



12+



№ 7 (147)
2017 г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

✉ О ЦАРСКОЙ ТРАПЕЗЕ

Во время знаменитой трапезы, устроенной в честь царя Петра I в 1699 г. архиепископом Московским и всея России Андрианом, гостям помимо остальных блюд подали «три пирога долгие с грибами, два пирожка с груздями, грибы холодные под хреном, грузди холодные с маслом, грузди, гретье с соком да маслом...».

Попробуйте начинить пирожки солеными груздями с мелко порубленными яйцами – не земной вкус!

Евсюков А., Пермь

✉ ГРУЗДЬ ДЛЯ НЕМЦА НЕСЪЕДОБЕН

В Западной Европе настоящий груздь считается несъедобным грибом, а в России его истари именуют царем грибов. Настоящий груздь по калорийности превосходит даже жирное мясо: в сухом веществе содержание белка доходит до 35%.

Андреев Р., Тюмень

✉ НЕ ПУТАТЬ!

Мой знакомый мне сказал: «Ну и что в этих белых груздях? Подошвы соленые». А все потому что перепутал грибы. Набрал скрипиц или сухого груздя. Вот и вкус не тот. Настоящий груздь – он даже внешне аппетитный. Да и редок ныне. У настоящего (белого) груздя на шляпке густо пушистые, лохматые края; млечный сок белый, вкус горький, на срезе становится серно-желтым; ножка с возрастом пустотелая; пластинки нечастые, широкие. Это поможет вам отличить белых груздей от перечных, а также подгруздков и скрипунов.

Степанов Т., Псков

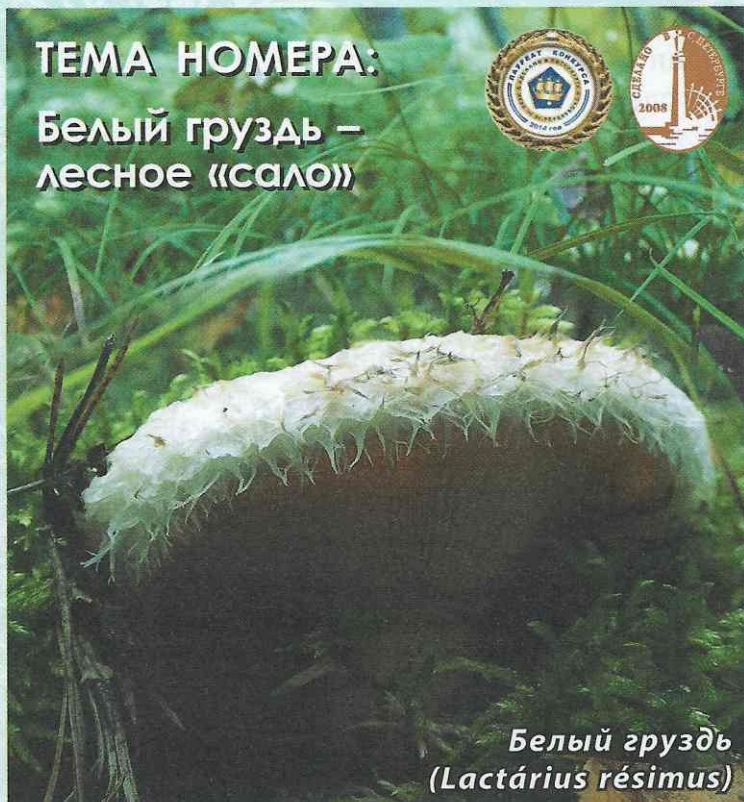
✉ ГРУЗДИ ЛЮБЯТ ВСЕ

Редко белые грузди бывают не тронутыми червяками. Мало червивый гриб можно поместить в сильно соленую воду – черви выберутся сами. А вот основательно червивые грибы не нужно выбрасывать на помойку. Их лучше прикопать под елочки на участке. Я пять лет так делал – надеялся. И вот на пятый год у меня появился первый «груздёвик». Сразу три белых груздя. Так что надежда есть – приручить грузди.

Ерофеев А., Москва

ТЕМА НОМЕРА:

**Белый груздь –
лесное «сало»**



*Белый груздь
(Lactarius resimus)*

- Грибной опыт наших читателей
ОДА БЕЛОМУ ГРУЗДЮ**
- Грибная почемучка**
- Письма читателей**
- Грибный мошенники
ЧТОБЫ ГРУЗДЬ НЕ ВЫЗВАЛ ГРУСТЬ**
- Фунгошарик
ЦЕЛЕБНЫЕ ГРИБЫ В ВЕТИРАНИРИИ**

**Горячая линия фунготерапии
8-800-5555-170
КРУГЛОСУТОЧНО
Звонок по России бесплатный**

Приобретайте продукцию из целебных грибов в аптечной сети «ПЕТЕРБУРГСКИЕ АПТЕКИ».



Телефон для справок **(812) 318-77-77, 700-03-03**



Июль

В прошлом июле белые ковром стояли. Целый багажник машины набил. Такого лет сорок не видел. А сейчас...

Ну, нет грибного изобильного раздолья, хоть тресни пополам вдоль, а потом ещё и поперёк с досады.

А я надеялся – всё недолгое и «никакое» лето, я старался, ждал, но – увы и ах.

Дальше привычных угодий знакомой уже Псковской губернии не выбирался, правда. А если б и выбрался – думаю, толку бы особого не было. Единственные грибы, которые пытались, невзирая на сошедший с ума климат, всё же произрастать в тех местах – это лисички. Причём были они тоже совсем немногочисленны и как-то по особому, очень ехидно-затейливо, изогнуты. Хочешь – собирай пригоршню-другую, хочешь – так смотри, любуйся. А нечего было леса дождями заливать, тепла не давать. Вон даже Лешак занемог: застарелый ревматизм, насморк, в ушах замшелых «стреляет»... Прихворнул, когда ему за порядком лесным смотреть?...

Но дружба наша обоюдная – надеюсь и верю – от этого не пострадала. Уважил он меня всё же – скромно, но красиво и неожиданно, как всегда. В Маяково, около куста с заветным столиком и лавочкой (в другие годы в этом кустике всегда шесть-семь различных грибов обнаруживалось...), стало совсем печально на душе. Кто-то вывернул с корнем и столик, и лавку. Кому они мешали...?

Зашёл я в лес. Как и многие годы, поговорил с Хозяином, поздоровавшись уважительно. Прошёлся по пригоркам, по ложбинкам, по опушечке – голо... И всё же попросил Его – так, как всегда. И он меня порадовал, чтоб не кручинился я сильно. На выходе из леса – ровно там же, где и заходил – чудесный белый... Один-единственный. Стоит, ждёт меня, улыбается... Да какой! Ни пятнышка, ни точки, ни червоточинки.

Два дня ещё пробыли в Пушгорах, разъезжая по разным лесным местечкам. И каждый тот день мне в подарок (ох, лукавый старичок-боровичок...) – по одному белому...

До сих пор от таких преподношений тепло на душе. И не в количестве же дело – во внимании, уважении и понимании.



А совсем недавно узнал – начинают выпускать грузовичок под названием «Грибник». Может, сгодится к следующему сезону – компактный, мощный для лесных дорог. Больше тонны грибов загрузить можно. Только где ж их нынче взять... В Карелии, может... Либо на острове Беринга.



Ничего. Вот возьму да продам легковушку, куплю внедорожник «Грибник», распластюсь – но набью его грибами под завязку. Правда, будет это теперь только в следующем году. Но будет – обязательно!

