



№ 06 (026)
2007г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

Как избавиться от полтергейста в доме

Как только в квартире завелись барабашки - стуки пошли разные неуставленные, взрывы лампочек невключенных, возгорания и т.д. - сразу надо идти за священником. Это понятно: квартиру освятить и прекратить это безобразие. Мы сделали то же самое. Батюшка пришел, окропил, отчитал, нас на исповедь сходить обязал. А потом и посоветовал найти дождевик зрелый, который вот-вот лопнуть должен, истолочь его, высушить и к притолоке над дверью повесить в тряпочке. А все потому, что нечистые очень боятся некоторых грибов. Бабушка-то наша все так и сделала. А я засомневался - это же суеверие какое-то, и почему, собственно, барабашки должны какого-то гриба бояться?

Но сам факт - лампочки больше не взрывались и бумага на глазах не загоралась. Вероятно, совокупность этих мер оказалась очень действенной.

Но самое интересное, что набрел я в литературе по средневековой магии действительно на описание грибов, которых очень опасается нечисть. Их не так много, но среди них есть и всем известный дождевик, и веселка обыкновенная, и Георгиев гриб, и уникальный решеточник (от ред. - фото на обложке). Решеточник - самый популярный гриб в средневековье, его называли Клеткой для Красного Дьявола. Найти его сулило большую удачу, так как этот гриб использовали при отчитке бесноватых католическими священниками, и стоил он достаточно дорого. Считалось, что при изгнании беса этот самый бес забивался в эту клетку, и оставалось делом техники его сжечь.

Согрин А., г. С-Петербург.

Майский гриб в голове не шумит...

В мае растет майский гриб. Его еще называют Георгиевым грибом, потому что начинает он плодоносить не раньше православного праздника Вознесения (обычно в канун его). Известен этот гриб тем, что отгоняет всякую нечисть от дома и лечит головную боль. Моя бабушка брала несколько грибов, сушила их, завязывала в тряпицу и клала за икону. А когда начинала голова болеть (или шуметь) то эту тряпицу укладывала под подушку на ночь. Всегда нам говорила, что лучшего средства от головной боли она просто не знает.

● ФУНГОТЕРАПИЯ открывает свои секреты: ВЕСЕЛОЕ грибное семейство

● Грибная РУЛЕТКА: ложные ОПЯТА

● Онколог об опухолях молочной железы

● Консультация травника: Исландский мох

● Как ориентироваться в лесу?

● Грибная ПОЧЕМУЧКА

● Грибная ХАРЧЕВНЯ



Решеточник красивый

Подписной индекс
Газеты "Грибная Аптека"

19320

По каталогу "РОСПЕЧАТЬ"
(с любого месяца)

Газету "Грибная Аптека" в Республике Беларусь можно приобрести в ООО «Арго-НН» 220030, г.Минск, Ул.К.Маркса,15, офис 313, тел. 206-68-46 Подписка в Белоруссии - каталог РУП "Белпочта" 19320



Июнь -

Лето началось! Будем надеяться, что это будет ГРИБНОЕ лето. Природа нам то и дело подсовывает сюрпризы - то в январе грибы начинают расти, то в августе их не дождешься. Но грибы на то и грибы - существа запредельные, и не побоюсь этого слова - разумные. В редакцию пришел замечательный человек - представитель малой народности Алтая *нгансан*, предприниматель, который занимается сбором грибов для Германии. Так вот, он в этом даже не сомневается. «Скажу больше, - говорит он, - есть специальные центры управления, которые разбросаны по ареалам, так называемые Каменные Грибные Сады. Они и дают указания, как и где расти грибам. В излучине алтайской реки Чулышмана недалеко от Телецкого озера находится такой Грибной Сад. Наши старые люди туда специально ходили, чтобы узнать будущее и свое, и нашего рода. Много интересного там происходит, обычный человек не знает ключика к его тайнам. И наверно, это хорошо».

«А почему же ваша народность не признает грибы, не использует их в пищу?» - поинтересовались мы у него.

«Для нас грибы - это Боги, и предназначены они для открытия запредельного или для помощи людям в исцелении от болезней. Все пишут только о том, что наши шаманы едят мухоморы и вводят себя в транс, а вот о том, что наши шаманы лечили всегда грибами и не только мухоморами - не пишут. Пишите только вы, Ваша газета, поэтому и приехал - познакомиться. И пригласить в гости - Грибной Сад вас примет и уже ждет...»

Вот такие, оказывается, наши грибы-грибочки. А мы-то к ним свысока - поганки, да еще и сапогом по шляпке...

Еще раз напоминаем - самолечение грибами недопустимо. Мы пишем о целебных свойствах грибов, приводим научную и популярную информацию, приводим письма читателей. Но использовать надо продукцию проверенных фирм, которые добросовестно относятся к производству и БАДов, и пищевых добавок, и лекарственных препаратов из целебных грибов.

Пеняют нам наши читатели на то, что стало меньше писем о случаях излечения целебными грибами. Объясняем: иногда просто не можем поместить такое письмо - нас тут же привлекут к ответственности в связи с «Законом о рекламе». Дескать, там черным по белому написано, что биодобавки не лечат, а у вас читатель пишет, что от приема грибных биодобавок у него метастазы с печени ушли. Непорядок, не имее права, хоть и письмо от читателя, да еще врачом подтвержденное... Поэтому и не печатаем, что понимаем - закон написан пером, а натуральную медицину вырубает топором...



Но зато на нашем сайте (www.fungo.ru) открылся форум - там вы можете задать любой вопрос о целебных грибах, или поделиться с другими своими результатами по их применению. Добро пожаловать! Будем общаться в Интернете!

И наконец, подписка! Не забывайте, что скоро предстоит подписка на следующее полугодие. Растут наши грибные ряды! А мы, редакция, уж постараемся сделать газету еще информативнее и интереснее.

Гл. редактор Татьяна Факина.

От редакции. Приносим свои извинения нашей читательнице, стихи которой мы опубликовали в прошлом номере на стр. 8, за опечатку в фамилии. Автор стихотворения - Богатова Алла Юрьевна. На стр. 11 этого выпуска читайте отрывок из ее нового стихотворения "Исповедь грибника".

Хочу предупредить...

В прошлом номере в рубрике "Грибная рулетка" было написано "Есть строчки - со смертью в рулетку играть!". И было также сказано, что в Ленинградской области случаев отравления строчками не было официально зарегистрировано. Но мне, матери погибшего ребенка от отравления строчками (со слов матери, *ред.*), хочется всех грибников и любителей поесть первых грибочков еще и еще раз предупредить о том, что **со строчками действительно шутки плохи.**

Врачи-токсикологи установили, что содержащиеся в строчке обыкновенной (*gyromitra esculenta*) яды и токсины даже при длительном кипячении до конца не разрушаются и могут вызвать сильное отравление, хотя микологи меня заверили, что за последние 10 лет они такого случая отравления не помнят, но факт есть факт.



