в Ленинградской области она не растёт. Если вы вдруг окажетесь на юге Псковской области, в Белоруссии, в Закарпатье – можете попытать счастья. Предпочитает этот гриб богатые, чернозёмные почвы в пойме лесных речушек и ручьёв, и смешанный лес (берёза, осина, ель, дуб и обязательно орех) с редкой травяной подстилкой. Поэтому так и хочется назвать его «подореховиком». Однако, это слишком простое название для такого удивительного гриба. Слово «удивительный» мы ещё услышим не раз – на это будут причины.

Вернёмся к названию. Думаю, что совершенно прав был тот, кто первым назвал этот гриб весёлкой. Как только его увидишь, весёлая улыбка сразу же появляется на лице, и не удивительно, ведь в старину в Белоруссии его называли «срамник».

Когда нужно собирать все грибы? Конечно, пораньше, по росе, как только солнышко встало. «Кто раньше в лес пришёл, тот и гриб нашёл». С весёлкой это не обязательно, скорее, наоборот, нужно, чтобы солнце прогрело воздух.

Итак, вы выспались и неторопливо отправились в лес, подходящий под описание. На что опирается грибник при сборе грибов? Конечно, на зрение, помогающее найти замаскировавшуюся добычу. В случае с весёлкой это не обязательно. Здесь в первую очередь основную роль играет... обоняние! Как только вы почувствовали запах тухлятины (кстати, пахнут только проросшие грибы) – стоп! Осторожно поворачиваясь по сторонам, стараемся определить направление, откуда он доносится. Дальше подключаем... слух! Да, именно слух. Рой взлетевших мух уточнит направление. Вот почему не надо вставать рано: мухи в холодную погоду не летают. Почему насекомые так любят этот гриб? Не только из-за запаха. Зелёная слизь, покрывающая шляпку гриба, сладкая! Как крем на торте. Удивительно, вы встречали когда-нибудь такой гриб? Итак, вот он (мы, наконец, подключили зрение). На длинной белой ножке с головкой, ни дать, ни взять напоминающий это самое, от чего и появляется непроизвольная улыбка. Не стоит сразу срывать гриб, лучше прибегнуть к навыкам старого сборщика боровиков: медленно нарезая круги, внимательно осматривая и ощупывая (подключая осязание) каждый бугорок, подбираемся к ножке, ведь основная задача найти не пророс-

шую весёлку, а в весёлку в стадии яйца. Хорошо, если вы увидите только часть яйца, напоминающего гриб-дождевик, но, возможно, что только холмик поднятой подстилки подскажет о наличии гри-



ба. Весёлка – гриб коллективный. Если повезёт, возле одного проросшего гриба можно найти от двух до десятка яиц. Площадь одного места небольшая: от нескольких соток до гектара, но, зато, расти здесь она будет постоянно, в течение пяти-десяти лет. Однако, она может внезапно исчезнуть и появиться в другом месте, но такие места обычно редки. В радиусе 5-7 километров я за многие годы разведаль всего 5-6 мест. За такую редкость они ревностно оберегаются, держатся в тайне и передаются по наследству, как рыбные ямы на реках в Сибири. В редких случаях для поиска весёлки моя матушка использовала... козу. Как свиней для сбора трюфелей. Для парнокопытных животных этот гриб является лакомством. Однако, этот эксперимент окончился неудачей: научившись искать весёлку, умное животное создало такую конкуренцию, что угнаться за ней было невозможно. Пришлось вернуться к старому способу.

После мух за трапезу принимаются жуки. За сутки от гриба ничего не остаётся, и, заметьте, нет в них ни одного червяка, так же, как и у лисичек. Может, отсутствие червей в грибе также является показателем его целебных качеств? Ещё моя прабабушка говорила: »Не тот червяк, которого мы едим, а тот червь, что нас

ест».

