



№ 01 (045)
2009г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

СКОРАЯ ЛЕСНАЯ ПОМОЩЬ

В рассеянных навозниках точно есть какой-нибудь антибиотик, который воспаление снимает. Я это на себе испытала. Приехали мы в Опочку (проездом были), сами мы из Москвы.

Ночи светлые, северные. Я уговорила мужа погулять в небольшом парке около гостиницы. Шли, удивлялись – первый час ночи, а можно грибы собирать. Вон на пеньке – крохотные навозники, как шапочки эльфов, все видно, бери ножницы и собирай эти грибочки. Я не удержалась, набрала их в бумажный пакетик из-под картошки-фри. На всякий случай. А перед гостиницей, как на грех, несчастье произошло со мной: каблук за поребрик зацепилась и рухнула на крыльцо. Ссадила колено и локоть, причем так хорошо проехала по грязной заплыванной земле перед крыльцом, что грязь просто вцементировалась в рану.

Промыла с мылом ссадины в душе, а йода-то нет, чтобы обработать. Легла спать, а под утро от боли проснулась – колено раздулось, огнем горит... Я перепугалась – столбняк может быть... А муж еще порадовал – воскресенье, ни одна аптека в городке не работает. Я вспомнила, что грибы – это скорая лесная помощь при вот таких случаях. Раздавила вилкой собранные копринусы, приложила к колену, носовым платком закрыла, колготками эту повязку закрепила. Боль ушла через полчаса. Проснулась я уже после обеда – муж специально не будил. Боли не было, опухоль спала, рана хоть и кровила потихоньку, но не гноилась. Я поменяла повязку. А на следующий день нашли мы аптеку, купили йод и зеленку, я обработала рану. Но нужды уже великой не было – все было в порядке. Обошлись навозниками.

Николаева Е., г. Москва

● ФУНГОТЕРАПИЯ открывает свои секреты:
Грибы КОПРИНУСЫ



● Магические грибы

● Консультация ТРАВНИКА: ПОЛЫНЬ

● Детям о самом ядовитом грибе

● Ленин - ГРИБ (продолжение)

● Грибная ПОЧЕМУЧКА: Грибное дизельное топливо

● Грибная ХАРЧЕВНЯ (Празднуем Рождество)

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

Подписной индекс
Газеты «Грибная Аптека»

19320

По каталогу «РОСПЕЧАТЬ»
(с любого месяца)

РОССИЯ



Январь

Новый – 2009 год – пришел! Не будем пессимистами, будем радоваться! Кризис, не кризис, экономический спад, финансовый ли – не все ли равно? С грибами мы будем всегда. Так же будут подберезовики выскакивать под березами, а боровики под елками, и так же опять будут засаживать трухлявые пни. И солнышко будет светить, и дождики грибные нас мочить так же будут. А поэтому, что за причина для грусти? Или паники?

Нам ли, потомственным русакам, печалиться, когда мы выживали в ЛЮБЫХ условиях?

Это пусть американцы переживают – для них остаться без работы смерти подобно: на что же тогда гамбургеры покупать? А наш россиянин знает – его всегда выручит природаматушка. В лесу – грибы да ягоды, в огороде – капуста да картошка. А что еще надо? Самое настоящее здоровое питание, к которому ежедневно Малахов на ТВ призывает.

А грибы – это все в одном флаконе: и питание, и лечение, да еще и косметика. И очень вовремя. «Вот это нужная газета», – в один голос сказала группа телевизионщиков с НТВ, которая снимала очередной сюжет о нашей грибной аптеке. – «Можно взять побольше номеров? Посмотреть, как выглядят эти самые грибы. Чувствую, что теща моя летом меня точно в лес отправит за припасами грибными, так как сокращение у нас трети работников предвидится. Я в их числе непременно окажусь. А вот эти рецепты для жены – оказываются, грибы еще можно и в банки закрывать на зиму. Пусть учится. А я пожалуй, начну учиться грибы на балконе выращивать. Из ваших грибных палочек», – решительно добавил оператор. Шутки – шутками, но доля истины есть в любой шутке. Хорошо, что мы такие приспособленные, хорошо, что мы такие умные и «дикие», а не выращенные в инкубаторных условиях, как американцы. Те делают большие глаза и удивляются: «Неужели грибы можно есть? Они же галлюциногены! А разве можно картошку около дома выращивать: она же выхлопные газы вбирает? А как из нее потом чипсы делать?»

Мы – люди природы, а поэтому нам не страшен экономический кризис ни в каком виде, это же не цунами или землетрясение... Так, на нервах у народа поиграли.

Хотя, кое-какой урок из этого вынести стоит всем. И, наконец, открыть глаза. Импортные лекарства, которые шли в нашу страну потоком, шли не для спасения больных – они (вернее, не они, конечно, а иностранные фармкорпорации совместно с проплаченными ими чиновниками) УНИЧТОЖИЛИ отечественное фармпроизводство, а потом стали добывать натуральную медицину, которая именно в России набирала силу (да-да, эти обруганные, оболганные БАДы – настоящие натуральные лекарства, которым не давали документы лекарств, дескать природа лечить не может).

Сейчас резко поменялось отношение к БАДам у верхушки чиновников, очень даже обрадовались они, что не все уничтожили и задавили штрафами. Аптеки не опустеют без импортной синтетикки. Пока есть отечественный производитель отечественной натуральной ЛЕКАРСТВЕННОЙ продукции. И пока этот производитель имеет свое отечественное сырье (а грибов у нас хватит!) для выпуска грибных лекарств.

Кстати, поздравляем Центр Фунготерапии и лично И.А.Филиппову: на экономическом форуме ее наградили как ЛУЧШЕГО производителя натуральных лекарственных средств и как разработчика действительно уникальных лекарственных препаратов и методов.

Гл. редактор Т.Фадина

Как я зятя навозниками лечила

Я расскажу, как я зятя навозниками лечила – от пьянства отучала. Дочка у меня замуж вышла пять лет назад, парень хороший, менеджер в большом магазине работает. Претензий у меня к нему не было, но дочка говорит – стал после работы приходиться под мухой. И в субботу всегда бутылку коньяка покупает. Надо, говорит, что-то делать – но не подшивать же? Вот и решили – народными средствами. Я мимо вашей грибной аптеки постоянно на рынок Кузнечный хожу, часто захожу – газеты покупаю. В этот раз попросила мне специально из архива подобрать о навознике (копринусе). Я так подумала, зачем покупать готовый препарат «Копринус», когда лето на дворе – эти самые копринусы расти везде должны. На них сначала попробовать, а потом и деньги тратить, если толк будет.



Человек я сугубо городской, ну, понятное дело, подберезовик от мухомора отличить смогу, а вот остальные грибы – вряд ли. Но за дело взялась со всей решительностью – взяла фотографии всех трех видов и отправилась на дачу в Вырицу.

Сразу скажу – найти навозники в Вырице – дело крайне сложное. Навоза давно ни у кого нет, в лесу они не растут. Около ж/д станции наша пенок, а на нем рассеянные навозники. Целая кучка на самом пне и рядом! Обирала их часа два, пол пакета нарвала, а пришла домой и задумалась: сначала отварить, потом – жарить? После отваривания осталось их со столовую ложку, после жарения – непонятный плевок коричневатой жижи. Зятю это даже в еду не подложишь – сразу заподозрит тещу в отравлении. А ведь в рецепте как сказано: «... теща ставит на стол жареные ароматные грибочки-навозники, а потом наливает рюмочку...» Решила я искать другие навозники. Серый вроде видела, но он столь неприглядный и так напоминает поганку, что я их и рвать не стала. Тем более, их всего штуки три у забора росли. А вот белый копринус посимпатичнее будет – действительно, как эскимо на палочке. И нарвала я их не в Вырице, а в Питере на газоне на проспекте Энгельса. Практически рядом со своим домом. И тут ждала меня неприятность – жарить эти навозники оказалось крайне сложным делом. Во-первых, они такие лохматые – что делать с этими бахромками? Я решила их убрать – очистила основательно. Во-вторых, ножки надо использовать или нет? И, в-третьих, сразу жарить или отваривать?

Я грибы почистила вечером, на ночь положила в холодильник. Утром они были фиолетово-коричневые с черными разводами. При жарке масло сразу сделалось черным, как деготь. Дочка, которая пришла за жареными грибами для мужа, на это задумчиво посмотрела и сказала: «А может, ну его? Пусть пьет?» В общем, решила я потом так – куплю капсулы копринуса в грибной аптеке и подарю дочке на Новый Год. А о результате напишу обязательно.

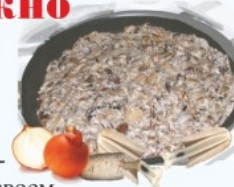
Сорокина А.Л., г. Санкт-Петербург
Любитель городских навозников

ЗАБЫТЬ НЕВОЗМОЖНО

С навозником у меня связано множество детских воспоминаний. Классе во втором, осенью, я как-то неожиданно для себя стал большим энтузиастом «городских грибов», проводя целые дни в поисках навозников и шампиньонов. Я знал все дворы в своем микрорайоне, у меня было немало добровольных помощников. Надо мной, конечно, смеялись, но, почему-то, охотно помогали.