В Беларуси с 2005 года строчки исключили из разряда условно-съедобных. Тем более, что их многие путают со съедобными сморчками. В общем, решение о том, собирать или не собирать, есть или не есть любой гриб, даже самый деликатесный, - лежит только на вас лично. И ни один из справочников или грибные энциклопедии не должны стать для вас "руководством к действию". Ведь здоровье - ваше, а не ученых или авторов книг.

С искренним пожеланием здоровья всем,
Надежда Александровна, г. Санкт-Петербург

КНИГИ И. Филипповой по популярной фунготерапии и др.

Очень много полезной и интересной информации о:

лекарственных грибах (съедобных, ядовитых, зооглеях и др.), серебряной воде и льняном масле, кальции и скорлупотерапии, витаминах и синем йоде, о браке по группе крови, трюфельном бизнесе и др.



Пересылка по России наложенным платежом
(812) 740-37-61, 703-06-44

Грибы-диагносты

? Слышал, что какие-то грибы используются в судебно-медицинской экспертизе. Расскажите пожалуйста об этом.

Петров И.В., г. Калуга

Да, есть такой “грибной” метод выявления одного из ядов - мышьяка. Он основан на том, что некоторые грибы (пенициллы) издадут чесночный запах при развитии на субстрате, содержащем, помимо главных элементов питания (сахара, белков и минеральных солей), небольшое количество мышьяка. Для выявления случаев отравления мышьяком в судебной



пенициллиум

медицине часто используется химический анализ веществ, когда определенная реакция позволяет выявить, содержится ли мышьяк в них или нет. При наличии мышьяка явственно выделяется чесночный запах. И как раз в подобном случае химическую экспертизу можно с успехом заменить биологической. Для

этой цели особенно подходящим объектом является **гриб пенициллиум бревикауле**, который обладает способностью выявлять минимальное количество мышьяка в субстрате (до 0,0001 миллиграмма). Сначала гриб разводят на хлебе, который представляет собой субстрат-инкубатор. Затем освоенный грибом хлебный мякиш помещают в пробирку, куда вкладывают и кусочек предмета, содержащего по предположению мышьяк. Если в кусочке действительно имеется мышьяк, то гриб даст знать об этом запахом чеснока, который может проявиться уже через несколько часов после постановки опыта. Исследованиями подтверждено, что при наличии мышьяка в субстрате плесень образует специальное органическое вещество **диэтиларсин**, которое и обладает специфическим чесночным ароматом. **Гриб пенициллиум бревикауле**, очевидно, пришелся бы со своей уникальной способностью к месту в средневековой Франции, где, как мы знаем, дворцовые интриги нередко заканчивались умышленным избавлением от царствующих особ и престолонаследников. При этом в ход шли яства, одобренные излюбленным преступниками ядом - мышьяком. Мышьяк вершил свое действие не сразу, а постепенно, накапливаясь в организме до определенной концентрации, и конец чаще всего представлялся результатом какого-либо внезапно развившегося заболевания, не имеющего отношения к яду. Такое свойство мышьяка позволяло чинить безнаказанно смену неудобных монархов и не опасаться при этом навлечения на себя подозрения со стороны бдительного ока ответственного за безопасность персонала. Возможность разоблачения, может быть, в какой-то мере снизила бы активность злодеев, заставив их призадуматься об ответственности.

Даже сорванные грибы растут

? Как-то внук принес в дом (на даче) пару мухоморов, положил их на стол, а утром мы их нашли чуть большего размера, да еще и изогнутыми кверху. Они что же - росли даже сорванными?

Аканова И.Д., г. Вологда

Да, сорванные грибы растут. Об этом есть информация в различных источниках. А вот что пишет в своей книге Игорь Стенин о том, “Как грибы покоряют пространство”.

“Созревшие споры катапультируются с поверхности шляпки при помощи специального механизма. Однако длина прыжка довольно невелика и позволяет им выбраться только наружу, за пределы спороносного слоя. Тут они подхватываются



мухомор красный

воздушными течениями, образующимися из-за разницы температур между шляпкой гриба и окружающей воздушной средой. В отличие от ветра или сквозняка это особые,

так называемые «температурные течения», совершенно неосознаваемые для человека и даже для специальных приборов. Они имеют направление снизу вверх, вертикально, обеспечивая перенос спор от шляпки гриба к тем слоям воздуха, где уже проявляется действие ветра и сквозных течений. При таком способе освобождения спор, шляпке необходимо соблюдать определенную форму расположения по отношению к земле.

Особенно это касается грибов с трубчатой поверхностью, поскольку споры из просвета трубочек должны выпасть за пределы плодового тела, что возможно только при строго вертикальной ориентации шляпки. Это требование соблюдается грибами неукоснительно”. Вот именно из-за этой жажды “покорить пространство” и мухомор показывал вам “чудеса акробатики”.



отделы от магазинов

“ГРИБНАЯ АПТЕКА”

в аптеке на пр. Стачек, 14

Аптека[®]
ДОКТОР

715-34-65

в гомеопатич. центре пр. Энгельса, 132/1

“АРНИКА”

715-47-26

пн-сб 10.00-20.00
вск 11.00-18.00

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

печатается на правах рекламы



Молочная железа - «слабое звено» каждой женщины

Сегодня мы поговорим о злокачественных опухолях молочной железы. Тема неприятная, но необходимая. Знаю по опыту - публикаций об этом масса, а непосредственно столкнувшись с этим диагнозом женщина сразу теряет, впадает в панику и не знает что делать. Бежать к онкологу? Но всегда найдется пара-тройка примеров, когда вот также сгорали за год после операции... Идти к травникам и целителям - опять же страшно, а вдруг это все не поможет? Итак, что же делать? Думаю, что самое разумное будет отвечать на вопросы, которые задают очень часто.

Обнаружила у себя уплотнение в груди. Побаливает. Стала делать компрессы с листьями капусты - вроде боль уменьшилась...

А вот этого делать не нужно: неизвестно, что это за уплотнение - доброкачественное или нет. Нужно заставить себя пойти к онкологу (сделать маммографию и биопсию). Не нужно провоцировать опухоль к росту.

Читала, что любое внедрение в опухоль заставляет ее расти. Лучшие уж без биопсии - это же тоже внедрение...

Биопсия молочной железы - это укол тоненькой иглой с целью забора клеток для исследования. Это не травматично и не опасно, опухоль не реагирует никак на такое внедрение. Зато сама дама или вздохнет с облегчением, убедившись, что это доброкачественное образование, или же **ВОВРЕМЯ** сделает операцию.

Я уверена, опухоль лучше не трогать, и не делать химию, чтобы не травить организм, тогда опухоль почти не развивается...