Гл. редактор И. Коротков

БЕЛЫЙ ГРУЗДЬ – лесное «сало»



Говорить о белом грузде, что он «удивительный» – вряд ли возможно. Ну что такого удивительного в обычной белой шляпке с молочным соком? Форма – вряд ли... Существуют грибы, от которых приходишь в совершенный восторг, поражаясь, какую красоту может создать природа – например, диктиофора с кружевным белоснежным покрывалом, или редкое безобразие – всевозможные лопастики, похожие на старые коряги. А белый груздь и на глаза-то редко попадает, как и его собратья черные грузди – он житель хвойной подстилки, из которой и носа высунуть не хочет. И редко когда выставит на обозрение мясистый белый бочок, в основном приходится его «вылавливать» по неровностям «хвойного одеяла». Как только опытный глаз грибника увидит чуть заметную горочку, значит, поиски увенчались успехом – там прячется целая семья груздей. А рядом – дело опыта – всег-

да еще штук 15-20 белых мясистых аборигенов – главное, чтобы корзинки хватило.

Искать белые грузди – дело трудоемкое, под силу только профессионалу – грибнику. Да и расти этот груздь стал крайне редко, иногда за все лето удастся найти 2-3 экземпляра, источенных червями. Но дилетанты-грибники, что такое БЕЛЫЙ ГРУЗДЬ, не знают. Они его постоянно путают. Кто-то утверждает, что «белых груздей было столько, что их никто и не собирает – деревенские жители их якобы не жалуют..», кто-то пишет, что «белый груздь в засолке очень невкусен – горек и жесток!»

Так вот, белый груздь – это грибная классика. Есть три «венценосных гриба» в Грибном Царстве – это БОРОВИК, РЫЖИК и БЕЛЫЙ ГРУЗДЬ.

Мякоть белого груздя, как написал кто-то из русских гурманов 19 века, напоминает драгоценную осетрину с ее фарфоровыми прожилками

нежнейшего прозрачного рыбьего жира. У осетрины – рыбий жир, а у белого груздя – грибной жир. Как иначе назвать прозрачную, истекающую тягучими каплями каемку шляпки груздя? Слизью, как у веселки? Или липкой кожицей, как у масленка? Нет и нет – только благородным грибным жиром... В засолке эта каемка становится еще более прозрачной и просто даже одним своим видом вызывает аппетит. Чистить белый груздь тоже наслаждение: его грибная плоть как будто тает под руками и жаль лишний раз пройти ножом по благородной шляпке.

Кстати, внимание – обращаться с этими царскими грибами надо тоже с большим уважением – нельзя замачивать рыжики и белые грузди на трое суток!!! Это НЕПОПРАВИМАЯ ошибка! Непоправимая – потому что эти деликатесные грибы от этого теряют аромат и вкус. Замочить их можно часа на три и только для того, чтобы отмыть въевшийся песок и частички земли. А потом в ХОЛОДНУЮ засолку!

Путают белый груздь, конечно, со скрипицами – сухими твердыми белыми грибами, как две капли воды похожими на белые грузди. Но стоит взять их в руки, как тут же понимаешь – обознался! Это – самозванец!

Микологи тоже не могут прийти к согласию – в этом груздевом семействе кто-то еще выделяет осиновый белый груздь (хотя это та же самая скрипица, которая растет в симбиозе с осинами, как и подосиновик), кто-то выделяет еще белый подгруздок. В общем – путаница. Со съедобностью – тоже. Уважаемые авторы совсем запутались, скрипице они дают условную съедобность, а вот осиновый груздь, по их мнению, оказывается несъедобен.

Но зато с целебностью споров между фунготерапевтами нет – целебны без сомнения!

В млечном соке нашлись и противоопухолевые вещества (самая лучшая профилактика – холодная засолка белых груздей), и антибиотики (любую ранку в лесу можно помазать млечным соком и никаких инфекций не старшно – подавляет даже палочку столбняка и ботулизма!). Великолепное у груздя и фунгицидное действие, то есть он подавляет низшие грибки, те самые, которые вызывают и ногтевой грибок, и кожный грибок.

Очень интересное письмо прислал наш постоянный читатель, заядлый грибник и охотник Петр Семенович Карташов:

«Целый день пробегал по лесу в поисках пернатой дичи. И зря. Только испугнул стайку вальдшнепов, да промазал по огромному селезню, который в панике помчался по заросшей ряской протоке.

Ну и ладно. Зато набрал целое ведро роскошных молодых белых груздей, а перед этим не удержался – поднял несколько скрипиц – не выбрасывать же! С этой добычей и отправился домой, вернее, в охотничий домик, который снимаем с женой каждый осенью, чтобы всласть побродить по осеннему лесу – она в поисках грибов и ягод, я – за дичью. Сбросил сапоги, с наслаждением принял душ – какое облегчение для усталых замученных стоп! И пристроил ноги перед камином, греться... И тут пошло-поехало! Грибок. У меня он хронический, а обостряется, когда долго в резиновой обуви проходишь. Ну вот и опять – трещины, пузырьки между пальцами – зуд неимоверный! Я и чесал, и подпрыгивал, и водой мочил – все равно зуд! Дома в квартире я в таких случаях тут же выжигал место зуда йодом – наносил слой за слоем, пока кожа не пропитывалась и не становилась коричневой. Сначала проходил зуд, а потом как на удаче, сползала кожа и грибок отступал. А здесь йода – нет! И аптека в сорока км. Жена чистила рядом грибы и наблюдала за моими мучениями, потом сказала, давай попробуем соком млечным прижечь, она где-то читала, что это молочко все бактерии подавляет. Взяли скрипицу – там сок горче, сначала я кусочком гриба места расчесов как следует промазал. Защицало ужасно – но помогло! Меньше стал зуд. Затем кусочек ткани жена пропитала соком и я эти полоски между пальцев пристроил и пошел спать. Заснуть смог без проблем, кожа горела, но ужасного зуда не было. А утром и зуда не стало. Через три дня таких процедур грибок утихомирился. А жена стала молочком груздей сводить папилломы под мышкой – и тоже успешно. Засохли и отвалились».

А еще к целебным свойствам можно отнести и удивительную способность груздя – стопроцентно усваиваться организмом. В XIX веке врачи-диетологи специально назначали анемичным дамам как можно больше откусивать груздей соленых в блюдах постных... И существовала специальная диета для чахоточных больных из груздей – как сейчас ясно – грузди подавляли палочку Коха и поднимали иммунную систему. В Пскове занимался лечением туберкулеза в начале XIX века «дохтур Филимонъвъ» и лечил он именно белыми груздями, боровиками и другими млечниками. Пользовались его услугами в основном купеческое сословие, аристократы же доверяли только заграничным докторам и целебным минеральным «Водам». И зря. По свидетельствам многих пролечившихся, Филимонов вытаскивал самых тяжелых больных. Жаль, что рецептов своих так и не оставил.

Ода белому груздю



Кто не знает белый груздь? Да сейчас толком-то, пожалуй, никто не знает.

А вот, бывает, достанешь из банки пласт плотно склеенных грибным желе груздей. Нарубишь в миску крупными ломтями. Мелочь, размером с баночное горлышко, четвертушками поломаешь.

Куски мясистые, чуть с синевой, покрытые полупрозрачным слоем. Кольцами лука их присыпать и пару ложек густой сметаны, сверху. В заиндевелую рюмку из морозилки водки плеснуть, тоже охлажденной до тягучести. Вилка в груздь втыкается со скрипом. Краем гриба зацепить сметанки и поддеть кольцо лука.

Выдохнешь резко и шумно, водку плеснешь прямо в горло. И тут же, вилку с груздем – вдогонку. (Главное успеть вилку ухватить, чтобы не проглотить и ее тоже).

Я-то о груздях все знаю. Благо из наших мест этот гриб возами (а позже – вагонами) возили.

Ухмыляетесь... А – зря! Вот вам кусок рецепта советских времен из книги по консервированию грибов: «На сто килограммов груздей возьмите...» Так-то.

Так вот. Знать-то я знаю. А собирать грузди первый раз в жизни довелось только в этом году.



Опять ухмыляетесь: «Вот я, в позапрошлом году, аж десять груздей надрал за день». Тут все немного по-другому.

