



№ 09 (053)  
2009 г.

Вестник  
фунготерапии

АПТЕКА

### ЗАКУДРЯВИЛАСЬ И ПОХОРОШЕЛА

Моя мама очень боится отравлений от грибов (наслушалась разной ерунды по телевизору) и хотя я ей объясняю, что всю жизнь были заядлыми грибниками и никогда не травилась, нет, на нее какой-то стих нашел: выполняет все бредовые советы типа варить надо не менее часа, а первый бульон обязательно сливать. Объяснить ей ничего уже невозможно. Суп ее получается невкусный и бесполезный, маринованные грибы – как трава безвкусные.

Сейчас я сама готовлю грибы. А когда к ней приезжаем с мужем в гости, я ей уже не перечу – пусть делает что хочет. Вот только нашла я применение первому грибному бульону, который она безжалостно выливает. Я этим бульоном активно полощу волосы, отжимаю и так хожу почти до высыхания, а потом мою голову с детским мылом. Сначала думала, что это просто питает волосы витаминами и микроэлементами. А через три месяца грибного сезона – уже почти в декабре – поняла, что у меня волосы... изменились! Я никогда не была кудрявой, а тут вдруг появилась такая приятная волнистость и пушистость. Раньше перед важным мероприятием бежала в парикмахерскую укладку делать. А сейчас помою, встряхну, высушу без фена, расчешу – и прическа на загляденье. Муж даже заметил – удивился. И еще мне кажется, что волосы стали гуще, а может они просто стали пушистее.

*Михайлова Е., г. Тверь*

● **ФУНГОТЕРАПИЯ** открывает свои секреты:  
**КОЗЛЯК** или **РЕШЕТНИК**



● **Грибная ПОЧЕМУЧКА:**  
**Портреты из трутовиков**

● **Детская страничка:**  
**О чем волнуются ВОЛНУШКИ?**

● **Консультация ТРАВНИКА:**  
**ДЕВЯСИЛ ВЫСОКИЙ**

● **Грибная ХАРЧЕВНЯ: солим грибы**

Горячая линия фунготерапии  
**8-800-5555-170**

Звонок по России бесплатный

**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





Горькушка

## Сентябрь

Ах, как замечательно в лесу! Грибной дух ни с чем не сравним! А какая радость в траве под осинкой найти «карандашик» подосиновика или напасть на пятачок с желтыми лисичками! Хотя грибной сезон в этом году рано начался в нашем регионе из-за постоянных дождей. Многие мои знакомые, собирая чернику в июле, приносили домой ароматные лисички, да и белые кому-то удавалось найти.

А в этом августе я активно отслеживала появление белых груздей – есть у меня такое заветное местечко под Порховом. В прошлом сезоне они активно проклюнулись десятого августа. А проклюнулись – это означает, что показали краешек тяжелых махровых шляпок из под толстого одеяла слежавшейся хвои. И размером уже были с хорошее блюдо, и почти все червивые. Но зато молодая поросль, которая гнездилась там же – ядреная, налитая «грибным жиром» – была на редкость хороша. Три ведра с небольшого склона – урожай двухчасовых поисков. А в этот раз – семнадцатого августа – как мы педантично ни обследовали тот же пятачок, практически ничего. Один крупный груздь, уже основательно изъеденный червями. Но факт налицо – оказался белый груздь, значит, остальные уже на подходе. А вот когда их ждать? В начале сентября?

Уже по августу видно, какой грибной урожай стоит ждать в приоритете – солонушек или же грибов для жаренки, маринования, сушки. Что поразительно – вместе они никогда обильно не плодоносят. Я помню годы, когда белые росли даже в песочницах, а вот груздей и волнушек тогда можно было по пальцам перечесть. И наоборот – пласты груздей и волнушек шли один за другим, а боровики только нехотя появлялись и уже червивые.

Волнушки о себе дали знать в середине августа – небольшой пласт прошел. И хотя тут же похолодало и прошли проливные дожди – но второй раз так обильно они плодоносить не стали. Выжидают. Ну и мы будем ждать. Главное уже отмечено – кажется, год будет богат на «солонушки». Хорошо бы. Черных груздей в большом количестве уже года три не было.

Что еще несет грибной сезон нам? Массовые публикации в массовых изданиях о... грибных отравлениях. Это опять журналисты перевозбудились. Объединение грибофобов какое-то. Уже договорились до того, что оказывается 80 процентов всех отравлений – это грибные отравления!!! И сколько бы не опровергали это сами врачи-токсикологи – журналистов с этого не свернуть. Ну что ж, мы у себя в газете будем приводить такие «перлы», которые даже опровержению не подлежат из-за очевидной глупости.

Не забывайте о подписке – газета наша действительно уникальная. Недавно была отмечена как самое «профессиональное издание, выполненное с большим вкусом и любовью к природе». А отмечено это фракцией «Единая Россия» Государственной Думы РФ!!! И награждена дипломом «Гордость России».

Ждем ваших снимков, рассказов, стихов и всего, что связано с нашей любимой темой – тихой охотой.

Гл. редактор Т. Факина

## КОРОВИЙ ГРИБНОЙ ДОКТОР



В пятидесятые годы я по распределению попала в колхоз «Красный путь» в Псковскую область – ветеринаром. Мне 20 лет, совсем девчонка, знания толь-

ко в теории, а в колхозе стадо дойных коров более тысячи голов. У коров после отела – мастит, когда вымя раздувается как огромный мяч, и они мычат от боли, а то еще трещины сосков от первых доильных аппаратов... Я бегаю, смазываю вымя мазями, эти мази телята тут же слизывают – поносить начинают. Я в рев – не могу ничего сделать, отпустите меня – увольняйте, не буду отрабатывать. Председатель посмотрел на меня грустно: «Дура, под суд хочешь пойти? Иди к деду Харитонову (это бывший ветеринар, который уже лет 15 как на пенсии был и не работал), может, он тебе чем поможет». Я – домой к этому деду. С бутылкой водки – хорошей, «Столичной» – не пожалела денег, как сейчас помню, отдала 30 рублей старыми деньгами. Дед на крыльчке сидел, увидел бутылку, выругал меня, но благодушно, беззлобно, дескать, за эти деньги можно было четыре бутылки хорошей самогонки у соседской Глашки купить. Учить меня не стал, а сказал, что завтра на ферму придет, чтоб я его ждала и заранее воду вскипятила.

Пришел назавтра раненько и с мешком за плечами. На дойку сходил, посмотрел больных коров. Мне велел их на пастбище пока не гнать. А сам достал из мешка огромные трутовики, маленький топорик, стал тюкать им – на кусочки эти древесные грибы разбивать и мне объяснять: «Вот эту – чагу – надо запаривать: залить горячей водой в большом чайнике и его над котлом с пойлом повесить – пусть напаривается, цвет набирает. Этот коричневый настой будешь в пойло для коров добавлять по литровой банке. А еще утром рано обмывать этим настоем вымя и как следует соски с трещинами. Телята если и слижут – то на пользу пойдет. А вот это – березовый лепех, он тоже на березе растет как и чага. Его вместе с сосновым трутовиком (копытнем) надо на самогонке настоять. И вечером этой настойкой тоже обрабатывать трещины и гнойные раны на вымени. Обработала, подождала, пока обсохнет – и тогда уже мазями своими мажь на ночь, если теленок уже в другом стойле. А если еще с коровой он – то не надо мазями пользоваться.

Есть другое средство для самой лечебной мази – вот эти мелкие грибки (и сухие, и свежие) растолочь и с любым растительным маслом смешать и на ночь обмазывать больные места у коровы. Эти грибы называются коровятником у нас, а еще козлятами. Потому что для коров и коз – это самое лучшее лекарство. И для телят они тоже очень полезны – пусть слизывают на здоровье с материнского вымени».

В общем, вылечили мы коров. И я науку эту освоила. Деду я понесла через месяц половину своей зарплаты – он же со мной наравне работал, стадо лечил. А он не взял: «Ты, – говорит, – лучше мне опять бутылочку водки купи в благодарность, только подешевле – «Московской» за 28 рублей 75 копеек». Вот такой дед был: и лекарь от Бога, и человек сердечный. Я его до сих пор добрым словом поминаю, хотя его уже лет 50 как на свете нет...

Андреенкова В. И., г. Псков



# ГРИБ КОЗЛЯК – КОРОВИЙ ХЛЕБ



Козляк

Мало кого из грибников привлекает этот гриб. Вернее, целая полянка этих мелких, как будто опаленных солнцем, уже в молодом возрасте вялых и мало аппетитных грибочков. Да и понятно – кто же по своей воле предпочтет эти невзрачные грибки класть в корзинку, хоть и растут они на самых солнечных и открытых полянках, а не прыгать по оврагам и заросшим



Мокруха еловая

воронкам в поисках настоящих благородных грибов? Вкусовые качества этих грибов третьей или четвертой категории тоже оставляют желать лучшего – они по вкусу напоминают мокрые ватные шарики. Цвет в отваренном состоянии – черный. Аппетита такой цвет тоже не вызывает... И однако, однако... Это – ценнейший гриб! По своим целебным свойствам он далеко опередил модные японские и китайские грибы и даже опередил признанные **российские целебные грибы – рыжик и дождевик**. Единственный конкурент в российском лесу у него – чемпион по количеству антибиотических веществ – это **мокруха**.

