



*Александр Матанцев и
Светлана Матанцева*

**Любимые грибы и
блюда из них**



Александр Матанцев

Любимые грибы и блюда из них

«Издательские решения»

Матанцев А.

Любимые грибы и блюда из них / А. Матанцев — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-505564-4

Авторы этой книги — широко известные популяризаторы грибов в России и за рубежом. В этой книге даны самые любимые грибы россиян, к которым относятся: белые, подосиновики, подберезовики, маслята, польские грибы, лисички, сыроежки, рыжики, волнушки, грузди, опята. Приводятся несъедобные и ядовитые двойники. Текст иллюстрирован авторскими фотографиями грибов и блюд из лучших грибов. Книга может быть рекомендована для широкого круга грибников, экологов и любителей природы.

ISBN 978-5-00-505564-4

© Матанцев А.
© Издательские решения

Содержание

Введение	6
Введение	7
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Любимые грибы и блюда из них

Александр Матанцев

Светлана Матанцева

© Александр Матанцев, 2019

© Светлана Матанцева, 2019

ISBN 978-5-0050-5564-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Наш российский народ обожает грибы! В осенний сезон армии грибников едут в лес из больших городов или же идут из сельской местности. Грибы привлекают и завораживают. Какую бурную радость мы испытываем, найдя в лесу всеми нами любимый белый гриб или же подосиновик, подберезовик! У нас возникает праздничное настроение, хочется петь и смеяться. А еще мы испытываем азарт, нам хочется найти еще несколько таких же красавцев! Неописуем тот восторг, который испытала школьница, нашедшая сразу двенадцать замечательных коренастых белых грибочков, всего лишь приподняв густую еловую ветку. В результате она была вознаграждена воспоминаниями на всю жизнь! Эти грибы вы увидите на одной из фотографий. Такова наша замечательная российская природа! У нас много уникальных лесов, где вы можете собирать эти замечательные дары природы. Особенно много грибов растет в еловых лесах и в смешанных лесах с елями. В этих лесах наблюдается симбиоз грибов с корнями еловых деревьев, или с их стволами. Симбиоз означает, что грибы получают полезные вещества из елей, и не могут без этого обойтись. Именно поэтому невозможно выращивать, например, белые грибы и подосиновики грядками, так как нет такого симбиоза. Еловые леса обладают еще одним исключительно важным преимуществом. Опадающие иголки и шишки от елок образуют удивительно полезную пышную почвенную прослойку, на которой быстро растут многие виды грибов, например, рыжики и польские грибы. Различные виды белых грибов – частые гости в этой местности.

Введение

Наш российский народ обожает грибы! В осенний сезон армии грибников едут в лес из больших городов или же идут из сельской местности. Грибы привлекают и завораживают. Какую бурную радость мы испытываем, найдя в лесу всеми нами любимый белый гриб или же подосиновик, подберезовик! У нас возникает праздничное настроение, хочется петь и смеяться. А еще мы испытываем азарт, нам хочется найти еще несколько таких же красавцев! Неопишем тот восторг, который испытала школьница, нашедшая сразу двенадцать замечательных коренастых белых грибов, всего лишь приподняв густую еловую ветку. В результате она была вознаграждена воспоминаниями на всю жизнь! Эти грибы вы увидите на одной из фотографий. Такова наша замечательная российская природа! У нас много уникальных лесов, где вы можете собирать эти замечательные дары природы. Особенно много грибов растет в еловых лесах и в смешанных лесах с елями. В этих лесах наблюдается симбиоз грибов с корнями еловых деревьев, или с их стволами. Симбиоз означает, что грибы получают полезные вещества из елей, и не могут без этого обойтись. Именно поэтому невозможно выращивать, например, белые грибы и подосиновики грядками, так как нет такого симбиоза. Еловые леса обладают еще одним исключительно важным преимуществом. Опавшие иголки и шишки от елок образуют удивительно полезную пышную почвенную прослойку, на которой быстро растут многие виды грибов, например, рыжики и польские грибы. Различные виды белых грибов – частые гости в этой местности.

