



Вестник **фунготерапии**
№ 02(10) 2006г.

АПТЕКА

И похудела, и обхожусь без спиртного

Хочу обратить ваше внимание еще на одну особенность системы «Ямакиро». Я купила ее полгода назад, похудела за 2 месяца на 7 кг, это меня просто поразило. Но самое интересное - я потеряла вообще тягу к алкоголю! Дело в том, что уже несколько лет мы с компанией всегда после работы идем в кафе, и там за разговорами - пару-тройку рюмочек коньяка или несколько бокалов вина, как правило. Стала ловить себя на мысли, что уже жду окончания работы только для этого. А за время приема грибов у меня полностью пропало желание выпить что-нибудь спиртное. Девчонки смеются: со мной неинтересно - весь вечер сижу с минералкой. А меня не тянет на спиртное!

Куликова Л.В., г. Калуга

Головные боли остались в старом году

Я каждую неделю покупала по пачке анальгина или цитрамона - вечером голова раскалывалась. Ваш врач заподозрил у меня описторхоз и прописал лисички, шиитаке и трутувик. Через месяц уже голова не болела. Надеюсь, что мои боли остались в прошлом.

Алексеева О., г. Санкт-Петербург

ВЕСЁЛКА - немецкий афродизиак

В ноябре этого года был я по делам в Гамбурге и зашел в аптеку купить средство от головной боли. А у них презентация чего-то идет: народа много, большой плакат с фотографией гриба и надписью большими буквами «Русский гриб» и баночки с немецкой и русской надписью. Читаю: «Веселка обыкновенная, Центр Фунготерапии Ирины Филипповой». Тут же вспоминаю, что каждый день езжу в Петербурге по Невскому проспекту мимо этого Центра. А ведь ни разу не заходил. Я внимательно все прочитал (немецким владею) и понял, что это сейчас одно из самых популярных средств ... для поднятия мужской потенции. То есть афродизиак. И немцы очень охотно покупают баночку по 150 евро. Зашел по приезду в Центр на Невском, купил выпуск газеты, посвященный этому грибу. И вот что я понял - ведь и это не главное! Профилактика и лечение простатита, пожалуй, тоже очень важны!

Ерковский Л.Д., г. Санкт-Петербург

• Солнечный Гриб Ацтеков



• Грибные истории:

• Грибной ГОРОСКОП

• Грибы не только лечат - они излечивают!

Грибная харчевня (Хозяйские кладовые)

Продолжается подписка на газету
(с любого месяца!)

Подписной индекс на 2006 г.

19320

По каталогу «РОСПЕЧАТЬ»

Зима в самом разгаре. Из грибов в лесу только чага осталась, растёт, наливаясь на березовых стволах, глаз радуется. Февраль-март - как раз сезон сбора этого замечательного лесного лекарства. Вот и собирают: израненные березы стоят, браконьеры обычно не заботятся, что дальше с деревом будет, не обрабатывают рану ни марганцовкой, ни смолой. А чаги требуется все больше и больше - за граница готова закупать ее уже десятками тысяч тонн.



Да и остальные российские лекарственные грибы пользуются за границей невероятным спросом: во всем мире интерес к целебным

веществам грибов все возрастает. Увы, не каждая страна может похвастаться своим грибным изобилием, а еще того лучше знанием грибного богатства и серьезным интересом к микологии. Но изыскания в этом направлении уже финансируются не только частными компаниями, но и государствами.

Например, два года назад Бразилия устроила сенсацию: они открыли **новый вид полисахарида в грибах Agaricus Blazei**. И он имеет великолепные **противоопухолевые свойства, а кроме того, останавливает...старение организма**. Сейчас в Бразилии в изыскательской группе работают микологи со всего мира, и уже сделаны серьезные открытия и в медицине, и в микологии, и... в истории. Микологи утверждают, что агарик бразильский - это **знаменитый гриб ацтеков, гриб Бога**, изображение этих грибов ученые находили на многих предметах и стенах храмов, но не могли расшифровать. Сейчас, похоже, раскрыта еще одна загадка древней народности. (Об этом более подробно читайте на стр.4, 5)



Наши разработки в изучении отечественных грибов тоже вызывают интерес во всем мире. В декабре мы встречали высокого гостя - Президента Китайской Ассоциации Микологов, генерального директора научно-исследовательского института по изысканию новых технологий в микологии, доктора биологических наук Ли Ю. Он высоко оценил наши достижения и пригласил Филиппову И.А. на международный конгресс микологов, который состоится в ближайшее время в Пекине. Намечены совместные проекты с китайской стороной: мы будем экспортировать часть своей продукции в Китай (они в восторге от нашего антигельминтного препарата «Лисички» и отдали должное препарату «Сморчки» для поддержки зрения), мы, в свою очередь, надеемся плотно поработать с китайскими грибами (**иудиным ухом, снежным грибом** и т.д.). Сейчас готовится совместная книга И.А. Филипповой и Ли Ю о лечебных свойствах китайских и российских грибов, которая будет издана на русском, китайском, японском и английском языках.



Гл. редактор Факина Т.И.

ОПЕРАЦИЯ стала возможна



О вашем Центре и лечении грибами знали еще три года назад, когда у мамы обнаружили **рак молочной железы**. И даже звонили. Причем мама возмущалась: «Они мне советуют сделать операцию, а потом пить грибы. И даже обещают, что я забуду о своем заболевании. Я и без операции о нем забуду - вон сколько целителей рак лечат». Она отказалась от операции и стала лечиться болиголовом и аконитом, через полгода шишка выросла в несколько раз.