Да, удивительно, но факт. Самые непривлекательные, самые некрасивые и мало съедобные грибы оказываются **самыми целебными: веселка обыкновенная, козляк, мокруха, дождевик, чага, трутовик лиственничный, березовый лепех...**

Давно было замечено, что любая корова предпочтет свежую траву вот таким невзрачным грибочкам. И вместо того, чтобы спокойно пастись на заливном лугу, будет щипать сухую траву с этими грибочками и продирается между кустов в их поисках. Для пасту-

хов это самый беспокойный период, когда начинают массово плодоносить грибки-козляки. Коровы словно сходят с ума – им обязательно надо впрок наесться этим лесным белком. В средней полосе России грибы так и принято называть – коровий хлеб или козляком. Козляком – потому что и козы не прочь отведать этот грибок, да и овцы от них не отстают в этом пристрастии.

Почему с таким вождением скот поедает этот гриб? Ради белка?

Нет. **Козляк – это лесное лекарство, натуральный антибиотик**, подавляющий целый спектр патогенных микробов и бактерий, от золотистого стафилококка до туберкулезной палочки Коха.

В Смоленской губернии в 19 веке был широко известен один знахарь – дед Маклаков, который лечил чахотку именно этими грибами. К нему приезжали чахоточные больные из самого Петербурга и – вылечивались. И оставили воспоминания. Вот только точных рецептов никто не знал, а дед Маклаков предпочел унести этот секрет с собой...

Сейчас мы знаем примерный химический и биохимический анализ этих чудо-грибочков. Знаем, что они продуцируют сразу несколько видов антибиотиков, имеют **сильное противоопухолевое вещество**, выделяют **фитонциды**, убивающие вирусы, имеют **фунгицидные свойства**, то есть подавляют патогенные грибки, но вот до получения лекарства – еще далеко. Еще очень много предстоит исследований, чтобы получить очень сильное и действенное лекарство – **натуральный грибной антибиотик**.

На стр. 14 читайте несколько рецептов наших читателей по применению целебного гриба козляка.

## Для справок:

### Козляк, решетник (*Suillus bovinus*)

Диаметр шляпки составляет 3–12 см, шляпка имеет выпуклую, подушковидную, плоско-выпуклую, позже плоскую форму (рис. 1, 2), на ощупь гладкая, клейкая, голая, в сухую погоду – блестящая, в сырую – слизистая, цвет шляпки – рыжевато-бурый, желтовато-бурый, светло-жёлто-бурый или красно-коричневый,

красно-охряный. Кожица со шляпки не снимается либо снимается маленькими лоскутками.

**Мякоть** плотная, упругая, позже резинистая, бледно-желтого или светло-желтого цвета, в ножке с оттенком красного, буроватого или коричневого цвета, может немного краснеть или розоветь на срезе, без вкуса либо слегка кисловатая, за-пах невыразительный.

**Трубчатый слой** приросший (рис. 3), низбегающий или слабо низбегающий, поры желтоватые, серо-желтоватые, коричнево-желтоватые или красновато-оливковые, позже жёлтые

или буроватые, крупные, неправильно угловатые, имеют надорванные края.

**Ножка** 4–10 см высотой и 1–2 см толщиной, сплошная, цилиндрическая, часто изогнутая (рис. 4), иногда суженная книзу, плотная, гладкая, матовая, цвет ножки тот же, что и у шляпки или более светлый, у основания – жёлтый.

Споровый порошок имеет жёлто-оливковый или светло-бурый цвет.

### Распространение:

Образует микоризу преимущественно с сосной. Встречается в хвойных лесах с участием сосны на кислых, питательных почвах во влажных местах, около дорог, на сфагновых болотах. Встречается одиночно и большими группами. Часто растёт совместно с мокрухой розовой. Широко распространённый вид по всей северной умеренной зоне. Европа, Европейская часть России, Северный Кавказ, Урал, Сибирь, Дальний Восток.

**Сезон** август – сентябрь.



рис. 1



рис. 2



рис. 3



рис. 4





Об опасности глистных инвазий сейчас не слышал только ленивый. И все знают, что заражение глистами угрожает каждому. Человек слишком лакомый кусочек для всевозможных паразитов. Но, боюсь, что эта тема оказалась и слишком лакомой для всевозможных целителей-мошенников, готовых не только излечить от всевозможных глистов, но и диагностировать несуществующих паразитов в большом количестве. Даже в популярной передаче «Малахов+» можно услышать массу абсолютной чуши, например, что вылечить описторхоз можно... отказавшись от сладкого. Потому что глисты очень любят именно сласти и плодятся от них невероятно. Получить реальную информацию о глистных инвазиях и паразитах, которые реально могут нанести вред, мы решили у Филипповой Ирины Александровны, врача, фунготерапевта и генерального директора сети «Грибных аптек».

**Корр.** Ирина Александровна, действительно ли глисты любят сладкое? И охотнее всего селятся в организме сладкоежек?



**И.А.Ф.** Хотя видов глистов очень много и некоторые из них даже имеют примитивные нервные клетки, но вкусовых предпочтений у них нет. Им абсолютно все равно, что вы едите, сахар или соль, они питаются очень своеобразно. Мелкие двуустки, у которых ротовое отверстие выполняет также функцию ануса, присасываются к стенкам желчного пузыря или печеночных протоков и засасывают уже расщепленные питательные вещества, кусочки эпителия, остатки слизи.

«Лица» некоторых видов глистов

В эту же ранку после укуса они тем же ротовым отверстием выбрасывают свой «кал», то есть неусвоенные вещества, тем самым, еще больше травмируя и заражая стенку протоков. А если их много (а двуусток бывает очень много), то получается, что вся поверхность слизистой желчного пузыря или печеночных протоков буквально истыкана глистами и начинает активно покрываться эрозиями. А человек начинает обращать внимание на боли в поджелудочной железе, печени, желчном пузыре.

Есть и крайне опасный глист – лентец – который имеет более совершенную систему пищеварения. Он всасывает питательные вещества всем своим огромным телом – средний размер у него 10-15 метров. В 1998 году в Академию Медицинских Наук был

представлен экземпляр в 24 метра, который вывели из организма тридцатилетней женщины из Самары!

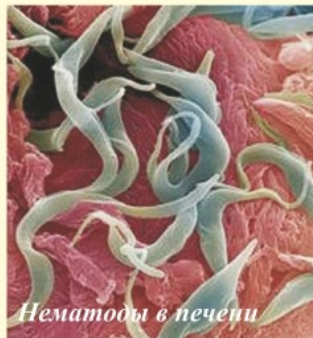
Этот глист настоящий «гурман» – он предпочитает всасывать витамин В12, вызывая постоянную анемию крови, которую врачи часто даже не принимают во внимание, просто назначая в очередной раз железо.

**Корр.** То есть, установить настоящую причину заболевания еще и очень сложно?

**И.А.Ф.** Да, приходится в таких ситуациях разбираться, как правило, онкологам, потому что терапевты обычно ставят диагноз «онкология» и передают пациента на попечение онкологов. И большое счастье, если онколог вовремя усомнится и перед тем, как лечить, найдет причину болезни сам.

**Вот недавний случай:** молодая 35-летняя женщина пришла с направлением в онкодиспансер с диагнозом «злокачественная болезнь крови». Анализ крови прямо на это указывал – эритроциты на минимуме, в наличии дегенеративные формы кровяных клеток – макроциты и мегалобласты. Малое количество нейтрофилов и базофилов. У нее постоянная усталость, раздражительность, гастрит, колит, дискинезия, восковой цвет лица, синие круги под глазами. По ее словам, анемия у нее с двадцати лет, и врачи считают это ее нормальной особенностью. И только один врач через 15 лет(!) по анализу крови переадресовал ее к онкологам. За эти 15 лет ни у кого не возникло мысли о паразитах и никто ее не послал даже на примитивную копрограмму (анализ кала).

Первый же анализ слюны показал наличие токсинов бычьего цепня! Затем ряд исследований в инфекционном отделении подтвердил этот диагноз. Диагноз «рак крови» был снят к облегчению пациентки, но ужас при



Нематоды в печени



Аскарида



Токсокара



Зараженная рыба

виде того, что находилось у нее в организме 15 лет (бычий цепень 5, 4 метра) был таким, что она упала в обморок.