Вот мы и подошли к главному: а зачем мы отправились в лес собирать весёлку? Конечно, не для еды. Этот гриб не отличается особым изысканным вкусом, даже, наоборот, **ценность** его совершенно в другом: **в его целебных свойствах**. Можно сразу же в этом и убедиться. Если вас нежизнеспособный порез на руке, вследствие ожога, занозы – помажьте большое место слизью из яйца проросшей весёлки – завтра об этом будете только вспоминать. Не бойтесь занести инфекцию: и рану, и инфекцию весёлка победит.

Весёлка – находка для женщины. Эту же слизь нанесите на лицо, дома намажьте мёдом и смойте молоком. Уверяю, не одному салону такого эффекта не достичь. Если вас мучает **растрескавшаяся пятка**, приложите компресс из проросшего яйца на неё, обмотайте целлофаном, повторите ещё пару раз, и вы снова удивитесь возможностям весёлки. Весёлка может помочь и в излечении более серьёзных заболеваний. Способность **рассасывать опухоли**, начиная от обычного **жировика** и заканчивая **онкологией**, была замечена народом ещё в старину. Применяли её и для лечения **радикулита, позвоночной грыжи, аденомы простаты, полипов в желудке**. При заключении врача «резать» не спешите, попробуйте весёлку. Да! А как же её правильно приготовить? Принесли домой, аккуратно очистили от мусора щёткой, порезали в трёхлитровую банку, залили водкой или самогонном под завязку (экономия банок и спиртного), закрыли засасывающей крышечкой, закопали на глубину 0,5 метра (оптимальная постоянная температура плюс гриб разлагается на свету). Через месяц янтарную жидкость разлили по тёмным бутылкам и как вино оставили на 2-3 месяца выдерживаться до коньячного цвета.

Принимать весёлку следует по чайной ложке перед едой. Хорошие результаты лечения онкологии даёт сочетание весёлки с настоем мухомора. О приёме, дозировке в зависимости от заболевания лучше проконсультироваться со специалистом. Вы можете полечить весёлкой не только себя. Если у вас на участке есть **фруктовые деревья**, которые страдают от **рака коры**, оставшимся от настоя грибом заложите повреждения, обмотайте холстиной и полиэтиленом, оставьте на пару недель. Через месяц жгательно повторить. Деревья будут вам благодарны.

Успехов вам в грибной охоте!

Дай Бог вам здоровья.

Сотрудник ГЛТА Хмарик Г.А.

ЛЕНИН — гриб?!

По материалам телепрограммы "Пятое колесо", 17 мая 1991, ведущий Сергей Шолохов.

Шолохов: Добрый вечер. Сегодня мы открываем "Колесо" с новой рубрики, называется она "**Сенсации и гипотезы**". Мы будем ее вести впредь с Сергеем Курехиным, известным политическим деятелем и киноактером. В нашей передаче будут участвовать разные персонажи — актеры, музыканты, композиторы, депутаты и...

Курехин: Ученые.

Шолохов: ...ученые, маги-волшебники, ну, в общем, развлекать нас будут все. А...

Курехин: И цель этой рубрики — это совершенно новый подход к хорошо известным историческим событиям нашей страны и вообще всего мира и хорошо известным фактам.

Шолохов: Вот один из таких фактов, который проливает свет на одну из тайн Октябрьской революции, послужил поводом для нашей сегодняшней передачи. Этими фактами располагает Сергей Курехин, известный политический деятель, я с большим удовольствием об этом все время напоминаю...

Курехин: Спасибо.

Шолохов: ...который недавно вернулся из Мексики.

Курехин: Я, во-первых, хотел бы сказать, что это не одна из тайн Октябрьской революции, это просто основная тайна Октябрьской революции. Потому что не все так просто в революции, и меня всегда что-то в ней удивляло и все равно оставалась загадкой. Я в последние годы занимался практически только этой темой, то есть тайной Октябрьской революции. И мои пути привели меня в Мексику, откуда я недавно вернулся и привез совершенно фантастические материалы, которые, на мой взгляд, заслуживают публикации и всеобщего обозрения.

