



Вестник **фунготерапии**  
№ 04(04) 2005г.

**АПТЕКА**

И снова **"Ямакиро"**.  
«Похудела на **«Ямакиро»** на 10 кг за 2 месяца. Сама себе нравлюсь! Подруги завидуют... За это время рассосался жировик на бедре, который у меня был не меньше 5 лет».

Анжеева М., Саратов

**СПИД?** "...Есть не только надежда, а уже и уверенность!"

«У меня в семье случилось несчастье: умер в 24 года сын. От СПИДа. Где подхватил, не знаю. И заразил жену, ей 20 лет. У меня сердце кровью обливается: ведь она еще совсем ребенок. Видя свой анализ крови, иллюзий не питает, да и мы уже знаем, как развивается эта болезнь. Без всякой надежды стала она принимать грибной курс, как за соломинку схватилась. И какая же радость у нас была, когда очередной анализ крови показал резкое улучшение! Теперь у нас есть не только надежда, а уже и уверенность, что все будет хорошо».

М.П., С-Пб

● **Фунготерапия** открывает свои секреты: **гриб ВЕСЁЛКА обыкновенная.**



● **Очевидное-невероятное** грибного царства **Африканская** грибная охота.

● Нам пишут...

● **Грибы не только лечат - они излечивают!**

**Король-лекарь.**

Прочитав вашу книгу **"Король лекарственных грибов. Шиитакэ завоевывает мир."**, я приобрела препарат из гриба шиитакэ у вас в Центре Фунготерапии и пропила его четыре месяца от доброкачественной опухоли в груди (фиброаденома). Только что сделала УЗИ и выяснила, что она уменьшилась на два миллиметра. Сейчас её размеры 11 x 10 x 12 мм. Мой возраст - 50 лет.

**Грибная харчевня**  
(Гриб - ЗОНТИК).

Сиворцова Наталья Ивановна



Дождики, солнышко - что еще грибам надо? Самая грибная пора началась: лисички оранжевые мордочки из травы показывают, крепенькие подберезовики шляпки греют на взгорочках. Да что там подберезовики! Веселка - самый редкий гриб из всех российских грибов - пошла в полный рост. И вот с этой самой веселкой у нас действительно уникальный случай произошел: она выросла прямо рядом с крыльцом на лужайке у нашей московской «Грибной Аптеки» (это почти в центре Москвы!) и именно в тот день, когда там принимала пациентов сама **Ирина Александровна Филиппова**.



Охранник глазам своим не поверил, всех созвал и с величайшим почтением вручил сорванный гриб Ирине Александровне со словами: «На Урале была Хозяйка Медной горы, а Вы у нас, без сомнения, Хозяйка Грибного Царства: грибы сами льнут. Сколько в Москве живу, такого чуда не видел». Вот и не верь после этого в Божий промысел.

Грибы действительно аптека Господа Бога и, причем, самая эффективная из всех природных средств. Мало мы еще знаем, много еще тайн кроется на грибных опушках. Но уже радует тот факт, что российская фунготерапия развивается семимильными шагами, поддерживаемая клиническими испытаниями в виднейших и авторитетнейших НИИ России, рандомизированными исследованиями в онкодиспансерах.

Все письма, которые мы приводим, - реальные. Все излечения реальные. И метастазы уходят, и сахар в крови нормализуется, и давление понижается, и онкомаркеры в норму приходят. Ни в коем случае мы не утверждаем, что это панацея от всех болезней, но то, что грибы лечат, - это несомненно. Здоровья вам!

Гл. Редактор Татьяна Фагина



## Грибы не только лежат - ОНИ ИЗЛЕЧИВАЮТ.

### Жизнь без власти **ДИАБЕТА.**

✉ «За два месяца приема шиитаке и веселки сахар в крови снизился с 9 единиц до 6. Держится стабильно уже третий месяц».



Тельярева О.Л., г.Тюль

✉ «Уже через месяц приема препаратов из веселки и шиитаке количество вводимого инсулина снизила в два раза!»

Засильева Е.И., г.Иркутск.

### ✉ Мужчинам в помощь.

«Диагноз - оперированный рак простаты. Весной резко поднялась ПСА - 79, через месяц приема противоопухолевого грибного курса - 21. Снижение почти в 4 раза! Даже не верится... Чего мы только не пили, а такого результата никогда не было!»

