



№ 01 (057)
2010 г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

МАЗЬ «МЕДВЕЖЬЕГО КОПЫТНЯ»

В Сибири известен рецепт мази с медвежьим жиром – порошок трутовика смешивали с жиром и прикладывали к незаживающим язвам. Мне такую склянку с мазью дали в дорогу – матери в подарок. У нее тромбфлебитная незаживающая язва. И ведь помогла мазь. Теперь всегда заказываем – уже для друзей, знакомых, сотрудников. Вот только все труднее стало с получением – в посылки отказываются почтовики брать – непонятная субстанция, то же и с самолетом, и с поездом. Вы уж, дорогие фунготерапевты, пошевелите извилинами – сделайте такую мазь, чтобы легко можно было в аптеках купить.

Неелов П. С., Москва

РЕЦЕПТ ВРАЧА БЕРСА

Известно свидетельство Н. Кузьминской, свояченицы писателя Льва Толстого и дочери известного врача Берса, что «...рецепт ее отца по поводу мучений грудного младенца одной из крестьянок в поместье Толстых из-за постоянного кожного зуда (аллергический дерматит) был прост и эффективен – купание ребенка в настое трутовиков (копытня и плоского)».

Крепкий настой трутовиков (до корчневобурой жидкости) хорошо снимает зуд и воспаление при кожном грибок. Этим способом пользовались лесники Северо-Запада, об этом хорошо знают рыбаки Прибалтики и фермеры Финляндии.

● **ФУНГОТЕРАПИЯ** открывает свои секреты:
ТРУТОВИК настоящий



Трутовик настоящий



● **Грибная ПОЧЕМУЧКА:**
Пища богов, или ЯД?

● **Детская страничка:**
ГРИБНОЙ ПЕРЕПОЛОХ

● **Консультация ТРАВНИКА:**
КАЛГАН – лапчатка прямостоячая

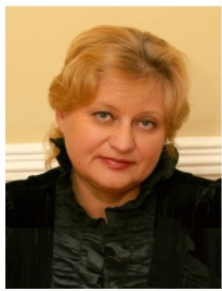
● **Грибная ХАРЧЕВНЯ:**
Счастливого Рождества!

Горячая линия фунготерапии
8-800-5555-170
КРУГЛОСУТОЧНО
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



Январь

Ну вот – новый 2010 год. И новые планы и новые ожидания на грибной сезон. Хотя какие могут быть грибы в новомодном зимнем лесу? Разве что – волшебные? Когда на растаявшей полянке собирается вокруг сверкающего пенька со светящимися опятами весь грибной народец и начинает прикидывать – кому главенствовать в этом году, каким грибам показывать чудеса плодоношения – белым ли, подосиновикам или рыжикам? Или кому не показываться на глаза ушлому грибному охотнику, не травмировать урожаями?

А может, они уже стараются довести до нашего сведения какую-то информацию, обезопасить от чего-либо? Ведь неспроста же самые щедрые грибные урожаи были перед войнами. Для чего? Чтобы хоть немного ослабить ужас перед голодом? Действительно, когда подвалы затарены кадушками с солеными, банками с маринованными грибами, а по стенам развешаны связки с сушеными – война не так страшна? Или же это тайные знаки нашим «высшим» головушкам в правительстве: не будьте наивными, халатными и глупо самоуверенными – война вполне возможна. Задумайтесь... Ну кто же знает грибную душу? Я столько лет изучаю (нет, не изучаю – их невозможно ни изучить, ни приручить), я ДРУЖУ с ними, вернее, пытаюсь ПОЧЕЛОВЕЧЕСКИ дружить, и все равно любой гриб для меня – загадка за семью печатями. И, наверное, только из грибной благодарности они понемножку мне что-то открывают, дают крупицу своей мудрости, капельку своей грибной души... И за это я в ноги им кланяюсь каждое лето, каждую осень... Да, немало я простояла на коленях перед каждым грибом-грибком, восхищаясь и преклоняясь перед «ГРИБНЫМ РАЗУМОМ». И этот «ГРИБНОЙ РАЗУМ» уже немало спас людей посредством тех наших грибных препаратов, которые нам мудро «РАЗРЕШИЛИ» сделать.

Сколько спасенных жизней, которым онкология, казалось бы, не дала ни единого шанса – а люди продолжают жить. И верить, и любить, и надеяться. И надеяться не на химиотерапию уже, а на наши грибные препараты. И этих людей очень много: и Максюша из Гатчины, который никак не мог поверить, что опухоли мозга у него уже просто нет – ушла, растаяла, и Галя Ден, которой полностью сняли инвалидность после страшнейшей операции рака матки без какой-либо гарантии, и волевого полковника из Калининграда, который надеялся хоть на полгода, а живет 10 лет и будет жить еще долго, и боцман из Таллинна с неоперабельным раком печени, которому никто уже из врачей не верит, что эта печень была поражена раком... И сколько их еще – таких. И верящих, и сомневающихся, и надеющихся...

Но главное, это то, что мы (наш Центр) доказали, что наши грибные технологии – это будущее натуральной фармацевтики. И доказали это на правительственном уровне. Мне уже больше приходится присутствовать на самых разных совещаниях, заседаниях, форумах и рассказывать, докладывать, подтверждать научными данными наши наработки, чем присутствовать на своем родном производстве или в лабораториях. Но это необходимо. Чем скорее мы введем во всех онкоцентрах «грибную реабилитацию», тем больше у нас шансов в борьбе с раком. Я добьюсь этого!

С Новым Счастливым Грибным Годом!

Филиппова Ирина Александровна

КОПЫТЕНЬ ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ

В Краснодарском крае в конце 19 века был широко известен как средство для похудения. Сохранилось объявление в журнале «Пробуждение» за 1916 год: «Принимая во внимание недостаточное производство и трудности подвоза в военное время бумаги, недостаток всех материалов, а также недостаток рук для сбора трутовика для надобностей дам, прием заказов на **снадобь для похудения** временно прекращен. Но будет своевременно возобновлен, не останавливаясь перед непомерно возрастающими ценами. Редактор-издатель Н.В. Корецкий».



Неизвестно, была ли «снадобь для похудения» востребована в военное время, но вот потом о ней слышно ничего не было, как и об издателе Корецком и его журнале «Пробуждение».

В настоящее время химический состав копытня действительно показал способность расщеплять жировые клетки и умеренную мочегонную способность. Значит, правы были краснодарские дамы, так активно заказывая «трутовиковую снадобь»!

