



№ 09 (041)
2008г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

«ВЕСЕЛКОВЫМ» СОКОМ ПО ПОЛИПАМ!

Диагноз “полипы в носу” у меня уже давний – лет пять. Начиналось все обычно – насморк хронический, постоянно закапывал нафтизины, галазолины и т.д. Вот и дозакапывался.

Сделали одну операцию, вырезали эту дрянь, через три месяца они выросли еще больше. Дышу с трудом, только ртом.

Под Винницей у нас дед есть, травник. Поехал к нему. Он вынес самодельные свечи с соком веселки (гриб наш местный – много его в Западной Украине растет, очень целебный). Эти свечи он как-то сам делает с каким-то жиром, их надо в холодильнике держать. Месяца два я в нос закладывал по четвертинке такой свечи – и все. Полипы меня больше не беспокоят, сбежали...

Очепорук К., г. Киев

ОТ БОЛИ В ПЯТКАХ ЧЕРВИВЫЕ ГРИБЫ

Принес мне внук первый в этом году «грибной улов» – штук 10 подберезовиков, свинух тоже с десяток, сыроежек, горсть первых рядовок луговых. Больше половины червивых.

На жаренку с картошечкой хватит, а червивые грибы я теперь никогда не выбрасываю. Я их отдельно отвариваю – и как только этот «грибной суп» чуть остынет, я переливаю его в тазик и... ставлю туда ступни. Такая у меня грибная ванночка для ног получается. В прошлом году я очень страдала от шипиц – на пятку наступить было больно. Еле до магазинаковыляла. Научили меня делать такие грибные ванны – и действительно полегчало, теперь нормально хожу...

Марына В.П., г. Опочка

- ФУНГОТЕРАПИЯ открывает свои секреты:
Кружевные красавицы-Волнушки
- Консультация ТРАВНИКА:
ТИМЬЯН – богородская трава

- Очевидное-невероятное:
ДРОЖЖИ – подарок людям от Грибного царства или?..
- Грибной ОГОРОД:
выращивание сморчков

- Грибная ПОЧЕМУЧКА:
Страшилки о грибах

- **Грибная ХАРЧЕВНЯ (заготовки)**

Подписной индекс
Газеты “Грибная Аптека”

19320

По каталогу “РОСПЕЧАТЬ”
(с любого месяца)

РОССИЯ

19320

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**

Волнушка розовая



Сентябрь

Казалось бы, чего лучше? Сентябрь – самое грибное время. Да еще лето удалось «замечательное» – дождливое, не жаркое, не лето – а мечта грибника. Под любимым деревом – гриб дожидается. Однако, особо душа и не порадуется лишней раз. А иногда становится даже печально. Особенно после просмотра телевизора...

Ранним утром за первой своей чашкой кофе перед выходом на работу слышу в телевизоре знакомые слова: грибной сезон. И вижу улыбку молоденькой корреспондентки, которая держит в руках подберезовик. Следующий текст настолько меня ошеломил, что я не знала – шутка это или всерьез. «Вот этот гриб (подберезовик) может быть для вас смертельно опасным – говорит милая девушка, – в нем сконцентрировано столько тяжелых металлов и радиации, как будто вы постояли 5 минут у Чернобыльской станции. В нашей экологии грибы собирать смертельно опасно, потому что они мутируют, приспособляются для питания мусорными отходами.. Это нам рассказал директор Московского нарконтроля (почему именно он, а не миколог? – ред.): «Да, подтверждает он, – сейчас нельзя собирать в лесу ни грибы, ни ягоды – это опасно. А то, что они лечат – это заблуждение. Лечат – лекарства, анальгин, например, а все БАДы из так называемых целебных трав и грибов – не могут лечить. Я никогда не принимал их и вам не советую...»».

Всего – 5 минут. А в скольких головах отложилась эта чушь? И что это за искореженное сознание – химический анальгин лечит, а природные травы и грибы – нет? Из нас делают полуроботов? Сначала внедряют в сознание, что лучше синтетические лекарства, потом объясняют, что и еда синтетическая тоже намного питательнее и полезнее.

Печально. Грустно и то, что, по-видимому, уходит вообще культура «тихой охоты». Молодые люди не знают и не стремятся знать грибы, а тем более, собирать их. Уходят рецепты заготовки грибов – кто сейчас солит или маринует грибы? Мы как-то провели телефонный опрос – из 50 опрошенных семей – 7 человек ответили, что помнят вкуснейшие грибы бабушкиной засолки, но сами никогда так не делали. 5 человек – любят собирать грибы и, если их достаточно, просто замораживают в холодильнике. И только двое из 50(!) смогли вспомнить, как правильно маринуют и солят грибы! Остальные опрошенные респонденты – грибы иногда покупают в универсамах, но не в восторге от соленых и маринованных магазинных деликатесов. Сами же ни солить, ни мариновать не собираются...

Неужели лет через 50 нашу газету будут держать и объяснять детям, что их предки были склонны к суевериям и собирали грибы в лесу! Для пропитания и лечения...

Ну, да ладно – хватит о грустном. Сентябрь ведь на дворе. Боровики на каждой опушке, волнушки выглядывают розовыми шляпками, лисички хоровод водят. И, слава Богу, что стоит чуть приподняться и проспаться самый грибной утренний час – и в лесу видишь только срезанные пеньки от грибов. Значит, много еще нас, Грибников!

И о подписке. Она растет. Но очень медленно. А ведь это единственное в стране издание. И тут опять вкрадываются мысли – неужели нас так мало, грибников? И 50 тысяч не набирается?..

Гл. редактор Т.Фадина

Борюсь с геморроем зрабами



Геморрой у меня выскочил после родов. Очень мучительно. Тем более, у меня работа сидячая. Как только обостряется – ни о чем думать не могу, так жжет и печет. Проктолог у нас лишнего слова не скажет – только на бумажке напишет: свечи противовоспалительные. А они мне уже давно не помогают и жжение не снимают. Читаю все рецепты в газетах, много на себе пробовала – скажу только, что все это, видно, журналистами придумано. Готовила прополисную мазь, уйму времени потратила – получилось черт-что да еще и обострение получила – второй узел вылез.

Ваш метод из газеты взяла, потому что легкий и не надо ничего самой готовить. Надо-то всего кусочек льда и готовый крем «Веселка».

И очень помогает – просто невероятно, как помогает!

Как только узел вылезает и начинает жечь, эту боль легко снять кусочком льда. На несколько секунд (5-10 – больше не выдержать) приложить к узлу лед, и так несколько раз. Боль уходит мгновенно, а сам он съедивается. Затем промазать кремом. И так каждый вечер. Через три дня узла уже нет. И он после такого лечения опять возникает очень не скоро – у меня спокойный период уже больше полугода.

Михеева Н.А., г. Москва

Сгниь, исчезни бородавка



У нас в деревне млечным соком от груздей и волнушек бородавки сводили и псориаз лечили. Бородавки-то я сама себе сводила: мамка утром корзинку вручает и наказывает без полной «солонухек» домой не являться. Вот мы с огромной ответственностью сначала грузди собираем, а потом уже дурака начинаем валять – в догонялки да прятки играть. Вот пока грузди рвешь, сразу вспоминаешь, где очередная бородавка появилась. Ее надо молоком груздя или волнушки помазать и слово сказать: «Вот тебе груздя отравка – сгниь, исчезни, бородавка». И действительно бородавки исчезали!