Дело в том, что находясь в одном из главных храмов мексиканских, я долго рассматривал фрески и обнаружил, что большинство фресок посвящены какому-то событию истории Мексики, и которое до боли напомнило мне нашу Октябрьскую революцию. Те же самые изможденные люди, вооруженные примитивными орудиями труда, которые

свергают какие-то правительства — это все очень похоже, понимаете?

И вот это сходство зародило во мне какие-то сомнения. Я представил эту Октябрьскую революцию, нашу замечательную, которую я очень люблю и к которой с трепетом отношусь. Поскольку я тесно связан с кинематографом, то я представляю себе, что это не зря вдохновляло многие поколения кинематографистов, не зря они постоянно обращались к теме революции, потому что это грандиозное зрелище, фантастическое, не зря столько книг писалось.

И вот эти вот мексиканские фрески — они просто идентичны были тому, что грезилось мне в снах. У меня возникла впервые мысль о том, что это зрелище, такое грандиозное — его так просто сделать было невозможно. Понимаете, его нужно было предварительно увидеть до этого. То есть человек, какой-то гениальный ум, я даже сказал бы — сверхгениальный ум, увидел перед собой эти картины и потом он старался их материализовать.

Будучи еще студентом Института культуры в свое время, я очень увлекался работами американо-мексиканского философа и писателя, тоже пока еще малоизвестного у нас — Карлоса Кастанеды — о пути познания индейцев навахо. Это особый путь познания, это индейцы, которые принимали определенные вещи. В данном случае — это определенный кактус и определенный вид грибов. И они становились на определенный путь, путь жизни...

Шолохов: А вот это зелье — совпало?

Курехин: Одну минутку. Сейчас я вам расскажу, что такое, собственно, это зелье. Это — мексиканский кактус,



его латинское название «*Lophophora Williamsi*». Он содержит в себе некоторые галлюциногенные препараты, которые вызывают сильнейшие галлюцинации, и благодаря которым человек может увидеть совершенно невероятные картины, очень рельефно и красочно. Это картины, как правило, очень массовые и очень глобальные.

Шолохов: Зрелищные.

Курехин: И очень зрелищные, совершенно верно. Там есть несколько видов кактусов. Наиболее близкий к «*Lophophora Williamsi*» — это «*Turbinikarpus*». Это вид, тоже имеющий наркотические свойства, опьяняющие свойства, но возникала некоторая странность в том, что «*Lophophora*» и «*Turbinikarpus*» — вещи, которые не обладали цефалием. Цефалием могли обладать только мелокактусы, определенный вид мелокактусов, и некоторые виды дискокактусов.

Я сейчас поясню, чтобы вам было более понятно. Обратите внимание: вот фотография Ленина в его рабочем кабинете. Посмотрите сюда. Видите? Никто из исследователей не обращал внимания на тот странный предмет, который находится у него рядом с чернильницей. Вот он, видите, сверху у него такая верхушечка...

Шолохов: Напоминает нам маленькую летающую тарелку.

Курехин: В общем, да. Но поразителен тот факт, что Ленин, человек, которому посвящены миллионы монографий, исследован каждый день жизни его, творчества, и все ученые, исследователи, обошли вниманием этот очень странный предмет. Он почти на всех фотографиях, где Ленин в рабочем кабинете...

Продолжение в следующем выпуске «Грибной Антеки»

Поздравляем победителей конкурса подписчиков!

Прошел первый розыгрыш призов среди подписчиков нашей газеты. Безоговорочным победителем стала **Жигальцева Н.И., г. Пермь**, которая подписала 5 новых читателей. Ей редакция высылает приз «Тостер» для приготовления вкусных хрустящих бутербродов.