Дома мои склонности нашли полную поддержку. Как ни странно, в плане грибов мне полностью доверяли уже тогда, и каждую осень несколько лет подряд на нашем столе появлялись навозники и резе шампиньоны. Навозники, тушеные в сметане, а сверху сыр – забыть это невозможно. Как начал их собирать и почему потом перестал – решительно не помню, а вот навозники в сметане...

Е. Лебединский, г. Москва



Гриб+ водоросль

Роль лишайников в природе огромна. В первую очередь это касается как раз северных и высокогорных районов. Именно **кустистые лишайники** из рода Кладония составляют так называемый **ягель** – основной корм северных оленей. Фактически именно на этих лишайниках и держится цивилизация народов Крайнего Севера. Если летом олени могут разнообразить свой рацион, поедая различные травы, листья полярной березы и ивы, а также всевозможные грибы, то зимой единственный источник пищи для них – ягель, который они выкапывают из-под снега. Лесные и горные копытные звери лось, кабарга, козуля или марал также зимой питаются лишайниками, объедая их со стволов и ветвей деревьев, с камней и скал. Не брезгают лишайниками белки, полевки и другие грызуны. На лишайниках обычно обитают несколько сотен различных видов беспозвоночных животных.

Лишайники усложняют структуру экосистем, делая их более гибкими и устойчивыми. Кроме того, лишайники способствуют появлению и развитию жизни в самых, казалось бы, безжизненных местах. Напри-



мер, на голых скалах, освободившихся после ледника, лишайники поселяются в течение первых десяти-пятнадцати лет. Сначала это накипные формы, потом появляются и листоватые. Со временем старые слоевища лишайников отмирают, на них поселяются разлагающие грибки и микроорганизмы. Так образуется первичный перегной, на котором уже могут расти мхи и некоторые виды высших растений. Сами лишайники сначала становятся прибежищем для различных беспозвоночных-лихенофагов, вслед за которыми приходят и хищники пауки, жуки-лици, многоножки. Так постепенно на голом и безжизненном участке возникает развивающаяся и самоусложняющаяся экосистема.



синезеленые водоросли



бурые водоросли



зеленые водоросли

Накипные лишайники выглядят как тонкая мелкозернистая корочка, плотно покрывающая камни или древесную кору. Считается, что это наиболее примитивный тип этих организмов.

Более развитые лишайники уже не лепятся к субстрату всем своим слоевищем. Они имеют вид более или менее оформленного листа, часто с многочисленными лопастями и бахромками и обычно прикрепляются с помощью короткой и толстой «подошвы». При этом их края относительно свободны, и слоевище довольно легко отделяется. Лишайники такого типа называют **листоватыми**. К ним относится большая часть самых обычных видов, которые можно встретить на стволах деревьев в пригородных лесах и парках.

Самые сложные по своему строению **кустистые лишайники**. Они не стелятся по субстрату, а создают вертикально поднимающиеся или, наоборот, свисающие вниз образования, которые называются подвесами. **Подвесы** могут выглядеть как рога, бокальчики или даже целые бороды, состоящие из тонких длинных нитей.

Как мы уже говорили (в предыдущем номере), лишайники содержат **грибной и растительный компоненты**. Вид гриба определяет вид лишайника. Что касается растительного компонента или **фитобионта**, его составляют **водоросли**. Известно, что водоросли обитают не только в

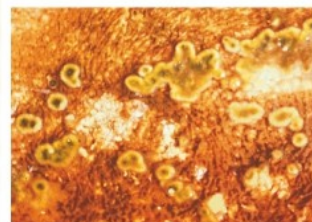
воде. Огромное количество одноклеточных водорослей живет на суше в почве, на стволах деревьев, на камнях и скалах. Необходимые для жизни углекислый газ и влагу они получают непосредственно из воздуха и в процессе фотосинтеза создают из них органические вещества.

В состав лишайников входят **зеленые, бурые, желтозеленые** и даже **примитивные синезеленые водоросли**. Единственным требованием, которому должна соответствовать водоросль, чтобы войти в состав лишайника, является **высокая устойчивость к неблагоприятным факторам**.

Ведь жизнь внутри лишайника отнюдь не является такой же простой, как на открытом воздухе. Здесь могут существовать лишь самые неприхотливые водоросли. Обычно водоросли составляют не более 5-10% от общего объема слоевища.

Однако есть среди лишайников особая группа, у которой роль водорослей в формировании внешнего вида гораздо значительнее. Это так называемые **слизистые лишайники**. В сухую погоду они выглядят как неприметные темные корочки, расположенные, как правило, на древес-

ном субстрате. Однако с наступлением дождей корочки вдруг очень сильно разбухают, превращаясь в коричневатые,



слизистые лишайники



синезеленая водоросль носток

зеленоватые или даже темно-фиолетовые слизистые комочки, иногда достигающие размеров нескольких сантиметров. Дело в том, что фитобионтами таких лишайников являются **синезеленые водоросли**. Их толстые клеточные оболочки активно образуют всевозможные слизи. В водоемах нашей средней полосы во второй половине лета и осенью довольно часто можно видеть странные зеленые шарики, формой

и размером напоминающие брошенные кем-то в воду виноградины. Эти «виноградины» образует синезеленая водоросль **носток**, которая также входит в качестве фитобионта в состав многих слизистых лишайников. Впитывая воду, выделения ностока способны увеличиваться в объеме в тридцать раз. Но и сами грибы, специализирующиеся на симбиозе с синезелеными водорослями и образующие слизистые лишайники, также выделяют желатинообразные вещества...

Продолжение в следующем номере.



КАК САМИМ ПРИГОТОВИТЬ

“То, что копринусы (навозники) – это грибы от пьянства, знают уже все. А вот как ими пользоваться и пользоваться ли вообще – не знают. Расскажите об этом подробнее. Потому что в Интернете сведения самые разные: от восхищения до страха – а вдруг отравимся?”

На вопросы читателей отвечает фунготерапевт Ирина Александровна Филиппова. Итак...

Как самим приготовить зелье от пьянства?

И.Ф. А нужно ли? Желание сэкономить? Иногда такая экономия дорого обходится. Люди сейчас грибов не знают – ушла культура грибоведения из нашей жизни. Я могу пересчитать по пальцам тех грибников, которые действительно любят и знают грибы. Вижу это по «новым грибникам» – собирают только белые грибы, волнушки и сыроежки презрительно давят каблуком... разве это грибники? То же самое и с навозниками: белый лохматый путают с шампиньонами и потом в интернете пишут отзывы, что у белого навозника нет никаких свойств и нет никакого коприна – он, дескать, на себе это проверил. Не было реакции после спиртного. Мерцающие – путают с чесночниками и даже галлюциногенами, серый – умудряются перепутать с рядовками

(к счастью, все они съедобны). Да собирать умудряются не где-нибудь, а на городских газонах. А вы представляете, какие удобрения используют для цветов и газонной травы? А выхлопные газы?

В общем, говорю всегда: знаешь – лечись. А не знаешь – нечего у меня рецепты спрашивать... Мы сделали БАД «Копринус», уверены в его эффективности, и экологической чистоте. А еще в том, что НИКОГДА не навредит. Хотите – пользуйтесь, а нет – экономьте на своем здоровье.

Правда ли, что идет сильная рвота и понос?

Да, если жарить на неочищенном растительном масле и именно серые навозники (в них намного больше коприна). Рвота и понос тогда бывает дня три. Но летального исхода не бывает.

На длительное время это растягивается из-за убеждения самого

потерпевшего, что любой понос лечится водкой. Вот он и добавляет рюмку за рюмкой, а коприн в навознике на это еще больше реагирует.

А на капсулы такая же реакция?

Нет, такой реакции нет. Там очень маленькая природная доза натурального коприна, который, окисляясь, вызывает только небольшую тошноту. И... изменение вкуса. Пиво приобретает (якобы) неприятный плесневый привкус, вино кажется ядовито-прокисшим, а водка начинает казаться «паленой» – появляются сомнения в ее качестве. Это происходит не сразу – не раньше, чем недели через 2, через 3. Но происходит. А потом все уже зависит от желания самого пьяницы. Иногда изменение вкуса его не останавливает (хоть денатурат да чтоб по мозгам ударило...). Но в большинстве случаев идет резкое сокращение количества выпитого, а



Навозник серый



Навозник мерцающий

ДЛЯ СПРАВКИ

НАВОЗНИК СЕРЫЙ (Coprinus atramentarius) является съедобным, с указанной выше оговоркой о противоалкогольных свойствах. У него сначала яйцевидная, а затем ширококолокольчатая шляпка диаметром 5-10 см, серая, на вершине коричневая с бурыми мелкими чешуйками. Края шляпки растрескиваются. Пластинки широкие, свободные, сначала белые, затем краснеющие и под конец черные. Ножка длинная, 10-20 см, внутри полая, белая, гладкая. У основания слегка буроватая, с белым, быстро исчезающим кольцом. Растет этот гриб на выгонах, в садах и огородах. Вкус его сладковатый, приятный.