А у моего дядьки был псориаз, его в армию не брали, он очень переживал. Тем более, у него пятна были под волосами и на лице – девки его за это «лишайным» дразнили. Он в городе с 10 лет жил, рисовал замечательно, его туда и отдали в специальную художественную школу с пансионом (в 50-ые годы в Минске она как раз открылась). А в 18 лет приехал в родную деревню – псориаз замучил, стеснялся он его очень. Вот бабушка и моя мама его стали лечить – травы какие-то давали пить (вроде, бессмертник и лопух), а из грибов – мазали каждый день млечным соком. Так весь грибной сезон, а зимой из сухого порошка рыжиков, груздей и волнушек делали настойку, пил он эту настойку, и пятна смазывали этой же настойкой. А еще была мазь из веселки. Грибы эти я ему собирала, поэтому знаю. Улучшение было сразу же. Это и я заметила. Раньше тяжело около него стоять было – пахли очень эти пятна, словно прогорклым бараньим салом несло, особенно, когда они мокнуть начинали. А потом и сами бляшки исчезли – только розоватые пятна остались. И так было долго – загорит, а загар неровный, словно пятнистый. Но это уже было не страшно. Женился он на городской девушке года через три, уехал в Гродно, стал художником известным, даже выставки за границей были. А псориаза больше не было.

Кученок Е., г. Брест

ЧЕМ ПАХНУТ ГРИБЫ?

Зеленушка, поздний гриб сосновых лесов, очень любимый петербуржцами. Пахнет зеленушка... сырым тестом. Вообще, мучнистый запах (запах прогорклой муки) присущ некоторым рядовкам и коллибиям. Но при приготовлении гриба этот запах не столь очевиден и вкусовым качествам не мешает.

Но это запахи, которые вполне можно терпеть и даже с удовольствием вдыхать. А вот на полянке рядом с некоторыми грибами стоять просто невозможно. Запах их отвратителен, хотя внешность бывает просто роскошная – вот так всегда и бывает: внешность, увы, обманчива. Это грибы из рода веселковых (веселка, диктиофора-сетконоска, мутинус собачий)

Очень интересное описание **сетконоски** оставил немецкий путешественник и писатель **Рихард Крумбольтц**, которую ему довелось наблюдать в Южной Америке.

«Я выбрался из зарослей на поляну, – вспоминал Крумбольтц, – и чуть не наступил на какое-то странное яйцо. Оно было чисто белого цвета и отчетливо выделялось на фоне зеленых мхов. Вначале я решил, что нашел гнездо гокко – глухаря бразильских лесов. Но тут же передумал: ни одна птица не станет откладывать свои яйца прямо на сырой мох. Может быть, это яйцо ящаны – гигантской ящерицы?»

Загадочный предмет был упругим на ощупь и покрыт кожистой оболочкой. Я хотел было поднять его и рассмотреть поближе, как вдруг заметил, что яйцо... растет. На глазах увеличивается в разме-

рах. Тонкая трещинка расколола его оболочку и побежала дальше, распарывая ее на две полусферы. Края треснувшей кожи на макушке «яйца» разошлись, и из щели между ними выползла, вернее, выскочила, ярко-оранжевая лакированная шляпка. Она сидела на длинной белоснежной шейке. Шейка быстро вытягивалась: каждую минуту увеличиваясь на 5 миллиметров! Что же это за штука: невиданный зверь, птица или растение?

Наконец, очертания загадочного предмета определились. Это был гриб! Прямой, как свеча, на стройной белоснежной ножке, за два часа он вытянулся на целых полметра в высоту. И вдруг новое чудо поразило меня: из-под оранжевой шляпки гриба с треском выскочило ажурное белое покрывало. Оно почти упало до самой земли и, подобно широкому кринолину, окружило ножку удивительного растения. В тот же миг сильный отвратительный запах падали стал распростра-

няться от лесного чуда во все стороны. Одна за другой на запах начали собираться мухи и ночные бабочки. Через несколько минут они уже вились вокруг "благоухающего" гриба в таком количестве, что я вынужден был отступить назад.

Между тем на землю опустились сумерки. Многие из ночных насекомых, увивающихся вокруг гриба, зажгли на своем теле маленькие фонарики. А гриб? Гриб тоже светился – яркое изумрудное сияние струилось из-под

его шляпки. Светилось и покрывало – нежным матовым отблеском.

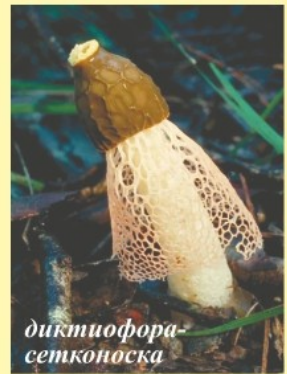
На следующее утро я пришел на поляну, чтобы еще раз посмотреть на диковинный гриб. Но, увы! Нашел здесь лишь небольшой комочек слизи – все, что осталось от чудесного растения.

Позднее я узнал, что гриб, который так быстро и пышно расцвел передо мной, местные жители называют дамой под покрывалом, а ученые – **колокольчатой диктиофорой**.

Из той же серии – крохотный стебелек гриба **мутинуса собачьего**. Сам гриб маленький, похож на карандашик с красной головкой, но запах от него – невероятный по силе. Это запах гниющих отходов, тошнотворный и резкий. Любимое занятие студентов-биологов подбрасывать грибок в спичечной коробке в укромное место на экзамене – преподаватель, как правило, очень быстро начинает принимать сдающих, не задерживаясь на дополнительные вопросы...

Запах веселки – тоже достаточно отвратителен, но не такой интенсивный как у сетконоски и мутинуса. Она просто пахнет... помойкой и подъездом, облюбованным кошками. Автор одной из книг о грибах писал, что в лесу в Закарпатье случился невиданный урожай веселок, но запах стоял в лесу такой, что только закаленный любитель грибов мог выдержать полчаса для сбора еще не открывшихся яиц веселки...

Так что, когда говорят о «грибном запахе», нужно уточнять, что имеется в виду – запах или все же грибной аромат?



диктиофора-сетконоска



Зеленушка



мутинус собачий

ПРОДУКЦИЯ ИЗ ЦЕЛЕБНЫХ ГРИБОВ ООО "ШИИТАКЕ"



Кордицепс (Cordyceps militaris)

ПРИМЕНЯЕТСЯ В КОМПЛЕКСНОЙ ТЕРАПИИ ПРИ:

- НАРУШЕНИЯХ ИМУННОЙ, СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ, ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ И МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМ;
- БАКТЕРИАЛЬНЫХ И ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЯХ

упак. 60 капс. по 200 мг

На правах рекламы



ЛИЩИЧКИ (Cantharellus cibarius)

Помогают: – сохранить здоровой кожу,

- предотвратить заражение гельминтами

упак. 60 капс. по 200 мг



крем, пл. туба 50 мл

(812) 717-17-11, 575-57-97, 740-37-61 (495) 940-20-13, 941-30-10, 510-49-70

Производитель ООО "Шийтаке", СПб, 192286, СПб, пр-т Славы, д. 23, корп.3, ОГРН 1037835045049

ДРОЖЖИ



подарок людям от
Грибного царства...

Именно дрожжам обязаны мы самыми счастливыми минутами жизни. Бокал шампанского за счастье молодых на свадьбе, рюмка водки «со слезой» – замерзшему страннику, воздушный пирог или сдобный калач праздничным днем, мягкий горячий хлеб с хрустящей корочкой за семейным ужином – все это только благодаря дрожжам, то есть дрожжевым грибкам.