Среди подписавших равное количество новых читателей (3) был разыгран приз книга «Большая грибная энциклопедия» (авт.-сост. А.И.Морозов). Ее получают **Вялова Г.П. из Смоленска и Кузьева Е.В. из Нижнего Новгорода.**

Желаем удачи в следующем этапе конкурса. Всего будет разыграно 5 призов!

Я слышал, что крымчане совершенно не знают и не любят грибы, а тут вдруг моя квартирная хозяйка в Форосе (армянка) выставляет на стол грибы — маринованные рыжики. Сама, говорит, собирала в лесу... Я ей не поверил — хотела подиутить над нами?

Нет, наверное, хотела сделать приятное — а вы не поняли. В Крыму действительно есть рыжики. И не только. Растут они, конечно, не на пляже, а в горах, в сосновых и еловых посадках. Да и вообще, грибы Крыма достаточно хорошо изучены и ценятся коренными крымчанами.

Например, ценное пособие для грибников — прекрасная книга влюблённого в грибную охоту симферопольца Семёнова А.И. «О грибах и грибниках. Справочник по сбору грибов в Крыму», Симферополь, «Таврия», 1990 г. К сожалению, с тех пор она не переиздавалась.

В книге В.Т.Козака и С.Н.Козьякова «Всё о съедобных грибах» (К., «Урожай», 1987 г.) грибные угодья Украины даже разграничены на 7 различных зон («Центральное и Восточное Полесье», «горные районы Крыма» и др.). Хотя это очень спорно. Например, грибник-профессионал С.Еремин утверждает, что только в «горных районах» можно выделить несколько абсолютно непохожих зон. Например, городские маслята растут не далее пригородов и не выше 100-150м от уровня моря. Там же собирают и маленькую серую рядовочку по кличке «мышонок».

А выше в горах уже начинается совсем другая зона, со своим грибным ассортиментом — белые, подосиновики. «Так вот, — пишет он же, — поверьте на слово, большинство севавтопольского населения других грибов, кроме вышеназванных да шампиньонов-вешенок в глаза не видели. Меня лет десять назад вообще одна бабка насмерть убила «комплиментом»: я «спустился с гор» в знойном противном курортном августе (+35 воздух, +28 море) с корзиной отборных рыжиков, подосиновиков и белых, причём сверху выложил эстетствующие экземпляры. Иду среди голой пляжной публики по городу, весь из себя такой камуфлированный и мокрый после горного ливня. А тут бабка на всю улицу: «Ой, какие маслятки хорошенькие!» Кстати, летом часто слышу от изумлённых приезжих: «А что, в Севастополе грибы есть?» А грибных лесов из пляжного бара и не увидишь. А зимой у нас другие грибы — мышата. Иногда чуть ли без перерывов до самых сморчков. Так что, если кто собирается по случаю в наши края, помните, всегда есть шанс совместить экскурсию на природу с грибалкой».



Итак, в Крыму грибы растут, да к тому же и зимой тоже! Но уже не рыжики и белые, а «мышата» (так крымчане называют рядовку серую — гриб неприхотливый и вкусный).

МЫШАТА

Ветер дул с Африки. В крайнем случае, с Аравийского полуострова. К нам в Севастополь он добирался уже слегка остывшим, растерявшим по дороге через Черное море песок пустынь и тысячелетнюю пыль древних пирамид Египта. Растерявшим запахи висячих садов Вавилона, целебных солей Мёртвого моря, ливанских кедров, персиков и персидских котов Персии. К счастью, в нем не было и примесей дыма с горящих нефтепроводов Ирака. Да что там далёкого Ирака! Даже запаха турецких дублёнок не чувствовалось!

Он был влажным и тёплым. На дворе было 24 ноября, время — 17.00 вечера, и градусов Цельсия в воздухе было столько же, сколько времени! За пару дней до этого случились ночные заморозки с утренним ледком на лужах, дневные дожди с мокрым снегом, успевшим слегка помозолить глаза своей очевидностью на зелёной травке. Прощайте, маслята «по-севастопольски», думалось мне, вот постоит такая погодка ещё пару деньков и «кирдык» нежным грибочкам. Но "Фобос" на всех сайтах упорно обещал мне счастье в погоде и дальнюю дорогу за грибами.