Туранбаев П., Казахстан, г.Астана

### Ода фунготерапии

#### Ирина Александровна!

С любовью передаю вам скротацию статьи  
Тисап, превозмогая боль, как кровью,  
И вечности на грани, на краю...

Я по натуре пессимист конечно  
И выбираю худшее из двух.

Но Вам я благодарен бесконечно,

Что вновь во тне зажегли погасший дух

Я знаю, метастазы как собаки,

С цепи сорвавшись, встретились в бой.

Но я держусь, глотая шиитаке,

И верю в жизнь, и отстраняю боль.

Ирина Александровна! Быть может,

Когда-нибудь найдет ценный тукс

От рака панацею и позожит

Конец страданиям миллионов душ...

Дух Божий не подвержен энтропии...

Дай, Господи, на сей стезе крутой,

Чтоб наша с Вами фунготерапия

Как раз и стала панацеей той!

Игорь Кузьмич Блинчиков.

### ✉ Теперь и весна - радость.

«Принимала три месяца рейши для профилактики сердечной болезни (тахикардия). И была безмерно удивлена, когда поняла что в этом году у меня нет поллиноза. Вовсю одуванчики цвели а у меня все в порядке. Раньше же я в это время ходила с распухшими глазами и мокрым носом».

Бережнова О., г.Москва



# Весёлка - Королева грибного царства

(Phallus impudicus)



Грибы - самые удивительные создания природы, а среди них самое необычное и самое целебное явление - **весёлка 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 Ивана Купалу и в определенный час, чтобы найти с его помощью клад. И весёлку ищут примерно в это же время и тоже в определенные часы 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 невеликие 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 со 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».

Обычно веселка не бывает очень крупной, редко когда достигает до размера гусиного яйца. В начале гриб очень похож на обыкновенный дождевик, но не такой крепкий, а имеет своеобразную студенистую мякоть. По

своему строению он напоминает перезревшую сливу или комочек нерастекшегося желе. Доставшая до определенного размера за достаточно большой срок для обыкновенного гриба (примерно за неделю), дальше он начинает показывать чудеса. Из него проклевывается небольшая почка, которая быстро трансформируется в плодовую ножку, и эта ножка начинает неукротимо стремиться вверх, как живое существо. Ножка со шляпкой вырастает из яйца очень быстро, иногда за 15 минут. Этот гриб - рекордсмен среди грибов по скорости роста. Результаты потрясающие: 5 мм в минуту! Плодовое тело достигает 30 см длины, имеет длинную толстую, внутри пустую хрупкую ножку и шляпку, покрытую буро-зеленой слизью. Слизь шляпки содержит споры и издает отвратительный запах, привлекающий мух, разносящих эти споры. Так этот гриб простоит несколько часов, после чего от него останется лишь мокрое место в самом прямом смысле.

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

*Оказалось, что ее способность выводить холестерин и понижать давление в два раза выше, чем у шиитаке! Верно лечили знахари гипертонию настойкой из веселки! Но и это еще не все - грибные фитонциды веселки тоже оказались активнее: они убивают вирусы герпеса, гриппа, гепатита и даже СПИДа. Однако, все-таки, уступает веселка по степени стимулирования иммунной системы шиитаке. Но зато противоопухолевые свойства такие же!*

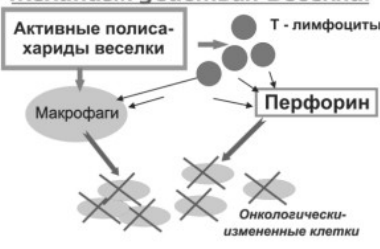
*Я помню рассказ одной знахарки (бабы Насти), что в их деревьях под Опочкой никогда раковых больных не было, а все потому, что было принято такое кушанье: яйцо веселки рубили помельче и заливали сметаной, солили и съедали сырым. А девки еще и лицо мазали этим составом, потому были с кожей чистой и свежей на зависть всем другим.*

*Оказывается, это - стопроцентная правда: действительно полисахариды веселки вызывают выработку перфорина в организме, который убивает раковые клетки: в мембране клеток он проделывает отверстия, и раковая клетка просто умирает. И таким образом перфорин не дает им делиться и формироваться в опухоль.*

*И водочная настойка веселки работает аналогично: пропить раз в год настойку веселки - значит излечить себя от опасности заболеть раком!*

*Биолог А. Фазин*

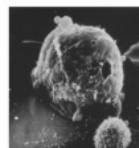
## Механизм действия Весёлки.