НАВОЗНИК МЕРЦАЮЩИЙ (Coprinus micaceus) растет обычно большими скученными группами на пастбищах, огородах, около гнилых пней. Его колокольчатая шляпка диаметром 3-6 см, рыжая, желто-ржавая, книзу волокнисто-полосатая, покрыта блестящими, позже исчезающими чешуйками (поэтому он и получил название «мерцающий»). Мякоть гриба палевая. Пластинки ланцетовидные, слабо приросшие к ножке, сначала белые, затем темно-коричневые и черные. Ножка полая, ровная, шелковисто-волокнистая.

НАВОЗНИК РАССЕЯНЫЙ (Coprinus disseminatus). Один из самых мелких навозников. Шляпка диаметром 1-2 см., а часто и еще меньше, округло-

ЗЕЛЬЕ ИЗ КОПРИНУСА ОТ ПЬЯНСТВА?

следовательно, снижается и склонность к запоям.

А такие случаи часто бывают?

Достаточно, если БАД «Копринус» у нас очень ходовой товар. Вот летом произошла недопоставка баночек (не во что было фасовать), так народ в Грибных Аптеках даже записываться в очередь на получение стал...

А примеры...

✓ *Пришла мама студента*, которая очень волновалась из-за его страсти к пиву – каждый день паратройка бутылок. Через четыре месяца приема капсул – к пиву молодой человек охладел. Пьет только, когда идет с компанией в сауну, и то через силу. А что удивительнее всего – стал убежденным вегетарианцем. Говорит, что вдруг почувствовал гнилостный вкус мяса, а овощи и фрукты наоборот стали вкусны невероятно. Вот такая переориентация.

✓ *Или вот случай*. Дама очень волновалась, что муж в самолете до прилета на курорт всегда затоваривался спиртным из магазина «дьюти фри» и набирался до «нестояния», приходилось на себе его в отель тащить. Стала за пару недель до поездки на

курорт подкармливать его капсулами копринуса. Результат превзошел себя – после первой рюмки началась тошнота, которая и продолжалась весь рейс (без рвоты и поноса). Но в памяти закрепилось, и сейчас всем говорит: «В самолете пить не могу теперь. Стало укачивать – тошнит. Какое уж тут спиртное...»

✓ *Еще один хороший пример*. Девушка пристрастилась к красному вину: после работы всегда первым делом в кафе – пару бокалов и домой.

Мама взялась за лечение – через полгода все стало хорошо. Пьет только газированную питьевую воду, потому что вино и фруктовые соки у нее вызывают ассоциацию с гниющими... водорослями(!). Почему? Не знаю, но вот такая ассоциация. Мама, правда, волнуется, что и на фруктовые соки тоже возникла реакция, но, думаю, волнение напрасно – витамины она прекрасно получает в свежих фруктах и овощах.

Ученые-микологи Санкт-Петербурга разработали препарат «Фунго-Ши Копринус» на основе гриба копринуса коматуса для лечения пьянства.

Дело в том, что навозник белый вызывает такой реакции как навозник серый, то есть нет безудержной рвоты, он действует намного мягче (иногда тошнота), но свою основную функцию – подспудно вырабатывать отвращение к спиртному – он выполняет прекрасно.



Основное условие:

порошок из двух капсул подсыпать в еду утром или вечером (пьющий человек в течение дня всегда найдет сам рюмку спиртного, а действие гриба сохраняется в течение суток) и делать это на протяжении трех месяцев как минимум. Уже к концу второго месяца потребление спиртного должно снизиться вдвое из-за нежелания организма провоцировать себя.

Препарат «Фунго-Ши Копринус» абсолютно безопасен, не вызывает отравления и аллергических реакций, прошел радиоконтроль. При проведении доклинических испытаний 60 процентов мышей, приученных к этиловому спирту, в конце курса перешли на нормальное питание: стали есть обычное зерно, а не вымоченное в спирте.



Навозник белый



Навозник рассеянный

колокольчатая, сначала беловатая, потом светло-пепельно-серая. Обычно складчато-полосатая. Ножка длиной 2,5-6 см и толщиной 0,2 см, нежная, ломкая, внизу с белым хлопьевидным сплетением мицелия. Растет этот гриб большими скученными группами, обычно на пнях или около них с начала весны и до конца лета.

НАВОЗНИК БЕЛЫЙ (Coprinus comatus) или лохматый. Этот гриб постоянный обитатель огородов, парков, выпасов, мусорных участков около домов. На навозе или перегнойной почве сначала появляется белое яйцо. Затем общее покрывало разрывается, и вырастает белый, похожий на колокольчик, очень крупный гриб. Ножка длиной 15-20 см и толщиной 1,5-2,5 см, в основании утолщенная и слабокорневидновытянутая, белая, шелковистая, блестящая, голая. Вверху с белым подвижным кольцом и в основании с белым мешковидным влагищем. Шляпка диаметром 5-10 см, тоже белая. Края шляпки разрываются, разлохмачиваются. Также разлохмачивается кожица на поверхности шляпки, отчего она вся покрыта концентрически расположенными широкими желтоватыми чешуйками. И мы видим очень крупный лохматый неопрятный гриб на длинной ножке. Пластинки свободные, сначала белые, затем они быстро краснеют, чернеют и, наконец, разпадают вместе с мякотью шляпки в черную жидкость (фото на обложке). В молодом возрасте, до почернения тканей, гриб съедобен и имеет хороший вкус.



ПОЛЫНЬ

Artemisia

обыкновенная (A. Vulgaris), горькая (A. Absinthium), таврическая (A. Taurica), метельчатая (A. Scoparia), тархун (A. dracunculus), каменная (A. Frigida) цитварная (A. eina Berg).

Полынная былинка на меже – сокровенный образ родной природы. Полыни растут везде: на молодых залежных лугах, бросовых землях, по краю дорог. Им не страшен ни зной, ни холод, всегда одинаково мощные и густые. Во все времена и у всех народов полынь пользовалась славой всеисцеляющего растения. Как записано в Салернском кодексе здоровья, это – мать многочисленных трав. Столько хочется рассказать, что места в одном выпуске даже и не хватит. Итак, начнем...

Свойства различных трав

Я в поэме воспеть собираюсь

И справедливо считаю начать

с Артемизы.

*Это – мать многочисленных трав,
названная греческим словом.*

*Действие этой травы,
говорят, открыла Диана,*

Что Артемидой зовётся у греков.

Отсюда название...

(Салернский кодекс здоровья)

«Как бы ее ни принять – укрепляет вскоре желудок. Выпьешь – выводит мочу, облегчению месячных служит. Дай заболевшим желтухой сырую полынь с сельдереем, лечит и печень она и селезенке поможет. Кроме того, если примешь грибную отраву – излечит. Гонит она и глистов и смягчает желудок. Если же с медом намазать – глазам возвращает зоркость. Под изголовьем она усыпленье дает ароматом. Волосы пепел полынный чернит, если тщательно смешан он с воском; с медом и содой она помогает всегда при ангине. Если полынь в сундуке, то защитой служит от моли».

Одо из Мена.

На Руси полыни считали основным ранозаживляющим и кровеочистительным средством, с их помощью лечились от ревматизма, болезней печени, параличей, изгоняли камни из почек, боролись с глистными инвазиями.

Веники из полыни подкладывались под рогожи в крестьянских избах, чтобы унять клопов и блох.

Путник имевший при себе полынь, не чувствовал усталости в дороге.

Наиболее изучены лечебные свойства полыни горькой, обыкновенной, таврической, цитварной и метельчатой.

Полынь горькая (A. absinthium) (сорная, настоящая, галетник).

Широко распространенное многолетнее травянистое растение из семейства астровых со своеобразным ароматическим запахом и горьким вкусом.

Растет как сорняк в различных климатических зонах. Стебли прямостоячие, ветвящиеся, опушенные волосками. Мелкие цветки желтого цвета собраны в метельчатые соцветия.

Лекарственное сырье – листья и цветочные верхушки стеблей. Листья собирают до цветения или в его начале, верхушки во время цветения. Авиценна указывает, что «следует предпочесть полынь молодую



Полынь горькая



Цветы

Листья



Полынь обыкновенная



Цветы

Листья

и дикую». Полынь горькая включена в фармакологию 20 стран мира, используется в гомеопатии.

Полынь – самое горькое травянистое растение с широким спектром действия.

Химический состав: трава содержит до 2% эфирных масел (туйол, туйон, пинен), гликозиды абсептин, анабсептин; флавоно-

иды, фитонциды, алкалоиды, дубильные вещества, органические кислоты. Основное значение придается абсептину.

Этот горький гликозид стимулирует секрецию пищеварительных желез. Препараты полыни, принятые за 30 минут до еды стимулируют отделение желчи, желудочного сока, секрета поджелудочной железы.

Препараты полыни горькой оказывают противовоспалительное и ранозаживляющее действие, активизируют фагоцитарную активность, стимулируют процессы репарации.

Что позволяет ее широко использовать для возбуждения аппетита, для регуляции работы поджелудочной железы, желудка, нормализации процессов желчеотделения, для устранения спазмов и воспалений в кишечнике, рубцевания ран и язв.