Напрасная уверенность. У раковой опухоли есть коварная особенность - она начинает делиться, то есть выбрасывать онкоклетки в лимфу и кровь. Сама по себе опухоль не страшна: ее можно удалить, но вот те «споры», которые она рассеивает - это самая большая опасность. Бывает очень горько, когда женщины, начитавшись таких публикаций, начинают заниматься самолечением - это всегда заканчивается плачевно. Очень запомнился случай: 25 летняя девушка пришла с небольшим уплотнением на левой груди. Тогда можно было даже не убирать полностью грудь, а только секторально. Но мама решила поить ее керосином и АСД. Через год опухоль уже дала метастазы в лимфатические сосуды и печень. А ведь все могло бы быть по-другому...

А как же средства, убивающие онкоклетки, о которых часто пишут: растительные яды, чистотел, барвинок, морозник? Ведь очень многие лечатся именно ими?

Во-первых, онкоклетки они не убивают - это под силу только химической терапии. Во-вторых, НИГДЕ и НИКОГДА не проводились исследования о действительной противоопухолевой активности болиголова, аконита, чистотела и т.д.

А я читала в газете письмо ракового больного: его спас метод Шевченко - «масло с водкой».

Да, иногда я тоже читаю такие письма и поражаюсь

незнанию очевидных вещей. Вот например, «...у меня было гноящееся пятно на переносице. Врач сказал: базалиома (рак). Сделали лучевую терапию. Теперь уже пять лет я пью масло с водкой, и у меня все хорошо: никаких метастазов нет. Я здоров. Спасибо Шевченко».

Честно скажу, больной мог и не пить эту смесь, потому что базалиома не метастазирует.

То есть, никакие растительные вещества не могут вылечить от рака? Только операция и химия?

Могут и обязаны это делать. Только использовать их надо ДО и ПОСЛЕ всех проведенных процедур (операция, химиотерапия, лучевая терапия).

Из клинически апробированных, то есть проверенных в Институтах Онкологии, я знаю только **целебные грибы** (шитаке, рейши, мейтаке, веселку, трутовик). Они действительно показали серьезный противоопухолевый эффект и официальная онкология ими уже всерьез интересуется - они подавляют те онкоклетки, которые остались после химиотерапии. И принимать при онкологии ГРИБЫ - не только можно, но и нужно. Но не заменять ими операцию и химиотерапию, а **ДОПОЛНЯТЬ**.

Моя мама была крайне удивлена, когда ее выписали под наблюдение районного онколога, а он посоветовал только принимать витамины. Это что - лечение?

Это печальная данность в онкологии. У нас нет РЕАБИЛИТАЦИИ онкологии после всех проведенных процедур. Районный онколог будет только наблюдать и при развитии метастазов назначать химиотерапию или выписывать обезболивающие. И в этот период (сразу после операции и химиотерапии), когда онкоклетки еще не начали свою подрывную деятельность, такой реабилитации попросту не существует. И вот здесь - травы и грибы идеально выполняют свою роль подавления онкоклеток. То есть, грамотное использование трав и грибов - это как раз и есть тот шанс, что метастазирование не начнется.

Сейчас фармацевтические компании уже вплотную стали заниматься разработками лекарственных препаратов на основе целебных грибов (первая ступень таких естественных лекарств - БАДы на основе базидиальных грибов), и думаю, в ближайшем будущем онкология уже официальным образом будет внедрять такую натуральную реабилитацию онкозаболеваний.

Евгений Лебедев, онколог, кандидат медицинских наук.

Как ориентироваться в лесу?

Грибники, как правило, народ внимательный и хорошо ориентируются в лесу по пням, деревьям, муравейникам и по солнцу. Но при поездке за грибами в незнакомую местность и в пасмурную погоду желательно брать с собой **компас**. Это поможет лучше определить направление и исключить разные неожиданности, не причинять волнения своим родным и близким. Если же компаса не оказалось и вы заблудились, то самое первое, что надо сделать, - не волноваться, не впадать в панику и вспомнить различные приметы, указывающие направление на юг или на север.

✓ Можно определить расположение сторон света при помощи обычных **наручных или карманных часов** следующим образом (но только в солнечную погоду). Часовую стрелку (рис. 1) направляют на солнце (часы держат в горизонтальном положении). Затем мысленно через ось стрелок проводят линию через середину угла, образованного направлением на цифру 1 и часовой стрелкой (минутную стрелку не принимают во внимание). Эта линия и укажет направление **север - юг**. При этом юг, естественно, будет впереди грибника, производящего измерения. До обеда юг будет находиться справа от часовой стрелки (рис 2.), а после обеда слева (рис 3.). В 5 часов утра, с учетом декретного и летнего времени, оно находится на востоке, в 8 - на юго-востоке, в 14 - на юге. К 15 часам солнечный шар перемещается на юго-запад, к 20 - на запад, а в 21 час оно уже строго на северо-западе.

✓ В солнечную погоду и на открытой местности можно сориентироваться **по тени** (рис.4). В полдень короткая тень вытягивается на север, вечером длинная тень - на восток.

✓ В ночное время ориентируются **по созвездиям** (хотя бы главные из них следует знать всем природолюбам), а так же **по Луне**. Это ночное светило в полночь находится строго на юге, в 7 ч утра - на западе, а в 19 ч - на востоке. Большая Медведица, имеющая форму ковша, стоящего так, что из него не вылилась бы налитая туда вода, покажет общее направление на север. Проведенная мысленно через две крайние звезды этого созвездия прямая линия упрется в Полярную звезду, указывающую истинный север (рис. 5).

✓ Прежде чем углубиться в лес, следует посмотреть, **в какой стороне расположено светило**. Если оно находится справа, то при выходе из леса тем же маршрутом оно должно быть слева. При хождении в лесу свыше часа нужно помнить, что вследствие вращения Земли солнце смещается вправо. За 1 час оно уклоняется на 15 градусов.

✓ Находясь в лесу, необходимо все время знать свое местонахождение и по возможности **запоминать предметы**, которые могут служить надежными **ориентирами** на обратном пути. К ним относятся характерные вывороченные пни, поваленные деревья, большие камни-валуны, вырубки, полянки.

✓ Выйдя на тропу, нужно внимательно ее осмотреть. Если **ветки** бьют в лицо или грудь, с тропы нужно сойти: она звериная и к жилью человека не приведет.

✓ **Муравейник** (рис. 6) располагается с южной стороны от дерева или пня. Южная сторона его более пологая, чем северная.

✓ **Квартальные столбы на просеках**, вершины которых имеют форму

*Траву обшаривая взглядом,
Стараюсь медленно шагаты,
Грибы, я знаю, где-то рядом,
Уметь их надо отыскать.*

Л. Соловьев

четыреугольника, нумеруются с запада на восток и с севера на юг. Поэтому ребро между двумя соседними гранями, помеченными наименьшими цифрами, указывает направление на север.

У березы кора светлее на южной стороне.

У сосны и ели кора грубее на северной стороне.