Потом пошли к целительнице, та ей ставила компрессы с травами - из опухоли пошел гной. Она сказала, что это идет очищение. Через месяц мама стала падать в обмороки, гемоглобин опустился до 40 единиц. Наш онколог мне сразу сказал: «Я вас, дескать, предупреждал, теперь пеняйте на себя». И я опять позвонила в Центр. Здесь не стали укорять, а помогли. Во-первых, посоветовали срочно влить эритроцитарную массу и принимать грибы для снятия интоксикации, а также обязательно сделать УЗИ печени. УЗИ показало маленькие метастазы в печени, грибы их убрали за 4 месяца. А затем мама легла на операцию в онкоцентр: ее уже можно было сделать (метастазов не осталось и кровь была хорошей). Сейчас она принимает грибы и верит только им. Я тоже.

Бадалова П.П., г. Пермь

А копринус-то помогает!



Вы не поверите, я первый Новый Год провела с мужем по-человечески! Раньше он и вечера не дожидается, уже «в полсвиста» ходит, сам себя заранее рюмкой поздравит. А после боя курантов, это уж точно, вдвоем с зятем до полного нестояния, чуть не мордой в салат. В этот раз я неделю до праздника ему давала двойную дозу копринуса, как бы витамины, и вот вечер, а он, вроде, подошел, налил рюмку, подержал, подумал и отставил в сторону: дескать, без гостей принимать не интересно. А за столом - две рюмки в себя, но как-то вяло и телевизор пошел смотреть. Зять даже расстроился - выпить не с кем, пришлось мне ему компанию составлять.

Гурьна Н.Н., г. Колпино

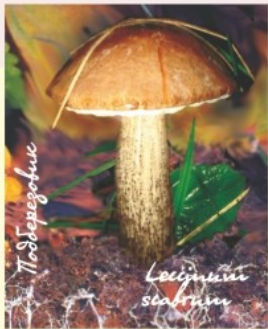
Уважаемые читатели!
Редакция газеты «Грибная Аптека» приносит свои извинения по поводу опечатки в предыдущем номере газеты. Номер 01(09) выпущен в 2006 году.

Правда ли, что большинство антибиотиков создано из грибов?

Да, низшие грибы действительно вырабатывают **антибиотики**. Их в свое время выделили и синтезировали, так получили современные антибиотики. Именно из грибов рода *Penicillium* был получен **первый антибиотик пенициллин**. Виды этого грибка образуют еще *гризефульвин*, *цитринин*, *вортманин*, *нотатин*, *патулин* и др. Виды грибка *аспергиллуса* являются продуцентами *аспергиллина*, *фумагилина*, *велютинина* и др. Как продуценты антибиотиков известны грибы родов *Fusarium*, *Trichoderma*, *Oospora*, *Torulopsis* и многие другие микромицеты.



Но самое главное, что и **базидиальные грибы тоже производят антибиотики**, а кроме того, в них нашли великолепные **противоопухолевые вещества** и даже **фитонциды**. То есть те грибы, которые мы привыкли видеть как приятное дополнение к своему рациону питания, в природе используются ... как лекарства.



Что такое микориза?

«Оздоровительная зараза» - именно так назвал симбиоз между деревьями и грибами известный лесовод Г.Н.Высоцкий еще в 1902 году. И попал в десятку, хотя еще 100 лет спустя считали, что грибы помогают деревьям влагой, то есть они благодаря своей разветвленной грибнице увеличивают площадь всасывания. Увы, это не так. Сравните мощные корни сосны, которые в песчаной почве идут и вглубь, и вширь, и хотя и мощную, но достаточно микроскопическую грибницу - кто кому поможет больше влагой? По-моему, ответ однозначен: конечно, дерево будет делиться влагой. А вот **грибница вырабатывает нужные ферменты-антибиотики для дерева**.

Механизм очень прост и достаточно изучен: **гифы гриба образуют наружный чехол на корнях растений, проникают в кору корня, где идут по межклетникам**. От этого взаимопроникновения хорошо и грибу - он получает **безазотистые соединения уже в полуфабрикате**, потому что в первоначальном виде ему это усвоить сложно, а для дерева такое проникновение - это как **лекарственная капельница**.

А съедобные грибы тоже вырабатывают антибиотики?

Да, каждый гриб хранит в себе свои лекарства. К сожалению, их стали изучать не так давно, но уже французские ученые получили из **говорушки гигантской** антибиотик **клинтоцибин**, шведы выделили из **рыжика** антибиотик **лактариовиолин**, венгры нашли в **поддубнике** антибиотик **болетол**. Наш Центр сейчас тоже проводит широкомасштабные исследования, и мы скоро постараемся обнародовать наши открытия в области естественных антибиотиков.

А почему подосиновики растут под осинами, а подберезовики - под березами?

Этот союз не случаен: дерево как бы выбирает себе спутника. Выбирать-то выбирает, а вот по каким критериям? Не просто ведь за красивые шляпки? Оказывается, у деревьев свой принцип отбора, очень схожий с человеческим. Вот представьте: человек живет в центре города, в окно постоянно с улицы летит гарь и копоть, прежде всего, страдает дыхательная система. Следовательно врач, который ему необходим - это фтизиатр-аллерголог. А если семья живет на краю болотистой речки в нашем суровом климате, то, естественно, детишкам нужен прежде всего врач-оториноларинголог, потому что миндалины, естественно, будут увеличены.



