Собирайся, народ, на грибной хоровод!

На заметку. Наступила долгожданная пора сбора грибов, ягод и заготовки лекарственных трав



Сушить можно и подосиновики



Опята – последние грибы сезона



Белый гриб – царь грибов



Мухомор может быть не только лечебным, но и съедобным

СВЕТЛАНА **СЛАВИНА**

В хороший год летний лес всю зиму кормит, говорят старожилы. И правда, душистые лесные дары: малина, вишня, клубника, земляника, грибы и травы – не только питают наши кулинарные фантазии и радуют необыкновенным вкусом, но и наполняют нас тёплыми воспоминаниями и заряжают солнечной энергией. Но если ягодам и травам отведена недолгая лесная жизнь, то грибы мы собираем почти до заморозков.

Защищаемся правильно!

Существуют определённые правила, которых желательно придерживаться, собираясь в лес. В первую очередь думаем о безопасности. А именно: одеваемся соответствующим образом. Никаких маечек и шортиков в лесу. Надеваем брюки, заправляем штанины в носки, кофты или рубашки с рукавами, головной убор обязательно.

Обязательно обрабатываем себя средствами от клещей и комаров. И если от комаров защищаемся прямо перед выходом в лес, то с клещами это не пройдёт. Как говорят знатоки, гораздо эффективнее будет такой порядок. За сутки перед поездкой в лес, равномерно обрабатываем одежду противоклещевым препаратом до небольшого увлажнения (я делаю это на балконе). Затем складываем её в пакет и заворачиваем, чтобы препарат не выветривался. Возьмите за правило – в обработанную одежду переодеваться в лесу. После сбора грибов снимаем верх и низ и вновь упаковываем, и тогда в течение недели можно спокойно пользоваться этой одеждой без дополнительной обработки. Главное – тщательно упаковать. Тогда вы исключите возможность принести клеща домой или поселить его в своём автомобиле. Не забывайте, выходя из леса, обязательно осматривать друг друга на предмет клещей. Такой подход может спасти ваше здоровье и жизнь.

Собираясь в лес, полностью зарядите телефон и пополните запас воды. Если у вас есть хронические заболевания, то положите лекарства. Не надейтесь на авось. Если идёте в лес один, предупредите знакомых или близких, в какую сторону направляетесь.

Если вы не знаете грибы, или сомневаетесь, то сначала их идентифицируйте. В этом вам помогут опытные грибники или специализированные группы в интернете. Будьте благоразумны! С грибами шутки недопустимы.

В лесу вы можете встретить дикое животное кабана, волка или даже медведя. Неплохо иметь с собой на этот случай баллон «Анти-зверь», с помощью которого вы сможете создать между собой и животным непреодолимый барьер: запах вытяжки жгучего перца или отпугивающих экстрактов очень силён. А можно приобрести фальшфейер, это бумажная гильза, наполненная пиротехническим составом, горящим ровным ярким пламенем. Хорошая штука!

Ну и, конечно, не оставляйте после себя мусор в лесу. Соберите всё, что вы с собой привезли: упаковку от еды, бутылки, стекло. Соберите и выбросьте в городе, в мусорный контейнер. Сохраните свой родной край для себя, детей и внуков. И полных вам лукошек в этом сезоне!

Ёмкость – это важно

Самый популярный специалист по грибам в России – миколог Михаил Вишневский – кандидат биологических наук, член экспертного совета международной ассоциации специалистов по химико-токсикологическому и судебно-химическому анализу, утверждает, что идеальная ёмкость для сбора грибов – плетёная из прутьев корзина или короб из сосновой дранки: они твёрдые и в них есть отверстия, соответственно грибы дышат. На втором месте – пластиковое ведро: там грибы уже не вентилируются, но, по крайней мере, не ломаются. И самое ужасное, наконец – полиэтиленовый пакет, мягкий, не вентилируемый: в нём всё мнётся, и если вы собираете хрупкие грибы, например, сыроежки, поплавки или зонтики, домой принесёте труху. А если ещё и завязать пакет – пиши пропало: грибы пытаются продолжать жить, они развиваются, по-прежнему к своим трубочкам или пластинкам накачивают питательные вещества, теряют воду, саморазогреваются и создаются условия для развития плесени. Соответственно, и в холодильнике выкладывайте их в какой-нибудь пластиковый контейнер без крышки, прикрытый, например, бумажной салфеткой. Тогда они до суток будут чувствовать себя в холодильнике вполне хорошо.

По словам миколога, белый гриб после сбора вполне может до утра пролежать в холодильнике. А лисичка, если она не моя – то есть собирали её не в дождь – может пролежать и десять. Она плотная и твёрдая: по сути своей она трутовик, хотя и растёт на почве.

Если вы хотите заморозить небольшое количество грибов, то мыть их не надо, просто протрите перед заморозкой влажной тряпочкой (хорошо зарекомендовала себя марля). Тогда они сохранят большую часть вкуса и запаха. Но есть исключения: лисички. Они вообще горчат, а после заморозки горечь только усиливается, и чтобы этого избежать, их обязательно перед заморозкой нужно отварить. Остальные грибы отваривать не надо. Разве что у вас очень большое количество грибов – тогда их варят, чтобы уменьшился объём и ими можно было набить плоские пакеты или контейнеры. Но это просто ради экономии места в холодильнике.