Алимова К., библиотекарь, Тверь

ОХОТНИЧЬЕ СПАСЕНЬЕ – ТРУТОВИКОВАЯ НАСТОЙКА

В Карелии в 17-19 веках целебная настойка из лжетрута и копытня была самым известным лекарством. Настойку советовали делать так «исплющить оный трут и большой копытень, растолкти медным пестом до серой мучицы. Отмерять два золотника (9 граммов) и распространение залить штофом (1200мл) водки настоянной на углях и в темное место для придания силы поставить. Затем откусивать понемногу после застолий».



Эта настойка, по сведениям из старинного лечебника, очень целебна. «Силы состоят в следующем: производит оно сначала теплоту, бодрость и охоту к еде, или аппетит... Укрепляет оно и ободряет в единый миг человека, утрудившегося в дороге или от какой-нибудь тяжелой работы. Оно выгоняет в стужу урину, а в теплоте – пот. Оно разрушает гнезда глист, производит аппетит. Согретое на огне, в случае ушиба разгоняет скипевшуюся кровь, а холодное стягивает перерезанные вены в ранах. Унимает в свежих ранах кровь, а также у молодых после опростания родовых».

Я сам недавно отпробовал эту настойку после того, как провалился под лед во время охоты со своим старым товарищем из глухой карельской деревни. Его матушка и выгатила из-за божницы запыленную бутылку с этой адской смесью – и внутрь заставила принять, и растерла от души. Именно благодаря ей (настойке) я и насморка даже не получил, а утром проснулся в деревянной избе, выпавшийся как на самой роскошной перине в люксовой гостинице...

Никитин К., Тосно

К нам в редакцию не перестают поступать звонки и письма с просьбой рассказать о лечении грибами сердечно-сосудистых заболеваний, ведь большинство людей страдают от гипертонии и стенокардии и будут очень благодарны хотя бы за возможность облегчения состояния при этих болезнях. Да, действительно, грибы помогают при этих недугах, и мы – выполняем вашу просьбу, дорогие читатели.

Восточная медицина, насчитывающая уже не одну тысячу лет, из всех сердечных средств первое место отдает целебным грибам. Гриб **рейши** (трутовик лакированный) является символом Китая, эмблемой здоровья и, что важно, сердечного здоровья нации.

Что касается России, в 80-е годы во Всесоюзном НИИ Кардиологии была целая серия доклинических опытов на мышах экстрактами **рейши** и **шитаке**. Объяснялось это просто – кто-то из боссов брежневского президиума был вылечен от гипертонии во время визита в Японию, и так был поражен эффектом лекарственных японских грибов, что решил внедрить этот опыт и на русской почве. В НИИ был вызван японский профессор, светило фунготерапии (лечения лекарственными грибами) Горо Чихара.

Доктор Горо продемонстрировал ряд лабораторных опытов перед масти-тими медиками, поборниками синтезированной медицины, в которых клинически доказал, что выделенные полисахариды из ряда японских грибов могут лечить сердечно-сосудистые заболевания. И не просто лечить, а излечивать. Причем без побочных явлений.

Но медицинскому перевороту помешала перестройка в нашей стране, профессор уехал в Японию, а нам остались незавершенные исследования целого ряда «сердечных» грибов, как наших, так и японских.

Сейчас **рейши** и **шитаке** исследуются очень широко, и научно подтверждена их способность влиять на сердечно-сосудистую систему.

Доклинические испытания показали, что прием экстракта **рейши** в течение недели на целый месяц(!) перекрыл выработку сывороткой крови «плохого» холестерина. А это означает, что применение хотя бы раз в год **рейши** не даст развиваться атеросклерозу.

Рейши нормализует давление. Первичную гипертонию можно вылечить грибами, и даже злокачественную гипертонию вполне можно обуздать.

Первичную гипертонию вылечить грибами намного проще – здесь и одни **рейши** справятся. Главное, поймать эту коварную болезнь в начале. Именно тогда, когда диагноз звучит так – **вегето-сосудистая дистония**. Это первый звонок будущей гипертонии.



О СЕРДЕЧНЫХ ГРИБАХ



... Еще раз

Мало того, **полисахариды рейши** способны **растворять** и «**вымывать**» **холестериновые бляшки**, и, что уникально – **гематомы**, оставшиеся в сосудах **после инсульта**. И очень ощутима помощь **рейши** в **профилактике инсульта**.

Отчетливо выраженным **гипотензивным** (снижающим давление) действием обладают **шитаке**, поэтому если у человека **гипотония**, то есть пониженное давление, лучше принимать **рейши**, который более «сговорчивый» в этом плане – он нормализует давление, то есть **понижает очень плавно при гипертонии и повышает при гипотонии**. Поэтому **рейши** так и называют «**сердечным**» грибом.

Но термин «сердечные грибы» относится не только к **шитаке** и **рейши**...

Отмечен в восточной медицине и гриб **кордицепс**, который используется при **стенокардии, частых тахикардиях, слабости сердечной мышцы** и т.д., так как **укрепляет стенки сосудов, насыщает кровь кислородом, растворяет кальцинаты, оседающие на стенках капилляров**.

Недаром же говорят, что у сердечников сосуды становятся настолько хрупкими и ломкими из-за этих кальцинатов, что они могут разбиться от неосторожного прикосновения.

В каждой стране есть свои грибы и, следовательно, своя **ГРИБНАЯ АПТЕКА** при сердечных болезнях. У славян это **боровик (болетус), веселка, зонтик пестрый, трутовик**. Причем очень важно выбрать и узнать именно СВОЙ гриб, который с вами работает на «одной волне». Ведь у каждого гриба свои, присущие только ему, свойства.

Например, **зонтик пестрый** – прекрасное **гипотензивное** (мочегонное средство), а именно мочегонные (верошпирон, фурасемид) используются при лечении гипертонии, к тому же, он активно работает с почками (выводит песок и мелкие камешки), то есть приводит их в рабочее состояние, а следовательно, **снижается «нижнее» (почечное давление)**.

Веселка тоже хорошо **снижает давление**, к тому же она имеет **сосудорасширяющую способность и помогает при сердечных спазмах**.

Боровик успешно **расщепляет холестерин и растворяет кальцинаты**.

В старину считалось, что тот, кто съедает один сухой боровичок в день, не страдает сердцем.

Трутовик тоже **растворяет холестерин и оксалаты**, следовательно **сохраняет сосуды эластичными**.

Для успешного лечения или профилактики всего лишь надо грамотно подобрать нужные ВАМ грибы...

Сердечным заболеваниям подвержены все, но болеют не все (!). Почему?