Система похудения



Курс рассчитан на 1-2 месяца.

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

- Похудение без диеты от 5 кг в месяц;
- нормализация женской половой и гормональной сферы;
- противоопухолевая и антигрибковая профилактика;
- гепатопротектор.

Тел.: (812) 717-17-11, 271-87-84, 703-06-44

Вот по такому принципу выбирают себе друзей и деревья, потому что грибы в этом случае выступают ... врачами. **Подберезовики вырабатывают ферменты, которые предотвращают развитие рака у берез, а подосиновики производят антибиотики, подавляющие гниль, которой очень подвержена нежная древесина осин.**

Биолог Разин А.Н.

Солнечный Гриб Ацтеков



У него много названий: **гриб Бога, солнечный гриб, гриб жизни и долголетия, бесценный гриб ацтеков.**

И еще - это **гриб-сенсация.** На последнем *Конгрессе по Микологии и Фунготерапии,*

прошедшем в Нью-Йорке в этом году, **Agaricus Blazei** признан самым перспективным грибом для лечения онкологии и для применения в геронтологии. Дело в том, что его вещества не только убивают онкоклетки, но и замедляют процессы старения. История этого уникального грибка-грибочка ничуть не уступает истории применения японских грибов, и, может быть, даже более блистательна, потому, что восходит к древнейшей истории народности ацтеков.

Открытие этого **базидомицета** (а открыт и описан он был только в 1965 году американским микологом Мюррилом) уже во многом перевернуло взгляд на культ грибов ацтеками. Дело в том, что везде прослеживается своеобразное почитание ацтеками грибов: на многочисленных фресках, глиняных фрагментах имеются их изображения. Долгое время считалось, что это магические или галлюциногенные грибы, которыми жрецы ацтеков вводили в транс своих сограждан, но как только историки сравнили изображение «солнечных грибов» с изображениями грибов, оставленных ацтеками, сомнений не осталось: это - не галлюциногены, это - **агарики.** Агарики, которые долго ждали своего часа, чтобы вновь послужить людям.

История открытия довольно проста: в Бразилии есть небольшой поселок, затерянный в тропических лесах недалеко от Сен-Паоло, где местные жители всегда удивляли своим долгожительством и активностью. 90-100-летние жители охотились и рыбачили, ни в чем не уступая более молодым соотечественникам. Когда японские

медики (после сообщения Мюррилла об открытии им гриба ацтеков) провели медицинское обследование всех жителей деревушки, то обнаружили поголовно у всех не только **высокий биологический потенциал (их биологический возраст в**



два раза был меньше их официального возраста), но и определили, что клетки организма делятся с заметно меньшей скоростью, чем это принято у остальных человеческих организмов. А это означает, что процесс старения просто замедляется. Не в этом ли и был секрет ацтеков, тщательно ими оберегаемый - они нашли золотой ключик к вечной молодости?

Первые опыты японских и американских медиков получили широчайший резонанс - эти грибы понадобились всем: и неизлечимо больным людям, и тем, кто упорно не хотел сдаваться старости. Спрос диктует предложение. Жители деревушки Пайдед (Piedade) все силы бросили на собирательство и продажу этих грибов, для них **агарики** действительно оказались «золотыми». За несколько лет тропический лес был опустошен. Уже в 80-х годах этого вида агарика в округе не было вообще.

К счастью, Мюррил и японские



Выращивание гриба Агарика Бразильского

микологи успели вывезти часть мицелия и смогли выделить какое-то количество спор этого вида. Но искусственное выращивание агарика было крайне трудоемким: оно не поддавалось никаким правилам выращивания японских грибов. Нужна была особая температура (не ниже 35 градусов), тропическая влажность и возможность симбиоза именно с теми тропическими растениями, которые произрастали в округе деревни.

Только в конце 90-х были получены первые опытные искусственно выращенные образцы этих грибов. Но, увы, они были гораздо больше по величине своих диких сородичей. В диком виде агарики еще называют **грибами-кнопками:** они чуть-чуть проклевываются над землей и еле видны сквозь травяной покров. Шляпка возникает из почвы как маленькая пуговка и вырастает от одного до двенадцати дюймов (2,5-30 см) в диаметре, в зависимости от вида. В начале шляпка белоснежная, но в течение трех дней она становится розовой, фиолетовой, и затем черной. Характерен очень резкий запах этих грибов, обычно местные жители

на них натаскивают собак, чтобы легче было определить где растут эти крохотные невидимки.

Грибы съедобны, но обладают очень необычным вкусом - кисло-сладким и пряным. В основном всегда **использовались местными жителями в порошке для добавления в соусы, мясные блюда, для приготовления снадобий и тинктур.**

Сейчас в мире найдено около тридцати близкородственных видов агарика бразильского, но только один из них **Agaricus Blaizei Murrill** может похвастаться своими целебными свойствами и только он по праву носит название **Солнечный Гриб Ацтеков.**

Исследований бразильского агарика проводилось не так много, куда меньше, чем по китайским и японским грибам, но результаты впечатляют. Особенно в лечении онкологии. И не потому, что найден еще



один гриб с сильными противоопухолевыми свойствами (а таких набирается достаточно много: и шиитаке, и кордицепс, и рейши, и веселка, и дождевик и т.д.). Отличие этого гриба в том, что он эффективен при последних стадиях онкологии, именно тогда, когда развивается асцит (накопление жидкости) или лимфостаз (серьезное поражение лимфы с опуханием тканей). Очень интересная особенность агарика и в том, что этот гриб практически никогда не вызывает аллергических реакций, и в том, что он очень успешно выводит продукты метаболизма раковой опухоли даже в состоянии некроза (распада).