## Фото электронной микроскопии



Макрофаги, стремящиеся (Под воздействием активных полисахаридов) к очагу раковых клеток



Перфорированная мертвая раковая клетка, после "атаки" ПЕРФОРИНА на нее





Как «дедушкин табак» помог

Хочу рассказать, как выручил нас гриб-дождевик. Его еще пороховиком и «дедушкиным табаком» называют. Сухой и созревший, он темно-болотного цвета, а, если надорвать пленку, как будто дымится. Вот этой пылью при нанесении на больные места он и лечит, подсушивает ожоги и ссадины.

В 1990 году моей младшей внучке только-только исполнился годик. Как-то мы за ней не доглядели и она сильно обожглась о горячую дверцу духовки. Вызвали «скорую», обработали рану, на перевязки надо ездить в больницу, а это 10 км от нас. Холод, мороз, автобус ходит плохо. Пришла бабка-соседка, она и поделилась «средством» - завернутый в бумажку созревший гриб-дождевик. Припудрили 2-3 раза и все зажило: ни нагноений, ни рубцов.

Теперь мой муж, как идет за грибами, если найдет спелых дождевиков, всегда приносит их про запас.

Хранится сухой гриб долго и неприхотливо. Пригодился он и мне самой. Как-то сорвалась с железной лестницы, содрала до крови кожу на животе, повисла на руках. Руки ничего, а вот живот загноился. Тогда стала присыпать рану порошком из дождевика на ночь. Закреплю пластырем, и так на всю ночь. 2-3 присыпки и надо было, чтобы гнойная рана зажила.

Мотылева И.И., г. Челябинск.

## Препараты серии ФУНГО-ШИ

### ВЕСЕЛКА обыкновенная



**О Грибной порошок веселки в пакетиках по 3 г.** Специально предназначен для самостоятельного приготовления спиртовой или масляной настойки.

**Рецепт приготовления настойки Веселки:** пакетик грибов залить 200 г водки, коньяка или вина «Кагор» и настаивать в холодном месте две недели.

Если алкоголь не переносится организмом или противопоказан (при заболеваниях печени, почек и т.д.), сделать **настой Веселки на масле** (льняном или оливковом): залить грибной порошок, подогретым на водяной бане до 37 градусов льняным маслом (200 мл), перемешать, поставить в холодильник на 5 дней.

*Отфильтровывать настойки не надо, чем дольше стоит, тем целебнее. Принимать от чайной ложки до трех столовых в зависимости от заболевания.*

*Для наружного применения (трофические язвы, пролежни, укусы, раны, кожный рак): пакетик залить 100 г водки. Настаивать в холодильнике 2 недели.*

Обрабатывать язвы два раза в день, но только примочками, не компрессами.

#### О ВЕСЕЛКА в капсулах.

Вытяжка гриба ВЕСЕЛКА обыкновенная. В упаковке 60 капсул. Препарат лишен недостатков настоек. Запивать водой.

#### О ВЕСЕЛКА в капсулах на льняном масле.

Льняное масло, обогащенное вытяжкой гриба ВЕСЕЛКА обыкновенная. В упаковке 60 капсул. Препарат показан людям с заболеваниями ЖКТ. Запивать водой.



## Где можно получить консультации по лечению целебными грибами?

Бесплатную консультацию по применению препаратов из лекарственных грибов производств ООО «Шитак» можно получить в «**Центре Фунготерапии Ирины Филипповой**», г. Санкт-Петербург, пр. Медиков дом 5, Бизнес-Центр «Карповка» офис 330, в будние дни с 10 до 17 часов и в магазинах «Грибная аптека». Предварительная запись по телефонам: (812) 271-28-98, 717-17-11, 703-06-44, 740-37-61, желательно с собой иметь выписку из истории болезни. Консультации проводят врачи-фунготерапевты и руководитель Центра - Филиппова Ирина Александровна. Теперь проконсультироваться и купить наши препараты можно также в магазинах «Грибная аптека».