Полынь горькая оказывает выраженное тонизирующее действие на весь организм, она особенно показана людям с лабильной психикой, периодическими диспепсическими расстройствами на фоне конституциональной дипотонии. Благоприятен тонизирующий эффект и в посттриппозном периоде. Показана ослабленным больным после оперативных вмешательств, истощающих заболеваний, тем, кому нужно набрать вес.

Ученые продолжают исследовать лечебные свойства полыни. Специалисты крымского НИИ физических методов лечения и медицинской климатологии им. Сеченова подтвердили **эффективность эфирного масла полыни** в лечении многих заболеваний. Оно укрепляет иммунитет, гармонизирует работу нервной системы, оказывает **противоаллергическое, антивирусное действие, очищает воздух от микроорганизмов. При неврозах, бессоннице, проведите десятидневный курс ароматических полынных ванн** (150 г свежих или высушенных листьев полыни заварить литром кипятка, настоять полчаса и налить в ванну с t° воды 34-36°C). Принимать ванну полусидя 12-15 мин через день. Для лечения неврозов и нарушений сна рекомендуются специальные **подушечки**, наполненные 2 частями полыни, 1 частью мяты и хмеля. Поможет эфирное масло полыни и **при сильной головной боли**. В небольшой сосуд капнуть 2 капли полынного масла, встряхнуть, нанести на салфетку и протереть виски и лоб. При первых признаках **простуды, першении в горле**, развести в 200 мл воды 2 капли эфирного масла, полоскать этим средством горло не менее 5 раз в день (Б. Мануйлов, «Будь здоров»).

Российскими учеными из горькой полыни выделен лактон аргловин, обладающий **противоопухолевой активностью**, особенно, при раке печени, устраняющий явления лейкемии после химио- и лучевой терапии. (В.Ф. Корсун 2007 г., М.).

Полынь обыкновенная (A. vulgaris) (чернобыльник, бурьян).

Многолетнее растение, нередко достигает в высоту 1,5 м. Метельчато ветвящийся, внизу одревесневающий буровато-красноватый стебель несет перисторассеченные с ланцетными сегментами листья, сверху голые и темно-зеленые, снизу же войлочно-опушенные. Верхние листья слегка или глубоко трехлопастные. Соцветия-корзинки мелкие с бурыми или красноватыми трубчатými цветками, собраны в подобие колоса или кисти. Цветет с июня-июля по август-сентябрь. Используется только в народной медицине и гомеопатии.

Черные засохшие стебли полыни обыкновенной остаются на всю зиму, выделяясь на фоне заснеженных полей, что и послужило основанием для русского названия чернобыльник.

Химический состав: эфирное масло (цинеол, борнеол, сесквитерпены, туйон), гликозиды абсептин, анабсептин, флавоноиды, фитонциды, алкалоиды, дубильные вещества, органические кислоты.

У полыни обыкновенной прослеживается немало лечебных свойств, но не все они нашли научное подтверждение. Растение издавна считалось лучшим средством в **лечении женских болезней, связанных с нарушением менструального цикла**, за счет фитостероинов, влияющих на рецепторы эстрогенов (Энциклопедия лекарственных растений 2004 г., под ред. Н. Ярошенко).

Полынь обыкновенная длительное время используется в Китае и России для прижиганий полынью сигарой при **лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата, бронхиальной астмы, язвенной болезни.**



РЕЦЕПТЫ применения ПОЛЫНИ

на 4 частях оливкового масла в течение 8 часов в теплом месте. Пить по 1-2 капле при бессоннице, частых обмороках, нарушениях пищеварения.

Лекарственные формы и способы применения:

1. Как глистогонное средство против круглых червей – отвар головки чеснока средних размеров (100 мл) смешать с 1,5 стаканами настоя полыни из расчета 1 ст.л. травы на 100 мл воды. Клизмы ставятся несколько дней на ночь до полного исчезновения глистов.

2. Настой травы: 10 г сырья заливают 400 мл кипятка, настаивать 15 мин на водяной бане, охлаждать 45 мин, принимать по ¼ стакана 3 раза в день.

3. Настой для наружного применения: 2 ч.л. сырья залить 1 стаканом кипятка, настоять до охлаждения. Использовать для аппликаций и полоскания горла.

4. Настойка - (1:5) на 70° спирта, настоять 7-14 дней. Принимать по 15 капель 3 раза в день за 30 мин до еды.

5. Масло полыни горькой: 1 часть толченых семян полыни настоять

6. Мазь: 1 ч.л. свежего сока полыни соединить с 4 частями свиного жира. Применять при кожных ранах и язвах.

7. При болезненных месячных – настой полыни обыкновенной 1 ст.л. травы залить 1 ст. кипятка, нагреть на водяной бане 15 мин., охладить 45 мин., процедить, пить по 2 ст. в день за 8-10 дней до менструации. Эффект усиливается на фоне приема лапчатки гусиной и манжетки обыкновенной

Противопоказания и побочный эффект:

Продолжительное применение полыни может вызвать легкое отравление, а в тяжелых случаях и общетоксические явления центрального характера с галлюцинациями и судорогами. Поэтому между курсами необходимо делать перерыв от 1-2 недель до 2 месяцев. Нельзя злоупотреблять полынью при малокровии. Противопоказана при беременности.

О других разновидностях полыни, не менее целебных, чем эти, мы поговорим в следующем выпуске «Грибой аптеки». *Здоровья всем в наступившем Новом Году!* Фитотерапевт Васильева Л.А.

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 «Шиитаке» можно получить в «Центре Фунготерапии Ирины Филипповой» в г. Санкт-Петербурге и Москве и в магазинах «Грибная аптека». Опт. (812) 703-06-44, 740-37-61

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 «Ариика», 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
4. В аптеке от медико-фармацевтич. центра: ул. Варшавская, д.69, кор.3 ст.м. Московская (812) 973-57-50.

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
 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, Белгород, Вологда, Выборг, Ейск, Казань, Калининград (обл.), Киров (обл.), Кострома, Новосибирск, Мурманск, Омск, Оренбург, Снежинск, Сочи, Тольятти, Ухта, Хабаровск, Чебоксары, Череповец.

на правах рекламы

МАГИЧЕСКИЕ ГРИБЫ

на токийском асфальте

В многонациональной толкучке прямо напротив полицейского участка в токийском увеселительном квартале роппонги меня цапнул за рукав бойкий чернокожий парень: «Друг, в путешествие хочешь?» На агента туристической фирмы этот верзила в широченных шароварах и в майке с надписью «камикадзе» походил, честно говоря, маловато. Тем более, что за его спиной у кромки тротуара была припаркована «тойота», из окошка которой свисали прозрачные пластиковые пакеты с сушеной соломкой крайне сомнительного обличья. «Магические грибки, улетишь с первого глоточка, – бойко пообещал уличный торговец. «Доза – десять тысяч».

Чернокожий коммерсант явно охотился на лохов: ведь всего в нескольких сотнях метров от его «тойоты» располагался известный всем завсегдатаям роппонги салон «Бути», где порция наркотических грибков-галлюциногенов идет за 5 тыс йен (чуть больше 40 долларов).

Там же совершенно легально продают и мексиканский кактус-пейоте, содержащий сильнодействующее дурманящее вещество «мескалин». На прилавках магазина – трубки для курения «дурри», книжки с красочными описаниями «путешествий» и инструкциями по приготовлению наркотических отваров.

«Бути», кстати, имеет три отделения по всему Токио, которые отчаянно конкурируют на быстро растущем рынке грибов-галлюциногенов с другими торговыми заведениями такого же рода – «Психоделическим садом», «Травкой в эфире», «Я тащусь!». Впрочем, пора пояснить: Япония – вовсе не рай для наркоманов, где вдруг сняли все запреты на дурманящие средства. Полиция в этой стране жестко борется с наркотиками, и за ничтожную порцию кокаина некоторое время назад здесь с позором угодили в тюрьму президент самой крупной в стране издательской фирмы. В 1980 году всемирно известный экс-битл Пол Маккартни был арестован в токийском международном аэропорту, когда таможня обнаружила при нем 219 граммов марихуаны. Музыкант вмес-



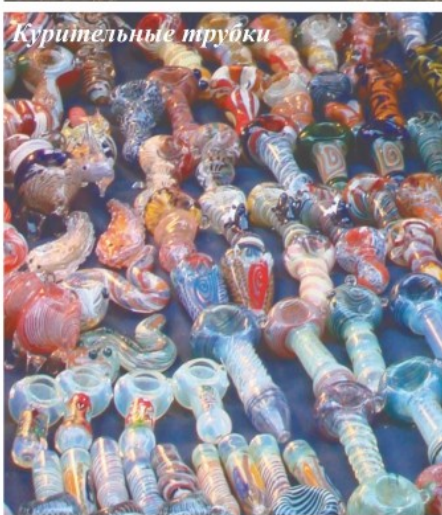
Продукция из Голландии в одном из салонов Токио



Псилоцибе



Кактус-пейоте



Курительные трубки

то гастролей провел 9 дней на нарах и отделался принудительной депортацией, чему был несказанно рад: за такие проделки в Японии светит семь лет тюрьмы.