Интересно применение агарика и после химиотерапии - он восстанавливает микрофлору кишечника, обычно находящуюся после химиопрепаратов в самом плачевном состоянии, нормализует работу печени и почек.

Номе того, он подавляет развитие грибковых заболеваний (аспергеллез, кандидоз и т.д.), которые также развиваются после применения химиопрепаратов.



Применение агарика возможно не только в онкологии, его используют при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта, печени, почек, мочеполовой системы, при заболеваниях лимфы и крови, при эпилепсии и энцефалопатиях, аутоиммунных заболеваниях (рассеянном склерозе, системной красной волчанке, склеродермии, полиартрите).

Агарик бразильский способен подавить любую патогенную грибковую флору, поэтому его используют при микозах (грибковых поражениях кожи) и ногтевых грибах.

Ну и, конечно, применение агарика в геронтологии (для лечения пожилых людей) и для всех, кто хочет затормозить старение организма - просто бесценно. К сожалению, еще мало клинических данных о том, какие вещества замедляют старение клеток, но то, что этот процесс идет благодаря грибам - очевидно.

*И.А. Филиппова,
член Международной
Ассоциации Фунготерапии.*



Гриб Агтеков

Королева в восхищении...

«Я просто восхищена вашей газетой - не думала, что вешенок бывает так много, и таких красивых. Получила мицелий и уже посадила в пенек: ведь как раз за три месяца, к весне, пенек должен прорасти мицелием при постоянной температуре, тогда только он будет готов к высадке в землю. Буду разводить вешенку у себя на огороде. Еще очень прошу сделать подборку кулинарных рецептов в отдельную книжечку: там же ценнейшие рецепты!

Я агитирую своих друзей подписаться, уже семь человек обязательно подпишутся. Так хочется, чтобы такая красочная газета радовала нас. И еще, что это за гриб чесночник? (У вас есть «Грибные палочки» с мицелием этого гриба). Какой он? Расскажите пожалуйста о нем подробнее.

*Королева А. П.,
г. Кисловодск*

Где можно получить консультации по лечению целебными грибами?

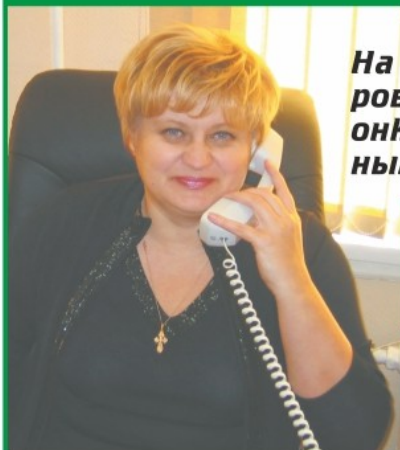
Бесплатную консультацию по применению препаратов из лекарственных грибов производства ООО «Шиитаке» можно получить в «Центре Фунготерапии Ирины Филипповой», г. Санкт-Петербург, в магазинах «Грибная аптека». Предварительная запись по телефонам: (812) 271-28-98, 717-17-11, 717-87-84, 575-57-97, 703-06-44, 740-37-61, желателно с собой иметь выписку из истории болезни. Консультации проводят квалифицированные врачи-фунготерапевты и руководитель Центра - Филиппова Ирина Александровна.

Адреса магазинов «Грибная аптека»:
1. Невский пр., дом 180, оф.25, ст. М. Площадь Александра Невского, тел: (812) 271-28-98, 717-17-11;
2. ул. Колокольная, дом 3, ст. М. Владимирская, Достоевская, тел: (812) 575-57-97.

- Беларусь, г.Белоозерск 8(01643)59-0-95, 404-55
- Болгария, г.София..... (00359) 888-95-03-96, 2-952-51-99
- Украина (Донецк) (062) 349-01-61
- Эстония (Нарва) (37235) 482-49, 55-916-627

Москва	(495) 940-20-13, 941-30-10, 940-08-49 (495) 656-61-76, 502-59-49, 8-926-214-7772
Ангарск	(3951) 55-34-55
Барнаул	(3852) 333-968
Волгоград	(8442) 94-29-15
Вологда	8-921-143-24-56
В.Новгород	(8162) 618-469
Выборг	(813) 782-80-44
Екатеринбург	(343) 213-99-61
Казань	(843) 526-63-75, 251-47-67
Калининград (обл.)	(4012) 766-667
Кострома	(4942) 31-26-44
Мурманск «Мир здоровья»	8(8152) 25-60-49
Новосибирск	(3832) 292-39-36
Омск	(3812) 76-24-62, 38-58-78
Оренбург	(3532) 72-34-54
Пятигорск (Кавк. Минводы)	(879) 337-17-52
Ростов-на-Дону	8-908-501-9325, (8632) 913459
Самара	(846) 276-01-26, 270-93-01
Снежинск	(35146) 235-35
Тольятти	(8482) 51-03-03, 50-88-50
Ухта	8 (82147) 643-50
Чебоксары	(8352) 343-845
Челябинск	(351) 775-39-29
Череповец	(8202) 59-50-26
Якутск	(4112) 21-03-85, 35-21-52

Наши представительства в других регионах



На вопросы пациентов отвечает Филиппова Ирина Александровна, директор Центра Фунготерапии, врач-фунготерапевт, онколог, автор многочисленных книг о лечении лекарственными грибами.