#### Адреса аптек:

1. Невский пр., дом 180, оф. 25, ст. м. Площадь Ал. Невского, тел: (812) 271-28-98, 717-17-11;
2. ул. Колокольная, дом 3, ст. м. Владимирская, Достоевская, тел: (812) 762-57-97 (с 20 августа 2005 года - 575-57-97).

Москва .....	(095) 940-20-13, 941-30-10, 940-08-49 (095) 506-66-52, 301-65-81, 504-49-59
Беларусь, г. Белоозерск .....	8(01643)59-0-95, 404-55
Казахстан (Алматы) .....	92-46-44
Эстония (Нарва) .....	(37235) 482-49
Ангарск .....	(3951) 55-34-55
Архангельск .....	(8184) 55-08-68
Волгоград .....	(8442) 94-29-15
Вологда .....	8-921-143-24-56
В. Новгород .....	(8162) 618-469
Екатеринбург .....	(343) 213-99-61
Казань .....	(8432) 51-47-67
Калининград (обл.) .....	(0112) 35-02-33
Киров (обл.) .....	(8332) 52-26-54
Кострома .....	(0942) 31-26-44
Мурманск «Мир здоровья» .....	8(8152) 25-60-49
Омск .....	(3812) 16-24-62
Оренбург .....	(3532) 72-34-54
Ростов-на-Дону .....	8-908-501-9325
Самара .....	(8462) 99-39-23, 49-88-00, 17-55-41
Снежинск .....	(35190) 235-35
Тольятти .....	(8482) 51-03-03, 50-88-50
Ухта .....	8 (82147) 643-50
Чебоксары .....	(8352) 343-845
Череповец .....	(8202) 59-50-26



## Показания к применению препаратов из Веселки.

- заболевания желудочно - кишечного тракта (язвы желудка и 12-перстной кишки, колиты, энтероколиты, гастрит с повышенной кислотностью);
- заболевания печени (гепатит, цирроз печени), поджелудочной железы;
- заболевания почек (нефрит, пиелонефрит), мочевого пузыря, женской половой сферы (эндометриоз, воспаления придатков);
- сердечно-сосудистые заболевания (без повышенного давления), атеросклероз, дистония;
- гипертония, послеинфарктные и послеинсультные состояния;
- доброкачественные опухоли, мастопатия, фибромы, миомы, аденома простаты, жировики;
- заболевания крови и лимфы;
- злокачественные опухоли; опухоли мозга;
- суставные заболевания;
- аутоиммунные заболевания (красная волчанка, склеродермия, герпес и т.д.);
- стимулирование иммунной системы при простудных заболеваниях;
- профилактический курс.

врач Центра Фунготерапии.  
Ваймер Татьяна Николаевна,



## Из наработанного опыта.

**Попробовала чуть-чуть проанализировать статистику лечения и похудения (на системе "Ямакиро"). Докладываю:**

98% пропивших комплексы системы "Ямакиро" достигли очень хороших результатов - похудели в среднем в пределах 10 кг, почистились, появилась высокая двигательная активность (летают на крылышках, многие начали заниматься физическими упражнениями, аэробикой, пешими длительными прогулками, состояние энергетического подъема), некоторые (я и еще одна женщина ("сестра" по весу и количеству попыток похудеть!)) "перешагнули" порог 20 кг (у меня на сегодня минус 26 после 10 месяцев с начала лечения, а у нее - минус 19 кг после 3 месяцев; она настроена еще на один курс, чувствует себя прекрасно, вес был тоже большой, говорит, что потеря веса безболезненна), некоторые начали повторный курс, следят за своими ощущениями.

Из тех, кто лечился по другим Вашим рекомендациям в соответствии с диагнозами, все достигли также хороших результатов (исчезли симптомы аллергических реакций, одышка и т.п.

В общем, результаты радуют и внушают надежды, а желающих оздоровиться становится все больше и больше!!!

Представитель ЦФТ И.Филипповой  
Комарова И.А., г. Снежинск

**С апреля 2005 года открывается подписка на газету «Центра Фунготерапии Ирины Филипповой» «Грибная аптека».** До января 2006 года подписка будет осуществляться через редакцию газеты. С января 2006г. подписку можно будет осуществлять через **подписные каталоги индекс издания: 19320.**

**Правила оформления подписки на газету «Грибная аптека» по России.**

Стоимость подписки за 8 месяцев 2005 года 120 руб. (включая расходы на пересылку). Подписаться можно с любого месяца. Стоимость подписки тогда будет рассчитываться исходя из стоимости 1 экземпляра 15 руб.