Однако с товарами для «Бути» и «Психоделического сада» произошла фантастическая история: срок можно схлопотать за попытку ввезти в страну наркотические вытяжки из ядовитых грибков, а вот сами они, в сушеном или сыром виде, оказывается, вполне пригодны для легальной продажи в силу странной «дыры» в местном законодательстве. Со второй половины девяностых годов «отправляться в путешествие» с помощью варева из тропических мухоморов стало модно среди завсегдатаев токийских дискотек, и, мягко говоря, не всегда такие приключения заканчиваются только больной головой. Четыре года назад в Японии был отмечен только один случай отравления грибами-галлюциногенами, в прошлом – 32, а в этом счет уже перевалил за сотню. В июне 18-летняя студентка вывалилась в Токио из окна, поев супа с приправой из «магических грибов», выписанный через Интернет. В июле в японской столице угодили в реанимацию семеро молодых служащих одной из вполне приличных частных фирм, решивших в свой выходной день отведать варева из мексиканских поганок, приправленного горстью успокоительных таблеток.

Министерство здравоохранения и труда Японии, говорят, подумывает сейчас над тем, чтобы включить «магические грибы» в перечень нелегальных наркотиков, но бюрократы раскачиваются долго. Быстрее соображает полиция, однако, в ее распоряжении сейчас лишь пункт, запрещающий уличную коммерцию без лицензии. Впрочем, мой знакомый с Роппонги явно не боится облавы: он уверен, что всегда успеет смотаться на своей «тойоте». Да и штраф за мелкие административные нарушения не идет ни в какое сравнение с суммами, которые делают сейчас в Японии на организации вполне легальных путешествий в мир галлюцинаций.

Токио, Василий Головин.



ТИХАЯ ОХОТА 2008



Байкальский белый



Красная сыроежка

Новый год мы открываем фотографиями Иркутянки Татьяны Жигаловой, которые она сделала в минувшем сезоне прямо на своем дачном участке, расположенном едва ли не в прекраснейшем месте нашей необъятной Родины – близ озера Байкал.

«Природа наша щедра необыкновенно. Тайга кормит местных жителей испокон веков и ягодами, и орехами, и грибами. Самые сильные знахари, говорят, тоже всегда были в Сибири. И лечили они в согласии с Природой-матушкой. Да и теперь она постоянно нам напоминает: вот она, ваша Аптека, рядышком, прямо под ногами. Только присмотрись, не поленись, используй все это себе и другим во благо.

Какие грибы на фото – точно не знаю, я их только начала для себя открывать благодаря вашей газете, в Сибири всю жизнь брали только грузди да рыжики. Их всегда было столько, что вымачивать приходилось в ванне... Еще, конечно, я люблю белые и сыроежки, а за это они растут у меня прямо на участке: благо, мы с мужем оставили часть леса, не захотели одни грядки распахивать. Вот еще один интересный грибок – решеточник сибирский (это мне соседи так сказали) – он растет только под лиственницами.

Желаю всем здоровья и удачи.



Груздь настоящий



Никому не нужный белый



Еще белый!



Рыжики – это да!



Мухомор и кедровая шишка



Желтая сыроежка



Вот этим повезло...



Красная сыроежка



Подберезовик



Решеточник сибирский

Здравствуйте, дорогие ребята! Сегодня моя помощница Белка расскажет вам о самом ядовитом грибе – **Бледной поганке**. В прошлом номере вы, конечно же, узнали ее и правильно вписали в клеточки название. Но она так ядовита, что очень важно, чтобы не отравиться, научиться отличать ее от других, съедобных грибов, под которые этот гриб очень любит маскироваться. Успехов! Ваш Дед Мухомор.

Сказка о грибах

Бледная поганка



- Сорвите нас, мы очень вкусные! – кричали два гриба всем, кто проходил мимо. Один был с серовато-зеленой, а другой с беловато-желтой шляпкой.

- Я – настоящий шампиньон!

- А я – сыроежка, очень вкусная!

- Ай-ай-ай! Какие обманщики! – пристыдила их Белка. – Вы самые настоящие бледные поганки.

- Как ты об этом узнала, Пушистый хвост-острые зубки? – удивились поганки.

- На ножках-то у каждого из вас бугорок (фото 1), а сверху на ножке – белая пленка, будто воротничок (фото 2). У одного он из крупных чешуек, а у другого словно из бородавочек, - зацокал зверек. – Такие же приметы и у вашего дружка, мухомора (фото 5). У сыроежки (фото 6) ни бугорка, ни воротничка нет...

- Да это мы просто вчера простудились, - начали оправдываться грибы. – Вот у нас ножки и раздулись. Мы – шампиньон и сыроежка, честное слово. Сорвите и попробуйте нас.

- И вам не стыдно продолжать обманывать? – Белка погрозила лапкой. – Ну-ка ответьте, какой цвет у пластинок под вашими шляпками?

- У меня они белые (фото 3).

- А у меня, а у меня... кремовые (фото 4).

- Чтобы вы знали, у молодых шампиньонов хоть и есть воротничок (он, правда, отличается от поганкиного!), но зато пластинки беловато- или грязно-розовые (фото 7), а у старых и тем более – темно-коричневые или даже черно-бурые (фото 8).

Грибы виновато опустили шляпки.

- Опять нас никто не хочет собирать, - всхлипнул один.

- И почему мы родились ядовитыми? – добавил другой. – А так хочется попасть в корзинку к другим грибам.



Учимся писать



Ребята, если вы внимательно слушали или сами читали сказку, то вы, несомненно, сможете ответить на вопросы Деда Мухомора.

1) Ядовитые или съедобные бледные поганки?

2) Какие у них бывают шляпки? 3) Какая у бледной поганки ножка? 4) Можно ли узнать по ножке, что этот гриб ядовитый? 5) Чем отличаются по цвету пластинки шляпок бледных поганок от пластинок шампиньонов? Ответили – молодцы!

Впишите в клеточки название гриба. Знаете, как он называется? Если нет – спросите у взрослых. О нем мы уже рассказывали в одном из предыдущих выпусков газеты.



М

З



В задании прошлого выпуска (№12(44)) в клеточки вы должны были вписать: **БЛЕДНАЯ ПОГАНКА**

Правильные ответы.

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

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



Мы решили ввести новую рубрику – авторскую. Есть у каждого фанатичного грибника свои и только свои секреты. Мы постараемся эти секреты вывести и рассказать о них всему миру. Конечно, с согласия грибного мастера.

Сегодня – слово грибному Асу – Филиппову Александру Павловичу. Он откроет секрет засолки гриба, который грибники если и знают, то равнодушно, а порой и вовсе с досадой (опять скрипица!) отшвыривают в сторону – куда там взять и засолить. Сухой, невкусный, прямо вгорле застревает. А оказывается, если все сделать как надо – пальчики оближешь, не стыдно и гостям на стол поставить. Если не брать в расчет его размеры, то в пору с груздем тягаться...

СКРИПИЦА – напрасно обруганный гриб

По виду скрипица мне всегда очень нравилась – крепкий ядреный гриб и растет кучно, и всегда можно найти, даже в самое засушливое лето. А в моих любимых местах – на взгорочках у речки Сороти – так их вообще много. Ходи только да в корзину складывай. Но жена моя скрипицу не жалует – и не отмыть от сухой травы и приставших комочков земли, и не прожевать, сколько ни вари, да и вкус – горький, терпкий. Одно название – скрипица. Когда я не удерживался от соблазна бросить в корзинку пару-тройку особо красивых экземпляров, она всегда их вылавливала и открывала Интернет: посмотри, дескать, ни один грибник слова доброго о скрипице не скажет. И даже в разряд съедобных внесен этот гриб только условно.

Я соглашался, но все равно очень было жаль – какой красивый гриб! А ведь большинство грибников были согласны с этим – или брезгливо отшвыривали бедную скрипицу, или безжалостно сапогом давили, но не собирали никто... И только однажды я увидел скромное замечание одного грибника, дескать, надо просто уметь готовить скрипицу, тогда она и вкусная, и нежная. Но хор возмущенных любителей белых груздей и волнушек тут же заглушил его голос. А я решил попробовать... Лето тогда выдалось крайне неудачное – сухое. На солонухи уже и надежды не было: волнушки уже крохотные стояли червивые. Поэтому домой я принес ведро скрипиц с чистой совестью – на безгрибие и это гриб, а то на зиму останемся без соленых грибов... Жена только пожалала плечами и тоже взяла нож – чистили в четыре руки.

Да, работа нелегкая привести скрипицы в чистое состояние, чтобы песок на



Lactarius vellereus



Скрипица соленая

грибы от сухой травы и земли, для этого нужен не только нож, но и влажное полотенце. Затем скрипицы нужно замочить на двое суток – воду менять, как только появятся пузырьки (это говорит о брожении). Затем опять вооружиться ножом и соскабливать верхнюю кожицу вместе с вьевшейся грязью. Затем опять замочить на несколько часов с лимонной кислотой (чайная ложка на 10 литров воды) – это чтобы оставшаяся грязь лучше растворялась и на дно опускалась мутью.