Медики считают, что это **болезнь беспокойных**. Так что не нервничайте по пустякам, берегите свое сердце, и оно вам верно будет служить долгие годы. Годы без болезней! Желаю здоровья



КОПЫТЕНЬ – партизанский гриб



Для справки:

Краткое описание.

Плодовые тела многолетние, сидячие, копытообразные, 20–40х5–15 см, деревянистые. Поверхность покрыта твердой коркой, блестящей на разрезе, концентрически-бороздчатая, серая, черноватая, кожано-желтая или буровато-желтоватая к основанию, по краю чаще светло-рыжевато-желтая, слегка опушенная, реже край тупой. Ткань довольно тонкая, до 1 см толщиной, клочковато-пробковая, грубоволосистая, хлопьевид-

Fomes fomentarius (L.: Fr.), Boletus fomentarius L., Polyporus fomentarius L.: Fr.

ная, неясно зональная, рыжеватая или буро-ржавая. Поверхность гименофора светло-серая, бледно-буря, прямая или слегка вогнутая. Споровый порошок бледно-лимонно-желтый.

Распространение. Космополит.

Экология. На мертвых стволах, пнях лиственных пород. Вызывает белую гниль

Ну кто ж не знает этот трутовик? В глаза он бросается всегда – особенно в зимнем лесу, когда вольно ступеньками располагается он на старых засохших деревьях. «Вся береза в домиках» – кричал мой маленький сынишка, рассматривая это чудо.

Гриб тверд, как железо, вернее, как копыто лошадиное, да и формой очень похож, поэтому и называли незатейливо – копытень. А еще в России его называют – «крыванной губкой» за способность впитывать кровь. Или «огненной губкой» – испокон веков русские крестьяне знали и употребляли огненную губку как заживалку. Но, может, еще и за то, что гриб-копыто светится в лесных сумерках. Это «жилыцы» трутовика – бактерии – излучают фосфорический свет. Холодный свет трутовиков особенно заметен во влажную погоду на старых ивовых стволах. Трутовики, как фонари леса, светят, а не греют.

В Северной Америке он известен под красивым именем – «Амаду», врачи его называют – хирургическим фангом (фанг – по-английски лекарственный гриб), индейцы – зажигающим грибом. В Японии – копытень именуют тсуригане-таке – пылающим грибом.

Копытень не съедобен ни в каком возрасте – горек, да и зубы сломаешь.. А вот репутацией нужнейшего и полезнейшего гриба всегда пользовался. И у всех народов.

Например, ценнейшей исторической находкой стало то, что этот гриб был обнаружен в местах обитаниях древнего человека – в археологических раскопках более 11000 лет до н.э.. Он использовался как трут для добывания огня.

В старинной русской загадке говорится: «Огонь в камне спал, по железу встал, по дереву пошел — как сокол полетел». По сути дела, в ней образно изображен процесс высекания огня с помощью кремневого камня и желез-

ного **огнива**, или **кресала**. При резком скользящем ударе огнива по кремню возникают искры, которые, пролетев небольшое расстояние, гаснут. Чтобы поймать эти слабые зародыши огня, не дать им угаснуть, нужно, чтобы на их пути оказался такой материал, который тут же начинал тлеть. Одним из таких материалов оказался **трут**. Его добывали из гриба-трутовика, растущего на стволах деревьев, чаще всего, на березах. Кусочки трутовика, напоминающие замшу, варили в водном растворе селитры, затем сушили и толкли до тех пор, пока они не становились мягкими

уже в каменном веке люди прекрасно знали о целебных свойствах грибов.

Fomes fomentarius использовали индейцы Северной Америки племен «оканаган-кольвилле» и «шусвапа» для **лечения ревматизма**. Кусочек трута (предварительно поколоченный на камнях и размягченный горячей водой) клали на больной участок, предварительно обильно смоченный слюной лекаря, и поджигали. Тлеющий трутовик регулярно sprыскивали водой, чтобы не обжечь больного. Индейцы называли эту процедуру «Ктиквамн», так же назывался и гриб-трутовик.

В европейской (немецкой и французской) народной медицине **Fomes fomentarius** использовали внутренне при **болезнях мочевого пузыря**. Измельченный трутовик заваривали горячим молоком и пили каплями по схеме (Лист и Хёрхаммер, 1977 г.).

В России из плодовых тел делали материал, подобный вате, который прикладывали к ранам и ожогам. Во время войны в партизанских отрядах на Брянщине это был самый востребованный лекарственный гриб – из него делали **вату для компрессов, материал для перевязок**, так как он **прекрасно не только впитывал кровь, но и останавливал ее, и оказывал бактерицидное действие**.

Заваренный на крутом кипятке чай из трутовика лечил **расстройство желудка, подавлял кишечную палочку**.

В районах Карелии известен **способ лечения геморроя** при помощи трутовика настоящего – мазью (измельченный порошок смешивался с нутряным свиным жиром) и ледяными свечами (отвар трутовика замораживался в виде свечей), которые на несколько секунд прикладывались к кровоточащим шишкам геморроя, этим самым снимая боль и останавливая кровотечение.

В Словакии настоем трутовика на



Трутовик настоящий: а – твердый край
1. плодовые тела б – трutowый слой
2. в разрезе в – трубчатый слой
3. увеличенный разрез:



добывание огня

как вата. Вместо трута в иных местах использовали пух ивовых сережек, смешанный с толченым древесным углем.

А еще копытень с древних времен использовался в **культовых и медицинских целях**. Так называемый «снежный человек», прекрасно сохранившийся благодаря мерзлоте в северных областях Сибири – при себе имел не только трут (трутовик для разжигания костра), но и другие грибы, а это говорит о том, что

столовом красном вине лечили **эпилепсию, болезнь Альцгейцера, недуг Паркинсона.**

В Псковской губернии **купали слабых золотушных детей** в отваре трутовика. Женщины использовали отвар трутовика **для омоложения половых органов после родов для скорейшего заживления трещин и разрывов.**

Сейчас в НПО «Биолюкс» уже разработана технология получения экстракта трутовика-копытня для профилактики и лечения этих заболеваний. В Новом 2010 году, экстракт будет уже лежать на полках «Грибных Аптек».

Фармакология

Из плодовых тел выделен **фомента-риол** (производное пурпуругаллина), обладающий **антибактериальным действием, полисахариды с противоопухолевой активностью, эргостерол, фунгистерол, изоэргостерон, эргоста-7,22-диен-3-он, лектины.** Спиртовой экстракт мицелия содержит **вещества фенольной природы**, обладает антиоксидантным, гипополидемическим, гипохолестеринемическим и гепатопротективным действием.