Эти грибы называли дрожжами благодаря их свойству заставлять «дрожать» жидкость, в которой им довелось найти кров и еду. Дрожжам для развития не нужен кислород, они спокойно обходятся без него. При их дыхании образуется углекислый газ, который в виде пузырьков выходит на поверхность воды. При брожении сахар подвергается распаду. Продуктом этой реакции становится спирт. В связи с этой интересной способностью грибы заслужили большую популярность, превратившись в незаменимых производителей **горячительных напитков и хлебобулочных изделий**.

Ежегодно в мире изготавливается одних только пекарских дрожжей не менее 700 000 тонн, а сухих кормовых дрожжей – около 200 000 тонн.

Вина с помощью дрожжей получают из виноградных и плодовых соков. **Пиво** получают из зерен злаков.

Но сырьем для получения спирта могут служить как пищевые продукты (картофель, зерновые), так и отходы деревообрабатывающей и целлюлозной промышленности (сульфитные шелока).

Дрожжи, накапливаясь в бродильных производствах в виде отходов, также находят свое применение. Их используют в качестве ценной кормовой добавки в **пищевом рационе сельскохозяйственных животных**. Дрожжевая биомасса также хорошо усваивается организмом **человека**. В этом случае их употребляют внутрь в жидком виде или в таблетках.

500 г сухих дрожжей заменяют по количеству белка 1 кг свежего мяса, 41 литр коровьего молока или 33 куриных яйца. В качестве прекрасного витаминного препарата **достаточно ежедневно принимать 2 г сухих или**

10 г прессованных дрожжей. Перед употреблением дрожжевые клетки следует убить – залить их массу кипятком. Иначе живые дрожжи могут доставить массу неприятностей. Примером таких неприятностей может служить своего рода месть, которую широко практиковали в деревнях. Как известно, в прошлом веке на садовых участках и в деревенских домах не было обычных удобств, их заменяли деревянные «скворечники» – «нужники» с дыркой. В летнее время это было достаточно зловонное место с густой массой фекалий. Так вот, злые шутники, стремясь насолить хозяину, выбирали денек познойнее и утром бросали туда килограммовый пакет обыкновенных дрожжей. И уже через несколько часов могли наблюдать «сельское шоу». Зловонная масса с урчанием и сопением не только добиралась до уровня «дырки», но и активно выплескивалась и заливала все вокруг. Удрученный хозяин мог только констатировать сей факт и начинал строить аналогичное сооружение в другом конце сада. А аромат этого дрожжевого «торжества» еще долгое время витал над участком.

Но иногда живые дрожжи могли и существенно облегчить жизнь сельскому жителю...

Что человеку хорошо муравью смерть

Существует довольно интересный способ использования дрожжей в быту для **борьбы с домашними насекомыми, например, муравьями**. Приготавливают **раствор следующего состава: 10 г варенья плюс чайная ложка суспензии из дрожжей на 100г воды**. На выявленных маршрутах следования муравьев ставят небольшие емкости, заполненные этой жидкостью. Следует максимально упростить доступ насекомых к ней, для чего емкости подбирают с довольно низкими бортиками (всевозможные крышки от пивных бутылок), либо, вообще, обходятся без них, нанося жидкость капельками на поверхность выбранных для засады мест. Характерная особенность домашних муравьев

ев состоит в том, что они ориентируются в пространстве при помощи усиков-антенн. Так, наткнувшись на емкость или капельку, они ощупывают ее усиками и затем обязательно окунают их в жидкость на предмет проверки ее удобоваримости. Как правило, первые, самые смелые, разведчики насыщаются жидкостью до предела, отчего их брюшки сильно раздуваются. Затем, не имея более возможностей продолжать чревоугодие, они не спеша, переваливаясь из стороны в сторону покидают лакомую площадку, стремясь донести до сородичей радостную весть о свалившейся невеселье откуда манне небесной. Очевидно, эта весть, как и новый вид, еще недавно довольно изможденных товарищей, производят неизгладимое впечатление, в результате чего появляется большая колония особей, включая иногда даже муравьиную матку, которая отличается своими крупными размерами. Присутствие прародительницы муравьиного рода подчеркивает, что предложенная жидкость признана за весьма ценное питательное сырье. Спустя 2-3 дня после пиршества муравьи, как правило, начинают вымирать. Причина здесь кроется в характерном свойстве дрожжевых клеток. Они растут и размножаются с громадной скоростью (будучи одноклеточными организмами), вызывая при этом существенные изменения в окружающей среде (кишечнике муравьев). Положение усугубляется еще и тем обстоятельством, что не ведающий удовлетворения аппетит муравьев заставляет принимать внутрь вместе с пищей большие порции дрожжевых клеток. При этом концентрация продуктов обмена веществ в организме бывает настолько велика, что приводит к гибели насекомых. Трупники насекомых обычно располагаются вблизи мест с повышенной влажностью – очевидно последним минутам их жизни сопутствует сильная жажда.

Стенин И.Ю.,
«Разведение грибов...»

Кружевные красавицы – Волнушки

Если бы существовал приз на самый обаятельный гриб, волнушки бы заняли первое место. Насыщенный розовато-оранжевый цвет с трогательной бахромкой по краям – что может быть трогательнее? А рисунок по шляпке – спиральные окружности, которые так и притягивают внимательный взгляд грибника? Нет, что ни говорите, собирать волнушки – это ни с чем не сравнимое удовольствие. Оно нескончаемое – подламываешь хрупкий корешок розовой крепышки, а взгляд уже прикован к следующей, протягиваешь за ней руку и отмечаешь боковым зрением еще и еще подросшие розовые мохнатые пуговки. А корзинка наполняется и наполняется. Хотя волнушек никогда много не бывает – их можно перечислить за вечер хоть несколько корзин. И все это с удовольствием – к нежнейшей шероховатой шляпке грязь не пристает и травинки не приклеиваются, остается только ножом провести, чтобы срезать бахромку и еще раз полюбоваться обильным млечным соком. А **млечным соком волнушек** нужно не только любоваться, им **нужно лечиться**. Я это узнала давно, на собственном опыте.

Уколола палец рыбьей костью вяленого леща, палец загноился, а потом раздулся – **рожа**. Месяц не давал покоя – антибиотики не помогали, примочки с мазями тоже. А работать надо, и домашние дела никто за меня не переделает. Да, как на грех, муж привез 3 ведра волнушек – можешь, не можешь, а надо почистить и засолить. Времена были тяжелые – начало 90-х, питание надо было запастись впрок. Сижу, чищу, бинт сняла – мешает только. Больно, чуть не плачу. Думаю, завтра надо опять антибиотики принимать – ведь распухнет, опять гной пойдет. К ночи перечистила – сил не было даже как следует молочко с рук смыть, только водой ополоснула. А утром проснулась – чудеса: палец не болел, не стрелял, не дергал. Опухоль почти сошла!

И тогда я стала делать компрессы с волнушками. И рожа прошла за неделю! И ноготь, хоть и чуть деформировался, но остался. С тех пор я знаю, чем лечить рожу. И всем советую – **млечный грибной сок (любых млечников) поможет всегда**. А на зиму рекомендую засушить млечники (не более чем при 50 градусах) и держать на всякий случай. Вдруг пригодится для приготовления

настойки или мази.