Накануне, чуть потеплело после заморозков, я пробежался по сапунгорским соснячкам. Думалось, за рыжиками. Ан, нет. Мышатки — много, маслятки, благополучно перенесшие снежок, десятков рыжиков, степнячки мимоходом, пару вешенок, даже несколько шампиньончиков. Горчаки собирать не стал — это отдельная тема: вымачивать, солить... Опять не рыжики! Видел же собственными глазами мужика с ведром отличных рыжиков напротив Воронцовского рынка. А уж грибников и торговцев с маслятами-мышатами пруд пруди. Наблюдал из окошка маршрутки, как с вокзала с вечерней электрички выходил матёрый грибище с двумя во-от такенными ведрами мяслят, и рюкзачок у него был знатный, под стать. Наверное, с Мекензиевых гор "спустился".

И вот он — ветер из Африки. Ладно, не придирайтесь к словам, я всё равно имею право думать, что из Африки, ведь дует с юга. Всё, решено, в субботу пораньше уеду куда-нибудь за Черноречье, пробегусь по соснякам. Хочу рыжиков!

Суббота случилась. День — чудо: солнышко светит, небо голубое, птички поют, лягушки квакают, цикады сверчат... Извиняюсь, понесло. Если же уточнять, то третий день обалденного тепла, а ночью как по заказу хороший тёплый дождик прошёл.

Суббота случилась, а вот с ранья убежать из дома — нет. Пока то, да сё — вот и десять часов. Какие уж там Родные с Черноречьями. Бегом на Сапун, пока дома по новой не припахали. Вышел из дома, пошёл, по дороге выискивая однобочек-степнячков на пустошах. Огляделся на местности: вышел я не один, да и выехал тоже многократно. Скажу проще — наблюдал исход населения из Севастополя. Ну, ладно, ладно, не буду — с Победы и прилегающих районов. День выходной, погода чудесная — шли семьями, с настроением отдохнуть, оттянуться. Ну, и грибочки, конечно, пособирать.

В ближайших соснячках не поленился, посчитал попавших в поле зрения ракообразных или коленапреклонённых перед грибным богом грибников — мышкующих севастопольцев. Где-то на

«ФУНГ ШАРИК»

Бесплатные консультации по ветеринарии

можно получить:

- ✓ По горячей телефонной линии:
тел/ф. (812) 740-37-61
(пн, ср 10.00-17.00)
- ✓ по почте: 197022, г. Санкт-Петербург,
а/я 720, «Центр фунготерапии И.Филипповой»
- ✓ по эл. почте: sharik@fungo.ru

На любые вопросы о здоровье ваших питомцев ответит — кандидат ветеринарных наук, фунготерапевт Юшкевич Татьяна Владимировна.

В нашей рубрике «Грибные истории» Сергей Еремин с юмором поведает вам свою увлекательную историю о крымской тихой охоте на этих севавтопольских «мышата».



Рядовка серая

1 км пути при видимости в деревьях не более 100 метров – 37 взрослых и детей. Так я ещё и не всех посчитал, ибо сам плюнул на возвышенные "рыжие", нет, скажу модно – "оранжевые" идеалы, отдал дань "серости", постоял на четвереньках около часа.

Машины не считал, впрочем как и свалки, поруб-

ПО...

СЕВАСТОПОЛЬСКИ

ленные деревья, разрезанные в жигу просёлки, бутылки и пакеты... И не лень же так гадить под себя. Понятно, думают ведь, что гадят под соседа или на ничейной территории. Только ведь нас много, природы мало, и как ни пытайся попасть под кого-то, всё равно получится под себя.

Пора, пожалуй, образумиться самим и приструнить таких «любителей природы». Лично мне надоело. А вам, господа?

