Мрачный космополит или настоящее сокровище?

Сезон. Кыштымские грибники собирают в окрестных лесах редкие для нашего региона чёрные лисички

СВЕТЛАНА **СЛАВИНА**

Этот достаточно редкий гриб произрастает во влажной почве лиственных и хвойных лесов умеренного климатического пояса. Он наравне с трюфелем считается деликатесом во Франции, Германии, Великобритании, Японии. В России замечен в европейской части, в южной части Сибири, на Дальнем Востоке, а вот на Урале гость редкий.



Мал чернолис, да дорог

Чёрную лисичку, или вороночник рожковидный, нечасто можно увидеть в России, но любая встреча грибников с ней вызывает восторг и удивление. Она похожа на привычную жёлтую лисичку, но только в «зрелом возрасте». Только чёрная не такая плотная, её «лепестки» очень похожи на цветы петуньи. Молодые же чёрные лисички более напоминают маленькие ворОнки, отсюда и название «вороночник». От уровня влажности и температуры воздуха зависит и цвет редкого гриба: верхняя часть – от коричневого до иссиня-чёрного, нижняя часть – от серого до чёрного.

Гриб съедобен. Об этом единогласно говорят специалисты в области микологии и диетологии. Вкусовые качества чёрной ничем не уступают жёлтой лисичке. Однако в рейтинге ароматности побеждает чёрная – исследования показали, что в её аромате 30 компонентов летучих соединений, в числе которых не только те, что отвечают за грибной аромат, но и отвечающие за аромат цитруса, миндаля, фейхоа, абрикоса, сливы, зелёного яблока, также присутствуют хвойные, медовые и розовые нотки. По составу же чёрная лисичка отличается от обыкновенной только повышенным содержанием мела-



нина. В остальном этот гриб богат белком, фосфором, кальцием и калием. Благодаря своему составу чёрные «лисята» оказывают благоприятное воздействие на организм, поддерживая иммунитет и общее состояние здоровья.

За рубежом этот гриб семейства лисичковых, как уже сказано, считается деликатесом. Дело в изысканном аромате и нежной мякоти, а также в том, что эти маленькие тёмные грибы сложно найти. На российском рынке цена за 35-50 грамм сушёных чёрных лисичек составляет около полутора тысяч рублей. Из открытых источников известно, что цена в Европе достигает 200 евро (примерно 18,5 тысячи рублей за кг). В России частники продают грибы по объявлениям – по цене 18 тысяч рублей за килограмм.

Режу грибы ножницами

Сбор и повреждение чёрной лисички запрещены в Карелии и Архангельской области – гриб занесён в местные Красные книги. Однако Урал такие запреты не вводил, поэтому можно смело отправляться на тихую охоту, чтобы найти этот редкий гриб, плодовые тела которого, кстати, появляются один раз в два года и всегда в сентябре.



Встретить чёрную лисичку можно где угодно. Встретить, не обратить внимания и пройти мимо, приняв за разновидность поганок. Из-за того, что гриб не слишком известен, он неприметен и в глаза не бросается.

Растёт большими скученными группами на почве, почти всегда среди мхов, в лиственных и смешанных лесах, предпочитая влажные низины. Его тёмно-серые или почти чёрные плодовые тела часто сливаются по цвету с потемневшей прошлогодней листвой. Обычно его высота не более 10 сантиметров, а диаметр шляпки от трёх до пяти сантиметров. Плодовое тело – самая настоящая воронка, углубление на шляпке переходит в полость ножки. Края у шляпки загнуты, а у взрослых грибов порваны на лоскутки.

На ощупь шляпка бархатистая, похожа то ли на траву, то ли на капусту, потому что пустая и лёгкая, легко крошится. Собирать надо аккуратно (лично я срезаю ножницами. *– Авт.)*.

В вороночнике, как, впрочем, и во всех лисичках, очень редко заводятся черви. Это объясняется тем, что в них присутствует особое вещество – хиноманноз, которое придаёт грибу глистогонные средства.

Ответственный за грибной запах 1-октен-3-ол (октенол, также известный как грибной спирт) токсичен для грибных комаров и слизней. Действительно, червивыми и объеденные слизнями чёрные лисички не бывают. Летучее соединение заранее предупреждает, что гриб лучше не есть, а кто не понял, для тех в составе имеется D-манноза, полисахарид, блокирующий нервную систему насекомых.

Ешьте на здоровье!

Повторюсь, гриб считается съедобным. И пусть вас не пугает, что при варке образуется отвар зловеще чёрного цвета, словно нефть. Его лучше слить, и потом жарить проваренную лисичку на сковородке, как и обычные грибы (я всегда добавляю сливочное масло, вкус тогда кажется наполненнее и острее. *– Авт.)*.