**Корр.** Как можно заразиться этим ужасом и какие симптомы болезни?

**И.А.Ф.** Заражение происходит через употребление в пищу рыбы. Пока паразитологи уверены, что заражение происходит не яйцами глиста, а уже живыми крохотными личинками. То есть яйца, которые мы заглатываем в больших количествах при общении с зараженными цепнем людьми, кошками, собаками, коровами, козами и т.д. – в нашем организме сформироваться в личинку или во взрослого цепня не могут (для них температура человеческого тела неприемлема). Поэтому схема такая – больной человек (или животное) в фекалиях выделяет яйца. Эти

яйца прикрепляются всюду (на унитазе, на одежде, на шерсти животных в огромных количествах). Затем они ждут попадания в воду и там выплываются крохотные организмы, которые внедряются в различные виды улиток и моллюсков. Рыбы их заглатывают, и в их организме уже оформляются крохотные личинки, которые могут жить



и вырастать до огромных размеров в любом теплокровном организме.

Рыбу народ сейчас привык есть японски – слабосоленную или свежую. И поэтому сейчас просто взрыв заболевания **дифиллобатриоза** (так называется эта глистная инвазия).

Симптомы появляются уже спустя годы – анемия, усталость, гастрит, колит, стойкие запоры, или частые поносы. Симптомов масса – и на каждой стадии заболевания. Так что лучше всего обратиться к **специалисту – паразитологу** (их очень мало), чтобы он оценил сам картину – заражение это или нет.

**Корр.** С лечением понятно – только врач может грамотно излечить от этой напасти. А профилактика?

**И.А.Ф.** Рыбу есть только прожаренную. И не надеяться, что где-то в Японии есть чистая незараженная рыба. Рыба сейчас заражена повсеместно, и за границей намного больше...

Не надеяться в лечении на собственные силы – народные методы хороши только после того, как противоглистное лекарство полностью парализует нервную систему гигантского червя и только тогда, обездвиженного, его можно вывести клизмами и любыми травами.

**Корр.** А ваша противоглистная методика на основе грибов лисичек сможет справиться с этой болезнью?

**И.А.Ф.** Бесспорно, но в случае сильного поражения организма глистами, мы сначала рекомендуем принять аптечные препараты (вермокс, пирантел и др.), а затем проходить противопаразитарный курс на основе лисичек. **Вещество из лисичек растворяет оболочки яиц** и, тем самым, убивает оплодотворенные яйца, то есть помогает обойтись без повторных приемов сильных химических лекарств, а в сочетании с трутовиком и шиитаке позволяет быстро привести в порядок печень, желчный пузырь и протоки. Ведь глист выбрасывает массу уже оплодотворенных яиц, а вещество из лисичек тут же их уничтожает и не дает возможности живым яйцам пройти всю стадию развития. Этого на сегодня не может обеспечить ни один лекарственный препарат. Если бы каждый человек взял за правило принимать лисички хотя бы два раза в год – мы бы резко понизили статистику заболеваемости не только человека, но и животных, и рыб. Кстати, кошек и собак тоже надо профилактически пролечивать этим веществом.

**Корр.** А крем «Лисичка» тоже обладает таким действием?

**И.А.Ф.** Да, только наружным. На руках у нас скапливается масса яиц паразитов, и если на ночь просто кремом смазывать руки, то это гарантия того, что яйца будут абсолютно нежизнеспособными. Особенно это нужно домохозяйкам, которые постоянно готовят еду, и детям, которые цепляют на себя огромное количество глистных яиц.

**Корр.** Все ли глисты размножаются так – через рыб? Есть ли такие, которые откладывают яйца в организме, и тут же из них вылупляются новые глисты?

**И.А.Ф.** Да, есть и такие. Но сегодня мы затронули одну глистную инвазию – **дифиллобатриоз**. И выяснили, что **без помощи паразитолога справиться с ней невозможно**. И народные методы в этом случае не помогут.

А вещество, выделенное из лисичек, сможет только **остановить** заражение других людей и рыб.

Записаться на прием к паразитологу можно в нашем медицинском Центре Фунготерапии. Там же можно сделать анализ по слюне и при необходимости получить направление на расширенные исследования копрограммы.

*Беседа вела Мухеева Н.*

## «ЦЕНТР ФУНГОТЕРАПИИ Ирины Филипповой»

(Фунготерапия – лечение лекарственными грибами)

В Центре Фунготерапии **врачи-фунготерапевты** (онкологи, инфекционисты-паразитологи, эндокринологи, терапевты) проводят консультации по лечению заболеваний лекарственными грибами и травами.

### Онкология

- ✓ Профилактика грибными препаратами
- ✓ Реабилитация после операции и химиотерапии (восстановление формулы крови, подъем специфического противоопухолевого иммунитета, снятие риска возникновения метастазов и рецидива опухоли)
- ✓ Обучающие лекции для родственников онкобольных – уход, питание, психотерапия, противоболевая терапия

### Паразитология

- ✓ Профилактика глистных инвазий и грибковых (грибы-микроспоридии) поражений организма
- ✓ Лечение глистных инвазий
- ✓ Лечение грибковых инфекций (микозы, псориаз, кандидоз и т.д.)

### Тестирование

- ✓ Тестирование глистных инвазий по новейшей японской методике сканирования кристаллизованной амиллазы (слюны) на 9 видов основных паразитов (аскаридоз,

описторхоз, энтеробиоз, шистосомоз и т.д.). Анализ можно проводить **заочно** – тканевую вставку бактерицидного пластыря провести по поверхности языка и отправить пластырь по адресу: 197022, г. Санкт – Петербург, а/я 720, Центр Фунготерапии И.Филипповой. Ответ придет наложенным платежом. Стоимость – 400 рублей.

### Эндокринология

- ✓ Лечение заболеваний **щитовидной железы** природными средствами
- ✓ Лечение **доброкачественных опухолей** любой локализации целебными грибами (авторский метод)

### Лечебные массажи

- ✓ Массаж для восстановления **опорно-двигательного аппарата**, для восстановления нормальной жизни при артритах, грыжах, остеохондрозе. Снятие болевого синдрома. Выполняется без масел и кремов. Авторская методика Рейнгарда С.Г.

### Гарди-массаж

- ✓ **Баночный массаж** ягодиц – снятие застойных явлений, профилактика заболеваний малого таза, лечение хронических воспалений мочевого пузыря, придатков у женщин и простаты у мужчин.

**Тел. в С-Петербурге (812) 972-42-25, 320-66-02, 703-06-44**

лиц. № ЛО-78-01-000434





## Девясил высокий

(Дикий подсолнечник, девятилепа Елены, медвежье ухо, старовник, Оман.)

*Inula helenium L.*

Не новость, что одним и тем же растением в народной медицине лечат многие недуги. Особенно это касается девясила. Здесь на переднем плане стоят болезни легких с кашлем, далее следуют желудочно-кишечные заболевания, болезни желчного пузыря, печени, мочевого пузыря и почек... Об этом растении и его применении в народной медицине нам расскажет фитотерапевт Васильева Л.А.

«То что элену, и греки

И эльна еще называют

Врач девясила и зовет

И растение известно лоболу

Одо из Мена «О свойствах трав»

По греческой мифологии название растения произошло от имени дочери Зевса и Леды – Елены. Как гласит легенда, Елену похитил Парис, опечаленная девушка долго плакала, и из ее слез вырос девясил. Это событие послужило поводом к троянской войне. Русское название произошло от девяти сил. На Руси издавна высоко ценили и широко использовали это лекарственное растение. Считалось, что корень его обладает девятью волшебными силами, излечивает от 9 болезней, а здоровых защищал от хворей.

Лечебные свойства девясила ценили не только на Руси. Это одно из самых древнейших растений было описано Диоскоридом и Плинием старшим, применялось на практике врачами Гиппократом.

Авиценна писал в своих трудах, что «... в девясиле есть способность сильно очищать, естество девясила горячее и сухое, он рассасывает и сильно разрежает. В виде мази, а также если вводить его в нос и пить с вином, он полезен от паралича. Если втягивать в нос его сок, это очищает мозг, в виде питья или лекарственной повязки с вином шахманадж помогает от паралича лицевого нерва и падучей» (Канон, кн. II).

Следует отметить, что именно в корнях девясила в 1804 году был открыт инулин как химическое вещество.

Девясил высокий – многолетнее травянистое растение до 1,5 метров высотой. Корневище толстое, мясистое, стебель прямостоячий, листья очередные, цельные, опушенные. Цветки желтые, собраны в корзиночки, образующие кисти или цветки. Плоды – семянки. Цветет девясил в июле-августе, созревает в сентябре-октябре. Произрастает в степной и лесостепной зоне Европейской части России, Средней Азии, на Кавказе, Западной Сиби-



ри. Культивируется как декоративное и лекарственное растение.

Для лечебных целей используют корень и корневище девясила. Собирают рано весной или осенью. Запах сырья ароматный – свежие корни пахнут камфарой, высушенные – фиалкой. Вкус приторный, горький.

### ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ

Содержат до 3% эфирного масла, которое состоит из смеси лактонов, а также горечи, сапонины, органические кислоты, следы алкалоидов, смолы, полисахариды, главным образом инулин до 44%, витамин Е.