Волнушки целебны все. Да их и существует всего-то два вида: *Lactarius torminosus* – **волнушка розовая** и *Lactarius pubescens* – **волнушка белая**.

Лучше, чем описал волнушки писатель Солоухин, наверно, и не скажешь. А его «грибной одой» просто зачитываешься: «Волнушки появляются летом, в июле (хотя настоящая их пора в августе и сентябре), когда трава в лесу сочна и зелена. И вот среди зеленой травы, в окружении голубовато-белых берез вдруг начинают попадаться ярко-розовые грибы с нежной опушкой по краям. Отчего ее зовут «волнушка», кажется понятным. По ярко-розовому полю ее расходятся более бледные круги, как волны по воде от брошенного камня.

Впрочем, можно считать, что по бледно-розовому фону расходятся темно-розовые волны. Но почему ее называют еще и «волжанка», я не знаю. Как бы то ни было, оба названия мне представляются красивыми и в этом смысле соответствующими виду гриба. Действительно, мало найдешь грибов, которые также украшали бы наши леса.

Удовольствие от собирания волнушек не только в их красоте, но и в обилии, однако не в таком, чтобы пропал интерес. Волнушки растут группами, стаями, причем, где есть старые, там обязательно попадают и молоденькие, такие розовые аккуратные пятячки.

Волнушка – гриб крепкий, не то что иная сыроежка, которая так и крошится по краям. Правда, с возрастом края волнушки совсем разгибаются и даже поднимаются вверх, как бы раскрываются, и тогда волнушка становится более хрупкой. Тогда она выцветает, ее полосы (волны) делаются едва заметными, густая опушка редет, становится клочковатой, и весь этот гриб делается похож на розоватый груздь. Бледно-розовые пластинки местами желтеют. В грибе чувствуется некоторая сухость по сравнению с налитой, ядреной крепостью с молодости. На разрезе волнушка выделяет обильный белый сок, который ужасно как едок. Если дотронуться языком, то, пожалуй, будет не лучше, как если бы вы окунули кончик языка в крепкий перец.



Волнушка розовая

Поэтому волнушки сначала нужно держать в холодной воде, чтобы вся горечь из них ушла. Затем их обыкновенно солят, хотя можно и мариновать. И в том, и в другом случае волнушка, к большому сожалению, теряет свою удивительную расцветку. Она становится просто серой. Я уверен, что, если бы волнушка и на столе умела выглядеть так же, как в березовом лесу, она украшала бы всякий стол, и только за одно это ценилась бы, вероятно, больше других грибов, тем более, что по вкусу волнушка уступает только рыжику, но ничем не хуже груздя.

Существует разновидность волнушки – **волнушка белая**. Этот гриб в отличие от настоящей волнушки (розовой) абсолютно невзрачен. Его поверхность грязноватого цвета, хотя в массе он дает ощущение некоторой розоватости. Кроме расцветки, этот гриб ничем не отличается от своей ближайшей родственницы, разве еще тем, что он более тонок, слаб и хрупок. Растет он тоже в березовых или смешанных с березой лесах. Однако предпочитает, почему-то, молодые леса, в то время как розовая волнушка водится и в молодых и в старых.

Прекрасное описание. Но все-таки поспорю с грибным классиком – вымачивать волнушку совершенно не обязательно. Ее достаточно замочить в холодной воде на три часа и затем отваривать – тогда она становится более хрустящей. А если замачивать как грузди – по трое суток – красивый и хрустящий грибок растекается в кляксу. Ни вида, ни цвета, ни вкуса.

Вкусны все-таки не маринованные, а именно соленые волнушки. И, самое главное, что нужно запомнить – грибы не просто солят, их квасят, как капусту и огурцы, то есть дают первое время грибам «перевродить», поэтому сверху меры соли класть не следует. И тогда грибы будут вкусны по-русски, а не на польский или чешский манер.

И. Филиппова



ТИМЬЯН ПОЛЗУЧИЙ *Thymus serpyllium* (ЧАБРЕЦ, БОГОРОДСКАЯ ТРАВА, МАТЕРИНКО, МУХОПАЛ)

Сегодня поговорим о травке, которую многие знают и любят: кто выращивает ее у себя в саду, кто просто покупает как ароматную приправу ко многим блюдам, для консервирования или заваривания целебного чая. Душистее чабреца травы не сыскать. В России ее величают **БОГОРОДСКОЙ**. Уже в древности люди считали, что она способна вернуть человеку здоровье и жизнь...

Как всегда, рассказывает об этом наша постоянная ведущая рубрики – врач-фитотерапевт Васильева Людмила Алексеевна.

*Древние дали тимьяну
название «серпиллум» –
ползет он близкий к земле,
обладая сухой и горькой силой
(Ода из Мена)*

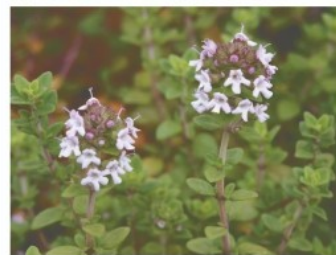
О происхождении родового названия чабреца существует несколько версий. По одной версии *Thymos* – сила, мужество, поэтому веточка чабреца всегда украшала рыцарские доспехи. По другой чабрец переводили как дыхание жизни, дух. По третьей *thyo* – совершать жертвоприношение. Чабрец издавна считался культовым растением. Древние греки посвящали его Афродите, принося в жертву. В России чабрец называют **богородской травой**. В день Успения Богородицы пучками этой травы украшали ее иконы. С древности чабрец почитается как божественная трава, **способная вернуть человеку здоровье и жизнь**. В средние века чабрец использовался не только как лекарственное растение, но и как санитарно-гигиеническое средство. Его дымом окуривали заразных больных, коров после отела, обрабатывали молочные бочки и посуду для засолки овощей.

В старых ботанических руководствах пишется: *«тимьян имеет свойство укреплять желудок, голову, сердце, унимать рвоту и резь в животе, исправлять всякую дурноту в желудке и в голове, производить аппетит, острить и укреплять зрение. При наружном употреблении разгонять опухоли и шишки»*.

Род тимьян насчитывает несколько сотен видов. Все они целебны, в той или иной степени используются в народной медицине. В России наибольшей популярностью пользуются **тимьян обыкновенный, ползучий и тимьян Маршалла**.

Тимьян ползучий (богородская трава) – европейско-сибирский вид. В России встречается во многих областях европейской части, западной Сибири, Забайкалье. Это мелкое травянистое растение из семейства губоцветных. Образует дерновники с ползучими побегами, от которых отходят прямостоячие цветоносные побеги высотой 2-15 см. Тонкие стелющиеся побеги, покрытые волосками, помогают растению удерживать воду. Любит сухие солнечные места с каменистой или песчаной почвой. Это склоны гор и холмов, сосновый бор, берега рек и озер.

Соцветие состоит из розоватых или лилово-красных цветков. Цветет с мая по сентябрь. К осени созревает плод – сплюснутые мелкие орешки.



Чабрец широко используется в народной и официальной медицине. Применяют наземную часть растения в период цветения.

В химический состав чабреца входят дубильные вещества, горечи, смолы, камеди, флавоноиды, органические кислоты, минеральные соли и ароматические масла. Характерно полное

отсутствие алкалоидов. Лечебные свойства чабреца определяются наличием в нем эфирных масел тимола и борнеола, которые оказывают **бактерицидное действие на кокковую патогенную флору, обладают бактериостатическим действием на Грам(-) микроорганизмы и высокой антимикотической активностью в отношении патогенных грибов**. Препараты тимьяна **дезинфицируют верхние дыхательные пути, обладают выраженными отхаркивающими свойствами, стимулируют двигательную активность реснитчатого эпителия, повышая количество секреторно отделяемого, способствуя разрыхлению воспалительных налетов**. При сухом поражении слизистой оболочки горла и гортани оказывают **обволакивающее действие**.