? Какие грибы вы используете при лечении доброкачественных опухолей?

Во-первых, все лекарственные грибы, обладающие противоопухолевыми свойствами - и японские, и российские:

шиитаке, рейши, мейтаке, веселка обыкновенная, вешенка, кордицепс, агарик бразильский и др. А также грибы, которые восстанавливают гормональный фон - мейтаке, дождевик и т. д. Кроме того, при необходимости назначаем и другие грибы с другими лекарственными свойствами, если нужно, например, поддержать сердце или снизить гипертонию, или же почистить печень. У нас разработано уже более 30 грибных препаратов из различного видов лекарственных грибов, так что справиться можно с любой опухолью.

? Всегда ли доброкачественные опухоли после лечения лекарственными грибами рассасываются?

Конечно, не все опухоли поддаются, например, очень тяжело справиться с десмоидными опухолями, но и здесь недооценить действие целебных грибов нельзя: они останавливают рост опухолей. Это очень важно.

Обычно наш консультант назначает маркерный курс, то есть пробует действие грибов на опухоль, как правило, в течение 2 месяцев. Если анализ крови и результаты УЗИ показывают положительную динамику, что обычно видит опытный фунготерапевт, то при дальнейшем лечении опухоли рассасываются в большинстве случаев без проблем.

Очень интересно наблюдать за процессом рассасывания опухолей: он красноречиво говорит, насколько каждый организм индивидуален, и насколько своеобразно работают лекарственные грибы. Например, одна молодая женщина пришла в полной растерянности после четырехмесячного курса по поводу миомы матки. «Вы знаете, сказала она, вот данные УЗИ, миома стоит на месте, нет подвижки даже на миллиметр, но у меня исчез жировик под лопаткой, я всегда знала о его существовании, а тут муж напомнил, что что-то он его не нащупывает. Это - первое. Второе - исчез грибок на ногах: на большом ногте был грибок, который съел ноготь до половины, он был так давно, что я просто фиксировала его увеличение и все, а тут ноготь постепенно отрастал, и пораженную грибком часть я просто состригла, теперь растет чистый ноготь. Ну, а самое главное - у меня вдруг стали волосы намного

гуще и... начали виться. Вся жизнь были «две волосины», которые висели вдоль щек и вдруг - жесткие, пышные и волнистые. Вы знаете, я подумала, да бог с ней, с миомой, давайте я еще грибов попринимаю: вдруг еще что-нибудь пройдет?»



Я ее успокоила, что и с миомой мы справимся со временем, но сначала грибы начинают «латать прорехи» в организме, прежде чем заниматься чем-либо более важным. На этот раз вот такой результат был. Иногда работа грибов с миомой проявляется более прозаично: начинает отходить песок из почек, о котором дама и не подозревала, нормализуется давление, и только на этом фоне идет рассасывание опухоли.

? Мастопатия поддается лечению лекарственными грибами

Поддается, обычно назначаем 4-х-месячные курсы, затем контроль зафиксированных размеров на УЗИ. Обычно женщины говорят, что боль и покалывания проходят уже на 2-3 месяца приема грибов. Образования рассасываются в зависимости от размеров. Опять же пример. Молоденькая женщина пришла с диагнозом: диффузная мастопатия. Боли почти постоянные, грудь «разносит»: недели за две до месячных прикоснуться невозможно. Между месячными тянущие боли в подмышечной впадине правой руки, ощущение, что горит кожа подмышек.

Врач сначала назначил витамины и меновазин для снятия болей, ни то ни другое облегчения не принесло. Гинеколог решил предложить прием гормональных противозачаточных средств по особой схеме - результаты оказались плачевными, образовались новые затвердения.

Уже через два месяца после начала лечения в нашем Центре, а назначены были комплекс грибов и трав, уже пошла положительная динамика: боли прошли, наладился месячный цикл, перестала «гореть» кожа. Через полгода стали уменьшаться затвердения, а потом женщина забеременела, и я ей посоветовала как можно дольше кормить, причем большую нагрузку при кормлении давать той груди, где больше образования. Она кормила малыша до полутора лет - все прекрасно, грудь чистая.

? Кажется, начинается климакс, грибы можно принимать?



Несомненно. Есть лекарственные грибы, которые нормализуют гормональный фон. При климаксе мы тоже назначаем грибы индивидуально, принимая во внимание то, какие симптомы и какие болезни уже накоплены к этому времени.

Например, при повышенном давлении кроме грибов, восстанавливающих гормональный обмен, назначаем грибы, нормализующие давление. Если проблемы с печенью, то сначала - «грибное очищение» и т. д.

По себе знаю, что мучающие приливы в предклиматическом периоде при приеме грибов бывают не такими мучительными, снимается раздражительность, тахикардия. В общем, вполне можно себе облегчить этот непростой период. **Как долго в этом случае надо принимать грибы?** Не менее двух месяцев в год.