Девясил лекарственный широко используется в фармакопее различных стран мира. Еще Авиценна рекомендовал употреблять девясил как средство, бодрящее и укрепляющее сердце, уменьшающее проявление мигрени, способствующее выздоровлению после тяжелой болезни. В Индии девясил широко применяется при ревматизме и хроническом бронхите, в Германии – в виде чая и экстракта при болезнях желудка, в Австралии – известно как глистогонное средство, болгарские врачи широко используют при болезнях почек, печени, заболевании кожи. На Руси девясил высоко ценили и широко использовали при заболевании желудочно-кишечного тракта: яичницу глазунью посыпали порошком из корня девясила, используя его противовоспалительные свойства с лечебной и профилактической целью. Применяли как растирку при болезнях суставов и позвоночника. Настойку на водке пили при туберкулезе легких, прикладывали к опухолям и ранам, золотушным местам и язвам.

### ФАРМАКОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА

Обладает противовоспалительным, мочегонным, потогонным, бактерицидным, антимикробным, противогрибковым, вяжущим, противоаллергическим и отхаркивающим свойствами.

Эфирное масло девясила близко по составу к сантонину и оказывает противоглистный эффект особенно при аскаридозе.

Наиболее широкое применение препараты девясила получили при заболеваниях ЖКТ.

Клинически и экспериментально установлено, что алантон, входящий в состав эфирных масел усиливает кровообращение в слизистой оболочке





**РЕЦЕПТЫ**  
применения

## Девясила высокого

желудка, ускоряя тем самым процессы регенерации тканей, стимулирует выработку буферных веществ, снижает содержание пепсина за счет ингибирования его слизию, что имеет большое значение при лечении больных с язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки, язвенным колитом и т.д.

**Фармакологические исследования показали, что препараты на основе девясила обладают следующими свойствами.**

1. Уменьшают перистальтику и секреторную активность кишечника, **повышая желчеобразование и усиливая желчевыделение** в двенадцатиперстную кишку, что способствует нормализации функции пищеварения, уменьшению болевого синдрома.

2. **Понижают секреторную активность бронхов**, особенно в случае бронхореи, **разжижают мокроту, смягчают и успокаивают спастический кашель.**

3. **Обладают фунгицидным действием**, особенно по отношению к грибам *Microporum* и *Trichophyton* (С. Я. Соколов 2000 г.).

4. Отвары из корней девясила **полезны при аллергических заболеваниях кожи** – атопических дерматитах, экземе, нейродермите, трофических язвах – в виде ванн, фитоаппликаций, мазевых композициях, особенно при сочетании этой патологии с заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

5. Свежие листья девясила, размягченные и положенные **на рану, способствуют ее заживлению, созреванию нарывов, размягчению опухоли.**

6. Стимулирует общий обмен в организме, **повышает его защитные силы** (В.С.Иванченко 1986 г.), действуют успокаивающе и повышают настроение (В.Г. Минаева 1991 г.).

7. В народной медицине препараты девясила используют при болезнях почек и мочевого пузыря (Ц.И. Шахмачев, 1991 г.), почечно-каменной болезни и простаты (А.М. Гродзинский 1989 г.), при болезненных и нерегулярных менструациях (В.С. Ягодко, 1992 г.)

### СПОСОБЫ ПРИМЕНЕНИЯ:

1. **Отвар из корней и корневищ** – 1 ст.л. сырья помещают в эмалированную посуду, заливают 200 мл кипятка, нагревают на водяной бане 30 минут, охлаждают, процеживают, доводят до

*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.*

первоначального объема, принимают по ¼ стакана 3-4 раза в день до еды **при болезнях легких, гастритах, язвенной болезни, заболеваниях печени и поджелудочной железы.** Отваром полощут зев и рот при ангине, стоматите, делают **компрессы на больные суставы и позвоночник.**

2. **Настой корня девясила** – 2 ст.л. сырья залить 0,5 л кипятка, настоять в термосе 4 часа, процедить. Принимать по 2 ст.л. 4 раза в день при вышеперечисленных заболеваниях.

3. **Настойка из корня девясила** – залить 100 мл 70% спирта 20 г измельченного корня девясила, настоять 10 дней в теплом месте, ежедневно встряхивая. Пить по 20 капель 3 раза в день.

4. Иногда используют **настойку на вине.** Девясилево вино: 0,5 л портвейна заливают 1 ст.л. мелкоизмельченного сырья девясила, варят в вине 10 минут. Настоять сутки, пить по 50 г 1 раз в день, как **тонизирующее и общеукрепляющее средство.**

5. **Сок из девясила, смешанный с медом 1:1, принимать при кашле, бронхиальной астме, улучшает функцию печени, почек, поджелудочной железы.**

6. **Мазь из корней девясила** – смешать 1 ст.л. корней с 4-5 ст.л. нутряного жира, растопить на маленьком огне, варить 15 минут. Процедить в горячем виде через плотную ткань. Смазывать пораженные места 1 раз в день.

### ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ И ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ.

Девясил не рекомендуется принимать при тяжелых заболеваниях сердечно-сосудистой системы в стадии декомпенсации, при тяжелых заболеваниях почек и беременности.

Препараты из него можно принимать только по назначению врача. Передозировка может привести к симптомам отравления – рвоте, болям в животе и аллергическим реакциям.

**ПРИМЕНЕНИЕ В ДРУГИХ ОБЛАСТЯХ.** Из корневищ и корней получают синий краситель для тканей, используют в ликероводочной промышленности для ароматизации вин, служит как сырье для консервирования кондитерских изделий. Можно использовать как пряность в качестве заменителя имбиря.





## КОРОВЫ ПОГАНКИ



Козляк

Очень хорошо помню, как пастушествовал в детстве – помогал бабушке, которая жила в деревне в Смоленской области. Деревня была маленькая – 12 дворов, но в каждом доме была корова – как же без нее? Хоть и спокойные времена были – брежневские – а с продуктами дело было плохо. Меня мать каждое лето из Смоленска отправляла к бабушке оздоравливаться и молоко парное пить от своей коровки. А ее надо было пасти. На пастуха скинуться было все равно дорого, поэтому пасти надо было все стадо раз в двенадцать дней. Вот и обходились своими силами – кто детишек к этому делу приспособлял, а кто и сам пас. Мне было тогда 12 лет, мальчик я был городской, но управиться с коровами да овцами было несложно. Только однажды они меня до слез и рева довели. Гнать их надо было на пастбище недалеко – на заливной луг к речке Переплюйке. Там они мирно щипали траву, а я спокойно читал книжку. А в тот раз ну никак я не мог их собрать – гоноу по дороге мимо заброшенных домов с разрушенными хлевами, около которых уже мелкая поросль кустарника и березок образовалась – и вот то одна корова туда свернет, а то и несколько. Пока я за этой оппортунисткой-единоличницей бегаю, смотрю – остальные уже рассредоточились между березками и очень заинтересованно что-то пережевывают. Я посмотрел, а там полным-полно мелких грибов – все ими усыпано. Дождь перед этим прошел, вот они и выросли. Из грибов я тогда знал белые да красняки с обабками (подосиновики и подберезовики – прим. Ред.), остальные считал поганками. И вот эти самые поганки коровы мои и едят. Да не просто едят, а с аппетитом. У меня аж дух захватило от страха – отравятся! И что я объясню хозяевам? Что они грибов ядовитых нажрались – это, значит, при пастухе, который за ними должен был следить. Я за ними бегал, кричал, палкой лупил этих дур рогатых... А им хоть бы что, отбегут от меня и опять в кусты – грибы с травой жрать... А я уже в голос рыдаю... Мимо мужик наш деревенский ехал на велосипеде с притороченной косой – на сенокос. Он остановился, увидел мои мучения, подошел: «Ты никак внук Богатырихи (Богатыревы наша фамилия). А чего разнюнился? Коровы разбегаются?» Я ему с ревом объясняю, что они поганки едят, и я не виноват буду, если они поотравятся все. Он аж присел от хохота, сорвал несколько и мне показывает: «Это не поганки. Это – коровий хлеб. Так эти грибы у нас называют. Коровы и скотина вся эти грибы пуще всего любят, как только они уродятся, скотине обязательно ими надо наестся, чтобы зимой не болеть и чтобы молоко было жирное и вкусное. Неужели же тебе никто этого не говорил? Так что не реви и коров палкой не гоняй – пусть они сегодня вдоволь полакомятся, а когда все объедят, сами пойдут к речке – на водопой. Сиди, читай. Коровы всегда грибы едят – и обабки, и масленки, и мухоморы. И от мухоморов не помирают, а только здороваются».

*Богатырев Петр, г. Пермь*



www.fungocenter.com

АГАРИК

бразильский

- **Онкология** (эффективен в комплексной терапии при поздних стадиях);
- **Геронтология** (тормозит старение организма)

**Эффективен при:**

- микозах и ногтевых грибах;
- проблемах ЖКТ, печени;
- заболеваниях почек, мочеполовой системы;
- заболеваниях лимфы и крови;
- эпилепсии и энцефалопатии;
- аутоиммунных заболеваниях (РС, СКВ, склеродермия, полиартрит).