Настой чабреца назначается как **успокаивающее средство при сухом спастическом кашле**, когда противопоказаны сильные отхаркивающие средства. Благодаря содержанию высокоэффективных эфирных масел чабрец способствует **уничтожению патогенной микрофлоры, не чувствительной к антибиотикам**.

Успешно используются препараты чабреца при заболеваниях **желудочно-кишечного тракта (пониженная желудочная секреция, атония или спазмы кишечника, дисбактериоз)**. У больных исчезают боли в животе, улучшается пищеварение.

Препараты на основе чабреца обладают **успокаивающим, противосудорожным и мягким снотворным действием**. Для этого используют траву в виде настоя, настойки. Хорошо помогают расслабиться перед сном теплые ванночки с эфирным маслом из чабреца.

При воспалительных заболеваниях полости рта, хронических тонзиллитах чабрец используют в виде полосканий. Масляный экстракт применяется **при заболеваниях глаз**.

Как **антисептик** чабрец используют **при инфекциях мочевыводящих путей**.

Чабрец в комплексе с другими травами активно назначается при лечении **туберкулеза, хронического алкоголизма, грибковых заболеваний, как противоглистное и противосудорожное средство, при гнойных ранах** стимулирует процессы репарации.

Эфирное масло чабреца оказывает **мощное обезболивающее противовоспалительное действие, повышает тонус кровеносных сосудов, улучшая трофику тканей**. Широко используется в реабилитации пациентов с **парезами, параличами, при артралгиях**,

РЕЦЕПТЫ применения ТИМЬЯНА ползучего

ломбалгиях. Порошком сушеной травы присыпают раны и язвы.

Препараты на основе чабреца могут быть использованы и в **косметических целях для избавления от перхоти, и против угревой сыпи.**

Побочные явления – тошнота может возникнуть при передозировке препарата. Противопоказан чабрец при беременности, декомпенсации сердечной деятельности, почечной и печеночной недостаточности. При лечении необходимо четко придерживаться рекомендуемых доз, т.к. длительное использование чабреца может привести к гипотонии щитовидной железы.

Формы применения:

1. Настой: 10 г травы залить 200 мл кипятка, нагреть на водяной бане 15 мин., охладить 40 мин., процедить, пить по 1 ст. л. 3-4 раза в день. При остром вагините 1 ст. настоя добавят водой до 1 л. Спринцевания 1-2 раза в день.

2. Отвар: 10 г залить 200 мл воды, кипятить на водяной бане 20-30 мин., отвар охладить, профильтровать, пить по 1 ст. л. 3 раза в день.

3. Настойка: (тимьяновый спирт) из расчета 1:10 настоять на водке 2 недели, процедить, пить по 5-10 капель 3 раза в день. Курс лечения от 2 недель до 2-3 месяцев.

Для наружного применения с целью растирания при поражении суставов, радикулите делаются более крепкие настойки (1:5 или 1:7).

Экстракт из травы чабреца входит в состав препарата пертусин – **противовоспалительное и противокашлевое средство.** Из свежих цветущих головок чабреца готовят настойку (гомеопатический препарат), используют при **болезнях желудка и спазмах.**

Огородный тимьян широко применяют как приправу к салатам, мясным и рыбным блюдам. В промышленности из чабреца получают эфирное масло для консервации, приготовления колбас и ликеров, при засолке огурцов, в парфюмерии для отдушки туалетного мыла, помад, крема, зубных паст.

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.

ДРОЖЖИ И ВЕСЕЛКА – ЮНОШАМ НА ЗАМЕТКУ

У меня сыну было 14 лет, когда у него враз поведение изменилось. Мрачный стал, нелюдимый, на любое замечание огрызается. Мне все говорят – это переходной период, у всех такое бывает. А я смотрю, он чем-то всегда расстроен. Летом никуда с друзьями не ходит, дома сидит. А потом поехали на шашлыки на озеро, жарко, муж с младшим сыном в озеро забрались. А старший на берегу сидит, футболку не снимает. А когда заставила я его окунуться, тут и поняла причину – вся спина и грудь у него были в прыщах. Причем, зрелище было не слабое – ковром. Тут и поняла я причину его мрачности. Он думал, что у него какая-то неизлечимая болезнь. Я, конечно, посмеялась над его страхами, успокоила, что это юношеские прыщи. Но сама задумалась – что делать? Дерматологов у нас в поселке нет, косметологов тем более, к педиатру идти бесполезно – я медсестра в этой же поликлинике, со стороны все вижу: кто – врач, а у кого – только диплом.

Так вот, взяла я пузырек медицинского спирта и стала каждый вечер выдавливать у сынули прыщи. Их было так много, что за час-полтора удавалось очистить только маленький кусочек кожи, причем гнойники опять нагнаивались (хорошо еще, что на лице почти ничего не было). Поэтому вспомнила все народные рецепты. Таблеток и капсул с дрожжами тогда не было, разводила ему обыкновенные пекарские дрожжи (1/2 чайной ложки на 20 мл теплого молока с медом), заставляла пить вечером. А спину протирала настойкой гриба веселки – бабушка из Белоруссии специально прислала – у них там веселки много, и все знают, что это незаменимое средство при кожных болезнях (кстати, какое счастье, что сейчас появился готовый лечебный крем «Веселка» – это же так удобно. Я уже многим нашим знакомым и даже пациентам советую его использовать...).

В общем, за зиму справились. А весной солнышко помогло. Я заставляла его за дом уходить и загорать на травке. В 15 лет у него уже была хорошая кожа, стал качаться – мускулы появились. И так у нас этот период юношеских прыщей закончился довольно успешно.

Жумбалатова Алла, г. Челябинск

НЕ ЗАХОТЕЛА БЫТЬ ЛЯГУШКОЙ-ЦАРЕВНОЙ

У меня на теле несколько жировиков, но один – очень неудобный, прямо между грудями. Небольшой, но все равно видно – непонятная горошина. Декольте уже не наденешь. Вырезать хирург не советовал, сказал, что вся покроюсь жировиками, как лягушка, то есть жаба бородавчатая.

Он сам же и посоветовал мне крем из веселки. И точно – жировик стал на глазах мельчать. Через месяц даже следа не осталось – на ощупь кожа эластичная и гладкая. А два остальных жировика я тоже мазала, но нерегулярно – забывала. Но, вроде, тоже уменьшились. Сейчас и ими вплотную займусь.

Ляхова Г., г. С-Петербург

Единственная в стране газета о грибах

«ГРИБНАЯ АПТЕКА»

Прислать письмо с ксерокопиями своего подписного талона и подписных талонов вновь

Условия конкурса подписчиков: подписавшихся друзей на ближайšie полгода. Розыгрыш пройдет среди подписавших максимальное число новых читателей.

Письма присылайте до 20 августа. В сентябре мы проведем первый этап розыгрыша призов. Следующий розыгрыш пройдет в марте среди подписчиков «Грибной аптеки» на 2009 год.