Лечебные свойства.

В народной медицине копытень издавна применяли как кровоостанавливающее средство, для прижиганий, при диспепсии, болезнях мочевого пузыря, геморрое, раке, нервных расстройствах. Из плодовых тел делали материал, подобный вате, который прикладывали к ранам и ожогам.

Доклинические испытания

«Институт Рака» в США, Японский «Научно-исследовательский комплекс меди-



курильщики-таежники да сих пор в головку трубки кладут кусочек трута, от него загорается табак



Огниво — приспособление для получения огня. Широко применялось до появления спичек. Простейшее огниво состоит из **кресала** (как правило — напильника с очень мелкой насечкой), **«кремня»** (минерал пирит, состоящий из сульфидов железа) и **трута**. Сноп высекаемых искр, получаемый от удара кремня о кресало, воспламеняет трут, и в дальнейшем тлеющий трут «раздувается» при помощи губ или, при хорошем качестве трута, немедленно вспыхивает пламя, которое на ветру не гаснет...

цинских исследований противоопухолевых свойств растений» в Токио показали целебную способность трутовика останавливать рост опухолей, противодействовать вирусу герпеса.

Лигнин из **Fomes fomentarius** полностью препятствует росту вируса herpes simplex (**Сакагами и Кавацоз, 1991 г.**), а жидкий экстракт спорофора достигает противоопухолевого эффекта в 80% случаев **саркомы 180** у мышей (**Йинг и др., 1987 г.**). Выделенные из мицелия полисахариды сдерживают рост опухолей у мышей (**Ито и др., 1976 г.**).

Филиппова И., фунготерапевт

ТРУТОВИКИ НЕОБХОДИМО ПРИМЕНЯТЬ ПРИ ХИМИОТЕРАПИИ!!!



Эти трутовики (а они имеют российское происхождение) применяются в азиатских странах как противоопухолевое средство при любых видах рака. Исследования в Бостонском университете не только доказали, но и расширили их целебные свойства. Ученые установили, что полисахаридный комплекс этих двух трутовиков **ослабляет структуру агрессивной онкоклетки, и она становится более подвержена воздействию химиотерапии.**

То есть, химиотерапия на фоне приема настоя этих трутовиков проходит в 2-3 раза эффективнее!!!

Первые опыты провели по совместной терапии доксорубицином и настоем грибов **Phellinus linteus (феллинус льняной или трутовик санхван) и копытня. Результаты превзошли ожидания.** В обычных условиях такой дозы препарата оказывается недостаточно для получения необходимого лечебного эффекта, однако при добавлении настоя его действие заметно усилилось.

Комбинация столь же успешно уничтожала раковые клетки простаты, как и большие дозы доксорубицина, но при этом не вредила здоровым клеткам, отметил руководитель исследования Чанг-Янь Чен (Chang-Yan Chen). Результаты дальнейших исследований публикуются в **British Journal of Cancer.**

Врач-фунготерапевт Завьялова А.П.

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) 368-98-04

4. ул. Чайковского, д. 51, ст. м. Чернышевская, (812) 273-20-43
Отделы «Грибная Аптека» в г. С-Петербурге:

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

Магазины «Грибная аптека» в Москве:

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

Наши представители

- Беларусь: г. Белоозерск – (01643) 4-04-55, 59-0-95
- 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, Н.Новгород - (831) 436-14-38

- 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, Ухта, Хабаровск, Чебоксары, Череповец.

на правах рекламы



Potentilla erecta

КАЛГАН – лапчатка прямостоячая

В былые времена это растение, как лекарственное средство, популярностью, пожалуй, превосходило самые известные современные препараты, будь то аспирин или пенициллин. Даже простое перечисление народных названий калгана впечатляет:

дубровка, могущник, шептуха, узик,

заплет, завязный корень, деревянка, костолом, курзелье, перетач, пуповник... Это ли не свидетельство его силы и популярности у

наших прадедов? «Могущником» калган называли за великую силу, которой он обладал. По легендам, живая вода для оживления Руслана была взята из родника, вокруг которого росла эта трава. Считалось, что он способен остановить самый изнурительный понос и даже дизентерию, косившую людей в те времена, когда не знали антибиотиков...

И название рода происходит от латинского *potentia* – сила, могущество.

«Есть трава узик, растет по раменам и по орешнику... что яичный желток. Та трава добра от зубной боли или у кого пуп болит», – так характеризует калган старинный травник.

Калган – самое популярное растение в народной медицине.

Целебные свойства калгана запечатлены в старинных легендах и преданиях. Одна из них связана с именем русского богатыря Ильи Муромца. *«Перед решающей битвой с Соловьем Разбойником подошел он к краю оврага, где росла в изобилии трава «шептуха», лег на землю, вдохнул в себя запах ее корней и почувствовал силу великую, храбрость безмерную. И закончилась битва славной победой русского богатыря»*.

В средние века популярность лапчатника как лекарственного растения была очень велика. Он считался основным эффективным средством при лечении **дизентерии**, настоями лапчатника лечили **воспаление и язву желудка, унимала изнурительный понос**, ши-роко использовалась как **кровоостанавливающее средство при желудочно-кишечных, маточных кровотечениях**. Отсюда и название – «перевязиха», «завязный корень».

Мазями и отварами **заживляли раны, выводили мокнущие экземы, полоскали рот от цинги. Цыпки на руках, обветренные губы** смазывали **калгановой мазью**, наносили ее на **огрубевшую кожу**.

Вот что написано о калгане в трактате *Одо из Мена (11 в.)*:

«Примешь калган и тот час рассосет он флегму в желудке, Если недужный флегматик, то силы его укрепляет. Принятый он, изгоняет внутрь заключенные ветры. Пищеварение тем улучшает и колики



Калган – растение простое.

О нем поэты не поют.

Его на перекрестке стоя

Букетами не продают.

Забыв, а нам какое дело,

Хвалу калгану вознесу,

Я этот корень почернелый

Ножом выкапывал в лесу.

М.Троицкий

лечит. Если его пожевать, изо рта будет запах приятный, он умножает желание и действие почек.

Лапчатка прямостоячая – многолетнее травянистое растение. В России произрастает 148 видов лапчаток.

Растение низкорослое, имеет несколько **стеблей**, ветвящихся кверху. Прикорневые **листья** тройчатки с длинными **черешками**. **Цветки** одиночные желтые, четырехлепестковые – у основания с красными пятнышками. В этом ее основное отличие от других видов лапчаток, у которых цветки состоят из пяти лепестков.