Груздевый сезон короток. Пара недель и – отошел гриб. И место, где расти, они выбирают придирчиво. Это вам не подосиновик, растущий под каждым забором. Груздь живет оседло. Есть груздёвики, на которые еще мой дед ходил грибы ломать. А рядом с ними, в полусотне метров, точно такой же лес, только – без груздей. Самих груздёвиков в округе от силы десятков наберется. Таких, до которых не более пяти километров по лесу добираться. И у каждого места свои почитатели. На чужой груздёвик ходить дурным тоном считается. А если кто-нибудь тебе свое заветное место открыл, то потом, чтобы туда пойти – надо разрешения испросить. Обычно-то народ не рядится. Да что там: груздь можно на одном месте хоть вдесятером собирать и всем поровну достанется.



Он ведь, как трюфель растет. Хорошо, если из под листвы краешком белоснежной шляпки сверкнет. И заметить это можно только из одной точки. Бывает, издали заметишь, идешь к нему, не спуская глаз. А пенек обойти, в сторону шагнул, и – спрятался гриб. Потом хоть час по этому месту топчись – не покажется.

Потому: заметил груздь – замри. Не ломись к нему, аки лось в осенний гон. На небо глянь, синичку послушай, дыхание выровняй. Впусти лес в душу. Потом снова посмотри на гриб, заметь ориентир и медленно поводи взглядом вокруг. Если все правильно сделал, заметишь еще один в двух ладонях от тонкой березки. И еще прижавшуюся друг к другу парочку под елью. Теперь можно к первому подойти, присесть и снова оглядеться. Еще несколько из этой семейки заприметить. Во-о-от. Пора откапывать из листвы и мха гриб.

У его соседа всю операцию повторить. Еще полезно прощупать руками бугорки на мху и палой листве. И там найдется. В иной год, если листья с березы опали рано, то только на ощупь и собирают. В одной грибной семье растет от пятнадцати до тридцати груздей. А иногда, вот так присев, наламывают двухведерную бельевую корзину плотных белых шляпок. С ножками-то только городские берут, от жадности.

А к белому груздю его двоюродная сестренка прилагается. Сухара – сухой груздь. Иногда они шляпка к шляпке растут. И отличить их можно только на ощупь. Груздь упругий и ломкий, а сухара – как из дерева выточенная. Еще она не прячется от грибников, торчит свечой, просится в корзину – тоже ведь груздь. Раньше-то городские за местными в лес увяжутся, выследят груздэвик. И, не спросясь, прутся на него толпой, с тремя корзинами каждый. Городские по лесу в одиночку не ходят. Они гомонят, аукаются почем зря, в свистки свистят (думают, что медведей так отпугивают). На самом краю груздэвика нарежут сухар корзины с горкой – еле до дому допрут. А потом удивляются: «Как это вы, местные, так солите, что ваши грузди вкуснее французского жульена. А наши вкусом похожи на пересоленную калошу?» Мужики ухмылки бородами прикрывают: «Так это бабы солят. Наше дело корзины из лесу таскать».

Да и бог с ними. С сухарами.



А грузди тоже различают. Некоторым нравится собирать уже развернутые шляпки – «рюмочки». Чтобы дождевая вода в серединке была, настоянная на березовых листьях. А другим нравятся «завитушки». Это когда груздь на белую шайбу похож: плоский, тугой, с бахромистым краем, загнутым к ножке. Таких в трехлитровую банку сотню закатать можно.

Вот только не думайте, что груздевая охота закончилась, когда вы гриб в корзину положили. И дело даже не в том, что груздь завел в соседний квартал. И пришлось немного поплутать. Даже не в том, что двухведерная корзина весит именно, как два ведра.



А вот придешь домой впотьмах, скинешь сапоги, хлопнешь свой законный полтинник водки под корочку ржаного хлеба. И понимаешь, что грузди-то надо замочить с вечера.

В былые времена на реке общую затонь устраивали. Мелкой сеткой кусок огораживали и ссыпали туда из плетеных коробов грузди. А утром женщины и дети выходили на берег, черпали сачками и каждый грибок руками промывали. Груздь – гриб склизкий. Лесного мусора на него налипают ворох. По каждому грибочку приходится ногтем поскрести. И обратно – в реку.

После трех дней вымачивания грибы по домам солиться разносили. Тут у каждого свой рецепт. В засолке груздя колдовства больше, чем во всех сезонах «Игры престолов». Я свой рецепт расскажу. Остальные, ясен перец, неправильные.

Пишите: на дно банки положить листьев хрена, веточку можжевельника и добрую горсть дубовых листьев. Это чтобы гриб не закисал. А между слоями пересыпать солью, горошками черного и душистого перца, дольками чеснока, листом смородиновым, вишневым и лавровым. Соли сыпать: на полное решето грибов – закрытую жменью. Сверху грибы плотно укрыть той же смесью листьев, что и снизу. И на сорок дней поставить в подпол.

И по сей день у каждого в этих местах в погребе заготовлено к зиме по два-три десятка трехлитровок на продажу. И кадушка – себе на закуску.

В общем, вы тут глотайте слюнки, а я пойду, накапаю себе рюмку и открою первую банку на пробу.

Макс Репин



Дед рассказывал, что во времена его молодости, а кое-где и до сих пор считается, что грибы – это... грехи! Почему такое странное отношение к этим существам?

Андрей Бутаков, г. Саратов

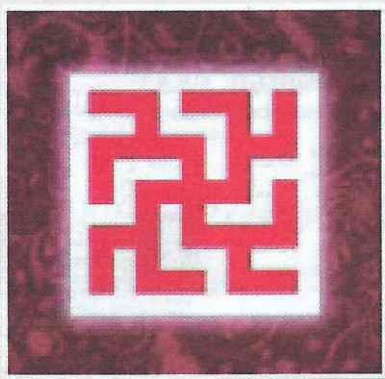


Грибы-грехи... Действительно интересно, что в Заволжской Руси от стариков до сих пор можно услышать старое поверье, что съедобные грибы – это грехи. Только воплотившиеся в эукариотические, так говорят в биологии, организмы. Боровики – это самые большие наши грехи, а лисички, опята – незначительные, рутинные, шалости. Поганки, мухоморы и прочие – это грехи других людей. Съесть такой гриб – значит лишиться возможности другого человека исповедовать свой грех. Расплата за это беспощадная. Из этого следует, что «тихая охота» — это бессознательное (так бы сказали психоаналитики) воспоминание о собственной грешности. Ну а поглощение приготовленных, а главное – найденных лично тобой – грибов, является аллегорией исповеди. Неизвестно откуда пошло это поверье. Точно можно сказать, что у него языческие корни. Так что – кушайте больше белых грибов – может, и правда души наши грешные почище станут...

Известно, что у славян существовало множество оберегов, талисманов. А присутствовали ли в подобных предметах грибы или их изображения?

Геннадий Гордеев, Ярославль

Доподлинно трудно ответить на этот вопрос – для этого надо изучать мифологию древних славян очень углублённо. Но вот о существовании оберега «Рыжик» – тезки известного и замечательного гриба – известно несомненно.



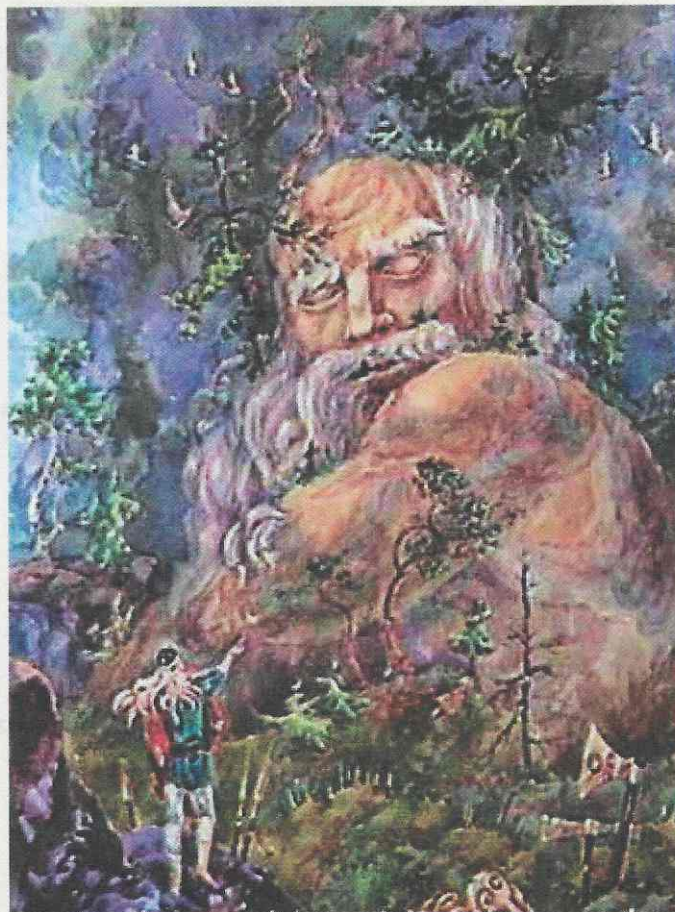
РЫЖИК – излюбленный оберег славян, символизирующий собой свет Ярилы-Солнца. Изображался на предметах и инструментах, имевших отношение к урожаю, а также на амбарах, ригах и пр. В наше время этот знак может стать оберегом для тех, кто трудится на сельско-