Лишайников и мхов на древесной коре больше с северной стороны (рис. 7).

Вторичная (бурая, потрескавшаяся) кора у сосны поднимается выше на северной стороне ствола.

Смола на хвойных деревьях накапливается больше с южной стороны.

Ветви с южной стороны деревьев значительно гуще и чаще.

Ягоды (рис. 8) приобретают зрелую окраску раньше с южной стороны.

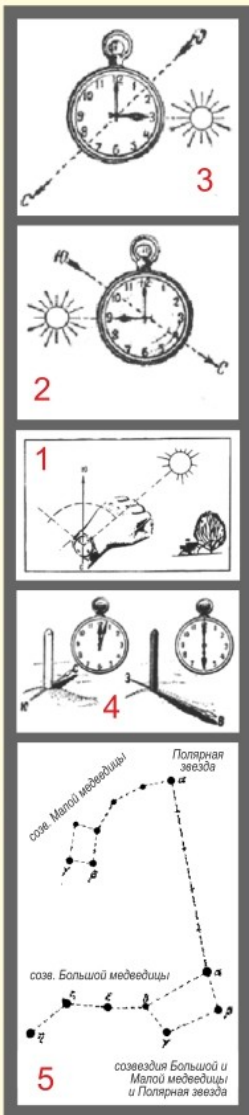
Дуб чаще растет на южных склонах гор.

Травяной покров весной гуще на северных окраинах полей, хорошо прогреваемых солнцем, а жарким летом - на южных, в тени.

Почва летом около строений, больших камней, деревьев и кустов суше с южной стороны (это можно определить ладонью руки).

Дикие пчелы (рис. 9) свои гнезда строят обычно на камнях или стенах, обращенных на юг.

Классический индикатор - **толщина годичных колец** на срезах пней (рис. 10). Она заметно уже на стороне, обращенной к северу, и шире к югу.





*В сухом борщ
на почве бедной,
Лишенной листьев
и корней,
Сидит лишайник -
дар бесценный
Природы северной моей.*

Идешь по лесу и вдруг среди камней на голой песчаной почве натыкаешься на бархатный коврик серовато-зеленого цвета. Это интересное растение не что иное, как симбиоз двух организмов: гриба и водоросли. Распространено в лесной и тундровой зоне, на подсушенных торфяниках и песчаных дюнах, в редких сосновых борях.

Научное название рода **цетрария** - в переводе с латинского языка означает «небольшой кожаный щит». Все в нем приспособлено для выживания. В дождливую погоду слоевище мха кожистое, в засушливую - твердое и хрупкое.

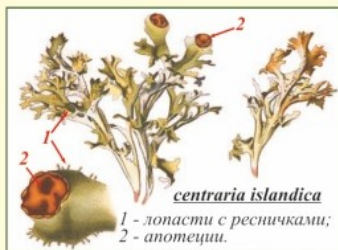
В природе часто встречается среди белых мхов: кладонии лесной и мха оленьего. Как и большинство лишайников развивается только в условиях **чистого воздуха**. Чем больше в лесу цетрарии, тем целебнее воздух.

Лекарственным сырьем служит **слоевище** исландского мха. Его можно собирать в любое время года, но основные заготовки производятся летом. Слоевище отрывается от субстрата, очищается от примесей и высушивается. Химический состав: 30-70% углеводов, среди которых полисахарид лихенин - лишайниковый крахмал - извлекается из растения кипяченой водой, образуя студенистую массу.

В неурожайные годы она нередко

Сегодня в рубрике «Консультация Травника» рассказ пойдет о Цетрарии исландской, известной всем как «исландский мох». Ведет рубрику Васильева Людмила Алексеевна, фитотерапевт со стажем, член фитотерапевтического общества г. Санкт-Петербурга.

ЦЕТРАРИЯ ИСЛАНДСКАЯ (исландский лишайник, исландский «мох»)



являлась продуктом питания у людей.

Слоевище исландского мха содержит 2-3% кристаллического горького вещества **цетрарина**, тонизирующего деятельность ЖКТ, стимулирующего аппетит. Цетрария содержит до 5% **лишайниковых кислот** (в т.ч. **усниновую**), обладающих антибиотическими свойствами, **минеральные соли**, **аскорбиновую** и **фолиевую кислоты**, **витамин В12**. Цетрарию применяют и для изготовления **гомеопатических средств**.

Исландский мох издавна используется в **народной медицине** при лечении **простудных заболеваний**, **реабилитации** после тяжелой болезни, **истощении**, **заболеваний бронхолегочной системы**, в т.ч. и **туберкулезе**. Усниновая кислота оказывает бактериостатическое действие на микобактерию туберкулеза, способствует уменьшению интоксикации. Эффективность лечения при туберкулезе повышается при комплексном использовании **цетрарии**, **кладонии**, **уснеи** в сочетании с **чистотелом** и **полевым хвощем**, как для профилактики туберкулеза при первичном заражении, так и при активности туберкулезного процесса.

2 ст.л. сбора трав заливаем 1 литром кипятка, кипятим 15 минут, настаиваем 30 минут. Пить по 1/2 стакана 4 раза в день (рецепт из «Народный лекарь», Вишнев Ц.И., 2006 г.)

Слоевище исландского мха используется при **воспалении легких**, **хроническом бронхите**, **бронхиальной астме**, **инфекции мочевыводящих путей**.

20 г измельченного сырья заливают 0,5 литра горячего молока, кипятят на медленном огне 10 минут, настаивают 30 минут. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день.

Исландский мох содержит **горечи**, является хорошим **обволакивающим средством**, поэтому может быть использован при лечении **хронических заболеваний ЖКТ** воспалительного характера, способствует выработке пищеварительных

Уважаемые читатели!

Публикуемая в газете информация не является прямым руководством к действию и не заменяет профессиональную медицинскую помощь. Не занимайтесь самолечением. При любых симптомах заболевания в первую очередь необходимо проконсультироваться с врачом.

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

ферментов, нормализующих тонус кишечника, стимулирует аппетит, способствует восстановлению флоры в кишечнике. Растение используется в комплексном лечении заболеваний желудка и 12-перстной кишки (ассоциированное с *Hel.pyl.*) (Пастушенков Л.В., 1998г.).

При хронических запорах: 1 ст. л. измельченного сырья залить 2 литрами холодной воды, настоять сутки. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день в течение месяца.

Противовоспалительное, ранозаживляющее, анти-микробное действие цетрарии позволяет использовать ее в лечении гнойных ран, трофических язв, микробных поражений кожи.

2 ст.л. сырья залить 1 стаканом кипятка, кипятить 15 минут, процедить. Использовать по 1/2 стакана 3 раза в день.

Этот же отвар использовать для примочек. Японские медики обнаружили, что исландский мох в сочетании с зеленым чаем и другими лекарственными травами является прекрасным средством для профилактики онкологических заболеваний. Официальная медицина широко использует препараты на основе исландского мха при открытой форме туберкулеза (паралицин), при кожных заболеваниях (эвозин), для лечения ожогов (винан), ран, варикозно-расширенных вен.