Вернёмся к хорошему. Давненько мышата не лезли так дружно и обильно. И цунами маслята, и прилив мышат – реакция на предыдущий засушливый период. «Сколько» можно, сказали грибочки и по-вы-ла-зи-ли. Да, вот так грубовато. Но грибники старались.

Вот бабулька выходит из леса. Близнец того мужика с маслятами из электрички: те же ведра, тот же короб за спиной. Только бабка древняя-древняя, коленочки дрожат. А такой вес прёт!

Пенсионер, слабый ногами, но крепкий духом, чуть ли не ползком в междурядье распахивает хвою клюкой. В ведро летят... А как же, единица измерения добычи – ведро, кто же меньшую тару берёт! Только ведра у всех разные: от детских до 15-литровых самоделок. Так вот, в ведро летят серые рядовочки сплошным потоком. Не меньше остаётся на земле – раздавленных и незамеченных, но напрочь свороченных "граблями". Эх, огородники – всё бы вам хвою сгребать. Ну, ладно там слепые-незрячие, но молодые и крепкие, вы-то что, не видите, где хвойный покров слегка приподнялся под дружным натиском молодой грибной поросли? Я понимаю, перевернуть всё вверх ногами проще, только вот видок после вашего «побоища» тошнотворный.

Где побоище, там и попоище. Вот и устраиваются кто как: где-то побыстрому четвертинку из горла, пока жена носом в землю стоит, где по-

врослому, с костром, а то и мангалом, столиком и песнями. Все замечательно, бутылки только забирать с собой надо.

Дети, наше счастье, орут на свежем воздухе ещё лучше, чем в школе: "Мама, мама, сюда, тут грибов больше! Правильно, ты уже подавил их в этом месте больше, чем в том, где большая, как линкор мамаша, бороздит хвою в поисках грибочков. Эх, цветы жизни, мне бы такую гибкую поясницу, а то моя за час складывания тела пополам совсем задубела.

Да что это я? Я же за рыжиками шёл, в крайнем случае, за последними, отходящими маслятами. А тут, как на зло, горьчаки попались. Большим ведьминым кругом приподняли хвойный опад, а кое-где и голую землю, молоденькие крепкие круглые коричневатые шляпки этих замечательных рядовок. Ладно, опять пятой точкой к небу, наберём и их.

Всё-всё, бегу дальше. Главное – оторваться от азартной добычи гриба. Сумел. Ушёл далеко, на видовые склоны Сапун-горы. Красиво здесь – открывается отличная панорама инкерманской и балаклавской долин, обрамлённых горами. Гляжу на исторические места – дальние усадьбы херсонеситов, скифские могильники, татарские сёла, места битв народов и гибели сотен тысяч людей, героизма и вероломства. Памятники, памятники... Там полегла под русским огнём ан-глийская кавалерийская бригада – цвет и молодость британской аристократии. Здесь – братские могилы советских солдат, штурмовавших Сапун в далёком мае сорок четвёртого. Воронки, разорванные скалы.

Зелень леса. Свезённая вагонами со всей Украины после войны земля. Труд по расчистке от мин и снарядов. Ох, сколько же мужчин перевыполнили жизненный план, посадив здесь не одно дерево, а тысячи! Думается, жен-

щины от них не отставали. Спасибо вам всем ещё раз, добрые люди.

В травке на склоне вдоль террасной полоски сосенок начали попадаться маслята. Да так славно начали, что свободное место в корзине тут же кончилось. В ход пошла записка из кармана – вместительный пакет. Да, не те уже маслята: молоденьких мало, всё больше среднего возраста крепыши, да и червивые лопухи попадаются. Но нам, охотникам, любая добыча сегодня хороша – маслята больше не будет. Порадуемся же удаче!

Из-под ног прыгнул кузнечик. Ящерицы на этом южном склоне вообще попадают часто – камни хорошо нагреты солнцем. Как и моя спина. Жарко, ей богу! Я и одет-то легко, но припекает в середине дня знатно.