хозяйственной ниве, выращивает урожай на даче или приусадебном участке, занимается сбором грибов и ягод. Попробуйте вышить этот символ на одежде, которую одеваете перед походом в лес за грибами. Или вырезать на рукоятки ножа для срезания грибов. Да просто нарисуйте на грибной корзинке – глядишь, грибы сами в неё запрыгивать станут...

Почему многие люди так легкомысленно, а зачастую равнодушно относятся к окружающей нас природе – оберегающей, защищающей, кормящей... Ведь если бы не было её – не было бы и нас...

Елена Макарова, Кондопога

Вопрос риторический и весьма печальный. Люди меняются вместе с этим миром, и что-то хорошее, доброе, само собой разумеющееся уходит из нашей жизни. Благодарность, в частности. Что весьма прискорбно. Забывается и почти забылась уже мудрость предков – как, например, древнего, исчезающего народа вепсы, самым популярным духом у которого был и остаётся Хозяин леса, способный как наградить собирателя или охотника лесными дарами, так и сбить путника, либо скот с дороги свернуть и напустить диких зверей. До сих пор многие сельские жители, следуя древнему обычаю, после похода в лес кладут на пенек горсть ягод или несколько грибов. Да и водяному, чтобы тот не отгонял рыбу от сетей, вепсы приносят что-нибудь в дар. Например, отпускают на волю половину пойманного улова. А так надо поступать всегда и всем, а не только осколкам уходящего прошлого. Глядишь, и мир стал бы меняться к лучшему.



ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ* (Формика, Шиитаке, Веселка)



Оказывает гастропротективный эффект на состояние слизистой желудка, уменьшает проявление воспаления, улучшает микроциркуляцию, улучшает репарацию;
В комплексном лечении способствует иррадикации хеликобактериальной инфекции;
Укрепляет местный и общий иммунитет;
Способствует профилактике развития доброкачественных и злокачественных опухолей.

ПРИ ГРИБКОВЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ* (Трутовик, Шиитаке, Веселка)



Восстанавливает микрофлору кишечника;
Подавляет развитие грибковой флоры;
Уменьшает проявления интоксикации организма;
Способствует профилактике онкологических заболеваний (рак желудка, печени, поджелудочной железы).

ПРИ КЛИМАКТЕРИЧЕСКИХ ПРОЯВЛЕНИЯХ*

(Болетус, Мейтаке, Рейши)



Нормализует гормональный фон: устраняет нервно-психические нарушения, адаптирует к стрессовым ситуациям, уменьшает вазомоторные проявления (приливы, потливость, тахикардию, неустойчивость артериального давления);
Улучшает состояние кожи и слизистых оболочек;

Способствует профилактике остеопороза, сердечно-сосудистых осложнений, ожирения, опухолевых заболеваний.

ДЛЯ ПОДДЕРЖАНИЯ ИММУНИТЕТА* (Формика, Кордицепс, Дождевик)



Активный иммуно-модулирующий комплекс способствует профилактике вирусных, бактериальных, грибковых, туберкулезных инфекций;
Предупреждает развитие хронических воспалительных заболеваний;
Уменьшает проявление интоксикации любого генеза;
Активизирует гемопоэз, улучшает состав крови;

Может быть использован в системе реабилитации для восстановления после инфарктов, инсультов, до и после хирургического лечения, химио- и лучевой терапии.

РЕШЕНИЕ КОСМЕТОЛОГИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ*

(Трутовик, Болетус, Веселка)

Активизирует функциональную активность органов пищеварения, уменьшает проявление интоксикации, способствует восстановлению микрофлоры в кишечнике;
Улучшает обменные процессы, восстанавливает витаминный баланс в организме;
Оказывает противовоспалительное, антимикробное, фунгицидное и противовирусное действие;
Улучшает микроциркуляцию, микродренаж, репаративные свойства кожи.



ПРИ ДИСБАКТЕРИОЗЕ* (Трутовик, Агарик, Золотой ус)

Оказывает противовоспалительный, антибактериальный, противовирусный эффект, нормализует отток желчи, обладает гепатопротекторным действием;
Повышает ферментативную активность органов пищеварения (улучшает трофику тканей);
Уменьшает проявление интоксикации, оказывает сорбционный эффект;
Укрепляет местный и общий иммунитет.



ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ* (Трутовик, Шиитаке, Кордицепс)

Оздоровливает мочеполовую систему;
Оказывает противовоспалительное, антибактериальное, противовирусное действие;
Способствует профилактике возникновения воспалительных заболеваний мочеполовой системы, развития мочекаменной болезни, артериальной гипертензии.



ДЛЯ МУЖЧИН*

(Формика, Веселка, Дождевик)

Нормализует тонус мочеполовой системы;
Оказывает противовоспалительное, антимикробное, лимфодренажный эффект;
Способствует профилактике заболеваний предстательной железы (простатит, гиперплазия, новообразования);
Восстанавливает половую активность, стимулирует потенцию;
Повышает местный и общий иммунитет.



ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И МОЛОДОСТИ* (Трутовик, Болетус, Дождевик)

Уменьшает проявления эндогенной интоксикации, очищает печень, почки, кишечник, лимфу и кровь;
Нормализует функции эндокринных органов, восстанавливает витаминный баланс и содержание микроэлементов в организме;
Активизирует кроветворение;
Способствует уменьшению рецидивов хронических заболеваний;
Укрепляет иммунитет, способствует профилактике доброкачественных и злокачественных опухолей.



ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ГЛАЗ* (Кордицепс, Сморчок, Рейши)

Повышает адаптацию организма и органов зрения к неблагоприятным явлениям окружающей среды;
Оказывает ангиопротективное, противовоспалительное, противомикробное действие, улучшает микродренаж, оказывает десенсибилизирующий эффект, нормализует обменные процессы. Тем самым, способствует профилактике нарушения зрения, развитию катаракты и глаукомы.





Центр фунготерапии Ирины Филипповой

ПРОФИЛАКТИКА РЕЦИДИВА ОПУХОЛЕВЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И РЕАБИЛИТАЦИЯ*

(Агарик, Веселка, Шиитаке)



Профилактика онкологии;
Снижение риска возникновения метастазов после проведенных лечебных мероприятий (операции, химиотерапии, лучевой терапии);

Реабилитации онкобольных после проведенных лечебных мероприятий (операция, химиотерапия, лучевая терапия) – для восстановления формулы крови, иммунного

статуса, подавления патогенной грибковой флоры, развивающейся после химиотерапии;

Во время курсов химиотерапии для снижения поражающего фактора токсичными химиопрепаратами организма и его иммунной системы, а также для усиления работы химиопрепаратов;

Снижение интоксикации организма, продление срока жизни, а так же улучшение качества жизни больных на последних стадиях онкологии.

ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СЕРЦА*

(Огневка, Рейши, Веселка)



Улучшает метаболизм сердечной мышцы;

Улучшает реологические свойства крови, нормализует липидный спектр;

Способствует нормализации артериального давления;

Рекомендуется для профилактики сердечно-сосудистых осложнений (инфаркт, инсульт) и реабилитации после сосудистых нарушений;

Предупреждает развитие сердечной недостаточности.

ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ И БОЛЕЗНЯХ ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ*

(Трутовик, Шиитаке, Золотой ус)



Улучшает функциональное состояние печени, поджелудочной железы (нормализует белковый, жировой, углеродный обмен);

Уменьшает проявление иммунорезистентности;

Способствует снижению веса;

Рекомендуется для профилактики сосудистых осложнений: микро- и макроангиопатии;

Обладает иммуномодулирующим действием.

* Данные комплексы разработаны опытными врачами-фунготерапевтами и оказывают комплексное воздействие на организм, однако при коррекции вышеизложенных заболеваний могут быть использованы и другие комбинации препаратов на основе целебных грибов.

ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ ЛИМФАТИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ*

(Дождевик, Агарик, Кордицепс)

Уменьшает явление интоксикации любого генеза;

Способствует профилактике хронических воспалительных заболеваний любой локализации;

Дренаж лимфатической системы способствует активизации венозного и артериального кровоснабжения, замедляя развитие склеротических и дистрофических процессов в организме.



ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СЕРЦА

(при наличии избыточного веса)*

(Трутовик, Рейши, Веселка)

Обладает антигипоксантным и антиоксидантным действием;

нормализует липидный спектр крови;

Стабилизирует артериальное давление, улучшает реологические показатели крови;

Используется в комплексном лечении и профилактике сердечной недостаточности и реабилитации

после инфарктов и инсультов.



ПРИ ХРОНИЧЕСКОМ БРОНХИТЕ

И БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЕ*

(Формика, Кордицепс, Дождевик)



Улучшает состояние бронхолегочной системы: оказывает тонизирующее, отхаркивающее, противовоспалительное, дренажное действие;

Уменьшает явления интоксикации и аллергизации организма;

Устраняет проявления дисбиоза кишечника;

Стимулирует кору надпочечников;

Санитует хронические очаги инфекции, способствует профилактике простудных заболеваний;

ПРИ АНЕМИИ*

(Болетус, Шиитаке, Веселка)

Активизирует костномозговое кроветворение;

Улучшает кровоснабжение и регенерацию слизистой желудочно-кишечного тракта;

Уменьшает проявление интоксикации;

восстанавливает витаминный баланс.



Приобрести и заказать препараты можно в «Трибных аптеках»

Санкт-Петербург: (812) 703-06-44, 717-17-11,

Москва: (495) 234-55-41, 510-49-70

Урал: (343) 213-99-61

Круглосуточная горячая линия: 8-800-5555-170

(звонок по России бесплатный)

Эл. почта: office@fungospb.ru

сайт: fungospb.ru

✉ О ГРИБНОМ ОГОНЫКЕ – С БЛАГОДАРНОСТЬЮ

Так как лет мне уже не «шестнадцать», а целых пятьдесят, то суставы, как ни прискорбно, стали беспокоить.

Особенно неприятно – сустав большого пальца на правой руке. Сами знаете – рука рабочая. Нагрузка соответствующая. И на компе работать надо, и картошку чистить, и пуговицу пришить. А больно – до искр в глазах.

Отправилась к врачу. Платному. Из большого списка необходимых мероприятий – иглоукалывание, массаж, парафинотерапия и т.д. В довершение – деклофенак. На этом я и остановилась. Решила, что не смертельно, а 30 тысяч за лечение пальца я как-нибудь применю по-другому. Ну это такой русский подход.

Моя подруга – русская американка. Она лет назад 30 уехала в Америку (во время большого исхода) и там прижилась. Правда, вместо хорошей работы в России – режиссер детского театра кукол – трудится она там менеджером зала в каком-то кафе. Но это ее проблемы. Так вот она пришла в ужас. «Как можно так относиться к своему здоровью? Мы платим огромную страховку, и поэтому обязательно по любому поводу бежим к врачу – надо по полной программе свои деньги вернуть», – удивляется она. Правда, я все-таки узнала, что за страховые деньги она получает только необходимый минимум – тот же диклофенак. А все остальное – за дополнительные деньги. Поэтому они не особенно могут себе позволить отдыхать где-то за границей – накладно. Надо здоровье беречь. Пенсия у них ведь в 67 лет. Что у мужчин, что у женщин.

А мне всего ничего – пять лет до пенсии. Решила на зиму отложить лечение своих суставов.

Все здорово – но палец-то болит. Ни двинуть им, ни шевельнуть, трещит в суставе, щелкает. И мысли грустные появляются. А тут земляника поспела – надо на дачу ехать. Как же не пособирать землянику.

Вот на полянке и осенила меня мысль. Пчелы вокруг летают, опыляют. Не полечится ли мне пчеложалением? Говорят, отличный эффект бывает.

Пчелу поймала легко – салфеткой. И даже приложила именно на больное место. Ужалила больно. Я даже засомневалась – а не оса ли? Вдруг со слепу не пчелу хватанула. Нет, вроде пчела.

На следующий день рука у меня раздулась как бревно – до локтя. Аллергии не было. Наверно, яд такой качественный был. Я радовалась. Целую неделю сходила опухоль. Сустав, надо сказать, затих. Может быть, потому что сама рука побаливала.

А потом опухоль сошла, а сустав как болел, так и остался болеть. Хотя опухлость на пальце прошла – все-таки не зря кусалась пчелой..

Больше я не рискнула.

Мазь «Грибной Огонек» купила в местной аптеке – в Псковской (у меня там дача). Просто понравилось название. Все равно как ГРИБНОЙ ЦВЕТОК. Что-то типа волшебного цветка папоротника. Ну еще и аптекарша расхваливала – что там и экстракт мухомора, и экстракт перца. Два в одном. На все случаи суставных недомоганий. И очень рекомендовала пару тюбиков купить, говорила, что ходовой товар. Разбирают.

Ну а мне зачем два? У меня же только сустав пальца? Поэтому взяла свой крем-мазь и отправилась домой. И забыла.

Вспомнила дня через три, когда совсем разболелся палец.

Щедрым мазком плюхнула на палец – вmassировала от души. И через минут десять подпрыгивала – жжет! И сильно! Помчалась отмывать водой. И после этого – легкое прогревание всего пальца чувствовалось, а стоило капнуть водой – опять жжение.

Тогда я достала инструкцию. А там сказано, что мазь – ОЧЕНЬ действенная. И надо обращаться осторожно. И намазывать пластиковым пестиком. И что жечь будет, если переборщить.

Утром я поняла, что палец у меня болит уже не так остро. И это при том, что мазь-то я смыла водой!

Вечером осторожно и по всем правилам намазала сустав. И так дня три. После этого о боли забыла. Ну не болит у меня палец! Как будто и не болел.

Побежала в аптеку – купить еще тюбик. На экстренный случай. Увы, уже не было. Все раскупили. Значит, не только я оценила эффективность «Грибного Огонька».

Поэтому могу сказать смело – это помогает. Не сомневайтесь.

Тарасова Ирина Петровна, Санкт-Петербург

✉ О ЦЕЛЕБНЫХ СВОЙСТВАХ ВЕСЕЛКИ

Грибы – самые удивительные создания природы, а среди них самое необычное и самое целебное явление – веселка обыкновенная, гриб, о котором мало кто слышал и того меньше – кто его видел.

И если признанным королем грибов по целебным свойствам считается самый знаменитый гриб в мире – шиитаке, то веселка – по праву королевой.

Действительно, это гриб удивительный, вроде легендарного цветка папоротника, который ищут в определенный день на Ивану Купала и в определенный час, чтобы найти с его помощью клад. И веселку ищут примерно в это же время и тоже в определенных часах, и тоже ради клада – только целебного.