На границе еловых и лиственных лесов образуется плодородная почва, полезная для любимых всеми грибов.

Образуется симбиоз грибов не только с корнями елок, но и с полевыми травами. Авторы собирали корзинами рыжики и грузди под небольшими елками, одиночно растущими на лесной поляне. Эти фотографии вы также увидите. Лисички растут в большом количестве на полянках, где встречаются как елки, так и другие лиственные деревья, обычно, небольшие.

Особая зона образуются возле болот, где почвы влажные и полны множеством полезных веществ для грибов. Если же приболотная зона далее переходит в еловый лес, то в этом месте можно встретить большое разнообразие видов грибов: рядовки, паутинники, белые грибы, сыроежки.

Еще одна интересная зона образуется возле канав, если с одной стороны – еловый лесок, а с другой стороны – сосны. В таких местах много маслят, сморчков, строчков, сыроежек.

Природа может образовывать грибные оазисы. Этот термин не закрепился в науке, но авторы наблюдали такие места и даже могут рекомендовать несколько гребных заповедников. Так, авторы ежегодно наблюдают и помогают размножать редкие белые подосиновики, занесенные в Красную книгу. Они растут в симбиозе с папоротниками на полянке с елками и березами. В другом месте авторы нашли место возле канала с водой, по берегам которых растут ели и осинки, где не менее 40 видов паутинников, много лисичек и растут такие редкие грибы, как веселки, есть фиолетовые паутинники, занесенные в Красную книгу и много коралловидных ежевиков, также занесенные в Красную книгу.

С конца августа и до октября огромная армия грибников ходит по лесам и собирает осенние опята. Это наиболее «урожайные» грибы, их бывает иногда очень много, они не только вкусные, но и очень полезные. Они растут на стволах и пнях, а также на корнях дубов, берез, осин, реже на елях. Однако рядом с теми деревьями, на которых, часто расположены ели.

В зимний период можно собирать зимние опята, растущие на разных деревьях, в том числе, и на елях.

Ученые считают, что у грибов огромное будущее, так как открывают все новые и новые их лечебные свойства. Не случайно японцы, у которых продолжительность жизни самая большая

в мире, очень любят есть грибы. Именно им принадлежит крылатая фраза о том, что если ежедневно есть грибы, то никогда не будешь болеть онкологическими заболеваниями.

Практически у каждого хорошего гриба есть ядовитый или же несъедобный двойник. Например, на белый гриб похожи желчный и сатанинский грибы. Однако вы можете легко их отличить, имея справочники или же пользуясь советами бывалых любителей природы. Эта книга также поможет вам отличить несъедобные и ядовитые двойники.

Грибы настолько уникальны, что их выделили в самостоятельное царство природы. Сначала их относили к растениям, в конце 90-х и в начале 2000-х годов много писали о том, что грибы относятся к животному миру. Это не удивительно, так как в период размножения клетки их – плазмодии – могут передвигаться со скоростью 5 мм в час. В настоящее время грибы выделены в отдельную группу организмов – *Mycota*, или *Mycetalia*.

Каждый из нас может принять участие в распространении и сохранении видов грибов! Авторы этой книги часто берут остатки старых или ненужных хороших грибов, заливают их водой и выливают вместе с жидкостью чаще под елками, осинками, березами. Таким образом, споры грибов попадают в почву. Результаты удивительны! Только ленивые не собирают теперь подосиновики, подберезовики, белые грибы возле дороги вокруг наших дачных участков. Грибы растут в симбиозе с растениями! Это означает, что растения помогают грибам, а грибы – растениям.

Не рвите редкие грибы! Это запрещено! Эти грибы охраняются государством. Если же редкий гриб очень старый, то вы можете принести большую пользу природе тем, что будет распространять его кусочки в разных местах, при этом можно выливать воду с остатками грибов. Главное условие хорошего роста – это выбор места, аналогичного родному месту произрастания. Под «аналогичностью» понимается похожее сочетание деревьев и растений. Например, авторы этой книги часто находили в Подмосковье редкие белые подосиновики, занесенных в Красную книгу России. Они растут не просто в смешанном лесу, но еще и в симбиозе с папоротниками. Когда мы находили старые белые подосиновики, то брали кусочки подпушки (трубчатого слоя под шляпкой) со спорами, и разбрасывали их в разных местах возле деревьев и обязательно рядом с папоротниками. С годами количество белых подосиновиков в этой подмосковной зоне возросло.