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

## «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.

### Филиалы «ЦЕНТРА ФУНГОТЕРАПИИ Ирины Филипповой» в Украине:

**В Украине работают официальные представительства «ЦЕНТРА ФУНГОТЕРАПИИ И.Филипповой», в которых вы можете:**

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

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

**г. Донецк – (066) 754-34-51**

**Открыт новый офис:  
ул. Артема 27, «Грибная аптека»  
+38 (062)345-90-30**

печатается на правах рекламы



# ТИХАЯ ОХОТА – 2009



## ПОЗНАКОМЬТЕСЬ – МИСТЕР ГРИБ!

Сегодня в нашем конкурсе участвуют фотографии *Александра Васютина из г. Ярославля*. Он не только любит «тихо охотиться» в своих родных лесах под г. Ярославлем, увлекается фотографией, но еще иногда пишет стихи.

«Иногда видишь такую красоту, а стихи сами в твоей голове звучат...

*Раз грибок и два грибок,  
Может быть под тот дубок  
Заглянуть еще разок?  
Может проглядел чего я,  
И сорвать грибок не смог?  
И на солнце, и в тени  
Только руку протяни:  
Целый клан растет оная,  
Сыроежек штукек пять,  
Десять белых, и лисичек,  
Ну не счесть, как будто спичек.  
В общем тут грибной обед,  
Только вот корзинки нет!»*



## РАСТЕНИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СУСТАВОВ

Сбор трав «Гепар СУСТАВ» вобрал в себя двухсотлетний опыт использования отечественных трав - лопуха большого, сабельника болотного и одуванчика лекарственного при различных заболеваниях опорно - двигательной системы.

• Растения умеют преодолевать барьеры, успешно доставляя природные действующие вещества к больным суставам. Растения помогают очищать суставные жидкости, улучшают их работу, участвуют в восстановлении коллагена, снимают воспаления и боль в суставах и околосуставном пространстве. Оказывают противоаллергическое и противоотечное действие, помогая наладить кровоток. Растения улучшают обмен веществ, убирают отложения солей, помогая справиться с болью и улучшить работу суставов.

• После нагрузки острая боль в районе **позвоночной грыжи** не давала возможности даже подумать о передвижении. Приятель и лодку один переворачивал, а я плашмя лежал, задыхаясь от боли. Принял сразу четыре капсулы «Гепар – Сустав». Когда через 20 минут я поднялся, он решил, что я его разыграл. Но ведь действительно, **острая боль утихла** и я смог самостоятельно передвигаться. Перенести тяжелый груз раньше было просто нереально. После двухмесячного курса капсул «Гепар – Сустав» это оказалось мне под силу. Но на всякий случай и сейчас после тяжелой нагрузки принимаю несколько капсул «Гепар-Сустав».

• Дагестан. Пропила в течение 2 месяцев «Гепар-СУСТАВ». Полиартрит перестал донимать. Суставы перестали ныть.

• Покупаю «Гепар-СУСТАВ» в фильтр-пакетах для мамы. Она – большой знаток и любитель трав. Отбирает лучшее. «Гепар-СУСТАВ» очень понравился.

• Принимала «Гепар-СУСТАВ» в течение 2 месяцев, боль в суставах утихла, даже ходить стала без палочки. **Не болят ножки!** «Гепар-СУСТАВ» отсекает боль, обеспечивая подвижность суставам, эластичность - мышцам и связкам.

Рекомендуется применять: - в качестве вспомогательного средства при комплексном лечении (лекарствами, диетой, физическими и другими методами) остеоартрозов, в том числе остеохондроза (спондилеза), артритов (ревматоидного и подагрического), для профилактики обострения вышеуказанных заболеваний, а также, небольшими курсами, при наличии наследственной предрасположенности к ним.

- Восстанавливает подвижность суставов;
- Снимает воспаление;
- Уменьшает боли и отек суставов;
- Растворяет и выводит соли;
- Нормализует обменные процессы;
- Оказывает противоаллергическое действие.

Состав: корни лопуха большого, корни одуванчика лекарственного, трава сабельника болотного.

Спрашивайте сбор «Гепар-СУСТАВ» в магазинах «Грибная аптека» в Санкт-Петербурге.

**Бесплатная консультация:**  
(812) 341-63-83; 341-29-49

[WWW.GEPAR.RU](http://WWW.GEPAR.RU)

Вы также можете заказать все фитосборы по почте, наложенным платежом. Заказы принимаются по телефону в Санкт-Петербурге: (812) 341-63-83; или по электронной почте: [info@gepar.ru](mailto:info@gepar.ru)  
**Высылаем С Подарками!**

На правах рекламы. Не является лекарством. Перед применением ознакомьтесь с инструкцией. БАД СоГР № 77.99.23.3.У.11525.10.06 от 30.10.2006 г. ООО "Компания "Гольфстрим".







Сегодня у нас необыкновенный мастер-класс. Мы отступили от традиционных рецептов приготовления съедобных грибов и решили поделиться с вами, дорогие читатели, рецептом использования совершенно несъедобного, но очень даже полезного в быту гриба трутовика. О том, что он целебен, мы уже много рассказывали в предыдущих номерах газеты, а сегодня вы узнаете, как порадовать себя и своих близких подарками, сделанными из него своими руками. Иностранцы такие сувениры у нас в стране скупают “тоннами”. Они-то знают толк в “hand-made” (ручное изготовление) товарах!!! Знакомьтесь с “мастер-классной дамой” – администратор “Центра Здоровья И.Филипповой” Елена Стельманчук.

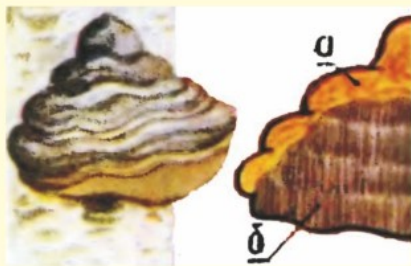
Итак, ЛЕСНАЯ ЗАМША.



# ЛЕСНАЯ ЗАМША

“Не сучок, не листок, а на дереве растет”. Оказавшись в лесу, припомните эту старинную загадку и внимательно приглядитесь к сухостойным и валежным лиственным деревьям, особенно к березам. Отгадка придет сама собой – почти на каждом стволе засохших берез в любое время года можно увидеть грибы-трутовики. Точнее, не сами грибы, а их плодовые тела, имеющие копытообразную форму. Сверху они чаще всего пепельно-серые или белесоватые, а снизу светло-желтые с мельчайшими порами. Плодовое тело трутовика многолетнее, то есть оно растет несколько лет, каждый год увеличиваясь в размерах на одну ступеньку. Поэтому копытообразная форма его имеет своеобразную ступенчатость. Верхушка дает представление о том, каким гриб была первый год своего роста, следующая ступенька – во второй и так далее. Сколько ступенек, столько лет трутовика.

В лесу иногда можно встретить трутовики-гиганты, имеющие полуметровую ширину при толщине в четверть метра. Сколько всего можно из такого здоровяка сделать!



Трутовик на березе и его разрез:  
а – замшевидная ткань  
б – поры

Художники-прикладники давно отметили неповторимые декоративные достоинства трутовиков. Разрезанная на тонкие пластинки и специально обработанная ткань гриба трутовика по фактуре, цвету и пластичности напоминает настоящую замшу.

Из трутовиков, которые растут на березах и буках, можно получить довольно крупные куски растительной замши. Разумеется, по прочности растительная замша не может сравниться с настоящей, но этот недостаток в какой-то мере можно устранить, если сразу подклеить тонкую прочную ткань. По красоте же растительная замша превосходит натуральную. Она имеет очень выразительную текстуру с характерными переливами, приятную естественную окраску от золотисто-желтого до темно-коричневого с зеленоватыми, красноватыми и охристыми оттенками.

Лесной замшей с успехом можно декорировать всевозможные коробочки для мелочей, шкатулки, футляры для очков, записные книжки и множество других подобных предметов. Из нее изготавливают закладки для книг, подвески, кулоны и другие украшения, применяя самые разнообразные технические приемы: тиснения, инкрустацию, аппликацию.

Заготавливать следует только не поврежденные насекомыми трутовики. Обычно на поврежденных трутовиках видны мелкие дырочки, из которых сыплется древесная труха. Ну, вот у вас есть трутовики, крепкие, красивые. Как же сделать из них замшу? Давайте по порядку.



Обработка гриба трутовика:  
а – очистка  
б – нарезание пластин из замшевидной ткани  
в – размягчение киянкой  
г – теребление и растягивание

**1.** Очистите трутовики от покрывающей их твердой корки. Корку удобнее срезать ножом. Если же она окажется слишком твердой, трутовики следует вымочить в холодной воде примерно в течение десяти часов.

**2.** Разрежьте один из очищенных трутовиков пополам и внимательно рассмотрите срез. Вы сразу же обратите внимание на то, что основная часть замшевидной ткани находится на верхушке трутовика, к тому же она более рыхлая. Ниже по периметру лежат молодые, тонкие и плотные слои. Большим остро отточенным ножом вначале разрежьте на тонкие пластинки верхнюю часть, а затем срежьте слои замши вдоль периметра.