Молодой гриб представляет собой яйцевидное белое тело (в народе его называют «чертово яйцо») и его очень трудно обнаружить. Любит этот гриб скорее все-таки хвойные леса, хотя его можно встретить и где угодно. Что удивительно, так это капризность и непредсказуемость этого гриба. Он никогда не растет на одном и том же месте. Один мой

знакомый грибник, который уже не один десяток лет бороздит невельские леса на «тихой охоте», о веселке может только одно сказать – действительно «чертово яйцо», или как еще называют его в этих местах «дьяволов глаз». «Я знаю все самые потаенные места, где обычно растут из года в год или боровики, или подосиновики. Каждую осень иду туда с уверенностью, что наберу ведро даже в самый засушливый год. И никогда не ошибался. Грибница только разрастается. А с веселкой всегда какая-нибудь чертовщина. Однажды набрел на полянку, где их росло штук двадцать. Специально соорудил шалаш, вернулся на ночевку, чтобы не пропустить самую целебную фазу «цветения». Штук пять оставил, не сорвал, на это место навалил самой плодородной земли с мхом, чтобы подкормить споры, заставить их укорениться. На следующий год каждый день бегал на свою «грядку». Все напрасно. Больше ни одна веселка там не появлялась. А гриб как будто взялся дразнить меня – вдруг «чертово яйцо» я увидел у собственного дома и не где-нибудь, а у порога бани. И так вот всегда – то густо, то пусто».

Веселка растет и в Западной Европе, а так как интерес к целебным грибам сейчас неимоверно высок за границей (фунготерапию – науку о целебных грибах – считают эрой новых открытий), то и веселка попала на лабораторный стол. И стала сенсацией!

Я помню рассказ одной знахарки (бабы Насти), что в их деревнях под Опочкой никогда раковых больных не было, а все потому, что было принято такое кушанье – яйцо веселки рубили помельче и заливали сметаной, солили и съедали сырым.

Оказывается, это стопроцентная правда – действительно полисахариды веселки убивают раковые клетки: в мембране клеток они проделывают отверстия и раковая клетка просто умирает.

Веселку мы всегда назначаем раковым больным вместе с шиитаке, шиитаке в основном чистит лимфу и кровь от опухолевых клеток, а веселка непосредственно работает с опухолью. Особенно показана веселка при всех опухолях женских органов и злокачественных, и доброкачественных.

Например, уже через два месяца миомы и фибромиомы сокращаются почти на четверть, рассасываются затвердения в груди. Недавно был интересный случай: пришла женщина специально показать только крохотное пятнышко, которое осталось от большой бородавки – засохла и отвалилась. Знаменитый придворный лекарь Николая II – Бадмаев, лечил веселкой все опухоли, и царице тоже.

Настойка веселки заживляет любые раны, язвы, например язву желудка, трофические язвы. Очень эффективно прикладывать веселку к разного рода раковым язвам, пролежням, хорошо лечит рожу, панариций, кожный рак.

Антонов П.Р., Самара, врач-фунготерапевт

Крем «Боровичок»

Гриб боровик (*boletus edulis*)

Лечебное действие боровика (белого гриба) было известно с древних времен – компрессами, притирками, наложениями свежих и сушеных грибов лечили обморожения, ожоги, гнойные поражения кожи. Было давно замечено, что вещества белого гриба активно восстанавливают кожу, то есть эпидермис.

Научные исследования последних лет это доказали.

Российские ученые обнаружили способность пигмента «меланина» в белых грибах встраиваться в белковую структуру клетки и заставлять ее активнее делиться, регенерировать молодые клетки ткани.

Рассасывает белый гриб и всевозможные коллоидные рубцы, и мелкие остаточные шрамы после зажившей угревой сыпи.

Врачи-дерматологи и косметологи уверяют, что кремы с веществом белого гриба **ОМОЛАЖИВАЮТ** увядающую кожу.

Крем «Боровичок» не имеет аналогов, разработан группой петербургских ученых совместно с Петербургским Химико-Фармакологическим Институтом и предназначен для применения наружно:

1. Для коррекции неровности кожи (остаточные шрамики после угревой сыпи, кератозных пятен и образованиях, рубцах и шрамах после порезов).
2. Для усиления деления молодых клеток эпидермиса.
3. Для витаминного питания кожи (в креме «Боровичок» – рекордное количество натуральных витаминов группы В, витаминов С и Д).
4. Для подавления грибковых патогенных популяций, вызывающих воспаления сальных желез кожи и волосяных луковиц. В структуре веществ гриба боровика присутствуют фунгицидные вещества.
5. Для мощного увлажнения эпидермиса, которое необходимо коже, чтобы бесперебойно получать по «водяному руслу» необходимые микроэлементы и выводить шлаки.
6. Для легкого отбеливания пигментных пятен на коже грибкового происхождения.

ПРИМЕНЕНИЕ: легкими массажными движениями наносить на кожу лица и декольте небольшое количество крема на ночь.

ЧТОБЫ ГРУЗДЬ НЕ ВЫЗВАЛ ГРУСТЬ



С незапамятных времен груздь был одним из компонентов фирменных блюд русской кухни, так как особо богаты эти грибом Урал и Западная Сибирь. Только привозят к нам заветные грибочки почему-то не из России, а из Китая. Так ли уж и богат Китай груздями? Или нам продают вовсе не грузди под заманчивым названием. Это и попытались выяснить специалисты из Центра экспертизы (www.test.org.ua), проведя тестирование пяти образцов грибов.

ПРОВЕРКА НА КАЧЕСТВО

Рынок консервированных грибов просто огромен. Весь сразу не охватить. На этот раз мы решили проверить качество маринованных груздей. В ходе тестирования оценили маркировку и упаковку продукции. В лаборатории проверили грибы по ряду физико-химических показателей. Также провели идентификацию.



Маркировка и упаковка. Начнем с приятного: замечаний к упаковке маринованных груздей не было. Все образцы представлены в стеклянных банках с откручивающейся крышкой. Специфическим замечанием по маркировке груздей оказалось следующее. На этикетке продукции «Пир горой» написано «Грузди черные (шиитаке)». Похожая ситуация у грибов LUTIK: в названии указаны грузди, в составе - шиитаке. Неискушенный потребитель может подумать, что грузди и шиитаке – это просто два названия (синонимы) одного и того же гриба. В действительности это не так: грузди и шиитаке являются абсолютно разными видами грибов. Такая маркировка не допустима, потому что она может ввести в заблуждение потребителей. В связи с этим у обоих образцов оценка по маркировке «плохо».



Идентификация содержимого. Поскольку купленные грузди внешне отличались очень сильно, было решено провести идентификацию содержимого банок. То есть определить, действительно ли в банках находятся грузди, а если не грузди, то что? Подозрения не оказались напрасными: Все 5 банок не содержат груздей вовсе. Вместо этого за названием грузди прячутся съедобные грибы *Pleurotus ostreatus* (вешенка обыкновенная) у марки «Итальяно классик», или же съедобные грибы *Lentinus edodes* (шиитаке) – «Пир горой», TOREDO, VITALAND и LUTIK.

Дегустация. В ГОСТ 28649-90 приведены характерные признаки грибов, в том числе и черных груздей. Грузди должны иметь при этом свойственные груздям вкус и запах, с ароматом пряностей, вкус – слабокислый или кислый.

КОНКУРСАНТЫ И РЕЗУЛЬТАТЫ

<http://www.kachestvo.ru/pischa/eda/chtoby-gruzd-ne-vyzval-grust.html>

ЦЕЛЕБНЫЕ ГРИБЫ В ВЕТЕРИНАРИИ

Почки, выделяя воду и соли, поддерживают разницу осмотического давления между тканями и кровью. Известно, что здоровые почки выводят с мочой вредные и отработанные продукты обмена и тем самым защищают организм от самоотравления.