Этот загадочный «русский гриб»

«О, эти русские... Они всегда придумают что-нибудь интересное. Я никогда не знал, что этот гриб можно вырастить на подоконнике, да еще и пить его настой. Очень вкусно, и абсолютно натуральный напиток».

В Скандинавии сенсация. К Рождеству особым спросом пользуется оригинальный подарок... чайный гриб. В крохотном магазинчике в Осло, который открыл наш соотечественник, очереди каждый день: норвежские жители непременно хотят приобрести этот гриб для себя и своих родственников. «О, эти русские... Они всегда придумают что-нибудь интересное. Я никогда не знал, что этот гриб можно вырастить на подоконнике, да еще и пить его настой. Очень вкусно, и абсолютно натуральный напиток!» - делился впечатлениями мужчина средних лет. - Я хочу купить «русский гриб» своему сыну-школьнику. Все его друзья растят это чудо в своих квартирах и даже пишут сочинения о нем. Пусть и у него теперь будет настоящий «русский гриб». А мы будем лечиться грибным настоем, в наших газетах пишут, что это очень полезно». Прижимая к груди пластмассовый контейнер с «русским пришельцем» (чтобы не замерз!), он удалился совершенно счастливым: подарок к Рождеству просто необыкновенный.

А ведь и действительно, гриб необыкновенный. Правда нам это понять трудно: мы с детства не только много слышали о чайном грибе, но и видели его. В пятидесятые годы каждая семья имела на подоконнике трехлитровую банку с медузообразным грибом, и настой его заменял нам и лимонад, и минеральную воду, которых было не достать. А здесь так просто: **в стакан грибного настоя добавить на кончике ножа соды и домашний лимонад готов!** И невдомек нам, что история чайного гриба насчитывает не одну тысячу лет. А в Россию он был завезен не в русско-японскую войну, как принято считать, а намного раньше (лет на 100!). И не из Японии, а из Греции. И вот свидетельство Екатерины Сушковой, музы Лермонтова: «Моя столетняя бабушка в молодости была крайне расточительна, умудрилась прокутить и свое, и мужнино состояние. Ну что говорить, если она специально посылала доверенного в Грецию, дабы привезть ей оттуда **гриб молодости, настоем которого надобно было умываться, чтобы сохранить свежесть и белизну лица.** Сейчас этот гриб распространился всюду, и я даже видела его на окнах зажиточных купеческих домов. А в свое время она заплатила за лепешку этого гриба больше ста золотых рублей...»

В Европе чайный гриб известен тоже достаточно давно под именем «комбуха», и ему приписывали самые невероятные свойства и способность омолаживать организм, продлять жизнь и вылечивать самые разнообразные заболевания от насморка до рака. До сих пор американские натуропаты не могут прийти к единому мнению - **от чего же помогает чайный гриб? И как им правильно пользоваться-ся?** И по всем вопросам сразу отсылают к русским источникам - русские этот гриб знают лучше. И это действительно так: мы реально оцениваем действие чайного гриба и не только оцениваем, а на протяжении двух сотен лет на практике опробовали его и можем сказать, что он действительно целебен и помогает при многих заболеваниях.

Ч айный гриб хорошо помогает при лечении **желудочно-кишечных заболеваний, болезней печени и желчного пузыря.** В этом случае надо пить двухдневный настой гриба по 1/2 стакана 3-4 раза в день в течение двух месяцев.

Очень эффективен при борьбе с запорами. Полученный напиток рекомендуется пить пожилым людям, так как он **понижает артериальное давление.** Его регулярное потребление уменьшает головные боли, боли в сердце и **восстанавливает нормальный сон.** Здесь достаточно одного стакана в день грибного настоя, желательно перед сном. Курс не менее трех месяцев.

К роме того, настой чайного гриба помимо приятного кисло-сладкого вкуса обладает **антибактериальными свойствами** (был даже выделен **антибиотик, который получил название «медузин»**) и применяется при ряде заболеваний. Например, **при заболеваниях носоглотки и ротовой полости** рекомендуется полоскание слегка подогретым раствором. Если у вас **ангина,** то полоскание применяют каждый час.



Не стоит забывать рекомендации столетней княгини - настой чайного гриба используется как **лосьон для лица: он очищает и питает кожу.** Очень хорошо его использовать **при жирной, склонной к угрям и гнойничкам, коже.** И попросту умываться настоем гриба утром или вечером.

Используется он и как **дезодорант при излишней потливости** протирание ног и подмышек настоем чайного гриба убирает запах пота и снижает потоотделение желез.

Уход за чайным грибом

Уход за чайным грибом не сложен. Вам необходимо только **придерживаться некоторых правил:**

- ✓ Для него подойдет двух-трехлитровая банка с широким горлышком, которое надо закрыть несколькими слоями марли. Ни в коем случае не закрывайте горлышко крышкой, так как для жизнедеятельности гриба необходим воздух.
- ✓ Для роста и развития гриба необходим раствор чая с сахаром. Его готовят из расчета 100-120 г сахара на 1 литр воды. Воду для раствора слегка подогревают, растворяют в ней сахар и затем уже остывший доливают в банку. **Нельзя сыпать сахар прямо в банку на гриб, так как можно нанести ожог слизистой оболочке гриба, в результате чего он погибнет.**
- ✓ Лучше завести две банки: в одной будет жить гриб, а в другую вы будете сливать готовый напиток. Банку с готовым напитком можно хранить в холодильнике довольно длительное время.
- ✓ **Оптимальная температура для гриба 25 градусов.** Для него вредны прямые солнечные лучи, поэтому лучше держать его в тени. Температура ниже 17 градусов также вредна, так как снижает активность гриба, и в нем могут завестись сине-зеленые водоросли.
- ✓ Настой гриба следует сливать каждые 5-6 дней зимой и через 2-4 дня летом. Также не надо забывать, что гриб необходимо регулярно промывать чистой прохладной водой, в летний период это нужно делать через 1-2 недели, а зимой - каждые 3-4 недели. Если гриб перестойт в растворе, то верхняя пленочка начинает буреть. Это верный признак, что гриб начинает погибать.