Некоторые считают, что лучшим способом заготовки считается сушка (в сушилке они сушатся от силы два часа. *– Авт.)*, а затем измельчение в порошок. Позже можно использовать его как грибную приправу для различных блюд. Замечено, кстати, что при термической обработке аромат гриба усиливается.

Свежие чёрные лисички можно хранить в холодильнике в бумажном пакете – так они не «запотеют» и сохранят свежесть на несколько дней. Если хочется запастись грибами на зиму, лучший способ – сушка или заморозка.

Варить чёрные лисички перед приготовлением не нужно – так они потеряют вкус и текстуру. Замачивать тоже не стоит. Рекомендуют просто очистить грибы от лесного мусора и быстро ополоснуть водой, чтобы они не успели впитать лишнюю влагу (лично я этого не делаю, просто очищаю от травинок и листиков, никакого песка и земли при поедании не ощущала. *– Авт.)*. Кстати, чёрные лисички не режут (обрезают только их жестковатый хвостик-ножку), потому что они очень сильно и так уменьшаются в размере при готовке. Далее – на сухую сковороду и жарить! Можно по вкусу добавить зелень, обжаренный лук, чеснок. 20-30 минут, и готово прекрасное блюдо.



Стоит попробовать

Куриное филе с чёрными лисичками

Филе куриное – 2 шт.
Грибы (черные лисички) – 150 г
Лук репчатый (небольшая или половинка большой луковицы) – 1 шт.
Сметана (можно заменить натуральным йогуртом) – 100 г
Соль (по вкусу)
Перец чёрный (по вкусу)
Сыр твёрдый – 100 г
Зелень любую (на свой вкус) – 1/4 пучок
На растительном масле обжариваем промытые и порезанные вдоль на две части чёрные лисички.
Куриное филе промываем, солим, перчим и обжариваем на раскалённом растительном масле по 2-3 минуты с каждой стороны, только чтобы наружный слой мяса прихватился, и оно не было сухим.
Далее на каждый кусочек филе кладём по половине обжаренных грибочков, поливаем это всё сметаной или йогуртом, по необходимости присаливаем и посыпаем тёртым сыром и зеленью.
Все это накрываем крышкой и доводим до готовности на медленном огне минут пять, пока не расплавится сыр. Как будет готово, выкладываем на тарелки и подаём на стол, пока горячее. Филе при такой быстрой обжарке получается сочное и нежное.

Чёрные лисички в шоколадном соусе

Уникальный рецепт, пришедший из европейской кухни, сейчас набирает популярность. Грибы тушат с небольшим количеством тёмного шоколада, что создает удивительный контраст между землистым вкусом грибов и сладковато-горьким шоколадом.

Суп-пюре из черных лисичек с трюфельным маслом

После удаления ножек шляпки отваривают с луком-пореем и сливками, затем взбивают в пюре и добавляют каплю трюфельного масла.

Чёрные лисички в тесте фило с сыром рокфор

Шляпки грибов заворачивают в тонкое тесто фило с крошкой из сыра рокфор и запекают до золотистой корочки.

СОБИРАЯСЬ В ЛЕС:

Возьмите с собой:

- Заряженный мобильный телефон
- Компас, или навигатор
- Спички, или зажигалку
- Свисток
- Питьевую воду
- Сообщите родственникам или соседям, куда именно вы идете и когда планируете вернуться
- Немного еды
- Наденьте что-нибудь яркое
- Лекарства, которые принимаете
- Заранее изучите местность и прогноз погоды

ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ: 112
не откладывая звоните в службу спасения по телефону

Где я?..

ЕСЛИ ЗАБЛУДИЛСЯ В ЛЕСУ

1 ШАГ
ОСТАВАЙТЕСЬ НА МЕСТЕ!
Сообщите оператору экстренной службы:
- район или населенный пункт, где находится лес;
- с какой стороны, как давно заходили в лес, в каком направлении двигались;
- опишите окружающую местность: речки или ручьи, линии электропередач, поваленные деревья и другое.

2 ШАГ
БЕРЕГИТЕ ЗАРЯД ТЕЛЕФОНА!
При проведении поисков спасатели будут делать вам контрольные дозвоны и уточнять необходимую информацию.
Если заблудился ваш друг или родственник – не занимайте телефон заблудившегося для экономии заряда батареи.

3 ШАГ
НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ!
Вас обязательно найдут, если вы смогли дозвониться до экстренных служб и дать им ориентиры для поиска.
Если слышите чей-то голос, отзывайтесь и кричите в ответ.