В зрелом и пожилом возрасте у домашних животных хронические заболевания почек являются распространенной проблемой. Каждая третья кошка старше 12 лет страдает от нарушений в работе почек, а у собак средний возраст постановки диагноза составляет 6,5 лет. При заболеваниях почек снижается способность к концентрации мочи. Появляются первые симптомы неблагополучия почек – усиленное выделение мочи, повышенное потребление воды. В дальнейшем постепенно проявляется и прогрессирует синдром, обусловленный ограниченной способностью почек выделять с мочой определенные вещества, регулировать кислотно-щелочной баланс и выполнять ренальные эндокринные функции. Продукты обмена веществ постепенно накапливаются в крови и, как следствие, развивается интоксикация организма животного, что приводит к различным нарушениям функций его органов и систем. Состояние животного ухудшается, развивается хроническая почечная недостаточность (ХПН). Животное теряет аппетит, появляется апатия, потеря веса. Причина – прогрессирование поражения функционирующих элементов почек, нефронов.

В настоящее время стало возможным существенно замедлить прогрессирование заболевания и улучшить качество жизни животного благодаря применению ЦЕЛЕБНЫХ ГРИБОВ в качестве симптоматической терапии и назначению специальной поддерживающей ветеринарной лечебной диеты Renal.

Основная цель применения фунготерапии при хронической почечной недостаточности заключается в устранении причин данного синдрома, учитывая индивидуальные особенности пациентов, их клиническое состояние и результаты ла-

бораторных исследований. Рекомендуется также ветеринарная диета Renal, которая играет важную роль в поддержании гомеостаза в организме животных страдающих, ХПН.

ФУНГОТЕРАПИЯ:

- ✓ препятствует развитию гиперпаратиреозидизма, усугубляющего течение почечной недостаточности;
- ✓ компоненты целебных грибов помогают противостоять окислительному стрессу и улучшают кровоснабжение тканей;
- ✓ антиоксидантные комплексы грибов уменьшают деградацию клеточной ДНК, усиливают иммунитет и замедляют процессы старения;
- ✓ снижают риск осложнений со стороны желудочно-кишечного тракта (язвенные процессы слизистой оболочки желудка и кишечника), вследствие уремии.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ ФУНГОТЕРАПИИ:

- ✓ при токсическом воздействии на почечную паренхиму (мочевые канальцы) «Дождевик», «Веселка», «Шиитаке»;
- ✓ при воспалительных процессах, вызванных патогенной микрофлорой (вирусы, хламидии, стафилококки, стрептококки, патогенные грибы микроспеты) «Веселка», «Шиитаке», «Кордицепс»;
- ✓ при подострых и хронических иммуновоспалительных процессах с преимущественным поражением клубочкового аппарата почек «Рейши», «Веселка»;
- ✓ в качестве уросептического средства «Дождевик», «Веселка», «Шиитаке», «Золотой ус»;
- ✓ общеукрепляющее, восполняющее дефицит витаминов и минералов «Болетус», «Формика»;
- ✓ при выраженном токсикозе «Агарик», «Кордицепс».

Консультируйтесь у наших ветеринарных врачей-фунготерапевтов! Задайте вопрос ветеринарному врачу-фунготерапевту на нашем форуме.



«ФУНГОШАРИК»

На вопросы о здоровье ваших питомцев
ответит кандидат ветеринарных наук, врач-фунготерапевт

БЕСПЛАТНЫЕ
КОНСУЛЬТАЦИИ
ПО ВЕТЕРИНАРИИ

- По электронной почте: sharik@fungospb.ru
- На форуме: www.fungospb.ru
- По телефону горячей линии: (812) 703-06-44, 973-57-50 пн., вт., ср., чт., пт. с 10 до 18.00
- Почтовый адрес: 197022, г. Санкт-Петербург, а/я 720.
«ЦЕНТР ФУНГОТЕРАПИИ ИРИНЫ ФИЛИППОВОЙ»

38-я межрегиональная специализированная **ВЫСТАВКА-ЯРМАРКА**

Красота Здоровье Молодость

1-6 ноября

11:00–19:00
(6 ноября до 17:00)
вход свободный

- * натуральные косметические препараты
- * товары и услуги для укрепления здоровья
- * экспресс-диагностика * ортопедические изделия
- * продукты здорового питания * изделия из натуральных материалов * товары для здоровья детей



Санкт-Петербург, **КВЦ «ЕВРАЗИЯ»**

ул. Кантемировская, 26 напротив ст. м. «ЛЕСНАЯ» (внутри квартала)

☎ (812) 596-38-64, 324-64-16 ✉ krasota@sivel.spb.ru 🌐 www.krazdom.ru; www.sivel.spb.ru

УВАЖАЕМЫЕ КОЛЛЕГИ!

«Центр Фунготерапии Ирины Филипповой» приглашает принять участие в семинаре для практикующих врачей и любителей натуральной медицины.

7-8 декабря 2017 года г. Санкт-Петербург

ФУНГОТЕРАПИЯ. ОПЫТ И ПРАКТИКА.

ОРГАНИЗАТОРЫ: «Центр фунготерапии Ирины Филипповой», НПО «Биолюкс»

Обучение проводят опытные врачи-фунготерапевты, ведущие специалисты и руководитель Центра фунготерапии Филиппова Ирина Александровна.



Открытие семинара состоится 7 декабря 2017 года в 11.00 в конференц-зале, по адресу:

г. Санкт-Петербург, Дачный пр., дом 2, корпус 2, «ГРИБНАЯ АПТЕКА», телефон (812) 377-26-86

ст. метро «Проспект Ветеранов» / «Ленинский проспект».

Об участии в семинаре просим заблаговременно сообщить ОРГКОМИТЕТУ.

Пожалуйста, пришлите заявку:

• **по почте:** 197022, г. Санкт-Петербург, а/я 720, Центр фунготерапии Ирины Филипповой

• **E-mail:** office@fungospb.ru или **по факсу:** (812) 703-06-44

Просим сообщить, нужна ли гостиница (дата, категория номера).

Стоимость участия в семинаре с выдачей сертификата - 7000 рублей.

Все участники обеспечиваются необходимой справочной и учебной литературой. После обучения гарантируется информационная поддержка. Предоставляем скидку на приобретение любых грибных препаратов.

ШКОЛА ФУНГОТЕРАПИИ приглашает на дистанционное обучение

ЧТО ТАКОЕ ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ?

Дистанционное обучение (ДО) представляет собой современный и вместе с тем легко доступный продукт. Система дистанционного обучения позволяет приобрести необходимые навыки и иные знания не выходя из дома или офиса. ДО — очень гибкая система, она позволяет выбирать удобное время занятий.

После обучения слушатели получают диплом установленного образца.

НАСКОЛЬКО ЭФФЕКТИВНО ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ?

При ДО учитываются все временные и территориальные ограничения, с которыми сталкиваются лекторы и слушатели. Обучение проводится с использованием нескольких средств общения одновременно:

- Образовательная литература (книги и методические пособия).
- Обучающие диски с записью семинаров.
- On-line консультация по электронной почте или в Skype.

По каждому пройденному разделу проводится тестирование, по результатам каждого и выдается сертификат.

СКОЛЬКО СТОИТ ДО?

Стоимость комплекта дистанционного обучения 4900 руб, он включает в себя успешный опыт 8-летней работы Школы Фунготерапии!