*Статью подготовила **Васильева Л.А.,** врач-фунгоотерапевт.*

ГРИБНОЙ ГОРОСКОП

Грибы - это отдельное Царство природы, со своими законами, обычаями и ... характерами. Да, да - характерами! В Китае кроме зодиакальных и цветочных есть и уникальный ... **ГРИБНОЙ ГОРОСКОП**.

А так как грибная флора у нас достаточно совпадает, то мы решили привести его в нашей газете. Тем более, по точности характеристик он совпадает действительно удачно.



Февраль

- месяц так называемых **«млечников»**, то есть грибов, обладающих

горьким белым соком, очень целебных и вкусных в засолке. Характер всех **«млечников»** своеобразный: они волевые, упорные, сообразительные и выносливые, но не очень коммуникабельные и не совсем легкие в общении.

Итак, какой ты ГРИБ?

Рожденные «1» «5» «10» «19» и «28» февраля - имеют своим символом чудный гриб **«волнушку розовую»**.

Нежная розовая волнушка с бахромчатой юбочкой чрезвычайно высокого о себе мнения, и ее дружбы добиваются те, кто стоит выше ее по положению. Но она удостоит дружбы не всех. И все-таки, постарается жениться (или выйти замуж) больше по расчету, чем по влечению сердца: ведь ей нужна теннисная, но в то же время открытая солнечная полянка со всеми удобствами.



Волнушка розовая

Волнушка всегда полна разнообразных идей и практически все, что она задумала, исполняется. Но бывают и досадные неудачи, и все - по вине ее далеко не мягкого характера: при обаятельной внешности волнушка обладает острым и ядовитым язычком. И иногда замечание или острота в чей-нибудь адрес тут же делает ей врага. В любом коллективе волнушка стоит несколько особняком, но не страдает от этого: она выше всех интриг и подпольных течений. Или же очень активно стремится сделать карьеру, невзирая на косые и недоброжелательные взгляды.

Рожденные «2» «6» «11» «20» и «29» февраля - имеют символом загадочный гриб **«черный груздь»**

Романтик и идеалист с младых ногтей черный груздь скоро наденет черный рыцарский панцирь и станет загадочным черным



черный груздь

рыцарем, так как иметь мягкое и нежное сердце и чувствительную душу очень трудно в густом и холодном бору. Но он не станет сухим педантом и не ожесточит свою душу, так как его талантливость и богатое воображение этого сделать не позволят.

Достигнуть прочного финансового положения он сможет в зрелом возрасте, но страсть к богатству у него так и не пробудится, он предпочтет работать и творить в тиши лесного замка на мягкой хвойной подстилке.

Дамы, рожденные в эти дни, не надевают мужскую атрибутику рыцарские доспехи. Они скрывают свою ранимость и чувствительность под темной вуалью и чрезвычайно любят интриговать этим остальных лесных обитателей. Но им также характерна неподкупная честность и благородство аристократов.

Рожденные «3» «7» «12» «21» «25» «27» февраля - имеют символом солнечный гриб **«рыжик»**.

Рыжик - природный оптимист, уверенный в себе по праву, волевой и целеустремленный. Его основное качество - прекрасные организаторские способности. Лидерство у него в крови, вернее, в млечном соке. Он не выставляется напоказ как мухомор, но все прекрасно понимают, кто на полянке хозяин. Это первенство никто и не пытается оспаривать потому, что это - природный дар. У рыжиков нет завистников, они не боятся интриг, но от любого конфликта стараются уйти. Ни

один рыжик не пойдет на открытую ссору, и это не от трусости, а скорее из осторожности, так как запятнать свою солнечную шляпку в дрызгах для них хуже некуда.



Рыжик

Дамы-рыжики отличаются веселым нравом, напористостью в достижении цели и удостаивают своей дружбы только грибы отменного качества, без червоточинки.

Рожденные «4» «8» «13» «22» «26» - имеют символом гриб **«белый груздь»**

Это борцы за справедливость в развешивающихся белых мантиях Рыцарей Святого Ордена. Они всегда там, где ущемлены чьи-то интересы. Они отважно вступятся за честь дамы, пусть даже незнакомой, покормят голодную чужую собаку и притащат в дом бездомного котенка. Они постоянно будут



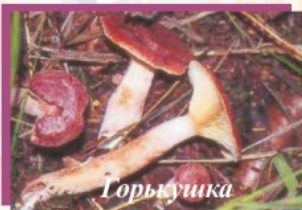
белый груздь

организовывать какие-нибудь фонды, общества, пытаться на работе организовать клубы по интересам. Вместе с тем, они не бессребреники, и от любого проекта им что-то перепадает, поэтому белые грузди и на общественной работе выглядят такими ядреными и крепкими. Грузди любят застолья, шумные компании, и, увы, подвержены азартным играм и страсти к «медвяной росе» на лесных вечеринках. Но эти червоточинки отнюдь не вредят им, а лишь придают некоторую горчинку в умелой засолке.