Для любителей "природной кухни" мы решили привести несколько **кулинарных рецептов**. Может, не только в голодные годы, а здоровья ради вы захотите что-нибудь приготовить из исландского мха. Недостатком его для кулинарного использования является горечь. Для ее удаления приготавливают слабый раствор соды (5 г на 1 л воды) или древесной золы (25 г на 1 л) и вымачивают в нем лишайник в течение суток, по истечении которых жидкость становится бурой и горькой. Затем мох промывают несколько раз в чистой воде и оставляют в ней еще на двое суток. Лишенные горечи отмытые растения высушивают и хранят впрок в виде муки или употребляют для приготовления в свежем виде.

Кисель по-охотничьи.

Промытый измельченный исландский мох (3 ст.) варить 2 часа в 1 л воды. Отвар процедить, добавить в него сок клюквы (2 ст.) и сахарный песок (1/2 ст.). Довести до кипения. Вместо клюквы в отвар можно добавить бруснику, растертую с сахарным песком.

Студень лесной.

Приготовить концентрированный отвар исландского мха (1 кг на 1 л воды), посолить его по вкусу, залить им измельченные отваренные грибы (до 500 г) и охладить до застывания. Подавать с хреном, горчицей, перцем и уксусом.

Рыжики заливные с исландским мхом.

Перебранные и вымытые мелкие рыжики (250-300 г) посыпать солью, выдержать так 2 часа, затем залить горячим концентрированным отваром исландского мха (3 ст.). Охладить в холодильнике до застывания.

Паста закусочная из исландского мха.

Промытый исландский мох (200 г) отварить и промолоть на мясорубке, добавить сливочное масло (100 г), горчицу (3 г), соль и перец (по вкусу). Все тщательно перемешать и охладить. Использовать для бутербродов.

Итоги фотоконкурса "Грибной сезон-2006"

Уважаемые читатели, конкурс "Гриб-2006" подошел к концу. Но с открытием нового сезона "тихой охоты" объявляем и открытие нового конкурса "Грибной сезон-2007". Все фотографии, уже пришедшие к нам в редакцию, мы будем публиковать уже в разделе нового конкурса. Ждем и новых фотооткрытий.

А пока - разрешите поздравить с победой Князева Михаила Александровича из г. Пскова. "Двухэтажный гриб" - очень ценный и редкий кадр. Но вот поощрительные призы хотелось бы вручить всем участникам. Очень трудно выбрать всего 3. Настолько все фотографии и истории интересны. Но все-таки конкурс среди фотографий, поэтому поощрительные призы получают Васильев Александр Михайлович ("Лесная архитектура") и Малик Вячеслав Васильевич ("Осенние кружева", "Грибник Толя" и др.) из Петербурга, Писмарева Татьяна Борисовна ("Грибок-боровичок") из Москвы.

"Грибной сезон-2007"



Эти великолепные фотографии на конкурс прислал Бренкма Валерий Константинович, г. Москва. К сожалению, к ним нет никаких комментариев: что это за



грибы, где и кем найдены и сфотографированы. Просто полюбуйте и пометайте о сезоне тихой охоты -2007.





Веселка обыкновенная



Яйцо веселки



Мутинус собачий



Диктиофора светящаяся

Веселое гриб

Все грибы - весельчаки еще те, что хотят с людьми, то и делают: то в чашу заманят, то под листочком спрячутся, то вдруг ведьмиными кругами начнут разбегаться. Но все же, почти все грибы вызывают почтение и такое душевное умиление.

А вот на **веселку** действительно без смеха не взглянешь - ну что за чудо такое! Вылитый фаллос! И полатыни ее окрестили - **Phallus impudicus** - тоже смешно. А уж соби-рать ее - так вообще обхохочешься... Во-первых, никогда не растет на прежнем месте, а во-вторых, из корзинки такой аромат идет, что мухи дохнут (хотя нет, мухи-то как раз и радуются), а вот провозить с собой в электричке этот пахучий гриб не рекомендую - народ не поймет.

Мутинус собачий хотя по размерам намного меньше, но интенсивность пахучести у него на порядок выше - на полянке, где вырос мутинус, чувствуется стойкий запах помойки. **Решеточник** (см. обложку) из всего семейства наиболее презентабельный гриб и по виду, и по запаху. И красавец невероятный. Наверное, из всех грибов титул «Мистер» и «Мисс» Грибного Царства заняли бы однозначно - **решеточник и диктиофора светящаяся (сетконоска)**. Хохот они, конечно, не вызывают, а вот улыбку - однозначно. Вот, оказывается, на что Природа способна! И самое удивительное - при такой красоте - и такой запах!

Семейство веселковых объединя-

ет не только эти грибы (их гораздо больше), но в России чаще всего встречаются именно эти «весельчаки». И они-то и устроили сенсацию (вернее, **веселка обыкновенная**) - до остальных пока руки фармацевтов не дошли. За последние 50 лет **при исследовании противоопухолевых свойств у растений веселка показала наивысший результат** - уже через 10 дней она подавляла рост раковых клеток! (Исследования проводились в Московском институте Канцерогенеза им. Блохина). А это говорит о том, что надо бы ученым почаще обращаться к народным рецептам - ведь **веселкой в деревнях всегда лечили рак и доброкачественные опухоли**, и было это ни много, ни мало - веков десять. И только в последние годы ученые прозрели - батюшки, а мы-то не знали! Как интересно! Действительно, уникальный гриб!

А сколько таких грибов на наших лесных полянках? Но ведь проще и дешевле западные лекарства закупать, чем свои изучать и производить. К счастью, появились и в России уже первые биодобавки и кремы на основе веселки, надо думать, и лекарственные препараты не за горами (хотя чем они отличаются - печатью на бумажке?).

Но сегодня мы поговорим, как самим грамотно приготовить настойку или крем из веселки (понимаю, что не все могут позволить себе покупать уже готовые) и сде-

Грибы круглый год

ГРИБНЫЕ ПАЛОЧКИ -



Посадочный материал

для самостоятельного выращивания грибов (мицелий)



Чесночник



Шитаке



Вешенки



Опенки

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

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

Филиал "Центра ФУНГОТЕРАПИИ
И.Филипповой"

Украина - г.Киев

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

В киевском филиале центра вы можете:

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

(044) 331-60-06, 8-050-504-77-68,
kazakivashka@meta.ua

(044) 461-67-23, 8-097-398-71-53,
kviki2@fromru.com

печатается на правах рекламы

ное семейство

лать это так, чтобы и природе урон не нанести, и себе не навредить.

Какую веселку можно использовать для настоек?

Только в стадии созревания, когда она еще в виде яйца. И ни в коем случае не заливать ее спиртом (он разрушит целебные полисахариды) и не закапывать в землю.