**3.** Оставшаяся часть трутовика представляет собой трубчатые поры. Попробуйте срезать поры под углом, и вы увидите очень красивую и своеобразную текстуру, напоминающую ткань. Эту часть трутовика тоже следует нарезать на тонкие пластинки. Они пригодятся для оригинальной декоративной резьбы. Но в отличие от замшевых пластинок их нужно сушить под прессом, чтобы они не покорились



при высыхании. Этими пластинками оклеивают, облицовывают предметы, например шкатулки и коробочки.

4. Затем на облицованную поверхность наклеивают элементы узора, заранее вырезанные из таких же пластинок, но имеющих несколько иной оттенок, чем фон. Для подобной резьбы применяют самые простые инструменты – нож или скальпель. Режется необычный материал очень легко, при этом на срезах появляется изящный сетчатый рисунок. Чтобы срезы получались чистыми и четкими, инструменты необходимо постоянно править.

5. Теперь вернемся к пластинкам из замшевидной части трутовика. Их необходимо предварительно обработать. Положите одну из них на толстую доску или торец устойчивого кряжа и разомните не очень сильными, но равномерными и частыми ударами киянки (деревянного молотка) или колотушки. Затем каждый участок заготовки последовательно разомните пальцами, сгибая и разгибая ее до тех пор, пока кусочек растительной замши не станет таким же эластичным, как натуральная.

6. Предположим, вы задумали декорировать тисненым рельефом крышку коробочки. Как обычно, в этих случаях нужно выполнить на листе бумаги эскиз в натуральную величину. Готовый эскиз наклейте на толстый картон. Затем вырежьте из этого картона ножом-резаком по контурам эскиза все части, которые в готовом изделии должны выступать над фоном. В дальнейшем эти вырезанные из картона детали мы будем называть подкладками. Подкладки наклейте в том порядке, в котором они были расположены на эскизе, на крышку коробочки. После высыхания клея ребра подкладок можно скруглить, подрезав скальпелем или ножом-резаком, сделать более плавные переходы к фону.

7. Теперь можно приступить к окончательной обработке приготовленного куска замши. Отбитую молотком и размятую замшу опустите на несколько секунд в холодную воду. Вынув из воды, положите снова на толстую доску или торец кряжа и отбейте еще раз равномерно все участки.

8. Теперь начинайте осторожно растягивать замшу пальцами, начиная с краев и постепенно приближаясь к центру.

Растягивать нужно не до предела, а лишь слегка. Вы как бы проверяете, будет ли замша достаточно эластичной в процессе тиснения. При таком пробном растягивании кусок замши несколько увеличивается в размерах и становится чуть-чуть тоньше.

9. Смажьте фон и подкладки будущего рельефа клеем, наложите сверху замшу и разгладьте ее ладонью так, чтобы она приклеилась к выступающим участкам рельефа. Затем пальцами осторожно опустите неприклеенные участки замши до самых низких точек рельефа, то есть до фона. Понятно, что при этом замша растягивается и повторяет формы лежащих под ней подкладок. Таким образом подкладка и фон постепенно обклеиваются единым куском замши. Там, где замша потеряла эластичность, ее слегка смачивают водой с помощью кисти.

После обработки пальцами рельеф имеет пока довольно обобщенную форму, лишенную четкости. Только после обработки скульптурными стеками рельеф становится четким и приобретает законченный вид.

10. Высохший рельеф для усиления выразительности можно тонировать анилиновыми или акварельными красками. При этом фон делают более темным, он создает иллюзию более глубокого рельефа, и его рисунок четко выделяется даже при отсутствии бокового освещения.

Очень просты в изготовлении замшевые бусы и кулоны. Но об этом я вам расскажу в следующий раз.

До встречи в нашем мастер-классе, будьте здоровы.

Елена Стельманчук



Последовательность выполнения тиснения:

1 — наклеивание на основу подкладок из картона

2 — вытягивание рельефа

## 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.
3. ул. Ленсовета, 88, ст. м. Звездная, (812) 973-57-50

**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.

**Беларусь:** г. Белоозерск – (01643) 4-04-55, 59-0-95  
**Украина:** г. Донецк – (066) 754-34-51, (062) 345-90-30  
 г. Киев – (044) 331-60-06, г. Одесса – (067) 518-42-63  
 г. Полтава – (066) 28-40-657  
**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) 49-47-91  
**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, Уфа, Уста, Хабаровск, Чебоксары, Череповец.





Здравствуй, дорогие ребята! Вот и закончилось лето – пора снова в школу, а кому-то еще пока и в детский сад. За лето вы много узнали интересного и побывали во многих местах. Поездки, походы, прогулки... В общем, я думаю, все вы неплохо отдохнули и набрались сил на долгую зиму, а в некоторых регионах она уже почти начинается вместе с долгой полярной ночью. У вас, наверное, очень много фотографий, которые вы вместе с друзьями или родными будете рассматривать и вспоминать свои приключения и мечтать о новых.

Вы теперь уже многое знаете о том, как и какие грибы искать в лесу, под каким деревом каждый из них предпочитает расти. И, мне кажется, вы с легкостью отгадаете все мои кроссворды, ребусы и загадки. Ну, а грибной сезон еще не закончился, и впереди у вас еще много радостей “тихой охоты”. Удачи вам!

**Загадки о грибах**

Нет грибов дружнее, чем эти, –  
 Знают взрослые и дети:  
 На пеньках растут в лесу,  
 Как веснушки на носу.

волнушки



Волнушка

*Волнуются волнушки:*

– Как быть нам без кадушки!  
 Все грибы в кадушках,  
 Забыли о волнушках!  
 Поищи волнушки ты,  
 Очень вкусные грибы.



Сказка о грибах

**ВОЛНУШКИ**

**Учимся писать**

Впишите в клеточки название гриба, который знают во всем мире.

Иностранцы даже проводят соревнования по сбору этого гриба, правда, на специальных «фермах» и по специальным лицензиям на сбор. Этот гриб один из первых (среди съедобных грибов) появляется в корзинке грибника: как только стает снег. Его поэтому еще называют «грибным подснежником».

Об этом грибе мы уже рассказывали в одном из предыдущих выпусков газеты.



– Мама, отгадай, у какого гриба на шляпке волны? – спросил Лисенок.

Лисица улыбнулась.

– Ну конечно же, у розовой волнушки. Поэтому ее так и назвали. У этого гриба на шляпке красные кольца, будто волны, – ответила она.

– Такие волны бывают, если бросить камень в воду, – вспомнил малыш.

– Видишь, какой ты у меня уже большой. И это знаешь.

– Я, мамочка, почти все грибы знаю. А про волнушку мне тетушка Сорока рассказала, что растет она, как правило, в присутствии берез. И во влажных, тенистых низинках: тетушка Сорока показала мне их возле нашего лесного озера, потом я видел их вдоль ручья. Волнушек было очень много, но я их с трудом разглядел в гуще высокой травы. Они так приятно и волнующе пахли...




Мне показалось, что молоденькие волнушки лежат на земле, потому что имеют невысокую ножку. А эта ножка – цилиндрическая, ровная, полая, ломкая, гладкая, почти одного цвета со шляпкой.

Шляпка у нее сначала выпуклая, затем широковоронковидная, войлочно-волокнустая, с ровными завернутыми внутрь сильно опушенными краями, с хорошо выраженными концентрическими зонами (волнами). Мякоть волнушки – плотная, ломкая, белая или светло-желтая, с белым едким млечным соком, смолистым запахом. Собирать волнушки можно с августа по октябрь.

Теперь я ни с одним другим грибом ее не спутаю.

*Ребята, если вы внимательно слушали или читали сказку, то обязательно сможете ответить на мой вопрос.*

**Правильный ответ:** в задании «Учимся писать» прошлого выпуска (№ 08(52) 2009) вы должны были вписать в клеточки: «ШИИТАКЕ».

С										
К										

1.

2.

3.

4.

5.

6.

1. Почему гриб называют волнушкой?

2. Съедобный он или ядовитый?

3. Где любит расти волнушка?

Ну что? Справились? Молодцы!



**По горизонтали:**

5. Этот гриб растет в роще, среди берез.

**По вертикали:**

1. У этого гриба шляпка ничем не примечательная, а в сырую погоду блестит, будто смазана маслом.

2. У этого гриба могут быть разноцветные шляпки: бордовые, желтые, розовые, белые. Растут они семейками. Некоторые из них можно есть сырыми.

3. Этот гриб имеет ярко-апельсиновую окраску. Шляпка похожа на воронку. Растут они группами. Название связано с лесным рыжим зверем.

4. Царь грибов. Еще его называют боровиком.

6. Этот гриб растет у пней.