А это что? «Мама дорогая!», как говорит прекрасная няня Вика из сериала. Да что ж такое! Стою среди орды мышат, кстати, и на мышатах стою, а куда еще ступить? Да это уже не мышата, это крысята, да что там, серые крольчата-гиганты! Да, здесь ещё не ступала нога человека. Пашки наголо! Хищно блеснуло на солнце лезвие ножа...

Одумался вовремя. Бежать, бежать отсюда. Во-первых, не соберу, во-вторых, некуда, в-третьих, не донесу, и так нагружился. И самое главное – переработать кто будет, Пушкин Александр Сергеевич? Домашние пальцем не пошевелят – любишь кататься, люби и...

Дома, в 23.30 "упаковав" последние грибочки, это не считая замоченных горчачков, я дал себе слово, что не прикоснусь в ближайшие дни к мышатам, как бы мне не хотелось. Хай им грэць.

А где-то там, под сосенками, наливаются соком и рвутся к солнцу любезные сердцу модного "померанчевого" цвета рыжики.

Сергей Еремин, Крым



№ 11(43) 2008

Итак, продолжаем тему заготовок грибов впрок – «правильные грибы по правильным рецептам». Сегодня предлагаем разные рецепты маринования грибов: классику грибной кулинарии и не только... Какие грибы и как правильно замариновать, чтобы все пришли в восторг, попробовав ваш «грибной шедевр»? Наши читатели делятся своими рецептами. Надеюсь, что у вас все получится, а гостям – понравится. Приятного аппетита! Итак...

ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ, ЧТО...

Маринуют каждый сорт грибов в отдельности. Пригодны для маринования следующие грибы: белые (боровики), маслята, подберезовики, подосиновики, моховики, опята, лисички и другие лесные грибы. Зимой можно замариновать и купленные в магазине шампиньоны или вешенки.

Грибы сортируют по наименованиям и размерам, удаляют непригодные, у маслят снимают кожицу.

Промывают в проточной холодной воде до полного удаления загрязнений.

Обрезают ножки, оставляя 1-3 см со шляпкой. Вторично моют, затем укладывают в эмалированную посуду, прибавляют на 1 кг грибов 200 г воды и 40-45 г поваренной соли. Варят на умеренном огне, осторожно помешивая и снимая пену деревянной ложкой. Когда закончится пенообразование и отвар станет прозрачным, добавляют на 1 кг грибов 1 чайную ложку уксусной кислоты и по вкусу – душистый перец, лавровый лист, гвоздику и корицу.

Грибы считаются готовыми, как только они осядут на дно, а маринад станет прозрачным, после этого варку прекращают. Кастриюлю с вареными грибами немедленно охлаждают в проточной воде, чтобы грибы не переварились. Готовые холодные грибы и отвар сливают в подготовленную тару и хранят в холодильнике. Сверху часто заливают растительным маслом.

Иногда уже в процессе отваривания грибов в воду добавляют лимонную или виннокаменную кислоту, лавровый лист, корицу, гвоздику, душистый перец и другие пряности, а в конце варки – уксусную эссенцию, предварительно смешанную с грибным отваром.

Для хранения маринованных грибов при комнатной температуре грибы горячими перекладывают в подготовленные стерильные банки и заливают отваром, в котором они варились. Банки прикрывают стерильными крышками и стерилизуют в кипящей воде (пол-литровые банки – 25 мин, литровые – 30 минут). По окончании стерилизации банки быстро закатывают, переворачивают вверх дном и охлаждают. Маринад делают более острым.

СЛАБОКИСЛЫЙ МАРИНАД. (на 10 кг свежих грибов): 1,5 л воды, 400 г поваренной соли, 3 ст.л. сахара, 3 г лимонной или виннокаменной кислоты, 100 мл столового 6-9% уксуса, лавровый лист, корица, гвоздика, душистый перец и другие пряности (укроп, семена горчицы, чеснок) – по вкусу.