Обычно очищают тряпочкой **веселкино «яйцо»** и разрезают его на две части. На одно яйцо среднего размера - 250 г водки или сладкого кагора. Водочную настойку можно втирать в больные суставы при артритах, а кагорную настойку пить по 1 чайной ложке в день при онкозаболеваниях, заболеваниях сердца, почек, дерматитах (очень хорошо помогает при нервных экземах и псориазе).

Как сделать крем (мазь) из веселки?

Яйцо веселки мелко рубят и смешивают со смальцем (перетопленным свиным жиром). Сразу предупреждаю, мазь будет очень нестойкая, хранить в холодильнике ее нужно будет не больше двух недель. Самое главное здесь - не перепутать грибы, потому что **мутинус собачий** эффекта такого, как веселка не даст, но холодильник испортит - запах не выветривается даже через год.

Втирать этот крем в поражен-



Веселка обыкновенная

ные участки кожи при дерматитах, или наносить на липомы. Хорошо массировать мазью-кремом низ живота при миомах и кистах, или грудь при мастопатии. Будут, конечно, некоторые неудобства - смалец в отличие от нежной фактуры фабричных кремов плохо впитывается, и его потом приходится смывать.

Веселку используют активно в натуральной грибной косметике. Как сделать свой тоник или маску?

Да, веселка оказывает **омолаживающий эффект**. К тому же она хорошо справляется с **гноиничковой сыпью**. Спрос на грибную косметику с веселкой очень высок, но и цены высоки, т.к. сырье очень дорогое ввиду редкости и непредсказуемости гриба. И если есть возможность - делайте сами. Ниже привожу еще пару рецептов изготовления «домашней» грибной косметики.

Тоник

из веселки обыкновенной

Залить **яйцо веселки** (400 г) разбавленной водкой (100 г водки и 300 г воды), добавить лимонный сок (1 ч.л.). Настоять в холодильнике 2-3 дня. **Применение** - вечером протирать лицо марлевым смоченным в тонике тампоном. Недостаток самодельного тоника - слегка сушит кожу.

Маска

из веселки обыкновенной

Яйцо веселки измельчить и смешать с густой сметаной (50г), добавить взбитый белок (пену). Накладывать на лицо на 10-15 минут, затем смывать теплой водой. Прекрасная маска, но только на один раз - тоже очень нестойкая в хранении.

Ну и наконец, **решеточник и мутинус собачий** тоже, несомненно, имеют целебные свойства, но пока мы их не знаем. Поэтому не стоит с ними экспериментировать. Когда же они будут научно подтверждены, мы обязательно поделимся с вами своими знаниями.

И большая просьба ко всем любителям народных рецептов: веселка - гриб редкий, без необходимости не собирайте ее. Она очень быстро портится, высушить ее в домашних условиях невозможно, делать настойку нужно аккуратно. Поэтому оставьте ее просто в лесу, если не можете быстро переработать.

Ирина Филиппова, фунготерапевт

Уважаемые читатели!

Публикуемая в газете информация не является прямым руководством к действию и не заменяет профессиональную медицинскую помощь. Не занимайтесь самолечением. При любых симптомах заболевания в первую очередь необходимо проконсультироваться с врачом.

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

Где можно получить консультации по применению продукции из целебных грибов?

Подробную информацию по применению продукции из целебных грибов производства ООО «Шиитак» можно получить в «**Центре Фунготерапии Ирины Филипповой**», г.С-Петербург, г. Москва и в магазинах «**Грибная аптека**».
Телефоны:
(812) 271-28-98, 717-17-11, 717-87-84, 575-57-97, 703-06-44, 740-37-61, 974-07-80,
(495) 941-30-10, 510-49-70, 940-20-13, 940-08-49, 656-61-76.

Магазины «Грибная аптека».

г. Санкт-Петербург:

1. Невский пр., дом 180, оф.25, ст. м. Площадь Александра Невского, (812) 271-28-98, 717-17-11;
2. ул. Колокольная, дом 3, ст. м. Владимирская, Достоевская, (812) 575-57-97, 974-07-80, **Отделы «Грибная Аптека»**
3. в аптеке «Доктор», пр. Стачек, 14, ст. м. Нарвская, (812) 715-34-65, часы работы 6 10.00-20.00, вск.-11.00-18.00
4. в гомеопатическом центре «Ариика», пр.Энгельса, 132, кор.1, ст. м. пр.Просвещения, (812) 715-47-26

Часы работы:

пнд - птн
10.00-20.00
сб - 11.00-19.00

г.Москва:

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

Наши представители

Беларусь: г. Белоозерск - (01643) 4-04-55, 59-0-95, г. Минск - (029) 685-24-21
Болгария - 00359 (2) 952-51-99, 00359 - 888-95-03-96 (в т.ч. Греция, Македония, Испания, Румыния, Турция, Сербия)
Великобритания (353 86) 254-09-60
Украина: г. Донецк - (066)754-34-51, г.Киев - (044)331-60-06, г. Одесса - (067)518-42-63, г. Днепрпетровск - (056)788-93-07, г. Запорожье - (612)93-32-15
Екатеринбург - (343) 213-99-61

Омск - (3812) 70-00-37
Пермь (342) 271-29-86
Самара - тел. (846) 242-76-44, 242-76-64
Тюмень - (3452) 62-26-13
Челябинск - (351) 775-39-29

В Центре можно узнать телефоны других представителей: Ангарск, Барнаул, Белгород, Благовещенск, В. Новгород, Вологда, Выборг, Горно-Алтайск, Западная Двина, Ейск, Казань, Калининград (обл.), Киров (обл.), Кострома, Новокузнецк, Новосибирск, Мурманск, Омск, Оренбург, Пятигорск (Кавказ. Мин. воды), Ростов-на-Дону, Снежинск, Сочи, Сызрань, Тольятти, Ухта, Хабаровск, Чебоксары, Череповец, Якутия (Саха).

на правах рекламы

Мы продолжаем нашу рубрику "Грибная рулетка", которая рассказывает о съедобных грибах и их "двойниках", употребление в пищу которых человеком может очень навредить здоровью.

Рубрику ведет к.с.-х.н. Старостин В. А.

С началом нового грибного сезона появляются и новые

И СНОВА - ОПЯТА

случаи отравления грибами. Поэтому очень хочется обратить ваше внимание на отличия грибов съедобных и несъедобных или даже ядовитых. В мае вслед за сморчками и строчками начинают появляться ложные опята, такие, как серножелтый и кирпично-

красный. Позднее, в июне, начинает появляться ложноопенок Кандолля. О них сегодня и пойдет разговор.



Psatyrella candolleana



Шляпка до 7 см в диаметре, гладкая, колокольчатая, у старых грибов почти до плоской, у некоторых с хлопьями; по краю растрескивающаяся.