Слышала, что создают какие-то картины-композиции из грибов? Из сушеных что-ли?  
*Андреева Т., г. Москва*



Нет, из боровиков и лисичек картины еще не создают. Для композиций используют грибы-трутовики. А их очень много разных видов (березовый трутовик, копытень, траметес, рейши и др.). Например, житель российского города Братска в Иркутской области создает портреты советских и российских политиков, мировых звезд шоу-бизнеса при помощи вот этих грибов-трутовиков. Любимый персонаж 45-летнего Евгения Рыбаченко – бывший президент, а ныне премьер-министр РФ Владимир Путин. На портрет Путина из грибов у художника ушло два месяца кропотливой работы. Мастер долго подбирал грибы нужного размера и формы, чтобы добиться максимального сходства с оригиналом.

В качестве оригинала Рыбаченко использовал карикатуру на Путина. Как считает художник, в ней очень крупно выделены характерные черты лица экс-президента, и сходство получается вернее. Много времени ушло на обработку грибов специальным раствором, который защищает работу от деформирования.

Умелец из Братска также сделал грибную картину легендарной ливерпульской четверки «The Beatles». Пол Маккартни и Джон Леннон, у которого даже очки сделаны из трутовиков, выглядят как живые, только внешность теперь у них стала чуть экзотической, отмечает издание.

Как-то пытался с помощью трутовиков разжечь костер в лесу – и никак. А как же трут, который специально использовался для разжигания огня и который делали из трутовиков? Он тоже был ненадежен?  
*Иваньков Андрей, г. Колпино*

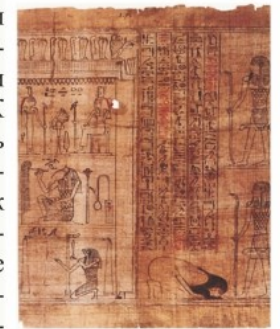
Действительно, с помощью трутовика в старину добывали огонь. Но для этого знали секрет получения трута из трутовика.

Трутовик разрезали на небольшие кусочки и варили с селитрой или с древесной золой. После сушки кусочки трутовика размягчали ударами молотка и вот тогда и получали трут – вещество, похожее на вату, только коричневого цвета. С помощью стального огнива высекали из кремня искру с таким расчетом, чтобы она упала на трут, который начинал тлеть.



Правда ли, что из трутовиков делают фломастеры?  
*Замятнина Катя, г. С-Петербург*

Фломастеры в промышленном изготовлении из трутовиков не делают. Но идея фломастеров пришла именно из народных российских промыслов. Например, ложкари Нижегородской губернии наносили на деревянную посуду узоры в виде всевозможных звездочек, кружочков и ромбиков с помощью печаток, вырезанных из гриба-трутовика. Насыщенной красителем печаткой можно было делать совершенно одинаковые отпечатки. Современный фломастер действует по тому же принципу: его стержень также пропитывается красителем. Несмотря на то, что в продаже есть в изобилии фабричные фломастеры, во многих странах некоторые художники предпочитают пользоваться самодельными, стержень которых вырезают из гриба-трутовика. В самодельном фломастере художник по собственному усмотрению меняет форму и размеры пишущего стержня. К тому же испорченный стержень всегда можно заменить новым, благо, материал для него найти не так уж сложно. Но, конечно же, художников в самодельном фломастере больше всего привлекают своеобразная красота и сочность получаемых на бумаге линий.



Знакомый егерь утверждает, что лучше всего править ножи на ...трутовиках. Это не р о з ыгрыш?

*Трофимов Сергей, Ухта*

Действительно, на трубчатом нижнем слое высушенного трутовика резчики по дереву правили ножи и стамески и не признавали другого способа. Этот старинный способ наводки ножа неплохо знают и теперь, особенно если это необходимо



сделать в лесу, где не всегда бывает под рукой шлифовальный брусок. Вместо шлифовального бруска трутовик можно использовать и в мастерской, пропитав предварительно его споры масляной или гуашевой краской (окисью хрома) или натерев пастой ГОИ.



## ЦЕЛЕБНЫЙ КОЗЛЯК



Как и обещали, публикуем несколько рецептов наших читателей о том, как самим использовать гриб козляк, пока наши фармацевты с микологами придумывают и изготавливают лекарства из этого весьма полезного гриба...

«Промываю нос отваром грибов козляков. Когда-то даже ставили гайморит – теперь и в помине этого нет. Но каждый сезон я строго собираю свежие козлятки и лечусь вот таким способом».

*Елена Кончилайнен, г. Нарва*

«А я делаю «грибные ванны». Козляков можно набрать много, и их не жалко. Заливаю горячей водой, настаиваю. А потом этот отвар сливаю в набранную ванну и лежу минут 20-30. Кожа после этого атласная».

*Маргарита Стоянова, г. Архангельск*

«У меня очень плохая кожа, склонная к высыпаниям. Поэтому собираю козлятки – сушу их, растираю в порошок. Смешиваю с желтком и сметаной и делаю себе такие маски для лица и рук. Очень хорошо. Вероятно, антибиотик в этих грибах подавляет любые воспаления».

*Проклова К., г. Москва*



«Однажды заметила очень интересную вещь. Куст смородины, под который я высыпаю грибные очистки и сливаю отвар грибов-козляков после ножной ванны (делаю по вашему рецепту в газете от грибка на ступнях – очень помогает), разросся просто невероятно и ягоды сладкие, вкусные. Он раза в два больше всех кустов, посаженных в тот же год. В этот раз стала поливать мои чахлые флоксы, и уже после трех поливов они стали выправляться!»

*Нефедова И., г. Колпино*

«Сушу эти грибочки и делаю порошок из них. И при малейшей простуде начинаю его принимать по чайной ложке, рассасывая во рту как халву. Результат – все быстро проходит. До бронхита не дошло ни разу».

*Инна Аркадьевна К., г. С-Петербург*

## магазины “ГРИБНАЯ АПТЕКА”

магазины

**ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ**  
**8-800-5555-170**

звонок по России бесплатный

**(812) 717-17-11**

Невский пр. 180, ст. М. пл. А. Невского

**(812) 575-57-97**

ул. Колокольная 3, ст. М. Достоевская, Владимирская

**(812) 973-57-50, 368-98-04**

ул. Ленсовета, д. 88, ст. М. Звездная



**Скоро открытие новой «Грибной Аптеки»**

ул. Чайковского, д. 51, ст. М. Чернышевская

**(812) 273-20-43**

**(812) 973-57-40**

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

**(812) 715-34-65**

пр. Стачек, 14, ст. М. Нарская

**(812) 715-47-26**

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

отделы

в гомеопат. центре  
**“ИГНАЦИЯ”**

в аптеке  
**Аптека Воктор**

в гомеопат. центре  
**“АРНИКА”**

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

**Справки по телефонам:**

**(812) 703-06-44, 740-37-61**

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

## Продукция на основе целебных грибов

Система похудения **“ЯМАКИРО”**

Система очищения печени **“АКУРА”**



Курсы рассчитаны на 1-2 месяца.

**“Ямакиро”**

- ✓ похудение без диеты от 5 кг в месяц;
- ✓ нормализация женской половой и гормональной сферы;
- ✓ противоопухолевая и антигрибковая профилактика

**“Акура”**

- ✓ очищение печени
- ✓ противопаразитарные свойства

г. С-Петербург: (812) 717-17-11, 703-06-44, 575-57-97 г. Москва: (495) 940-20-13, 941-30-10, 510-49-70, 656-61-76

вся продукция сертифицирована





Сегодня вашему вниманию представляем стихи Василия Николаевича Романова. Обычный поэт из лесной Марийской республики, которая и находится - то для многих читателей неизвестно где: то ли на Алтае, то ли на Кавказе. Василий живет недалеко от Казани на берегах реки Иеть, несущей с востока воды в нашу же Волгу, и пишет о нашей родной, русской, российской природе, пишет нормальным русским языком, давно забытым многими...



Он знает природу, он чувствует ее каждое мельчайшее движение, и, главное, умеет об этом рассказать. Оказывается, природа - то живая!

## ГРИБНОЙ СКАЗ В МАРИЙСКИХ ЛЕСАХ

Обогнув веселый курень зоревого сосняка,  
Луч с рассветной верхотуры подпалил избе бока.  
Мы с охоткою макали хлеб в тарелку с молоком,  
Короба в сенях забрали с крепким ягодным душиком.

За грибным податься счастьем во глухой медвежий бор,  
Был назначен днем вчерашним предосенний грибосбор.  
Одуванчиком пушистым лунный лик превознесен,  
Ветром солнечным гонимый вскоре сдут - погашен он.

С каждым днем роса свежее - росяница на кустах,  
Лишь за веточку заденешь: с головой тебя обдаст  
Дождь затейливых росинок. Зябко в утреннем лесу.  
Вдоль каких плутай-тропинок соберем грибов красу...

Нам в потемную чашобу: ветви елей в мхе седом,  
Как лежалые колоды обросли бородачом.  
Разогнать не в силах солнце тот овражный полумрак,  
Через узкий лаз-оконце задымился луч-сквозняк.

Наконец из лога вышли во просторный чудо-бор,  
Под ногами лег брусничник, беломошника ковер.  
Тут натачивай сноровку и без дела не зевай:  
Собирай без остановки грибородный урожай.