Зацветает на 3-4 год, цветет с мая по сентябрь. **Плоды** созревают в разное время, начиная с июня. Плод – многоорешек, распадающийся при созревании на отдельные гладкие или морщинистые орешки. **Корень** калгана толстый и короткий, похож на клубень – твердый и деревянистый, плохо режется, но легко толчется в крупный порошок.

Растет калган по всей Европейской части страны и Западной Сибири. Удивляет его приспособляемость к различным местам обитания и почвенными условиям – селится на суходольных лугах, полянах, опушках, лесных оврагах, по окраинам торфяных болот.

В качестве сырья используют корневища без корней, которые копают в сентябре, октябре или рано весной. Отряхивают от земли, проливают в холодной воде, сушат при температуре не выше 50-60 °С. Сухие корни снаружи бурые, на изломе темно-красные, запах ароматный, при растирании усиливается, на вкус терпкий.

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ

Калган содержит **до 15-30 % дубильных веществ, флавоноидов, смол, камедей, эфирные масла, воск, органические кислоты (хинная и злаговая), гликозид торментиллин, эфир торментол, флобафены, крахмал, витамин С, красящее вещество.**



**РЕЦЕПТЫ
применения**

Калгана

**ФАРМАКОЛОГИЧЕСКИЕ
СВОЙСТВА**

Оказывает **вяжущее, противовоспалительное, обезболивающее, кровоостанавливающее, бактерицидное действие. Местный противовоспалительный эффект** обусловлен наличием дубильных веществ, создающих биологическую пленку, защищающую ткани от химического, бактериального, механического воздействия, сопровождающегося воспалением. Это приводит к **понижению проницаемости сосудов.**

Во врачебной практике настои из корневища лапчатки используют при различных **заболеваниях желудочно-кишечного тракта (язва, энтероколит, диспепсия), кровотечениях (легочных, желудочно-кишечных, маточных).** Водные экстракты лапчатки оказывают хороший эффект **в виде полосканий при воспалительных процессах в носоглотке и полости рта (стоматиты, гингивиты, при разрыхлении и кровоточивости десен и др.), наружно в виде компрессов и примочек при различных кожных заболеваниях.**

Калган содержит также **серебро**, поэтому так хорошо лечит язву, рак желудка и поджелудочной железы, почки и мочевой пузырь, простатит, импотенцию, щитовидку. Для исцеления от этих хворей используют отвар.

**СПОСОБЫ
ПРИМЕНЕНИЯ**

1. Отвар – 1 ст. л. грубо измельченного сухого корневища лапчатки заливают 200 мл воды комнатной температуры, доводят до кипения, кипятят 10-15 минут, охлаждают, процеживают, принимают по 1 ст. л. 3-4 раза в день за час до еды **при заболеваниях желудочно-кишечного тракта как вяжущее, противовоспалительное бактерицидное, кровоостанавливающее средство.**

Наружно отвар можно использовать:

- 1). в виде аппликаций **при кровоточащем геморрое,**
- 2). в качестве примочек **при длительно не заживающих ранах и язвах, осложненных синегнойной палочкой,**



3). при мокнущих экземах, дерматитах, сопровождающихся зудом,

4). при вагините и эррозии шейки матки – 200 мл отвара разводят в 1 литре кипяченой воды и используют для спринцевания 1-2 раза в день.

2. Настойка (1) содержит микроэлементы: калий, магний, железо, что позволяет лечить **анемию.** Она делает **сосуды гибкими и эластичными, выводит холестерин, улучшает работу сердца, предупреждает инсульт и инфаркт, понижает давление** – 1 ст. л. сырья (25-30 г) заливают 0,5 л водки, настаивают три недели, периодически встряхивая, процеживают, принимают по 30 капель 3 раза в день за 30 минут до еды, разбавляя в 50 мл воды.

Настойка (2) – для лечения **цирроза печени** для приготовления настойки берут 50 г измельченного сырья. Настаивают так же, принимают за 15 минут до еды.

Настойка (3) – от **импотенции** – 100 г сырья на 0,5 л водки. Настаивают так же. Принимают по 1 ч. ложке в 16, 18 и 20 часов, запивая водой, молоком

или чаем. Курс лечения – 30-40 дней, после 10 дней перерыва можно провести еще два-три курса лечения.

3. Настои и отвары из листьев, стеблей, цветков лапчатки эффективны **при заболеваниях печени (при остром и хроническом гепатите и циррозе печени с застойными явлениями)** (А.М. Носов 2005 г.)

4. Мазь (1) – 5 г мелко измельченных корней залить 250 мл растопленного сливочного масла, проварить в течение 5 минут. В теплом виде процедить через марлю в банку. Использовать **при кожных заболеваниях, трещинах на коже рук, ног, губах, при ожогах, обморожениях и др.** (В.И. Кортиков 1998 г.)

Мазь (2) используют для избавления от узлового зоба – 50 г измельченного корневища калгана положить в стеклянную банку, залейте 500 г свежего свиного жира, поставьте на водяную баню на 2 часа, снимите и охладите. Храните мазь в холодильнике. Смазывать проблемные места 2-3 раза в день в течение месяца. При необходимости курс повторите.

5. Порошок корня калгана – одно из лучших средств в лечении **пародонтоза.** Мелкодисперсный порошок насыпать на влажный валик, заложить на десну на ночь. Почищенные таким порошком зубы сохраняют блеск до 3-х дней (В.Ф. Корсун 1995 г.)

Сабельниково-калгановая настойка помогает при суставных заболеваниях (**артрите, артрозе, ревматоидном полиартрите, радикулите, подагре, остеохондрозе**), а также **женских заболеваниях (миоме, фибромиоме, мастопатии).**

**ДРУГОЕ ПРИМЕНЕНИЕ
КАЛГАНА**

Из-за большого содержания горечей, эфирного масла и жгучих острых веществ корневище калгана в старину употребляли в качестве **калгановой пряности** (с характерным запахом и вкусом, напоминающим вкус имбиря) которую использовали в кондитерском производстве при выпекании **пряников.**

Корневище добавляли в **ликероводочные изделия** для ароматизации продукции. Как **антисептик**, использовался в приготовлении **рыбных консервов.** Калган издавна применяли для **дубления кожи** и в качестве **красителя.**

В качестве пряности чаще всего употребляется в виде порошка, особенно любят его мастера индийской и индонезийской кухни. Добавляется он к жареной говядине, картофельному супу, к блюдам из овощей, гуляшу, рису, соусам, грибам, салатам и рыбе.

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.