Пластинки частые, сперва белые, затем грязно-розовые и пурпурно-бурые.

Ножка тонкая, до 7 см длиной и 0,8 см толщиной, белая или светло-серая, полая, волокнистая, без кольца; в верхней части пушисто-шелковистая.

Мякоть с приятным вкусом, без запаха.

Встречается часто, обильно, и большими группами, в июне - августе. В нашей стране гриб практически никто не берет. Грибники считают его несъедобным, очевидно, из-за неприглядной, «поганковидной» внешности. Хотя вполне хорош, может употребляться свежим, соленым и маринованным.

Ложноопенок кирпично-красный (*Huipholoma sublateritium*). В большинстве определителей указан как ядовитый, в лучшем случае - несъедобный. Свежий очень горек, поэтому в таком виде никто его не ест. Но после длительного отваривания пригоден в пищу, хотя и после этого остается весьма посредственного вкуса. В народной медицине применяется в качестве слабительного и рвотного средства. Растет на пнях лиственных деревьев, большими группами, встречается часто, в июле-октябре.

В выпуске №04(24)2007 мы рассказали о двух видах опят - зимнем и летнем. Их можно выращивать на своих садово-огородных участках. Позднее мы расскажем о всеми любимом опенке настоящем. А пока попытайтесь уяснить разницу съедобных опят и несъедобных или даже ядовитых. Ведь ложноопенок Кандолля - (*Psatyrella candolleana*) считается съедобным, а кирпично-красный (*Huipholoma sublateritium*) - несъедобным, в некоторых источниках - условно съедобным. Ложноопенок серно-желтый (*Huipholoma fasciculare*) - уже числится в ядовитых грибах.

Итак, **ложноопенок Кандолля** (*Psatyrella candolleana*, псатирелла Кандолля, иногда можно встретить название "Кандоля"). Гриб растет на пнях, древесных остатках в земле, у основания старых лиственных деревьев, чаще предпочитает акацию.

Huipholoma sublateritium



Шляпка до 12 см диаметром, колокольчатая, затем округлая; terra-котово-кирпичного цвета, с краю часто зеленоватая. Край с остатками покрывала.

Пластинки сперва серовато-белые, затем оливково-черные.

Ножка тонкая, до 12 см длиной и не более 1 см толщиной, суживается к основанию, волокнистая, желтоватая, внизу коричневая.

Мякоть плотная, мясистая, кремово-желтая. Вкус горький, запах неприятный.

Ложноопенок серно-желтый (*Huipholoma fasciculare*). В пищу не пригоден, хотя отравиться им вряд ли возможно, все из-за той же непреходящей горечи: горечь, даже у отваренного не пропадает.

Встречается часто, но не обильно, в самых разнообразных типах леса. Растет на пнях, мертвой древесине хвойных и лиственных пород, группами, иногда большими, в мае-октябре. Бывает даже совместно со съедобными видами опят. Хотя и считается ядовитым (сведения о его ядовитости противоречивы), отравлений данным грибом не бывает, из-за сильной его горечи. Просто при наличии данного гриба будет испорчено все блюдо.

с наилучшими пожеланиями,
к.с.-х.н.

Старостин В. А.

Huipholoma fasciculare



Шляпка до 5 см диаметром, сперва колокольчатая, потом почти плоская, зеленоватожелтая или серножелтая, с красновато-бурым бугорком посередине.

Пластинки тонкие, серно-желтые, затем зеленоватые, позднее оливково-черные. У молодых грибов закрыты покрывалом.

Ножка длинная, до 10 см, тонкая (не толще 6 мм), ровная, часто изогнутая, полая, волокнистая, с исчезающим кольцом - остатком покрывала. Вверху окрашена в цвет шляпки, внизу темнее - желто-коричневая.

Мякоть мясистая, желтая, с неприятным запахом и горько-едким вкусом.

Уважаемые читатели, мнение редакции может не совпадать с мнением ведущего данной рубрики.

Исповедь грибника

(отрывок из стихотворения)

Я жду весну
И жду я лето,
Грибную пору я люблю.
Вкрапления грибов -
Как самоцветы
Среди травы некошеной в лесу!

Один, два, три...
Я вижу много.
Но соберу опять не все:
Большим - в лукошечко дорога,
Малюткам - подрасти в траве...

Алла Богатова, г. Москва

Рукотворное грибное чудо

В прошлом году принес мне зять из лесу целый пакет строчков (там и несколько сморчков было). Пахнут хорошо, и на вид очень приятные грибы. Но, начитавшись Вашей газеты, решила я не экспериментировать ни с едой, ни с лечением, а занялась... посадками. Делала все по наитию. Высыпала грибочки в ведро пластмассовое (старое, ненужное уже в хозяйстве) и оставила на улице. Через недельку грибки мои превратились в кашлицу, я добавила туда торфяной земельки (хорошей, из пакета) и еще оставила на неделю. А потом добавила в это же ведро древесной золы (выгребла из мангала, благо, мои мужики любят шашлыки готовить, а золу не знают куда девать). И всю эту грибную массу высыпала под забор, чуть-чуть лопатой поворошила - прикопала. И... забыла об этом напрочь.

А неделю назад приходит муж и загадочно улыбается: пойдём, чудо покажу. И действительно чудо. Под сосенками у забора строчки выросли: и с темными шляпками, и со светлыми (вероятнее, что это все-таки сморчки - пока определить не удалось). И много их - целая плантация. Вот сейчас займусь лечением: сделаю настойку из строчков и буду в колено втирать, от ревматизма лечиться... А зятю уже заказала лисичек и белых в лесу этим летом набрать - и с ними попробую, вдруг тоже вырастут?

Емельянова Т.,
г. Трубчевск



сморчок обыкновенный

Каменные грибы - немецкая сенсация



белый гриб

Шли мы с приятелем по Зальцбургу, искали, где бы перекусить. Вдруг вижу плакат «Только у нас - каменные грибы». Меня это просто заинтриговало. Заходим - дают очень красивый буклет, где описываются все прелести каменного гриба: и холестерин он убирает, и потенцию поднимает, и клетки кожи регенерирует. Спасает от гипертонии и рака, увеличивает жизненную энергию, нормализует гормональный обмен и т.д. - 4 листа текста. И крупными буквами - это наш, немецкий гриб!

А на картинке я вижу - русский крепенький боровик, как будто только из-под русской елки. Мой друг-немец смеется: «Это у вас он - боровик и стоит копейки, а у нас его называют каменным грибом steinpilze, и он у нас очень ценится. А сейчас, когда целебные свойства грибов научно подтверждены - особенно. Да ты сейчас сам увидишь, насколько «ценятся».

Принесли нам большое немецкое блюдо, а на нем тонюсенько нарезанные ломтики сырого маленького боровичка, украшенные листьями какой-то травки. Сами дольки гриба были политы лимонным соком и сбрызнуты ароматическим маслом с солью. Стоимость - 89 евро!