Следует соблюдать простые правила, которые защитят вас от отравления и доставят максимум удовольствия от съедобных замечательных грибов:

- в любом случае решительно выбрасывайте незнакомые грибы, даже если хоть немного сомневаетесь, помните, что даже один сомнительный грибок может стоить вам жизни;
- в первый раз или же при малом опыте ходите в лес с опытными грибниками, которые знакомы вам лично, пользуйтесь справочниками и книгами;
- сбор грибов следует проводить в экологически чистых местах, вдали от крупных промышленных предприятий и на расстоянии не менее 500 метров от автомагистралей;
- не берите старые грибы и экземпляры даже с небольшими признаками плесени;
- заготавливать, консервировать и хранить грибы следует по рецептам опытных специалистов, по книгам и тематическим передачам;
- никогда не покупайте грибы с рук у незнакомых продавцов;
- перед походом в лес обрабатывайте одежду аэрозолями от клещей, лосиных мух и комаров;
- ходите в лес в плотной, закрытой одежде, обязательно с головным убором, вытряхивайте одежду после лесной прогулки, не пугайтесь клещей, обращайтесь немедленно к врачу, в ряде районов клещи не являются энцефалитными;
- при первых признаках отравления немедленно обращайтесь к врачам.

В тексте указываются категории съедобности грибов по вкусовым и питательным качествам. За основу категорий приняты «Санитарные правила по заготовке, перера-

ботке и продаже грибов. СП 2.3.4.009—93, утвержденные постановлением Госкомсанэпиднадзора РФ от 20.08.1993 №10, и подтвержденные к настоящему времени: к грибам 1-й категории относятся самые вкусные и ценные виды по питательным качествам; к грибам 2-й категории относятся вкусные, ценные, но по питательным качествам уступающие грибам 1-й категории; к грибам 3-й категории относятся виды среднего вкуса и качества; к грибам 4-й категории относятся виды, не представляющие ценности по вкусовым и питательным качествам и собираемые любителями.

Иногда можно встретить в литературе и Интернете споры насчет съедобности некоторых видов. Приведем примеры. Пишут, что зря отнесли тонкие свинушки к ядовитым, грибники рвут их в экологически чистых местах и поэтому ничего с ними не будет. На это следует ответить по науке: исследования, проведенные учеными, выявили очень сильный эффект накопления вредных веществ этими свинушками. Они накапливают свинец и другие вредные металлы. Это означает, что после первого раза может ничего и не быть, а после второго и третьего случая употребления, накопление ядовитых веществ происходит в организме и можно отравиться. Другой пример, связан с ложноопятами кирпично-красными и перечными грибами. Они по названным СП – несъедобны. Авторы этой книги призывают к тому, чтобы руководствоваться только официальными сведениями по санитарным нормам или же по «Популярному атласу грибов» автора Л. В. Гарибовой, профессора, доктора биологических наук из МГУ имени Ломоносова. Именно работники университета являются авторами санитарных правил, поэтому рекомендуем в качестве окончательного решения пользоваться атласом Гарибовой.

Однако природа, как бы поставила препятствия и создала двойники для каждого вида съедобных грибов. Эти двойники могут быть ядовитыми, галлюциногенными или просто горькими и невкусными. Народная мудрость и народный опыт за много-много веков привели к созданию стереотипов. Это означает, что общая масса населения знает белые грибы и собирает их, эта же масса населения хорошо отличает лисички, подосиновики и подберезовики. Однако они почти не знают вкусные лесные шампиньоны и колпаки кольчатые. И этот многовековой опыт очень правильный, так как он ставит заслоны на пути большинства грибников. У названных видов грибов есть смертельные двойники: мухоморы и поганки, которые трудно различить внешне.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.