Не забудьте в письме указать телефоны для связи. Желаем всем удачи!

www.fungocenter.com

Филиал «Центра ФУНГОТЕРАПИИ И.Филипповой» Украина - г.Киев

В Украине в г. Киеве работает официальное представительство «Центра Фунготерапии И.Филипповой».

В киевском филиале центра вы можете:

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

(044) 279-23-06, 331-60-06, 331-88-66
Г. Киев, ул. Городецкого дом 12/3 (врач)

печатается на правах рекламы



Вот такое указание я прочитала в газете: «Необходимо затаптывать или уничтожать грибницы в местах прогулок детей на территории детских садов, лесных и дачных участков». Как вы это прокомментируете?

Редькина П.О., г. С-Петербург

А как это можно прокомментировать? Представляете картину – люди целенаправленно уничтожают грибницу, давят грибы, и все это на глазах у детей. С благой якобы целью – чтобы ребенок не потянул в рот белый гриб или, например, мухомор. Не объясняют, как важен любой грибок для того, чтобы деревья не болели, чтобы травка была пушистая и зеленая, а тупо уничтожают. Это же варварство, причем очень обидно, что невежество это у людей образованных. В данном случае, как я понимаю, у детского врача. Этот, с позволения сказать, «образованный человек» понятия не имеет о грибах. Он не знает, что мухомор не так опасен, как его описывают. И летальная доза для человека 4 кг свежих мухоморов! И даже если ребенок потянет мухомор в рот и сможет проглотить маленький кусочек (о таком я никогда не слышала), то страшно ничего не произойдет. Достаточно промыть ротик кипяченой водой. И все. А бледные поганки настолько сейчас редки в природе, что о них и говорить не приходится. И случаи отравления грибами достаточно редки. Это официально заявлял главный токсиколог Москвы. А уничтожать грибницы во избежание опасности, что ребенок потянет в рот гриб?... А почему бы тогда не вырубать кустарники (декоративная волчья ягода тоже не безобидна) или не выкапывать траву – тот же самый одуванчик может обжечь слизистую. Представьте, как это будет замечательно – счастливые дети будут абсолютно безопасно играть на асфальтированных площадках за огромным железным забором. Чтобы от природы обезопаситься. На всякий случай.



Волчья ягода



Одуванчик



Amanita muscaria

Правда ли, что к ядовитым отнесены, кроме свинушки, и млечные грибы волнушка, груздь, скрипица? Это я прочитал в газете «АиФ»

Якорнев П., г. Москва

А это из той же серии «страшилки от невежд», теперь уже не врачей, а журналистов. Дело в том, что грибные атласы и книги издаются в России почему-то в основном переводные, вероятно, издательства уверены, что микологов российских у нас просто нет. И идет вот такая смешная западная литература на наш российский рынок. Жерар Уду – французский миколог – поведал русскому читателю, что грузди – несъедобны, а волнушки и вовсе ядовиты, потому что выделяют млечный сок. Для французского миколога такое мнение вполне нормально – грибы там не для еды. А вот русского читателя насмешили. Хотя, как мы понимаем, не всех. Отдельные «грибники», которые грибы видят только на картинках, приняли это за чистую монету, и тут же появи-

лись статьи о «ядовитых груздях и волнушках». Почему западные микологи причислили млечники в разряд ядовитых? Ну, а как объяснить тот факт, что норвежские микологи ядовитым именуют... подосиновик? Вероятно, нам никак не понять западное мышление, какое-то оно у них странное, они так и норовят белое сделать черным, а черное – белым. Вспомните, хотя бы, их реакцию на войну в Южной Осетии.

Что из себя представляет млечный сок у грибов? Почему он горький? Нет ли там вредных ядовитых веществ? И правда ли то, что он раздражает слизистую желудка?

Тимошин О., г. Смоленск

Млечный сок у грибов – это их защита от патогенных грибов и всевозможных бактерий. Надломите у белого гриба шляпку, не срывая его, и через несколько часов гриб начнет подгни-

вать: на незащищенную мякоть набросятся микробы. А для волнушки это не страшно – с надломленной шляпкой она будет такой же крепкой и ядреной. Химический анализ млечного сока показал, что это кладезь целебных веществ: **антибиотики** представлены в наибольшем количестве, причем в самой усвояемой форме – жирорастворимые, так как в молочке присутствует и жир.

Противоопухолевые вещества также находятся в большой концентрации. Среди **фунготерапевтов** зреет убеждение, что универсальное природное лекарство мы найдем именно в этой категории грибов, которые еще изучены очень мало. Но уже есть наблюдения, что среди населения, которое предпочитает холодную засолку из волнушек, рыжиков и груздей – практически нет заболеваний рака, опухолей, сердечно-сосудистой системы, атеросклероза. Каргопольцы, которые всегда предпочитали «солонюшки», отличались крепким здоровьем и набивались в парадные царские войска.

Почему грибы считаются тяжелой пищей?

Диетологи считают, что в них присутствует хитин и клетчатка, которые не усваиваются организмом. Они только забывают, что в кукурузе, бобовых, злаках есть то же самое. Однако нет того роскошного минерального и витаминного состава, а также различных целебных веществ. И плюс к этому – это отличная замена мясу.

Отшельники, которые питались только грибами и ягодами, отличались крепким здоровьем и ясным мышлением, и сознательно отказывались от той здоровой пищи, которую предлагают диетологи (яйца, рыбу, молоко, мясо). Грибы им заменяли все это в полном объеме.

Кстати, те же диетологи считают, что сушеные грибы являются диетическим продуктом и легко усваиваются орга-



Свинушка толстая



Млечный сок на грузде



Сушеные грибы

“ТИХАЯ ОХОТА – 2008”



фото 1.



фото 2.



фото 3.



фото 4.

А не поехать ли нам за грибами в горы... Пушкинские?

Каждый год не перестаю удивляться – в окрестностях Петербурга нет грибов, а поедешь в Пушгоры – там их море. Какой-то грибной край, просто “Грибные горы”. Что только там не растет – красота! В этот раз решил я не только запастись грибами впрок, но и вволю нафотографировал грибных красавцев – благо, каждый из них суперфотогеничен!

Вот, что из этого получилось (это, разумеется, только небольшая часть из огромного фотоархива-2008, если понравится, еще пришло – пусть читатели тоже полюбуются!):

Фото 1. Шишка на лбу – это модно.

Фото 2. На безлесье и верстовой столб – лес.

Фото 3. А куда делась несушка?

Фото 4. Ну и что, что не съедобный!

Фото 5. Розочка и Беляночка.

Фото 6 и 7. Не отходи – заблудишься!

Фото 8. Видали мы модниц без шляпок, но чтобы шляпка без модницы?!

Филимонов А.П.,
п. Разметелево, ЛО.



фото 5.



фото 6.



фото 7.



фото 8.

Где можно получить консультации по применению продукции из целебных грибов?

Подробную информацию по применению продукции из целебных грибов производства ООО “Шиитаке” можно получить в “Центре Фунготерапии Ирины Филипповой” в г. Санкт-Петербурге и Москве и в магазинах “Грибная аптека”.

Магазины “Грибная аптека” в г. С-Петербурге:

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”

в г. С-Петербурге:

1. в аптеке “Доктор”, пр. Стачек, 14, ст. м. Нарвская, (812) 715-34-65,
2. в гомеопатич. центре “Арника”, пр.Энгельса, 132, к.1, ст. м. Проспект Просвещения, (812) 715-47-26
3. в гомеопатич. центре “Игнация”, пр. Дачный, д.2, к.2, ст. м. Проспект Ветеранов (812) 973-57-40.