И потом уже с чистой совестью приступать к варке. Грибы лучше не разрезать, пусть они будут большими, зато так красивее. Варить их должны до того момента, пока не опустятся на дно кастрюли. А это зависит от размера собранных грибов. Терпите и в кастрюлю поглядывайте. Затем слить воду,



Lactarius vellereus

остудить и приступать к засолке.

Остужать очень просто – на дуршлаг и под струю холодной воды: и помоются лишний раз, и остудятся.

Засолка. Здесь нужно знать, что скрипица – очень горькая, терпкая и жесткая. Это нужно откорректировать. На дно пластмассового бачка (есть такой специальный для засолки – очень удобный) я кладу коврик – укроп, листья смородины, хрена и капусты(!). Обязательно очищенные дольки чеснока. Перец – не надо, его и так в скрипицах хватает. Затем выкладываю грибы слоями (не больше двух грибов высотой) и пересыпаю солью по вкусу. Опять коврик из зелени (уже тоненький и без капусты), и слоями скрипицы. Наверху опять укрываю «зеленым ковриком» с листьями капусты, придавливаю пластмассовым гнетом, ставлю большой камень для тяжести. И на три дня – в кухне при температуре 20-23 градуса. Пусть пойдет первое брожение. Как только рассол помутнел, пошли пузырьки, и чувствуется запах брожения – в холодильник. Температура должна быть 6-10 градусов, не выше. Иначе брожение продолжится, и это уже будут – квашеные острые грибы, которые не много кто любит. Скрипицы должны находиться под гнетом дней 40, тогда они действительно будут вкусные. И обязательно должны перебродить – поэтому не забывайте про трехдневную выдержку в кухне!

А соленые скрипицы на вкус действительно не отличаются от тех же груздей, разве чуть поглубже. Но жена у меня сейчас из них что только не делает – и салаты, и пироги, и солянки! И поменяла мнение, теперь скрипицы из корзинки не выбрасывает...

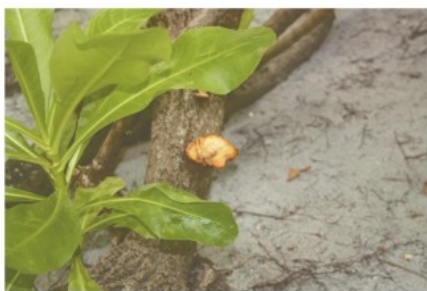
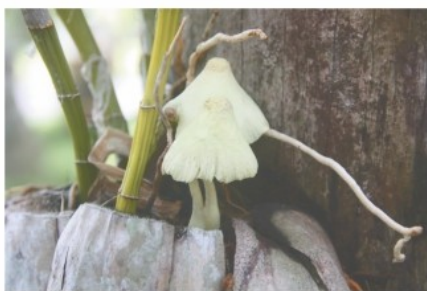
Ирина Филиппова

Мальдивские... МУХОМОРЫ

Уж откуда бы взяться грибам на Мальдивских островах? Крохотные коралловые островки (самый большой – километр на два – как раз чтобы разместить самую маленькую столицу в мире – Мале) с намываемым из океана песком и «плевочками» тропической зелени – пальмами, бугенвиллиями, бананами. И вдруг – мухоморы! Да еще где – в вазонах с орхидеями!

Мухоморы, конечно, необычные – на русские не похожи: ни нарядной ярко-красной шляпки с горошинами, ни российской стати, ни природной «мясистой». По российской классификации, скорее, «мухомор поганковидный» – светло-зеленой окраски с явной желтизной, мелкие шероховатые хлопья на шапочке и зарождающаяся бульбочка на ножке. Нафотографировать мальдивского красавца удалось от души, а вот с собой взять, чтобы на досуге поизучать и сравнить дома в России – нельзя. Ни в коем случае нельзя ни ввозить, ни вывозить грибы через границу Мальдивской республики. Нельзя – официально. А грибы давно уже путешествуют сами по себе – контрабандой. Ведь понятно, что этот вид мухомора попал на коралловые островки с грунтом для орхидей, и, скорее всего, из Нидерландов. Посидел в земле, посидел (этому садику орхидей в отеле «Сан Айленд» не больше пяти лет), попривык к местным условиям и после обильных пресных дождей решил явиться миру в своем настоящем обличье.

Правда, для мальдивцев, особенно для услуги-садовников, большим сюрпризом это не явилось – грибы они видят частенько на этих райских островах. И хотя совершенно не различают виды, но знают, что это ГРИБЫ. А для любого гриба, хоть каменной скульптуры или деревянной китайской поделки в местном магазинчике, или того же самого мухомора в орхидейном садике, и даже для целой россыпи трутовиков на древесной лиане, практически для всех, есть одно название – «ТЭГ» на местном языке.



Откуда попадают грибы на эти коралловые островки? Отовсюду. С пакетами грунта и газонной травой, на одежде туристов, на корнях корнеплодов из Китая и Европы.

Тут же русские туристы задали воп-

рос: «Значит, скоро можно ждать появления березовиков под лианой у бунгало? Ведь россиян на Мальдивах уже просто пруд пруди...»

Думаю, до подберезовиков и боровиков дело не дойдет. Не понравится спорам местный грунт и отсутствие привычных соседей – берез, елей. А вот мухомор с легкостью может вступать в симбиоз с любыми растениями (как, например, с орхидеями). Когда-то в Африке на песчаных бедных почвах пытались посадить сосны. И бились до тех пор (никак эти сосны не хотели расти), пока кто-то из микологов не подсказал внести дополнительно в почву **грибницу мухоморов**. Соседство соснам так понравилось, что через 20 лет на этом месте вырос крепкий здоровый сосновый бор... с полным набором грибов: и мухоморов, и маслят, и даже... боровиков!

Мальдивские острова, что удивительно, унаследовали традиции... Китая. Во всяком случае, что поражает с первого взгляда в любом отеле Мальдив – грибы. Украшения из грибов. Эти скульптурные фигурки стоят на газонах, у фонтанов, возле ресторанов. В одном «Сан Айленде» я насчитала более десятка таких украшений, причем, не похожих друг на друга. Это не считая ювелирно выточенных грибных композиций из пальмового дерева в местном магазинчике. Сначала очень хотелось верить, что у мальдивцев с давних пор сохранился ГРИБНОЙ КУЛЬТ. Но все оказалось намного проще – ландшафтный дизайн выполняли китайские умельцы, они же и завезли эти уличные грибные композиции. А статуэтки грибов магазинчике – тоже китайского производства. Мухомор в кашпо с орхидеей – голландского завода. Местные трутовики на лианах и бугенвиллиях – индонезийского происхождения. А Мальдивские грибы – увы! Только по названию. Хотя, я думаю, микологу все равно очень интересно было бы исследовать эти коралловые островки – а вдруг что-то нашлось бы и местное? Гриб коралловый, например... Но вот такого мне еще не встречалось, к сожалению.

ЛЕНИН — гриб?!

По материалам телепрограммы "Пятое колесо", 17 мая 1991, ведущий Сергей Шолохов.

Продолжение. Начало в выпусках №11(43), 12(44)2008 г.

Мы продолжаем публиковать отрывки одной из передач «Пятое колесо», в которой обсуждаются интересные факты нашей истории... Гость программы Сергей Курехин — известный политический деятель и киноактер.

...Сейчас я вам скажу то, что есть самое главное, к чему я все это веду. А то, что у меня есть совершенно неопровержимые доказательства, что вся Октябрьская революция делалась людьми, которые много лет потребляли соответствующие грибы...



фото 1

...И грибы в процессе того, как они были потребляемы этими людьми, вытесняли в этих людях их личность, и люди становились грибами. То есть я просто-напросто хочу сказать, что Ленин был грибом. Грибом, более того, он был не только грибом, он был еще, помимо всего, радиоволной. Понимаете?

Дальше. Сейчас я вам покажу вещь, которая меня сначала ну просто ввела в состояние шока. Это что-то невероятное. Сейчас я вам продемонстрирую одну из схем, и вы поймете, насколько важно... вот посмотрите, это броневик, хорошо нам известный броневик, на котором Владимир Ильич выступал. Это — разрез броневика, это — его внутренняя часть (на фото 2). А теперь обратите внимание: это — мухомор, а это — грибница. Обратите внимание, что грибница и броневик в срезе своем практически идентичны. Практически все построено по принципу...

Шолохов: Даже дверь есть.

Курехин: Ну не дверь, это какие-то определенные поры соответствующие, находящиеся в грибнице, которые содержат влагу и выжимку из тех полезных ископаемых, которые необходимы для питания мухомора. Понимаете? Совершенно одно и то же. Я могу даже на основании этого предположить, что у нас нет верхушки. Верхушка, это, собственно, Владимир Ильич, вот. Идентификация Владимира Ильича и мухомора. То есть, если броневик это грибница, то мухомор — это Ленин.

Дальше. Другие факты. До сих пор все исследователи не могли прийти к единому мнению по поводу псевдонима, который взял себе Владимир Ильич — Ленин. Понимаете? Потому что существует несколько точек зрения, почему он взял себе такой загадочный псевдоним...