Друг только смеялся: для здоровья ничего не жалко. Да, кафе явно не прогорит - отведать каменных грибов интересно и иностранцам, да и немцы очень о своем здоровье беспокоятся.

Андрушенко Игорь, г. Москва

От редакции. - Молодцы немцы! И абсолютно правы - белые грибы действительно обладают высокими противоопухолевыми свойствами, это мощная профилактика рака. Да и в остальном тоже не переусердствовали - все верно. Вот только российская биодобавка из боровика стоит на-а-много меньше, чем блюдо в немецком кафе. А эффекта больше...

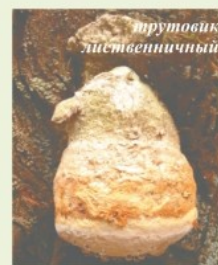
Трутовик и еще раз трутовик!

До 30 лет мне моя внешность нравилась - блондинистая, в меру полненькая, мечта любого мужчины. А вот к 40 уже смотрю - и там висит, и здесь складками пошло. Муж намекать стал: дескать, пора бы к «мечте» вернуться. А я уже не могу на диетах сидеть - стоит не поесть, голова начинает болеть. Особенно вечером - нужно шоколадку съесть, чтобы самочувствие было в норме. Конечно же, пыталась попробовать все: и на кремлевской диете сидела, оказалось не для меня, и разные чаи пила - все равно аппетит зверский. Давно слышала про целебные грибы, но нигде не встречала их. И тут вдруг ваша газета.

Сразу скажу, нам, толстушкам - это просто спасение. Во-первых, от трутовика сразу виден эффект - аппетит у меня стал не таким зверским, на шоколад после трутовика не тянет. Во-вторых, налачился стул, а в-третьих, действительно идет похудение. Полегоньку, но постоянно.

Симонова Елена, г. Псков

От редакции. - Речь идет не об обычных трутовиках, которые повсеместно растут в средней полосе на деревьях, а о трутовике лиственничном (губке лиственничной), которая произрастает только в Горном Алтае. Поэтому искать его в наших широтах и тем более делать настойки - напрасные хлопоты. Экстракт трутовика сейчас производят фирмы, специализирующиеся на выпусках грибной продукции.



трутовик
лиственничный



По просьбам читателей "Грибная харчевня" будет публиковать готовое "грибное меню". Как некоторые говорят про полный обед: "Первое, Второе, Третье и Компот". Правда компота из грибов не сварить, хотя тоже есть варианты заливок - кефир из молочного гриба, "квас" из чайного или рисового гриба, а в этом номере мы даже привели рецепт "охотничьего киселя" из лишайника. А вот закуски, горячие блюда или выпечку с грибами - "Грибная харчевня" вам обеспечит. Приятного аппетита!

Меню №1

СУП С ГРИБНЫМИ КЛЕЦКАМИ

Сухие грибы вымыть, замочить на 4 ч в холодной воде, затем измельчить на мясорубке или блендером.

Луковицу мелко нашинковать и смешать с грибным фаршем.

Добавить в него яйцо, соль и тщательно перемешать.

Замесить тесто. Сформовать жгут толщиной около 1 см. Ножом нарезать по 2 см - клецки. Опустить их в подсоленный кипящий бульон, прокипятить около 10 минут на небольшом огне.

После этого добавить в суп обжаренные кусочками сало и репчатый лук, а также специи. Еще проварить 10 минут.

Перед подачей к столу заправить сметаной и зеленью.

Понадобится:

Клецки:

100 сухих грибов;

1 луковица;

1/3 ч.л. соли,

2 ст. муки;

1 яйцо;

Для бульона:

300 г мяса,

50-100 г сала;

1 луковица;

лаврушка,

гвоздика,

зелень и соль.



ЗАПЕКАНКА ИЗ РЫБЫ С ГРИБАМИ

В смазанную форму уложите подготовленное рыбное филе, а на него - обжаренные в масле грибы, смешанные с мукой.

Полейте сметаной или молоком со сливками, посыпьте молотыми сухарями или тертым сыром, сбрызните маслом и запекайте в духовом шкафу, пока рыба не покроется румяной корочкой.

Подавать можно к картофелю, овощам или как самостоятельное блюдо.

Понадобится:

500-700 г рыбного филе;

300 г свежих или 200 г соленых грибов;

1,5 ст. сметаны;

1 ст.л. молотых сухарей

или 2 ст.л. тертого

сыра;

2 ст.л. сливочного масла;

1 ст.л. муки;

соль, молотый перец.



САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ И МАРИНОВАННЫХ ГРИБОВ

Понадобится:

3 вареных корня сельдерея;
100 г маринованных грибов;
2 вареные свеклы;
1 яблоко;
2-3 отварные картофелины;
150 г постной ветчины;
120 г майонеза;
60 г оливкового масла;
1/3 ст.л. горчицы;
1 ч.л. лимонного сока;
сахар,
соль, перец по вкусу.



Свеклу, сельдерей, картофель, ветчину и грибы нарежьте соломкой, а яблоки натрите на крупной терке. Корень сельдерея можно заменить стеблем.

Смешайте муку и манную крупу, сделайте ямку, влейте в нее воду с разведенными в ней дрожжами, посолите и замесите тесто. Когда оно перестанет прилипать к рукам, выложите его в миску и оставьте на 30-40 минут.

Раскатайте лепешку, посыпьте смесью муки и манной крупы, сложите пополам. Осторожно, чтобы оно склеилось, раскатайте тесто скалкой. Повторите все еще раз.

Капусту нашинкуйте, кочерыжку натрите на мелкой терке.

Грибы обжарьте и смешайте с капустой. Выложите начинку на пласт теста горкой и вылейте на нее сырые яйца. Уголки теста заверните и слепите, в центре оставьте небольшое отверстие.

Выпекайте кулебяку 15-20 мин на сухом противне, сразу переложите на блюдо и смажьте сливочным маслом.

Понадобится:

Для теста:

по 120 г пшеничной

муки, манной крупы и

воды;

60 г сливочного масла;

10 г дрожжей,

соль.

Для начинки:

150 г грибов;

500 г капусты;

5 яиц;

60 г сливочного масла;

соль.



Размешивая, добавьте майонез. Залейте салат заправкой и украсьте грибами и зеленью.

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

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

Газета "Грибная Аптека". Учредитель и издатель ООО "Фарм-принт". Регистрационное свидетельство ПИ № ФС77-24645 от 08.06.2006г. Свидетельство выдано Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Российской Федерации и зарубежным странам. Адрес редакции и издателя: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр.180, оф.25. Тел: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru. Главный редактор Фаина Т.И. Тираж 20000 экз. Подписано в печать 25.05.2007 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО "Типографский комплекс "Девиз", 198096, СПб, Угольная гавань, Элеваторная площадка, 6. Заказ № ТД-2009