ОСТРЫЙ МАРИНАД.

0,5 л воды, 0,5 л 3-6% уксуса, 30 г соли, 2 лавровых листа, 6 горошин черного и 4 горошины душистого перца и др. пряности.

Уважаемые читатели, не используйте в пищу незнакомые грибы, это опасно для здоровья!



МАРИНОВАНИЕ ГРИБОВ

Разница между солеными и маринованными грибами в том, что для маринования используют уксус и специи. Применение широко распространенного консерванта уксусной кислоты обусловлено тем, что большинство патогенных микроорганизмов погибает уже в ее 2%-ном растворе.

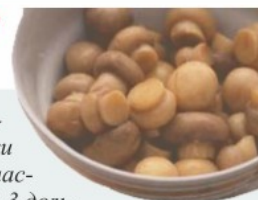
БЫСТРЫЕ маринованные грибы (зимний вариант)

Свежие шампиньоны или вешенки вымыть, обсушить, положить в кастрюлю и залить готовым Italian Dressing (итальянской салатной заправкой). Довести до кипения и поварить минут 10-15. Подавать холодными.

ВЕНЕСУЭЛЬСКИЙ РЕЦЕПТ маринованных грибов

0,5 кг мелких шампиньонов (иностранцы их называют «пуговки»), 1/2 чайки уксуса 6-9%, 1/3 чайки растительного масла, штук 40-50 горошин черного перца, 2-3 дольки чеснока, соль, сахар и... 10 минут.

Грибы помыть положить на сковородку, туда налить масло, уксус, посолить, добавить перец горошком, 3 чайные ложки сахара. Жидкость будет плескаться на дне. Всё это поставить на огонь, довести до кипения, закрыть крышкой и кипятить на слабом огне минут 5-7. В банку положить мелко рубленый чеснок и залить кипящими грибами. Когда чуть подостынет, убрать на 3-4 часа в холодильник. Есть можно уже через три часа.



УКРАИНСКИЕ маринованные грибочки

- 2 кг грибов (лучше – маслят), нарезать на кусочки, отварить в кипящей воде в течение 10 минут с добавлением 6 столовых ложек соли. Вытащить, дать стечь воде, остудить.
- Мелко нарезать 3 большие луковицы, 1 пучок сельдерея или петрушки.
- Нарезать соломкой 3 красных болгарских перца.
- Растолочь 5 зубчиков чеснока.
- Все перемешать и добавить: 150 г растительного масла, 150 г уксуса, 2 стол. ложки сахара, 1 стол. ложку соли, 3 стол. ложки кипяченой воды.
- Все еще раз перемешать и поставить в холодильник. Употреблять после охлаждения.



ГРИБЫ С ВИНОМ

Свежие ароматные грибы вымыть, бланшировать 4-5 минут в слабо подсоленной и подкисленной воде, отцедить и горячими разложить в банки. Залить белым вином, наполовину разбавленным водой, в которой бланшировались грибы. Стерилизовать 40 минут. Закатать.

Уважаемые читатели! Обсудить материал газеты, высказать свое мнение, задать вопросы вы можете по тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, www.fungocenter.com. Адрес для писем: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр., 180, кв. 25, редакция газеты «Грибная Аптека». Подписной индекс 19320 по каталогу РОСПЕЧАТЬ.

Газета «Грибная Аптека». Учредитель и издатель ООО «Фарм-принт». Регистрационное свидетельство ПИ № ФС77-24645 от 08.06.2006г. Свидетельство выдано Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Российской Федерации и зарубежным странам. Адрес редакции и издателя: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр.180, оф.25. Тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, Главный редактор Факина Т.И. Тираж 20000 экз. Подписано в печать 30.10.2008 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В.О. 17 линия, д. 60, лит.А, пом.4н. Заказ № ТД-4285