Шолохов: От реки Лена, кажется, да?

Курехин: От реки Лена, ну... там очень много. Ленские события, все что угодно. Я могу совершенно точно сказать — если прочитав имя «Ленин» справа налево, получится слово «нинель», а точнее «нинель». Понимаете?

Шолохов: Нет.

Курехин: Нет?

Дело в том, что я думал, вы знаете, что просто нинель — это знаменитое французское блюдо, приготовленное из...

Шолохов: ...грибов.

Курехин: ...из грибов,

Шолохов: ...да-да-да. Что-то такое, да.

Курехин: Приготовленное особым способом. Это нинель. Понимаете? Дальше, смотрите. Вспомните замечательную фразу, которую Ленин говорил, слушая «Апассионату». «Божественная, нечеловеческая музыка». Само по себе это уже говорит о каком-то особом восприятии музыки. Божественная, нечеловеческая музыка. Если еще принять во внимание, что ее написал Бетховен, а Бетховен, как вам известно, переводится как «грибной дух»... «Бет» — грибной, «ховен» — дух, то тогда тоже возникает определенная связь. Понимаете, все укладывается. Дальше. Я хочу предложить вам знаменитый рассказ Хармса, который тоже, в общем-то, взят не с потолка. Вот, пожалуйста. Короткий рассказ, который тоже практически подтверждает то, что я вам говорил. «Ленин в детстве очень любил грибы. Бывало, наберет полную корзину, почистит, отварит, и ест. Да столько съедал, что и Пушкин не смог столько съесть. Но

...Когда заходишь в сосновый бор, лучше всего собирать грибы не торопясь, вдумчиво: сделать один шаг вперед, осмотреться и сделать два шага назад...

(Аксаков «Дневник грибника»).



фото 2

больше всего Ленин любил мухоморы. Большие, красивые. Как увидит, так сразу блеск в глазах, весь сам не свой». Вот, пожалуйста, рассказ Хармса.

Возьмем знаменитую книгу Аксакова — его «Дневник грибника». Сейчас, секун-

дочку, я вам найду, чтобы вы полностью убедились... Вот, пожалуйста, девяносто шестая страница, четвертая глава, шестнадцатая строка сверху. Приготовьтесь, внимательно следите за тем, что я буду говорить. Только очень внимательно, хорошо?

Эх... Что-то я очень болтаю быстро. Просто это меня так всегда захватывает, когда я говорю о том, что меня действительно волнует, и о том, чему я посвятил несколько лет...

Шолохов: Нет, я буду останавливать, если я буду что-то не понимать.

Курехин: Вы понимаете? Волнуюсь даже. Я редко волнуюсь, но это вещь, которой я посвятил несколько лет, и изложить так, чтобы все поняли, что это не бесполезная работа... Вот. Вернемся к нашему Аксакову. «Дневник грибника».

Когда заходишь в сосновый бор, лучше всего собирать грибы не торопясь, вдумчиво: сделать один шаг вперед, осмотреться и сделать два шага назад. Вам это ничего не напоминает?

Окончание читайте в следующем выпуске «Грибной Аптеки»

Я слышал, что ученые обнаружили гриб, вырабатывающий «дизельное топливо». Расскажите пожалуйста об этом подробнее.

Ученые обнаружили гриб, способный синтезировать смесь углеводов, по составу похожую на дизельное топливо, об этом говорится в статье, опубликованной американскими биологами в журнале *Microbiology*.

Дизельное топливо или солярка – это жидкий продукт перегонки нефти, использующийся в дизельных двигателях грузовых машин, сельскохозяйственной техники и железнодорожного транспорта.

Ранее ученые находили микроорганизмы, способные синтезировать отдельные углеводороды, входящие в состав продуктов перегонки нефти – бензина, солярки и ракетного топлива.



Gliocladium roseum

В новом исследовании специалисты из государственного университета Монтаны обнаружили гриб, способный производить сразу 55 видов углеводов.

«Никто до сих пор не наблюдал ничего подобного», – утверждает один из авторов исследования доктор Гэри Стробел, слова которого приведены в сообщении американского государственного университета Монтаны.

Группа ученых обнаружила гриб внутри древесины **эвкрифии сердцелистной** – дерева, растущего в северной Патагонии. Гриб получил название *Gliocladium roseum*.

Ученые определили состав выделяемых грибом углеводов с помощью масс-спектрографического анализа. Выяснилось, что в состав выделений входят октан, 1-октен, гептан и гексадекан, которые являются компонентами дизельного топлива. По словам доктора Стробела, когда он это увидел, у него «волосы зашевелились на голове».

Как считают авторы исследования, гриб производит углеводороды, чтобы устранять растущие поблизости конкурирующие микроорганизмы.

По словам биологов, необычный гриб синтезирует «дизельное топливо» в очень небольших количествах, недостаточных для промышленного использования, но в будущем возможно создать штаммы с более значительным выходом необходимых веществ.

В ближайшее время ученые намерены прочесть весь геном (набор генов) гриба и найти гены, необходимые для синтеза углеводов для создания промышленно значимых штаммов грибов.

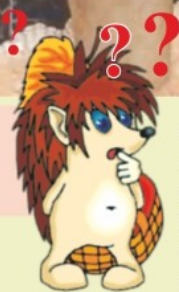


Щитовка

Вы рассказывали о симбиозе грибов и растений, а бывает ли симбиоз грибов и насекомых?

Евсеев Катя, г. С-Петербург

Как ни странно, но бывает. Есть такие грибы-хищники, которые паразитируют на насекомых. Выстреливают спорами, прикрепляются к хитину и начинают прорастать в жертву, питаясь ею. Обычно они довольно быстро поглощают эти живые консервы и убивают свою жертву, поджидая на ней новых пролетающих насекомых. Но оказался среди этих грибов-киллеров и



очень «сострадательный гриб» – микромицет септобазидиум, паразитирующий на щитовках. Он не убивает свои жертвы, а... защищает и заботится о них. Этот гриб разрастается внутри насекомого, заполняет полость её тела, а затем прорастает наружу через естественные отверстия на теле жертвы. Гриб так «деликатно» и понемногу поедает своего подопечного, что насекомое не погибает в результате всех этих процессов. Но самое интересное начинается дальше. К грибу постепенно сползаются другие, здоровые щитовки. Он разрастается над ними и строит для них своеобразный «домик»-лабиринт с тоннелями, «комнатами» и плёнкой-крышей. Здесь насекомые укрываются от своих врагов – птиц, других насекомых. Что с того, что несколько щитовок пойдёт в пищу грибу? Насекомые считают выгодным для себя такое «рабство». А мы называем это «симбиозом».

Не слишком часто встретишь паразита, так трогательно заботящегося о безопасности своих жертв. Поражённые грибом щитовки даже живут дольше своих здоровых собратьев, свободных от гриба. Таковы преимущества «рабства»! Но они никогда не смогут размножиться.



А правда, что комары, как и муравьи, выращивают грибы?

Щукина Елена, г. Москва

Нет, комарам в этом вопросе до разумных муравьев далеко – они не умеют и никогда не сумеют

обустраивать такие грибные плантации как муравьи. Но вот о симбиозе говорить здесь вполне уместно. Действительно комары выращивают грибы – примитивные микромицеты «дрожжевые грибки» – у себя в брюшке! Зачем им это надо? Дело в том, что дрожжевые грибки выделяют углекислый газ, который попадает в слюну комара, а вместе со слюной и в кровь жертвы при укусе. Именно углекислый газ не дает быстро сворачиваться крови, и комар «смакует» свой обед. А вот для укушенной жертвы это «смакование» оборачивается большой неприятностью – дрожжевые грибки из брюшка комара через хоботок попадают на место укуса и вызывают раздражение, зуд и кожный волдырь. Помогает нейтрализовать действие дрожжевых грибков при укусе – любая кислота (лимонная, уксус, винная и т.д.). Стоит потереть место укуса кусочком лимона – и зудящего волдыря просто не будет.



Правда ли, что французские вина специально заражают каким-то грибом, чтобы они были вкуснее?

Алла Вайдес, г. Москва

Если дождливым летом приходилось собирать землянику, то вам, вероятно, попадались серые, покрытые как бы тонким пушком ягоды. Эту болезнь – серую гниль земляники – вызвал гриб **ботритис**. Он может поражать очень многие растения.

Как ни странно, способен он приносить и пользу. Во французской провинции Сотерн сбор винограда производится уже после того, как его поразил **ботритис**. Вино, которое делают из такого винограда, в результате приобретает очень приятный и необычный вкус. Болезнь, вызываемую грибом, здесь прозвали «благородной гнилью». Вина «Сотерн» ценятся любителями весьма высоко.