Магазины “Грибная аптека” в Москве:

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
 Великобритания (353 86) 254-09-60
 Германия: г. Детмольд, (8-104952)-31-300-430
 Украина: г. Донецк – (066) 754-34-51,
 г. Киев – (044) 331-60-06, г. Одесса – (067) 518-42-63
 Эстония, Нарва – (37235) 482-49, 55-916-627
 Екатеринбург – (343) 213-99-61
 Адлер – (8622) 33-40-43
 Омск – (3812) 70-00-37
 Пермь (342) 271-29-86

- Самара – (846) 242-76-44, 242-76-64
 Тольятти – (8482) 43-22-25, 51-03-03, 50-88-50
 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, 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

Вы часто пишете, что грибные БАДы проходят клинические исследования, где выявляются их свойства как антибиотиков и противоопухолевых веществ. А как проводятся эти испытания – животным дают капсулы и наблюдают за их выздоровлением? Не могли бы вы рассказать подробнее об этом.

Федорова М.Ю., г. Тюмень

И так тоже. Но это уже самый последний этап – тогда, когда грибное лекарство уже готово и расфасовано в капсулы. А перед этим нужно ДОКАЗАТЬ его способность уничтожать или угнетать те или иные микробы, или же раковые клетки. А это достаточно серьезная и долгая процедура.

Делается это так – например, при определении антибиотической активности гриба в чашке Петри выращивают колонии патогенных бактерий или паразитных грибков. На поверхность питательной среды в каком-нибудь месте, накладывают полоски фильтровальной бумаги, смоченной в грибной жидкости (в специальном культуральном растворе этого гриба). При наличии в грибном растворе антибиотика вокруг полосок бумаги образуется зона задержки роста тест-микробов. Распространение их колонии минует «заминированный участок» стороной, довольствуясь свободной от сюрпризов территорией.

Кроме антибиотиков широкого спектра действия из грибной жидкости и экстрактов грибницы получают антибиотики с более специфическим направлением, запрограммированные на уничтожение опухолей и вирусов. Определяют свойства антибиотиков также путем опытов. Для отбора противовирусных препаратов применяют искусственное заражение животных (например, вирусом гриппа) и растений (вирусом табачной мозаики). Потом животным впрыскивают раствор антибиотика, а зараженную растительную ткань (листья) погружают в него. По скорости и степени выздоровления зараженных организмов судят об эффективности данного антибиотика. При отборе противопухолевых антибиотиков используют в качестве тест-объекта раковые клетки (из зараженных тканей). Их смешивают с испытуемым антибиотиком, получая смесь жидкого состава. Затем полученную смесь вводят подкожно мышам. Через 10 дней обычно мышей убивают и опреде-



ляют наличие опухолей. Если антибиотик достаточно активен, то, как правило, он уничтожает раковые клетки, не давая им вызвать образование опухолей.

По определении достоинств грибной жидкости и грибницы из них затем получают искомые продукты в концентрированном виде. Жидкость выпаривают до твердого осадка, а грибную ткань подвергают экстракции каким-либо растворителем (спиртом, кислотой или др.). Затем экстракт также упаривают. Целебные вещества представляются в виде порошка или кристаллов. Это и есть натуральные грибные лекарства, то есть БАДы. А что касается получения синтетических лекарств – оно достигается только химическими реакциями, и такие лекарства к натуральным грибам и травам уже никакого отношения не имеют.

А.Н.Разин, биотехнолог

Система похудения

ЯМАКИРО

Курс рассчитан на 1-2 месяца.



КОРРЕКЦИЯ ЛИШНЕГО ВЕСА

- Мейтаке 1 упак. (капс.х60)
- Трутовик 1 упак. (капс.х60)
- Шиитаке 1 упак. (капс.х60)

Система очищения печени с противопаразитарным действием

Курс рассчитан на 1 месяц.



- Лисички 1 упак. (капс.х60)
- Трутовик 1 упак. (капс.х60)
- Шиитаке 1 упак. (капс.х60)

Товар сертифицирован. Производитель ООО "Шиитаке", СПб, 192286, СПб, пр-т Славы, д. 23, корп.3, ОГРН 1037835045049



КРАСОТА · ЗДОРОВЬЕ · ДОЛГОЛЕТИЕ
выставка товаров для красоты и здоровья

ПРИГЛАШЕНИЕ

за здоровьем – на выставку!

- оздоровительное питание
- лечебная косметика
- все для здоровья матери и ребенка
- домашние медицинские приборы
- услуги медицинских и косметологических центров

- с 1 по 5 октября с 11.00 до 19.00
- Северо-Западный выставочный центр, пл. Победы, д. 2
- Ст.м. «Московская», выход на ул. Алтайскую
- Справки по телефонам: (812) 974-22-69, 740-13-26

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ПРИГЛАШЕНИЯ – ПОДАРОК!

- **АКЦИИ**
обмен тонометров и глюкометров
- **ДЕГУСТАЦИИ**
- **СКИДКИ**
- **КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ**
- **ДИАГНОСТИКА ОРГАНИЗМА**

на два лица





Мы научились уже выращивать грибы из «Грибных Палочек». Теперь несколько слов о том, как приручить чудесный лесной гриб сморчок, то есть вырастить его у себя на огороде, что сделать, кстати, несложно – у себя на даче я проделала это без хлопот. В одной из старых газет вычитала удивительно простой *рецепт выращивания сморчков*:

«Нужно в лесу набрать сморчков, которые обычно появляются в апреле или мае. Шляпки разрезают на небольшие кусочки и помещают на сутки в кастрюлю или ведро с холодной водой, взятой из родника или колодца.

Через сутки содержимое кастрюли следует вылить под яблоню и обильно посыпать золой. Вот и вся процедура посева грибов.

И смею вас уверить, что весной будущего года на вашей грибной плантации обязательно появятся восхитительные синеватые конусообразные шапки сморчков. Но, снимая урожай грибов, старайтесь не повредить еще слабую завязавшуюся грибницу. И не забывайте о ней, когда будете рыхлить и удобрять почву».

Благодаря этому рецептом, я действительно получила весной первые шесть небольших, но удивительно нежных сморчков. И теперь они растут у меня практически на всем участке. Да еще умудряются заселить и помойку между участками – очень уж им там нравится. Туда и грибники уже зачастили. Кстати, очень любят сморчки кострища (просто тянутся к человеку!).

В Европе искусственное разведение сморчков тоже ведь началось с курьеза – сотрудники одной фирмы осенью вывезли на машинах за город несколько тонн макулатуры и устроили замечательный костер с пикником. А весной, вероятно из ностальгических чувств, опять решили повторить пикничок с костерком на том же месте. И были буквально ошеломлены! На месте кострища выросло невероятное количество сморчков. Люди они были неглупые, и кто-то запатентовал свое открытие. Теперь сморчки выращиваются искусственно.

материал М.А. Кожиной



отделы от магазинов

«Грибная АПТЕКА»

пр. Дачный, д. 2, кор.2,
ст.м. Пр. Ветеранов

(812) 973-57-40

в гомеопатич. центре
«ИГНАЦИЯ»

пр. Стачек, 14,
ст.м. Нарвская

(812) 715-34-65

в аптеке
Аптека А
ДОКТОР

пр. Энгельса, 132/1,
ст.м. Пр. Просвещения

(812) 715-47-26

в гомеопатич. центре
«АРНИКА»

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.