ЕДИНСТВЕННАЯ В СТРАНЕ КАЗЕТА О ГРИБАХ



www.fungocenter.com



ГРИБНАЯ АПТЕКА

(812) 717-17-11
(812) 703-06-44



ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ
ПОДПИШОУ ИИДЕКС ПО
КАТАЛОГУ РОСПЕЧАТЪ
19320

Январь

П	В	С	Ч	П	С	В
		1	2	3		
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Февраль

П	В	С	Ч	П	С	В
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

Март

П	В	С	Ч	П	С	В
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Апрель

П	В	С	Ч	П	С	В
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Май

П	В	С	Ч	П	С	В
		1	2			
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Июнь

П	В	С	Ч	П	С	В
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Июль

П	В	С	Ч	П	С	В
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Август

П	В	С	Ч	П	С	В
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Сентябрь

П	В	С	Ч	П	С	В
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Октябрь

П	В	С	Ч	П	С	В
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Ноябрь

П	В	С	Ч	П	С	В
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Декабрь

П	В	С	Ч	П	С	В
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

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

Евсеев Катя, С-Пб



Щитовка



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**. Он не убивает свои жертвы, а... защищает и заботится о них. Этот гриб разрастается внутри насекомого щитовки, 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, видимо, «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, Москва



Нет, комарам в этом вопросе до разумных муравьев далеко – они не умеют и никогда не сумеют обустроить 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 грибов при укусе – любая кислота (лимонная, уксус, винная и т. д.). Стоит потереть место укуса кусочком лимона – и зудящего волдыря просто не будет.



«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-микромицеты) поражений организма
- ✓ Лечение глистных инвазий
- ✓ Лечение грибковых инфекций (микозы, псориаз, кандидоз и т.д.)

Тестирование

- ✓ Тестирование глистных инвазий по новейшей японской методике сканирования кристаллизованной амилазы (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

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

Алла Вайдес, Москва



Если дождливым летом вам приходилось собирать землянику, то, вероятно, вы встречали серые, покрытые как бы тонким пушком ягоды. Эту болезнь земляники (серую гниль) 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». А вина «Сотерн», в свою очередь, ценятся любителями весьма высоко.

Я слышала, что пораженную головней кукурузу на Украине не уничтожают, а спокойно перерабатывают в пищу – это же опасно для здоровья?

Яценко Катя, Москва



Порошащая головня



ГОЛОВНЁВЫЕ ГРИБЫ - это паразиты высших растений. Вызывают заболевания, при которых растения выглядят как бы обугленными или покрытыми сажей (отсюда название). Образующийся налёт – скопление тёмных микроскопических спор гриба. Во время колошения мицелий интенсивно развивается, уничтожая ткани колоса и образуя новые споры.

Вместо семян в поражённых растениях образуется порошащая (сыплющаяся подобно порошку) масса спор.

Но самое интересное, что молодые головнёвые грибы, растущие на кукурузе — **пузырчатую головню кукурузы (Ustilago Maydi)**, иногда используют в пищу. В Латинской Америке очень популярно кушанье из этого головнёвого гриба: по вкусу он напоминает шампиньоны. Ежегодно на рынках продаются сотни тонн этого гриба. В Китае водяной рис специально заражают головнёвым грибом-паразитом, а затем употребляют в пищу (до образования спор). Так что, если среди кукурузы попадаются такие поражённые грибом початки – то это не страшно. От этого никто не заболеет.

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 –

ул. Городецкого, д. 12/3
(044) 278-46-06, 278-08-01
(044) 331-74-44

Открыт новый офис:

ул. Белорусская, 8.
тел. (044) 484-13-54

г. Донецк – (066) 754-34-51

Открыт новый офис:

ул. Артема 27, «Грибная аптека»
+38 (062)345-90-30

ФСП-1

Почта России

АБОНЕМЕНТ

на газету
на журнал

19320

(индекс издания)

Грибная Аптека

Количество комплектов:

на год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Куда

(почтовый индекс)

(адрес)

Кому

(фамилия, инициалы)

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА

газету
на журнал

19320

(индекс издания)

Грибная Аптека

(наименование издания)

Стоимость	подписки	руб.	коп.	Количество комплектов:
	пере-адресовки	руб.	коп.	

на год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Куда

(почтовый индекс)

(адрес)

Кому

(фамилия, инициалы)

печатается на правах рекламы



Маленький грибник

ТИХАЯ ОХОТА 2009

Сегодня в нашем конкурсе участвует семья Участника Великой Отечественной войны, ветерана Труда **Фанова Андрея Павловича, г. Самара.**

Два года получаю вашу газету и очень доволен, что в свои 87 лет (!) я постоянно узнаю из нее много нового и полезного о лечебных свойствах грибов. Мой зять тоже постоянный ваш читатель и страстный грибник. Даже отпуск берет в августе и сентябре, когда начинается грибной сезон - возит всю нашу семью в лес за грибами. Снимки эти сделала моя внучка (Романова Нина Владимировна), а на фотографии – это уже мой правнук Федор, ему 5 лет! Видите, как все наше большое и дружное семейство увлекается «Тихой охотой».

Своему внуку на пятилетие я написал маленькое стихотворение-совет. Вот оно.

*С уважением,
Фанов А. П.*



Гриб-одиночка

*Мне исполнилось 5 лет,
Детям всем даю совет
Свою маму надо слушать,
За обедом лучшие кушать.*

*Быть на улице, гулять –
Свежим воздухом дышать
С папой, мамой в лес
ходить,
И всегда здоровым быть.*

*Этот добрый свой совет
Написал любимый дед.
Дед, хотя и не поэт,
Но хороший очень дед!*



Грибной МакДональдс



Грибное лукошко

ЕДИНСТВЕННАЯ В РОССИИ ГАЗЕТА О ГРИБАХ



www.fungocenter.com

Подписной индекс по каталогу
19320

РОСПЕЧАТЬ

Загадки и тайны грибного царства, целебные свойства грибов и их применение, отзывы о лечении грибами, грибная кулинария, «грибной огородик», тихая охота, информация о незнакомых съедобных и ядовитых грибах, магические грибы, грибы – возбудители болезней, рассказы и анекдоты на грибную тематику, детская страничка, конкурсы и многое-многое другое.

Продолжается конкурс подписчиков. Подписавших на полугодие максимальное количество друзей, получают от редакции призы. Присылайте копии квитанций и не забывайте указать контактные телефоны и адреса.