Вот и первая находка: подсосенок-моховик,  
Липнет хвойная ободка на его зеленый лик.  
Пальцем мяготь переломишь, аромат вздохнешь: ого!  
И потом уже положишь в короб на пустое дно.

Есть почин грибной охоте, но постой, не торопись,  
На замшелой околоте хоть разочек оглянись.  
Так и есть, у можжевеля видишь три моховичка -  
Из кукушкиной кудели три чернеют колпачка.

Хлопнув крыльями в подлеске, томно тетерев взлетел,  
Знать на ягодниках крепко он за лето разжирел.  
Чуть пройдешь: лисичек стайка у прогалины стоит,  
Вот и в коробе затайка - первый слой грибной лежит.

И в сверкающей оправе росной, пахнущей травы,  
В боровай великой славе, с гордым вземом головы,  
Как в литом чугунном шлеме воеводой - Белый гриб,  
Не зазорно с извиненьем перед ним склониться взгиб.

И пока томит светило влагу утренних лесов,  
Бродим мы неторопливо по угорьям сосняков.  
Своим правым плечом бор подводит  
ко излучине тихой реки,

На полудень и солнце выходит,  
но лучи его зыбко - мягки.  
Как нежна эта грустная прелесть  
предсентябрьских тающих дней.

На огромном свороченном древе  
отдыхаем без лишних затей.

Толокнянка - медвежья брусника  
все росинки стряхнула с волос.

А коряга, как злая шишига,  
тянет руку на ведренный плес.  
Не хитра деревенская пища:  
огурцы, пять картошин и хлеб,

Разве только теньковка просвищет  
и опять тишина на весь свет.  
После вынем пузатую фляжку,  
там приправлен смородиной чай.

Все ж грибы - это Божия пашня,  
ведь не сеян никем урожай.  
Похвалимся своею добычей -  
ножки крепкие боровиков,

И как древний таежный обычай  
сыроежки не бросим остов.  
Все сгодится в грибные готовки,  
пахнет рыжиком хвойная прель.

Над речною струистой подковкой  
чуть наклонена старая ель.

**Грибные  
дожди**

Грибородный дождь пролился  
Из небесной крутизны.  
В теплотье обрядился  
Круг лиственной тишины.

Тучка посолонь, влепую  
Тащит бороду с собой-  
И уходят в даль лесную  
Полоса за полосой.

С легкой свежестью играет  
Шелк дневного ветряка.  
Подберезовик сверкает  
Мокрой шляпкой из куста.

Над озерным лучепарьем  
Процедился млечный зной.  
И доплыл из глуходалья  
Грома жженного отбой.







### Грибы соленые

**Ингредиенты:**  
грибов – 10 кг  
соли – 600 г

#### Приготовление:

Солят грибы лучше в бочке. Дно бочки посыпают слоем соли, укладывают грибы рядами, шляпками вниз, пересыпая солью. Надо также положить стебли укропа, дубовые листья, листья смородины, горошины душистого перца. Сверху кладут деревянный круг, а на него груз. Через неделю, когда грибы осядут и выступит рассол, отливают его немного, добавляют грибов и так два или три раза, чтобы улеглись плотнее. На верхний ряд кладут чистые капустные листья (из них потом получают очень хорошие голубцы). Бочку, заполненную грибами, закупоривают, ставят на лёд. Грибы получают крепкие, ядреные, один ко одному.

### РЫЖИКИ



Рыжики из первого слоя рука не поднимается солить, их полезнее и приятнее съест просто сырыми – мелко накрошенными с солью – так меня моя бабушка еще научила.

А уж когда придет пора солить, так только просыпьте слои крупной солью – без привычных для иных солёных грибов пряных веток и листьев. Сам по себе смолистый привкус солёного рыжика ценнее всех благовоний, так зачем нам забивать его? Только рыжики, очищенные (без воды!) от песка и хвоинок, да соль.

Сверху – гнёт и на холодок. Сок выступит тут же и равномерно распределит соль по кадушке или ведру. Ну, а что такое солёные рыжики – я вам ни за что не скажу. Ибо кто их ел, тот и сам знает, а кто не ел – никогда не поймёт. Вот так.

*Рецепт от Ковальчук Валерия, г. Псков*

### СОЛЕННЫЕ ОПЯТА ПРЯНЫЕ

Опята заливаем водой на ночь, утром промываем, отвариваем 15 минут просто в воде. Охлаждаем. Укладываем в стеклянную или керамическую тару с широким горлом, пересыпая каждый слой грибов солью (на каждый килограмм грибов полная столовая ложка соли), укропными стеблями, резаным чесноком и зернами кориандра.

Верхний слой – укроп.

Накрываем тарелочкой, кладем небольшой гнет и ставим в прохладное место на 2–3 недели. Ну, очень вкусные грибы получаются, хоть маслом мажь, луком посыпай и к картошечке разваристой, хоть в пироги клади – везде к месту будут.

*Рецепт от Егоровой Зинаиды, г. Чита*

**Уважаемые читатели, не употребляйте в пищу незнакомые грибы, это опасно для здоровья.**



### ГРУЗДИ И ВОЛНУШКИ

Вывить грузди и волнушки, мочить 2 дня в холодной воде, каждый день сменяя воду, потом складывать их рядами в деревянную посуду несмоленого дерева, пересыпая солью. Употребляются к жаркому. Можно пересыпать их рубленым луком. На ведро груздей берется 0,5 стакана соли.

*Рецепты от Обручевой Светланы, г. Усть-Луга*

Не только рыбаки хвастаются друг перед другом своим уловом, но и заядлые грибники: кто три ведра белых набрал, а кто ванну груздей вымачивает, солить собирается... Грибной "улов" богат, да что из них приготовить, как сохранить до следующего грибного сезона, чтобы подольше радовать себя и близких разными "грибными вкусностями" на праздники да и просто так. Одни из нас любят хранить грибы в собственном соку, чтобы потом из них готовить всевозможные блюда, другие признают только соленые, а кто-то морозит, чтобы особо не возиться... Кто во что горазд. А кто и во что горазд??? Давайте по порядку. Начнем с СОЛЕНИЙ.

## СОЛЕННЫЕ...

### ШАМПИньОНЫ



Очистить шампиньоны от кожицы; крупные грибы разрезать на несколько частей и солить их, как и все прочие грибы, пересыпая каждый ряд солью, рубленым луком, укропом и перцем; наполнить непременно всю банку, накрыть грибы кружком, обвязать вошею бумагой или пергаментом и держать в холодном месте. Если в них слишком много соку, можно его слить, употребить в какой-нибудь соус, но соку в банке всегда должно оставаться на два пальца выше грибов. Сверху можно еще залить оливковым маслом. На 1 ведро шампиньонов берется 2 стакана соли. Перед употреблением намочить их сперва на несколько часов в холодной воде, а после поставить на плиту и подогреть с ними слегка воду, сменяя ее несколько раз, пока не выйдет из них вся соль.

### МАСЛЯТА ИЛИ БОРОВИКИ

Очищенные боровики или маслята обварить кипятком, продержать 1–2 минуты, откинуть на дуршлаг. Когда вода стечет и они обсохнут, класть в банку (или ведро) рядами, шляпками вверх. Каждый ряд посыпать солью, немного черным и душистым перцем, лавровым листом и луком. Закрывать чистой тканью, кружком и прессом. Через несколько дней, если банка будет неполной, добавить свежих грибов. Когда банка наполнится, залить растопленным и едва теплым говяжьим жиром или маслом, а лучше всего обвязать вошею бумагой или пергаментом и держать в холодном, но сухом месте. Перед употреблением замочить грибы на 1 час в холодной воде, а если давно посолены, то вымачивать можно и целые сутки, потом промыть их в нескольких водах. Приготовленные таким образом грибы вкусом почти не будут отличаться от свежих. На ведро белых грибов берется 1,5 стакана соли. Зимой несколько раз промыть тряпочку и кружок.



Очищенные боровики или маслята обварить кипятком, продержать 1–2 минуты, откинуть на дуршлаг. Когда вода стечет и они обсохнут, класть в банку (или ведро) рядами, шляпками вверх. Каждый ряд посыпать солью, немного черным и душистым перцем, лавровым листом и луком. Закрывать чистой тканью, кружком и прессом. Через несколько дней, если банка будет неполной, добавить свежих грибов. Когда банка наполнится, залить растопленным и едва теплым говяжьим жиром или маслом, а лучше всего обвязать вошею бумагой или пергаментом и держать в холодном, но сухом месте. Перед употреблением замочить грибы на 1 час в холодной воде, а если давно посолены, то вымачивать можно и целые сутки, потом промыть их в нескольких водах. Приготовленные таким образом грибы вкусом почти не будут отличаться от свежих. На ведро белых грибов берется 1,5 стакана соли. Зимой несколько раз промыть тряпочку и кружок.

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 Фадиной Т.И. Тираж 20000 экз. Подписано в печать 30.08.2009 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В.О. 17 линия, д. 60, лит.А, пом.4н. Заказ № ТД-2780