Газета будет пересылаться каждый месяц почтовым отправлением.

**Для оформления подписки необходимо:**

1. Заполнить внимательно купон (подробный адрес и Ф.И.О.), с какого месяца, количество экземпляров. Вложить купон в конверт и отправить по адресу: 197022, Санкт-Петербург, а/я 720, «Центр Фунготерапии И.Филипповой», Фадиной Татьяне Иннокентьевне. 2. Перечислить почтовым переводом деньги по адресу: 197022, Санкт-Петербург, а/я 720, «Центр Фунготерапии И.Филипповой», Фадиной Татьяне Иннокентьевне.

Не забудьте при оформлении перевода указать подробно **свои** Ф.И.О. и адрес.

**О правилах оформления подписки через Интернет можно узнать на нашем сайте: [www.fungo.ru](http://www.fungo.ru)**

**Для адресатов стран СНГ** стоимость подписки увеличивается согласно почтовым тарифам на пересылку для каждой страны индивидуально.

Информацию о подписке можно уточнить по e-mail: [podpiska@fungo.ru](mailto:podpiska@fungo.ru) и телефону редакции (812) 717-87-84.





### Алтайские «толстушки» сидят... на трутовиках

Знаете, как у нас в селе женщины вес сгоняли после родов? Трутовиками. Есть такой древесный гриб, похожий на большие лепешки серо-желтого цвета, который растет на лиственницах. Его собирают поздней осенью или ранней весной, топором разрубая на мелкие кусочки, обязательно размалывают в порошок и настаивают на самогонке, или же запаривают в воде. Вкус отвратительный, горький со смолистым привкусом, но жир разгоняет лучше некуда. Моя мамка пятерых родила, каждый раз поправлялась во время беременности килограммов на 20-30, и после родов колобком была, сама рассказывала, а посидит на трутовике и все в норме.

Я когда вторым ребенком ходила, тоже на 15 кг поправилась, пока кормила, ничего не делала, потом в деревню наказала трутовиков мне нарубить - пила с полгода, в норму приходила. Сейчас смотрю, я стройнее многих своих одноленок, которые мучают себя шейпингами да саунами, да таблетками. А ведь работа у меня сидячая.

Главное поначалу не бояться, потому что нести начинает, всю грязь пока из организма не вычистит, стул бывает несколько раз в день. Потом все приходит в норму и не замечаешь, как начинаешь худеть, вроде все по-прежнему. Только вдруг платье становится широко.



Шаткова Е.Г., Колпино



### Муж заболел, мухоморов просит...

Этот случай у нас в деревне под Киришами был, мамка моя рассказывала. Рядом с ними семья жила, бабка всю жизнь в колхозе отмолотила, да и дома ломила. А ее муж, старик то есть, всю жизнь прогулял: за бабами бегал, а от работы уваливал. И на старости слег: рак желудка. Забрала она его из больницы. На печку положила и смерти его только ждет. А самой жалко: умирающий человек, да в муках каких, да и отец детей все-таки. Стараются ему угодить. Он как-то и просит жареных грибов. Бабка в лес пошла, а сушь стояла - какие грибы, одни мухоморы. Она и набрала их, думает, ему все равно помирать, а так и желание исполнит, да и кончину облегчит.

Нажарила мухоморов, дала деду, тот поел их с большим удовольствием. Наутро жив. Так мало того, опять грибов просит. Она и бегала так до зимы за мухоморами, другие грибы ему больше не показались, не нравились. В общем, вылечился дед. Опять по бабам побежал, а она все плевалась, рассказывала, что ее деда ни один яд не берет, только здоревеет, как уж она его ни травила.



Евтушенко М.С., Кириши.

#### Бланк - заявка на газету "Грибная аптека"

На 2005 год		По месяцам:							ПО РОССИИ	
Стоимость подписки (через редакцию)		5	6	7	8	9	10	11		12
15 руб. за выпуск										
Город (Село)										
Область										
Район										
Улица										
Дом	Корп.	Квартира	Фамилия, Имя, Отчество							

Здравствуй, дорогая редакция!