АВТОРСКИЕ ПРАВА

Я работаю с Интернетом и как-то попала на сайт - о тибетском молочном грибе. И была поражена - текст полностью из книги «Грибы, которые лечат» Ирины Филипповой. Я очень люблю и ценю Ирину Александровну, и у меня все ее книги собраны. Так вот, я даже сравнила эти тексты. И нигде я не видела даже ссылки на ее имя. На мой вопрос - почему они так делают, мне, конечно же, не ответили. Потом заглянула на «Озон» (Интернет-магазин) и увидела там массу книг на ту же тему - о зооглеях других авторов. Выписала (Казаринову, Романову, Анастасию Семенову) - вдруг что новое уже исследовали? И была просто шокирована - там кусками тоже идет текст Филипповой. И опять без единой ссылки. Разве авторское право не работает? (Копылова Наталья, г. Москва)

От редакции. Закон об авторском праве работает. И все авторские права запатентованы. Но вот таких «липких лапок», как мы называем любителей легкой наживы на чужих исследованиях и разборах - неимоверное количество. Причем, таких писателей не существует - никогда не было в природе писательницы и поборницы здорового образа жизни Анастасии Семеновы. Это вымышленная фамилия, под которой скрываются «литературные негры», обычно студенты или школьники, которые просто «передирают» чужие книги, используя тексты из авторских книг. Это обычное мошенничество, которое широко процветает именно в оздоровительной литературе. Можно составить обширный список таких несуществующих «писателей», но нужно ли? Ведь Филиппова Ирина Александровна - это реальное лицо и реальное имя, писатель, который пишет реальные книги о своих исследованиях. Поэтому, не доверяйте таким «псевдоцелителям и писателям» и обращайтесь к нам на сайт, форум (www.fungocenter.com или www.fungo.ru) или читайте книги Филипповой - это первоисточник.

МОГУ ЗАГОРАТЬ БЕЗ ОПАСЕНИЯ

Я очень люблю ваш крем «Веселка». Кожа у меня часто воспаляется, вечно какие-то гнойнички появляются. А как только стала кремом с веселкой мазаться, кожу не узнаю - нет гнойников. К тому же, у меня от загара образовывались коричневатые пятна на скулах. Когда в солярий ходила, всегда платком лицо закрывала. А сейчас все нормально. Вполне могу лицом загорать без опасения. Эти пятна уже не появляются.

И. Цурина, г. Санкт-Петербург

«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.

Грибной гороскоп уже в продаже

Грибы - это отдельное Царство природы, со своими законами, обычаями и... характерами. Поэтому, кроме зодиакальных, цветочных, гороскопов драгоценных камней, есть и уникальный грибной гороскоп.

Заказ книг (812) 703-06-44

Продукция на основе целебных грибов

Крем «Шиитаке» производства ООО «Шиитаке»

Способствует регенерации кожных покровов, стабилизирует эластичность и водный обмен, сохраняет молодость кожи. Имеет выраженный лифтинг-эффект и антибактериальное действие.

Крем с экстрактом гриба шиитаке, пластик, туба 50 мл в карт. упаковке

(812) 717-17-11, 271-28-98, 703-06-44, 740-37-61, 575-57-97
(495) 940-20-13, 941-30-10, 510-49-70, 656-61-76, 940-08-49

отделы от магазинов

«Грибная АПТЕКА»

ул. Варшавская, д.69, кор.3 в **АПТЕКЕ** от ст.м. Московская медико-фармац. центра
(812) 973-57-50

пр. Дачный, д. 2, кор.2, в гомеопатич. центре ст.м. Пр. Ветеранов
«ИГНАЦИЯ»
(812) 973-57-40

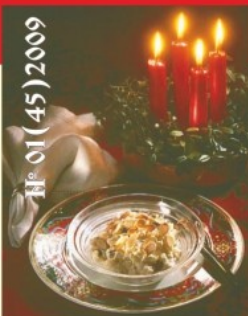
пр. Стачек, 14, в аптеке ст.м. Нарвская
Аптека ДВОКТОР
(812) 715-34-65

пр. Энгельса, 132/1, в гомеопатич. центре ст.м. Пр. Просвещения
«АРНИКА»
(812) 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.

печтается на правах рекламы



Всякий раз, когда мы перешагиваем порог Нового года, на душе становится особенно тепло, потому что через несколько дней наступит Праздник Рождества! **Рождество Христово** – удивительное время, когда сердце наполняется ожиданием чуда... Это один из самых светлых христианских праздников. На Руси Рождество всегда отмечалось с особым благоговением. Период от Рождества Христова до **Крещения** называют Святыми днями, или **Святками**. По сути, это продолжение Праздника Рождества, когда-то эти два события отмечались одновременно и назывались **Богоявлением**.

Итак, как и было обещано, рецепты к Рождеству. Их прислали наши постоянные читатели. Грибная Харчевня желает всем Веселых праздников и... приятного аппетита!



САЛАТ «ФУДЗИЯ»

1. Мякоть телятины обжарьте крупными кусками и нарежьте тонкой соломкой.
2. Грибы шиитаке и огурцы порежьте также.

Грибы затем обжарьте на масле и охладите.

3. Лук нашинкуйте тонкими полукольцами.
4. Яблоко очистите от кожицы и сердцевинки, тоже нарежьте соломкой.
5. Соедините подготовленные продукты, полейте лимонным соком, соевым соусом и, если надо, посолите, поперчите.

При подаче полейте салат майонезом и оформите зеленью.

Рецепт Красновой Ю.В., г. Киров

Понадобится

150 г грибов шиитаке;
150 г мякоти телятины;
2 свежих огурца;
1 луковичка;
1 яблоко;
4 ст. л. майонеза;
1 ст. л. лимонного сока;
2 ст. л. соевого соуса;
зелень петрушки или сельдерея;
соль и перец черный молотый по вкусу.



ГРИБНОЕ ФРИКАССЕ с хрустящим яйцом

1. Варить яйцо в течение 6 минут. Затем положить его под холодную воду, снять скорлупу и обсушить.
2. Обвалить в муке, сырым яйце и панировочных сухарях (в муке 1 раз, в панировке и яйце – два раза, по очереди).
3. Положить в глубокую сковороду и жарить четыре минуты во фритюре на подсолнечном масле. Затем вынуть из сковороды и оставить на две минуты.

Приготовить грибное рагу:

1. За два часа до готовки замочить сморчки в горячей воде.
2. Порезать грибы шиитаке.
3. Порезать и потушить со сливочным маслом шалот. Добавить сморчки и тушить их в течение пяти минут.
4. Затем ввести портвейн и тушить до выпаривания.
5. Добавить куриный бульон и тушить десять минут.

Понадобится

400г свежих грибов или п/ф, в с/соку и т.п.;
150г сливочного масла;
2 луковички;
2 зубчика чеснока;
2 ст. л. с горкой хлебных крошек;
200г плавящего сыра;
тертый мускатный орех;
зелень петрушки;
соль, перец, панировка.

КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ЛИСИЧКАМИ

1. Очищенный картофель отварите в подсоленной воде 10 минут, затем остудите и нарежьте кружочками.
2. Форму для выпекания смажьте сливочным маслом. Уложите черепицей картофельные кружочки, посыпьте половиной нормы шалфея, нарезанного соломкой.
3. Смешайте 125 г сливок с половиной нормы чеснока, пропущенного через пресс, заправьте солью, перцем, натертым на мелкой терке мускатным орехом и полейте этой смесью картофель.
4. Запекайте в духовке при 230°C в течение 20 минут.
5. Лисички жарьте 1-2 минуты на оливковом масле. Добавьте оставшийся шалфей, чеснок и мелко нарезанный розмарин, перемешайте и жарьте еще 1-2 минуты. Выложите грибы поверх картофеля, полейте оставшимися сливками, посыпьте сыром и сбрызните растопленным сливочным маслом. Запекайте еще 15 минут, до образования румяной корочки.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

Понадобится

картофель – 1 кг;
лисички – 600 г;
сливки густые – 250 г;
шалфей – ½ пучка;
мускатный орех – ½ шт.;
розмарин – 1 веточка;
чеснок – 2 зубчика;
масло сливочное – 3 ст. л.;
масло оливковое – 3 ст. л.;
сыр пекоррино или пармезан тертый – 200 г;
перец черный молотый,
соль по вкусу.



ГРИБНЫЕ КОЛБАСКИ



1. Растопите 50 г масла и обжарьте на нем мелко нарезанный лук и измельченный чеснок в течение 3 минут.
2. Добавьте порубленные мелко грибы, накройте крышкой, жарьте еще 15 минут. Снимите крышку, увеличьте нагрев и выпарите жидкость. Грибы должны остаться влажными. Добавьте 50 г масла. Немного охладите.
3. Добавьте в смесь хлебные крошки, сыр, щепотку мускатного ореха, соль и перец, оставшееся масло и размешайте до получения однородной массы.
4. Выложите паштет на небольшое блюдо, накройте крышкой и охладите в течение 1-2 часов. Скатайте небольшие колбаски и обваляйте их в зелени или в сухарях, смешанных с шафраном. Приятного аппетита!

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

При подаче нарежьте запеканку на порции и выложите на блюдо.

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

Рецепт Семичевой М.Е., г. Вологда

Рецепт Гарасик Н.М., г. Хабаровск

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 22.12.2008 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В.О. 17 линия, д. 60, лит.А, пом.4н. Заказ №ТД-5212