Редакция: (812) 717-87-84, г. Санкт-Петербург, Невский пр. 180, кв.25, 191167



Официальный представитель
«Центра Фунготерапии
И.Филипповой»
в Нижнем Новгороде

В Нижнем Новгороде работает официальный представитель "Центра Фунготерапии Ирины Филипповой"

**Нижегородский
Аюрведический Центр
"Дханвантари"**

В Центре вы можете:

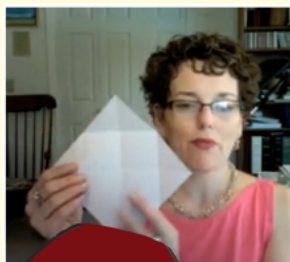
- ✓ получить полную информацию по применению продукции на основе целебных грибов,
- ✓ купить грибную продукцию и литературу по фунготерапии.

*г. Н. Новгород,
ул. Б. Печерская, д. 55/9*

(831) 436-14-38

www.ayurveda-nn.ru

печатается на правах рекламы



Мы продолжаем учиться искусству ОРИГАМИ. Этот мастер-класс я хочу провести для самых маленьких ребят, которые только начинают что-то делать своими руками вместе с родителями.

Дорогие мамы и папы (а может, и бабушки или дедушки?), вы, конечно же, уже рассказывали своему малышу о грибах. Об их разнообразии, о том, что бывают съедобные и несъедобные грибы, грибы разной формы, что практически все грибы похожи на зонтик. И о том, что грибы

– это не растения, что они долго копят силы, прежде чем выйдут на поверхность.

Обязательно расскажите, какие бывают ядовитые грибы (оригами ядовитых грибов мы сделаем чуть позднее). Ребенку будет намного интереснее делать оригами, он уже будет заинтересован, ему захочется посмотреть, как выглядят грибы. А по моим схемам легко сделать любую поделку, а также выучить «азбуку» оригами. Делать мы с вами будем гриб, который невозможно спутать с ядовитыми грибами, и, если вы читали детскую страничку прошлого номера, то вы его с легкостью узнаете в лесу и также легко и с удовольствием сделаете его своими руками. Вы уже догадались? Конечно, это...



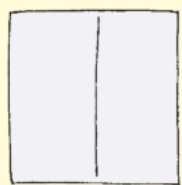
ГРИБ ПОДОСИНОВИК



1. Возьмите квадратный листок цветной (односторонней) бумаги.

Для того, чтобы у вас получился

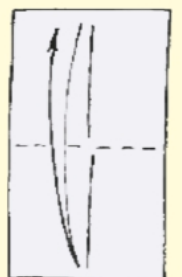
ПОДОСИНОВИК, бумага должна быть красного или красно-коричневого цвета. Перегните квадрат пополам



2. Разрежьте его на две половинки



3. Перегните половинку квадрата пополам по вертикали



4. Перегните половинку по горизонтали



5. Согните верхний край к центральной линии



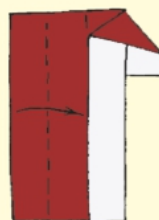
6. Проверьте результат и переверните



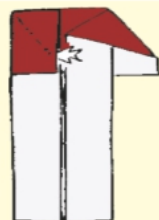
7. Согните правый край к центральной вертикальной линии



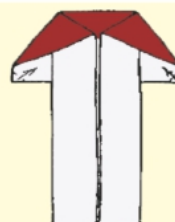
8. Раскройте и расплющите карман



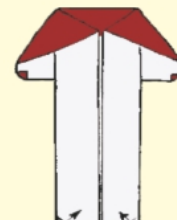
9. Проверьте результат и согните левую сторону



10. Раскройте и расплющите второй карман



11. Согните уголки наверху



12. Согните уголки внизу



13. «Скруглите» немного будущую шляпку



14. Проверьте результат и переверните

15. Подосиновик готов. Какого цвета надо взять бумагу, чтобы он превратился в оригами-Подберезовик?



(фото 1)



(фото 2)



(фото 3)



(фото 4)

КАК ПРАВИЛЬНО СФОТОГРАФИРОВАТЬ ГРИБ И ПОМОЧЬ СЕБЕ (И ДРУГИМ) В ЕГО ОПОЗНАНИИ

Продолжение. Начало в № 11(55) м в 12(56)2009 г.

1. Немаловажным классификационным признаком является структура поверхности ШЛЯПКИ, её край, как крепятся к ней пластинки.

Вешенка дубовая (фото 1). Низбегающие пластинки, остатки покрывала, чешуйки на шляпке.

2. Для упрощения идентификации желательно сделать фотографии ножки. Обратите внимание, **есть ли кольцо или пояска**.

Чешуйчатка ранняя (фото 2). На кольцо сверху высыпались табачно-коричневые споры.

Галерина окаймлённая (фото 3).

3. Хорошо, если на фотографии можно увидеть строение кольца, а также цвет и структуру поверхности ножки выше и ниже кольца (пояска). У некоторых грибов поверхность ножки выше и ниже кольца может быть различной.

Лепиота (фото 4). Муаровая ножка с кольцом, узор сверху и снизу кольца различается.

4. Сфотографируйте место прикрепления ножки к субстрату: есть ли **клубень и/или вольва** (мешковидное образование на корне ножки), или **ножка в основании гладкая**.

Мицена (фото 5). Хорошо заметные белёсые волоски в нижней части ножки (фото 6).

Навозник рассеянный (фото 7). Ножка покрыта беловатым налётом, хорошо заметны мицелиальные тяжи у основания ножки.

Бледная поганка (фото 8). Расширенное основание ножки скрыто белой вольвой...

Продолжение следует...



(фото 5)



(фото 6)



(фото 7)



(фото 8)

магазины "ГРИБНАЯ АПТЕКА"

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) 368-98-04

ул. Ленсовета, д. 88, ст.м. Звездная

(812) 273-20-43

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



(812) 973-57-40

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

(812) 715-34-65

пр. Стачек, 14, ст.м. Нарвская

(812) 715-47-26

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

отделы

в гомеопат. центре "ИГНАЦИЯ"

в аптеке Аптека ВДОКТОР

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

печтается на правах рекламы

Официальный представитель Центра Фунготерапии И.Филипповой в ЭСТОНИИ

В г. Нарве работает официальный представитель "Центра Фунготерапии И.Филипповой"

РЫМАР Григорий Сергеевич.

Вы можете:

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

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

г. Нарва, Эстония e-mail: rymar_narva@mail.ru



на правах рекламы

«ФУНГ ШАРИК»



Бесплатные консультации по ветеринарии

можно получить:

- ✓ По горячей телефонной линии: (812) 973-57-50
- ✓ 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.