# АФРИКАНСКАЯ **грибная охота.**

В марте прошли необычно обильные дожди на западе Алжира, в... Сахаре, и там началась "тихая охота": кочевники-берберы подчас целыми семьями выходят рано утром на поиск белых песчаных трюфелей. Эти реликтовые грибы великой африканской пустыни в изобилии растут под песком в невысоких зарослях кустарника.

## Африканский трюфель



По давней традиции на сбор трюфелей чаще выходят юноши и девушки. В весеннюю пору, которая в зависимости от дождей иногда приходится в Сахаре

даже на Новый год, но сейчас совпала с календарем, молодые люди получают возможность не только найти знаменитое лакомство, но и завести знакомство друг с другом вдали от родителей.

В пустыне нет свиней, которые, к примеру, помогают французам находить трюфели, или медведей, делавших то же самое когда-то в России. Поэтому грибникам приходится отыскивать грибы по издавна известным приметам: в местах, где под песком прячутся лакомые клубни, образуются ложбинки, а рядом всегда распускаются на короткое время белые и фиолетовые гелиотропы или другие тянущиеся к солнцу цветы. Грибник разгребает мягкую зыбкую почву и, если повезет, вытаскивает белые клубни. Иногда они бывают и коричневые, в зависимости от почвы и корней растений, к которым цепляются.

Сахарские трюфели, как правило, невелики - размером от грецкого ореха до мандарина. Но бывают и удачи, о которых помнят годами. Так, восемь лет назад было найдено несколько трюфелей весом до 3,5 килограммов.

О начале "тихой охоты" сразу же узнают на рынках. В западносахарском городе Бешар в эти дни бойко торгуют трюфелями. Цены для столь деликатесных грибов не очень большие - 5-6 долларов за килограмм. Находятся и оптовые скупщики, которые отправляют трюфели в алжирскую столицу на Средиземноморье, а оттуда в порты Франции для гурманов с тугим кошельком.

Алжирцы тоже с удовольствием едят трюфели. Но готовят их на свой лад. Прямо в пустыне разводят костер из кустарника. Ждут, пока он не прогорит до углей или до золы, а затем пекут в них

грибы, как картошку в России. Приготовленные таким образом, они и ароматно пахнут, и до того вкусны, что пальчики оближешь. Говорят, что ни в чем не уступают французским собратьям, про которых Пушкин писал в "Евгении Онегине": "...и трюфли, роскошь юных лет, французской кухни лучший цвет..."

А в соседнем с Алжиром Марокко самые грибные места - в дубравах. Пробковый лес в Марокко - поистине сказочный. Особенно в декабре и январе, когда его обильно поливают дожди и сбор серой пористой коры у самого корневища дерева закончен. Ежегодно крестьяне-дровосеки срезают до 300 тысяч кубометров ценного сырья для закупоривания лучших марокканских вин и на экспорт для бутылок доброго европейского искристого.

А весной, среди невысоких, сильно обципанных дубов, в мелкой травке, среди желудей и цветов вроде незабудок - настоящее изобилие опять. Другие грибы встречаются гораздо реже. Опята такие же, как у нас, ну, может, чуть покрупнее да посуше. Растут прямо под дубками, где в наших лесах в основном ищешь белые. Если повезет, то можно напасть на целый грибной ковер.

В дубравах практически нет грибников. Марокканцы грибы, тем более опята, просто-напросто не едят. Исключением являются лишь трюфели. И то - благодаря французам, которые в колониальные времена привили любовь к этим клубневидным деликатесам коренному населению - арабам и берберам. Но навыки сбора трюфелей с поисковыми свиньями привить не удалось: добытчики пробковой коры - мусульмане. И в Марокко, в отличие от Алжира, трюфели не белые, а коричневатые, а собирают их в основном для продажи. Вдоль дороги нередко можно видеть крестьян с коричневатыми грибными горками. Пожалуйста, покупайте! Самому найти, не имея нужного навыка, ох как трудно. Да и нет ничего дороже для россиянина, которого занесло в Марокко, чем "опята - славные ребята", собранные под теплым солнцем Африки. У рабатского очага они скрашивают жизнь и жареными с картошкой, и засоленными по-московски, по-рязански или как-то еще.