Дополнительная информация по телефону в СПб (812) 703-06-44 или по электронной почте: office@fungospb.ru

www.fungospb.ru





Центр фунготерапии Ирины Филипповой

На правах рекламы

Наши представители

ПРИГЛАШАЕМ ПОСЕТИТЬ НАШИ АПТЕКИ

Магазины «ГРИБНАЯ АПТЕКА» в Санкт-Петербурге

- (м. Чернышевская) ул. Чайковского, д. 51 (812) 273-20-43
- (м. Звездная) ул. Ленсовета, д. 88 (812) 368-98-04
- (м. Пл. А. Невского) Невский пр., д. 180 (812) 717-17-11
- (м. Владимирская) ул. Колокольная, д. 8 (812) 334-98-91,
575-57-97
- (м. Пр. Ветеранов) Дачный пр., д. 2, к. 2 (812) 377-26-86,
973-57-40
- (м. Пр. Просвещения) пр. Энгельса, д. 132/1 (812) 715-47-26

Единая справочная: (812) 703-06-44
www.fungospb.ru

Магазины «ГРИБНАЯ АПТЕКА» в Москве

- (м. Смоленская), ул. Плющиха, д. 16, к. 1 (499) 248-28-83
- (м. Полежаевская), Хорошевское шоссе, д. 68, к. 5 (495) 940-20-13
- (м. Дмитровская), ул. Бутырская, д. 67 (495) 77-620-88
- (м. Комсомольская), Комсомольская площадь, д. 2,
(в ТЦ Казанский, 2-й этаж) (985) 293-99-75
- (м. Нагатинская), Варшавское шоссе, д. 26,
(в ТЦ «FOR YOU», 1-й этаж) (916) 970-07-16
- (м. ВДНХ), Проспект Мира, влад. 119, территория ВВЦ,
пав. № 5 (919) 109-01-97

Грибную продукцию можно приобрести в аптеках Москвы и Московской области. Адреса аптек спрашивайте по тел. (495) 77-620-88

www.fungomoscow.ru

ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН

Наше ЗДОРОВЬЕ -
ПРОФИЛАКТИКА И ВОССТАНОВЛЕНИЕ

www.fungo.ru



А П Т Е К А
Г Р И Б Н А Я А П Т Е К А

Доставка по всей России:

- Биологически активные добавки
- Лечебные кремы и лосьоны-бальзамы
- Фунгосвечи
- Сборы трав
- Уход за кожей лица
- Уход за телом
- Функциональное питание
- Книги о лекарственных грибах
- Газета «Грибная аптека»

АПТЕКА + ГРИБНАЯ АПТЕКА
(495) 77-620-88



Россия:

- г. Белгород (4722) 53-88-55
- г. Владивосток 8-914-790-75-09
- г. Волгоград 8-927-519-15-09, 8-988-492-79-47
- г. Выборг (813) 782-80-44
- г. Владимир 8 (4922) 21-88-90
- г. Екатеринбург (343) 213-99-61
- г. Ейск 8-918-63-64-417
- г. Изобильный (86545) 225-39, 8-962-405-57-15
- г. Казань 8 (905) 182-32-52
- г. Краснодар 8-918-103-28-71
- г. Красноярск (3912) 299-82-82, 255-66-06
- Крым +7-978-838-49-84
- г. Москва (495) 77-620-88, 940-20-13
- г. Мурманск (8152) 43-40-36, 52-10-36
- г. Нижний Тагил (3435) 43-17-13
- г. Нижневартовск (3466) 58-68-22, 41-45-40
- г. Омск (3812) 53-06-49, 28-73-36, 49-38-78
- г. Пермь (342) 271-29-86
- г. Самара (846) 242-76-44, 242-76-64
- г. Снежинск (35146) 235-35
- г. Тольятти (8482) 20-31-00, 40-33-84
- г. Тюмень (3452) 788-977
- г. Ухта (82147) 643-50
- г. Хабаровск 8-914-151-50-73
- г. Холмск (42433) 5-09-78
- г. Челябинск (908) 071-36-36
- г. Череповец (8202) 22-26-92, 8-921-145-99-93
- г. Чита (3022) 35-93-66
- г. Югорск (34675) 7-34-75



Украина:

- г. Киев (044) 331-51-80, (050) 164-85-86



Беларусь:

- г. Минск +375-29-619-47-19
- г. Гродно +375-33-654-67-51, 8-015-14-33-2-41
- г. Минск, 345-40-07
- г. Минск, 380-02-18
- г. Витебск, 29-815-75-10
- г. Витебск, 53-19-18
- г. Орша 033 3024529, 44 4986716
- г. Полоцк 8 (0214) 42-11-11, +375 29 649 16 67



Эстония:

- г. Нарва (37235) 482-49, 55-916-627



Казахстан:

- г. Алма-Ата +7 727-327-18-27, +7 777-345-67-89



Фарммедсервис. Аптеки «Удачные»

Приобретайте продукцию из целебных грибов
в сети аптек «УДАЧНЫЕ» в г. Санкт-Петербурге.

Телефон для справок **(812) 448-03-03**

ЛИСИЧКИ В СМЕТАНЕ

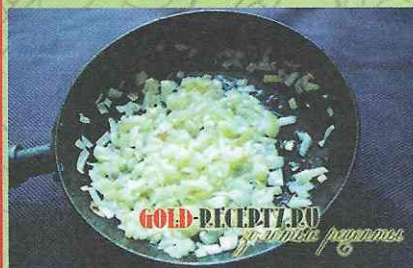
Мы хотим поделиться прекрасным рецептом приготовления жареных лисичек со сметаной. Когда попробуете лисички, можете готовить по этому рецепту любые грибы, какие заблагорассудится. Не только лесные, но и те, которые выращиваются в хозяйствах.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

800 г свежих лисичек; 2 репчатых луковицы; масло для жарки; соль; 200 г сметаны.



В первую очередь грибы замочите часа на полтора-два в холодной воде. На лисичках часто присутствует лесной мусор и всегда песок. Грибы эти никогда не бывают червивые, хоть тут плюс, не нужно перебирать. Но вот от песка придётся избавляться с особым пристрастием. Когда грибочки отмокнут, с них проще будет счистить лесной мусор. А вот песок придётся промывать под струёй холодной воды. Если этого не сделать, песок будет скрипеть на зубах, омрачая удовольствие от трапезы.



Лук очистите от шелухи и нарежьте либо тонкими полукольцами, либо мелкими кубиками. На сковороде разогрейте 3 столовых ложки растительного масла и добавьте столовую ложку сливочного. Если готовить грибочки на смеси растительного и сливочного масла, вкус получается ещё более необыкновенным. Лук выкладывайте в разогретое масло и начинайте жарить на медленном огне, помешивая.



Грибочки нарежьте ломтиками нужного размера. Если вам удалось насобирать мелких лисичек, можете их вообще не резать, а пожарить целиком. Время



приготовления увеличится минут на 10. Выложите грибочки на сковороду к луку, когда он станет прозрачным.

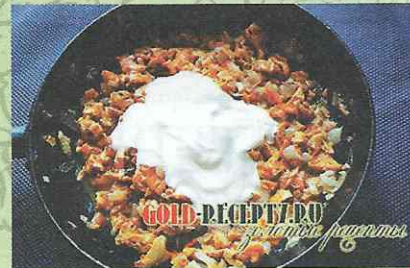
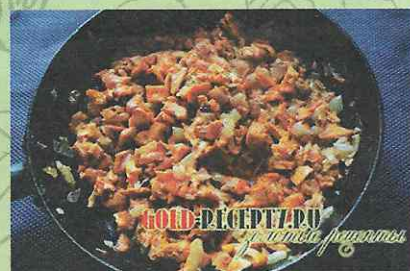
Жарьте под крышкой, пока не выкипит вся жидкость. Огонь сильный не делайте, пусть грибочки тушатся на медленном огне.

Грибы время от времени перемешивайте. Когда жидкость выкипит, грибы посолите и перемешайте.

Добавьте сметану, перемешайте, тушите ещё пять минут, только уже без крышки.

Подавайте к столу с отварной картошкой, зеленью, свежим салатом. Можно пожарить грибочки со сметаной даже если они не свежие, а замороженные. Замороженные грибы перед жаркой не нужно размораживать. Просто положите их к обжаренному луку, накройте крышкой и перемешивайте. Грибы разморозятся на сковороде. А в общем, процесс приготовления не особо отличается.

Приятного Вам аппетита!



19320

Подписной индекс газеты «Грибная аптека» по каталогу «РОСПЕЧАТЬ» (с любого месяца)



Уважаемые читатели! Обсудить материал газеты, высказать свое мнение, задать вопросы вы можете по тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungospb.ru, www.fungospb.ru. Адрес для писем: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр., 180/2, литер А, пом. 9Н, 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 08.06.2006 г. 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., 180/2, литер А, пом. 9Н. Тел: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungospb.ru. Главный редактор И. Коротков. Тираж 100 000 экз. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, СПб, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, лит. А, пом. 44. Заказ № 5884 от 20.09.2017 г.