Праздник РОЖДЕСТВА ХРИСТОВА

С Новым Годом! С Годом Любви, Счастья, Взаимопонимания... Но, пожалуй, праздник Рождества Христова в нашей стране празднуется, может, и не так широко, зато более душевно, чем Новый Год. Грибная Харчевня тоже вносит нотку «душевности» своими рецептами к Рождеству. Готовьте и приглашайте к столу своих самых близких и любимых. Как всегда, рецепты прислали наши читатели. Рецепты проверены временем и, надеемся, всем вам придутся по душе. Желаем всем Здоровья и ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Итак...

ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ И БЕЛЫМИ ГРИБАМИ, С КЛЮКВЕННЫМ СОУСОМ

Понадобится:

Тушка гуся 3,5-4 кг.

Для маринада: белое сухое вино 700 г, чеснок 50 г, морковь свежая 70 г, сельдерей 70 г, сок лимона 20 г, сахар 10 г, перец горошком 2 г, 1-2 лавровых листа.

Для начинки:

свинина и говядина по 400 г, сырокопченый бекон 200 г, свежие грибы (желательно белые, но можно и шампиньоны) 200 г, 1 средняя луковица, соль и молотый черный перец по вкусу.

Для клюквенного соуса:

сахар 100 г, мед 1 ч. л., клюква 250 г, сливочное масло - 70 г.

Для гарнира:

консервированные райские яблочки 1 банка (200 г), бальзамический уксус 1 ст. л., сахар 100 г, клюква 3 ст. л.

РАЗДЕЛЫВАЕМ ТУШКУ. Моем снаружи и изнутри, насухо вытираем, убираем остатки перьев; вдоль хребта делаем глубокий продольный надрез, поддеваем гусиную кожу руками и, постоянно подрезая мясо, спускаемся вниз к брюшку. Наша задача - извлечь хребет с ребрышками, не повредив при этом кожу. В ножках косточки оставляем - они будут держать форму птицы.

МАРИНАД. Вино выливаем в сотейник, добавляем нарезанные сельдерей, репчатый лук, чеснок, лавровый лист, лимонный сок, перец, соль и сахар. Сотейник ставим на огонь и прогреваем до кипения, но не кипятим. Снимаем с огня и отставляем в сторону до полного охлаждения. Надо дать вину максимально напитаться запахом пряностей. В охлажденный маринад опускаем разделанного гуся и выдерживаем не менее 6 часов. Через каждый час гуся необходимо переворачивать, а еще лучше - разминать тушку руками, чтобы мясо сильнее пропиталось маринадом.

ДЕЛАЕМ НАЧИНКУ. Мясо и чеснок пропускаем через мясорубку, добавляем мелко нарезанный бекон, отдельно поджаренный лук и грибы, солим и перчим.

ФАРШИРУЕМ. Гуся достаем из маринада и вытираем насухо. Тушку тщательно натираем солью и перцем снаружи и изнутри, особое внимание уделяя ножкам и грудке. Готовым фаршем плотно начиняем гуся и зашиваем, чтобы из него во время запекания не вытек сок, и гусь не получился жестким.

ЗАПЕКАЕМ 3 часа. Зашитого гуся выкладываем в глубокий противень (не менее 5-6 см) швом вниз и запекаем в духовке 1 час при температуре 120 градусов. При этом каждые 15 минут поливаем тушку выделившимся соком. Через час увеличиваем температуру в духовке до 140 градусов и так запекаем еще 1 час. Не забываем каждые 15 минут поливать тушку выделившимся соком. Через 1 час еще увеличиваем температуру - до 180 градусов и доводим птицу до готовности.

КЛЮКВЕННЫЙ СОУС. Полчаса варим бульон из вынутых костей, добавив лук, соль и морковь. Ягоды клюквы измельчаем в бленде-



ре. Заливаем бульоном и варим, выпаривая до половины объема. Затем процеживаем через крупное сито, добавляем соль, мед и сливочное масло. Прогреваем, но не кипятим.

ГАРНИР. Райские яблочки достаем из сиропа и перекладываем в сотейник. Половину порции сиропа смешиваем с сахаром, добавляем бальзамический уксус и доводим до кипения, чтобы весь сахар растворился. Готовым сиропом заливаем яблоки, ставим на медленный огонь и выпариваем до половины порции жидкости. Добавляем клюкву и варим еще 2 минуты. Яблочки не должны полопаться.

Готового гуся выкладываем на сервировочное блюдо, украшаем райскими яблочками, а соус подаем отдельно. Рождественский гусь готов!

Рецепт от Гольпериной А., г. Якутск



ОХЛАЖДЕННЫЙ РУЛЕТ С КУРИЦЕЙ И ГРИБАМИ

Сначала готовим начинку. Режем на мелкие кусочки куриное филе, жарим до корочки на растительном масле, затем подливаем совсем немного воды и тушим до готовности. Затем филе выкладываем в ситечко, чтобы стёк лишний жир и сок. Дальше жарим грибы. Можно шампиньоны, но лучше лесные - будет ароматнее.

Грибочки порезать и сначала положить на сковородку без масла, когда они пустят сок, сок слить, а в грибы добавить сливочное масло и порезанный лук. Жарить до готовности грибов. Затем смешать куриное филе с грибами и добавить 1 упаковку плавленого сыра (типа «Hochland с грибами»). Добавить 2 ст. л. майонеза. Всё хорошо перемешать.

Рецепт от Разувай П.Г., г. Кириши

Приготовить яичное тесто. Разделить яйцо на желток и белок. Взбить белок до густых хлопьев, взбить отдельно желток, соединить их, взбить еще раз, добавить 200 г майонеза и всё хорошо еще раз взбить миксером.

Смазать небольшой противень (около 26х26 см) либо форму и вылить туда яичное тесто. Выпекать около 20 минут при температуре 200 °С до золотистого цвета.

Затем вынуть противень, тесто немного охладить, чтобы оно опало и прямо на противень, на тесто выложить начинку. Аккуратно сворачивать рулетом. Осторожно, тесто рвётся, надо формировать рулет руками. Охлаждать в холодильнике.

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

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

Газета «Грибная Аптека». Учредитель и издатель ООО «Фарм-принт». Регистрационное свидетельство ПИ № ФС77-24645 от 08.06.2006г. Свидетельство выдано Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Российской Федерации и зарубежным странам. Адрес редакции и издателя: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр.180, оф.25. Тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, Главный редактор Факина Т.И. Тираж 20000 экз. Подписано в печать 25.12.2009 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В.О. 17 линия, д. 60, лит.А, пом.4н. Заказ № ТД-4757