Андрей Созирич





## Гриб - ЗОНТИК



В июле на лесных полянах, опушках, вырубках и лугах можно встретить в это время малоизвестные грибникам, но вполне съедобные крупные грибы **зонтик пестрый**, шляпка которого достигает 25 см, и меньший по размерам **зонтик лохматый**, или **краснеющий**.

Эти красивые, похожие на зонтики, грибы видел каждый грибник, любовался... и проходил мимо. А зря. И вкусовые, и лечебные свойства у этих грибов просто отменные. Один замечательный знаток грибного

царства доказал, что по праву именоваться **КОРОЛЕМ** грибов должен не боровик, а ... **зонтик пестрый**. По минеральному составу ему просто нет равных: одного магния в три раза больше чем в абрикосах, а

### Зонтик краснеющий, или лохматый.

Шляпка 10-18 см в диаметре, сначала шаровидная, а при созревании гриба раскрывается и становится зонтиковидной. Мякоть толстая, плотная, белая, на разломе от действия воздуха немного краснеет. Пластинки белые, с возрастом слегка красноватые. Ножка 10-25 см высоты и около 2 см толщины, беловатая или светло-коричневая, внизу клубневидно вздутая, с буроватым подвижным кольцом. Эти грибы обладают нежной мякотью и высоко ценятся в странах Центральной и Западной Европы, причем зонтик пестрый можно есть даже сырым, употребляя его шляпку нарезанной ломтиками для бутербродов.



витаминов В и Д в два раза больше, чем в рыбе. Целебные свойства тоже уникальные: лечат дискинезию желче-выводящих путей и растворяют камни в желчном пузыре, выводят песок из почек.

Ну а кулинарное применение просто изысканное: и чешская кухня отдает должное его вкусовым качествам, и венгерская, да и белорусская его стороной не обходит.

### Зонтик пестрый, или большой.

Имеет серовато-буроватую шляпку с редкими крупными корневыми бешуйками. Она сначала шаровидная, а когда раскрывается, становится зонтиковидной. Пластинки крупные, белые.

Ножка 15-30 см высоты и около 2 см толщины, беловатая или светло-бурая, внизу клубневидно вздутая. На ней имеется пленчатое кольцо, которое можно свободно передвигать по ножке.



И.Филиппова

### Зонтики жареные (чешское блюдо).

Шляпки зонтика пестрого или белого промыть, посолить, обвалять в панировочных сухарях или яйце и обжарить в расплавленном жире.

Подавать целыми, горячими, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

### Гриб-зонтик с чесноком (венгерское блюдо)

Гриб-зонтик порезать тонкими ломтиками, натереть чесноком с солью и обжарить на сливочном или растительном масле, чтобы они стали хрустящими. Подавать с салатом из помидоров и огурцов.



### Зонтики тушеные в сметане (белорусское блюдо)

Компоненты: зонтики свежие, сметана, растительное масло без запаха, соль.

Приготовление: отварить грибы, средне-мелко порезать, положить на сковороду с небольшим количеством растительного масла. Посолить и периодически добавлять воду (или второй бульон из-под благородных грибов, так будет вкуснее). Тушить 40-50 минут. Минут за 10-15 до готовности добавить сметаны. Подавать с отварной или жареной картошкой.

### Грибной крем (сербское блюдо).

Для этого блюда годятся многие виды грибов семейства сыроежковых и гриб-зонтик.

Потушите грибы с небольшим количеством сливочного масла на сковороде под крышкой, пока они не станут совсем мягкими. Добавьте ложку белой муки и полстакана свежих оливок, проварите эту массу на малом огне, заправьте солью и перцем и подавайте в горячем виде на поджаренном хлебе.



### Отбивные зонтики (украинское блюдо).

Грибы-зонтики (использовать только шляпки) очищаем от мусора и промываем под струей воды. Солим и перчим по вкусу. Тем временем на сковороде растапливаем смалец. Можно заменить и подсолнечным маслом, но вкус блюда при этом ухудшится. Промытые грибы слегка обваливаем в муке. Укладываем на сковородку и обжариваем с двух сторон на сильном огне до появления румяной корочки. Блюдо готово. По вкусу оно напоминает жареную курятину.