печтается на правах рекламы

Официальный представитель
Центра Фунготерапии И.Филипповой
в ЭСТОНИИ

В г. Нарве работает официальный представитель
«Центра Фунготерапии И.Филипповой»

РЫМАР Григорий Сергеевич.

Вы можете:

- ✓ получить информацию по применению нашей продукции;
- ✓ купить грибную продукцию и литературу по фунготерапии (или заказать пересылку по почте в другие страны, не имеющие наших официальных представителей);
- ✓ заключить договор на оптовую или розничную продажу продукции в Эстонии и странах Прибалтики.

(372) 55-916-627, (37235) 482-49

г. Нарва, Эстония

e-mail: rymar_narva@mail.ru



на правах рекламы

Грибы круглый год

ГРИБНЫЕ ПАЛОЧКИ -



Посадочный материал

для самостоятельного выращивания грибов (мицелий)



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

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

«ФУНГ ШАРИК»

Бесплатные консультации по ветеринарии

можно получить:

- ✓ По горячей телефонной линии:
тел/ф. (812) 740-37-61
(пн, ср 10.00-17.00)
- ✓ по почте: 197022, г. Санкт-Петербург, а/я 720, «Центр фунготерапии И.Филипповой»
- ✓ по эл. почте: sharik@fungo.ru

На любые вопросы о здоровье ваших питомцев ответит – кандидат ветеринарных наук, фунготерапевт Юшкевич Татьяна Владимировна.



Вот и пришла пора массовых заготовок грибов на зиму: морозим, сушим, солим, маринуем... У всех свои рецепты, фирменные. А кто-то, может, еще совсем новичок в этом интересном и важном деле. Хочется узнать уже опробованные, надежные, но и вкусные рецепты: семья всю зиму должна разнообразно питаться, но очень важно правильно не только собрать, но и обработать, приготовить грибы, чтобы не навредить организму. В общем, "правильные грибы по правильным рецептам". Это и наша "вкусная" задача. И, между прочим, не без вашей помощи, уважаемые читатели. Спасибо вам за активное участие в данной рубрике! Эти рецепты прислали читатели из г. Курска (Гарницева Е.С.) и г. Кингисеппа (Кузюева В.П.). Приятного всем аппетита!

Кажется, совсем недавно мы подробно рассказывали о разных способах засолки, маринования грибов, но, оказывается, что уже очень многие читатели не имеют тех номеров (за 2006 год!) и пишут или звонят к нам редакцию с просьбами опубликовать хотя бы самые популярные рецепты заготовок. Да и опытным грибникам не помешает лишний раз кое-что вспомнить...

СОВЕТЫ ПО ЗАСОЛКЕ:

1. Срок вымачивания грибов зависит от наличия в них млечного сока и степени горечи. Например, валуи, грузди, белянки, волнушки и т.п. надо вымачивать 3-5 дней, подгруздки 2-3 дня. При вымачивании воду желательно менять каждые 3-5 часов. Рыжики можно не вымачивать, а только тщательно промыть.

2. При холодном способе засолки рыжики можно употреблять в пищу через 5-6 дней, грузди – через 30-35, волнушки – не ранее 40, а валуи – через 50 дней. При горячем способе грибы готовы через 25-30 дней.

3. Лучшие при засаливании смешивать разные виды грибов. Идеальное соотношение: половина млечников (горькушки, волнушки, разные грузди и пр.) и половина без млечного сока (сыроежки, зеленушки, колпаки).

4. Сыроежки в засолку собирать только крепкие и закрытые. Раскрытые сыроежки, какими бы привлекательными они ни казались в лесу, ломаются при обработке. Чтобы они стали более эластичными, их можно опустить на 8-10 минут в кипящую воду.

5. Когда отваривается много грибов, они пристают ко дну кастрюли. Чтобы этого избежать, можно положить на дно влажную х/б тряпочку, плотно ее прижимая ко дну, насыпать на нее немного соли, уложить грибы и налить воду. После 1-2 мин кипения выключить и дать остыть, не сливая воду.

6. При любом способе засолки лучше класть листья хрена: они тормозят развитие плесени, правда, не на 100%.

7. Если через неделю рассол не будет покрывать грибы, надо увеличить гнет. Чтобы не появлялась плесень, время от времени кружок и гнет промывать в горячей, слегка подсоленной воде.

Холодный способ засолки применяется для грибов, не требующих предварительной варки (рыжики, грузди, свинушки, сыроежки, лисички, волнушки и др.).

Обычно более вкусными получаются **горячим способом** рыжики, маслята, белые, подосиновики, опята, вешенки и т.п. Для груздей предпочтительнее – холодный способ засолки.

Для **маринования подходят** рыжики, мелкие боровики, маслята, подосиновики, подберезовики, моховики, лисички, опята, сморчки, строчки, шампиньоны и некоторые другие грибы.

Как правильно засолить и замариновать грибы, мы расскажем в следующих номерах "Грибной Аптеки".

ТОСТЫ С ВОЛНУШКАМИ И ЧЕСНОКОМ

Еще одна простая и пикантная закуска из грибов – попросту бутерброды с солеными грибами. Для нее понадобится черный хлеб, который вы режете на ломтики нужного вам размера. Если время позволяет, обжарьте их в масле или подсушите в тостере. Из грибов особенно хороши соленые волнушки (они очень нежные) или редкие и деликатесные рыжики, впрочем, сгодятся и соленые грузди. На каждый кусочек черного хлеба (или гренку) положите подходящий по размеру соленый грибочек и украсьте очень тонким ломтиком чеснока. Положите эту нехитрую закуску на блюдо, и через короткий промежуток времени от нее ничего не останется.



Понадобится:

100 г свежей капусты,
2-3 вареных картофелины,
½ луковицы,
2 дольки чеснока,
100 г соленых грибов,
50 г растит. масла,
50 г клюквы или брусники,
соль по вкусу.



САЛАТ "СЕВЕРНЫЙ"

Подготовленную свежую капусту нарезать соломкой, посыпать солью и хорошо помять (пока капуста не станет мягкой и не даст сок).

Вареный картофель и репчатый лук нарезать мелкими кубиками, дольки чеснока натереть на терке.

Грибы (грузди, волнушки, рыжики) соленые мелко порубить.

Овощи и грибы соединить, перемешать, полить растительным маслом и положить в салатник горкой.

Украсить сверху можно зеленью, клюквой или брусникой.

ПРОФИТРОЛИ С ГРИБАМИ

Понадобится:

На 6 порций:
350 г соленого заварного теста,
грибной фарш из соленых грибов,
100 г сметаны,
1 луковица,
50 г сыра рокфор,
1 ст. л слив. масла,
мята.



Из кондитерского мешка или столовой ложкой выложить на смазанный растительным маслом противень маленькие шарики теста. Посадить на 20 минут в духовку, нагретую до 180°C.

Смешать грибной фарш с мелко нарубленным луком и растопленным маслом. Добавить сметану, довести до кипения и снять с огня. Покрошить рокфор, мелко порезанную мяту.

Готовые профитролы надрезать сверху, положить внутрь фарш. Поставить на минуту в горячую духовку.

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.fungocenter.com. 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 Факина Т.И. Тираж 20000 экз. Подписано в печать 29.08.2008 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО "Типографский комплекс "Девиз", 199178, СПб, В.О. 17 линия, д. 60, лит.А, пом.4н. Заказ № ТД-3425