А вот что касается сушки грибов, то делать это предпочтительнее всего на солнце, если погода позволяет, – говорит Михаил Владимирович. – Сейчас продаются многоэтажные электрические сушилки для грибов, ягод, фруктов – они стоят недорого, ими лучше всего и пользоваться. Можно ещё сушить грибы в духовке несколько часов при температуре 40-60 градусов, но это один из худших способов. Кстати, многие не догадываются, что сушить можно не только белые или подберёзовики, но и многие другие грибы – и дождевики, и зонтики, и лисички. Знаете, кстати, почему белые грибы называют белыми? Потому что в сушке мякоть у них остаётся белого цвета, они не теряют окраску. А вот подосиновики и подберёзовики в сушке становятся чёрными. Их в старину так и называли – «чёрные грибы». У них, конечно, и в супе аромат послабее, и по вкусу они несколько уступают белым, но если их пожарить или потушить в сметане…

У людей часто возникает вопрос: можно ли на дачном участке вырастить плантации благородных грибов? Но это специалист отвечает:

– Как правило, лесные грибы можно разводить искусственно только вместе с лесом. Так поступают французы: берут годовалые саженцы дубов, заражают их корни грибницей трюфелей и высаживают. И примерно через 10 лет наступает плодоношение… Всё дело в том, что подавляющее большинство лесных грибов образуют симбиоз с деревьями, так называемую микоризу, от греческих слов «микос» – гриб и «ризос» – корень. Белым, подберёзовикам, лисичкам, рыжикам жизненно нужны здоровые сосны, берёзы, ели, дубы и так далее. Они, по сути, физически к ним привязаны. А вот, например, рядовки, лесные и полевые шампиньоны микоризу не образуют – поэтому последние и разводят на продажу в огромных количествах. А опята и вешенки – это грибы-паразиты, им нужна только древесина, чтобы расти – и благодаря этому опять-таки люди научились их выращивать.



Морозить грибы надо правильно



Сушёные лисички зимой – настоящий деликатес



Развести в огороде грибы весьма проблематично



Самый опасный гриб – бледная поганка



Грибнику неплохо бы иметь такой баллончик

Когда вы приходите в большие сетевые магазины и видите там пакеты с «грибницей», которую можно разбросать на участке и ждать появления грибов, будьте на сто процентов уверены – это развод. Никогда ничего похожего из того, что нарисовано на этих пакетах, у вас не вырастет. Можно, конечно, на дачном участке поставить многолетний эксперимент – из года в год выбрасывать под ёлочки очистки рыжиков, белых или подосиновиков. Бывает, что и срабатывает: споры проникают в почву, образуются грибница и микориза, грибы вырастают. Но гарантии никакой.

Мухомор съедобный?

Сразу оговорюсь: есть мухоморы мы не рекомендуем, но любопытными фактами поделимся. Красный мухомор в России единодушно считают ядовитым, однако Вишневский утверждает: чтобы умереть, человеку надо съесть за один приём …10-15 килограммов мухоморов!

– А смертельная доза соли для человека – пять килограммов, то есть солью убить гораздо проще, – уверен миколог. – Если вы два раза подряд по 15 минут отварите красные мухоморы в кипятке и оба раза сольёте отвар, то можете смело готовить его как съедобный гриб – жарить, тушить, варить суп… И никакого пресловутого наркотического, галлюциногенного эффекта вы не почувствуете. Хотя от свежих мухоморов галлюцинации действительно бывают. Вообще один-единственный случай смертельного отравления этим грибом, зафиксированный за всю историю медицинских наблюдений, произошёл в 1894 году в штате Филадельфия: четырёхлетняя девочка убежала в лес и объелась красными мухоморами. Медицинская помощь была ей оказана только спустя сутки, и она умерла. На детей ядовитые грибы оказывают гораздо более сильное действие…



А можно приобрести фальшфейер



В то же время красный мухомор – самый лекарственный гриб из всех, растущих в наших лесах. Есть порядка двухсот заболеваний, при которых он в той или иной степени проявляет активность – начиная от рака и туберкулеза и заканчивая облысением и заболеваниями суставов. Алкалоиды и антибиотики, содержащиеся в красном мухоморе, очень мощные – не зря его в лекарственных целях едят животные.

Но при этом среди мухоморов есть и всемирно признанные деликатесы, например, цезарский гриб, который итальянцы считают не менее ценным, чем трюфель. Он, правда, любит тёплые края – но и в наших лесах есть очень вкусный мухомор красноющий, или серо-розовый. Он мало того, что съедобен, но даже не требует предварительного отваривания. Если его пожарить, он приобретает вкус, напоминающий курицу с примесью жареного фундука. Он действительно серо-розового цвета, но главный отличительный признак: если его разрезать, мякоть быстро начнет краснеть.

А вот самый смертоносный в наших лесах гриб – это бледная поганка: её можно отваривать часами, и всё равно в ней сохранятся все яды; четверти шляпки хватит, чтобы убить человека. Всем, кто увидел в лесу гриб с клубнем у основания, кольцом на ножке, белыми пластинками и зеленоватой или оливковой шляпкой, лучше держаться от него подальше.