Дамы-белые грузди самые непороч-



ные из всех грибных дам, и с юных лет мечтают о белоснежной фате и бравом боровикеполковнике, который оторвет ее от родных елей и сосен и пригласит в романтическое путешествие под острым маринадом.



Горькушка

Рожденные «9» «15» «17» «23» февраля - имеют символом гриб **«горькушка»**

Это офицеры великого Грибного Царства всегда подтянутые, стройные с ярко начищенной шляпкой и вытянутой в струнку ножкой. Они не ищут богатства или положения, но очень чувствительны к тому, чтобы их работа была признана и удостоена похвалы. Под умным и чутким руководством грибного генерала горькушки ровными рядами радуются солнцу и летнему дождю, если же их командование не устраивает и не умеет вовремя их похвалить, то их едкий ум, особенно под «болотным хмельком» способен сильно подорвать руководящий авторитет. Они, как никто из остальных грибов, способны к язвительному сарказму и остроумной критике.

Дамы-горькушки очень пикантны в обществе, так как их тонкие замечания способны погубить не одну репутацию. Особенно много дам-горькушек нашли себя в журналистике и шоу-программах.

Рожденные «14» «16» «18» «24» февраля - имеют символом гриб **«подорешник»**

Интеллигенция грибного леса, лишней раз не лезущая на рожон и тихо укрывающаяся в своих тенистых кабинетах под орехами и такими же густыми кустарниками. Это лесные философы, осмысливающие быстротечность грибного бытия, глядя, как их собратьев бравые грибки пакуют в корзинки. Им чужды бурные события, демонстрации и протесты, все свое время они проводят за книгой (телевизором). Они всегда жаждут страстной любви, хотя испытать всю гамму чувств и эмоций с грибной дамой-вамп, например,



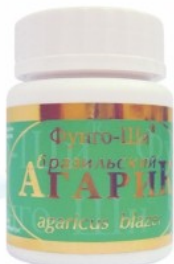
Подорешник

бледной поганкой. Но врожденная воспитанность не позволяет им этого, и приходится довольствоваться идеальной и преданной любовью какой-нибудь серенькой сыроежки. Дамы-подорешницы обычно утонченны и рафинированы, тоже не любят лесные тусовки и скромно проводят время у какого-нибудь пня за просмотром элитарного грибного

кино.

Отрывки из книги И. Филипповой
«Грибной гороскоп»

Препарат серии **ФУНГО-ШИ**
Новый Бразильский агарик
(*Agaricus blazei*)



60 капсул по 100 мг
агарика бразильского

Препарат сертифицирован,
Прошел радиоконтроль.

Рекомендации по применению:
профилактический прием -
2 капс. в день,
максимальный прием -
6-8 капс., до еды.

Тел.: (812) 717-17-11,
271-87-84, 703-06-44

Производитель ООО «Шиитакэ», Санкт-Петербург
www.fungo.ru

КУРС ОЗДОРОВЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА

Школа здоровья «Преображение» (Санкт-Петербург)
приглашает на семинары
по противопаразитарной программе

«ОЧИСТИТЬ ОТ ПАЗАРИТОВ! И ЖИВИ БЕЗ ПАЗАРИТОВ».

Программа школы здоровья
состоит из нескольких разделов:
1. Оценка качества, количества здоровья
(электронная и методом радиоэстезии,
кирлианограмма) проводится трижды за 14 дней

- Очищение организма
- Очищение печени и почек
- Избавление от грибов
- Избавление от глистов
- Как жить дальше без паразитов
- Фунготерапия
- Раздельное питание
- Основы здорового образа жизни
- Создание противопаразитарного естественного биорезонанса - иммунитета.

Высылаем по почте комплекты для домашней чистки
по противопаразитарной программе
«ОЧИСТИТЬ ОТ ПАЗАРИТОВ».

С оплатой наложенным платежом. Заказ по телефону.
Наш адрес: 197738, г. Санкт-Петербург, пос. Репино,
Приморское шоссе, 428 (гостиница «Репинская»);
Телефон: (812) 715-04-65. E-mail: Obraz50@mail.ru
Сайт: www.Obraz.inwin.ru

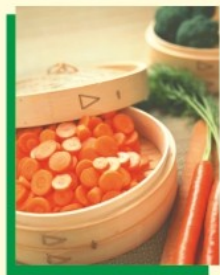
Уважаемые читатели!

Напоминаем, что с декабря 2005 года начала работу наша «Грибная школа», в которую могут записаться все желающие. В течение месяца вы прослушаете курс по изучению лекарственных грибов, о способе их выращивания, узнаете много интересного об уникальных методиках их применения при различных заболеваниях и для профилактики, о новых разработках Центра Фунготерпии Ирины Филипповой. Все слушатели обеспечиваются справочной и информационной литературой, а по окончании курсов получают сертификаты. Лекции читают опытные врачи-фунготерапевты. Занятия проводятся 2 раза в неделю в центре города. Ст. метро Пл. Ал. Невского. Запись на курсы по тел. (812) 703-06-44, 740-37-61. Обучение платное.



Сам того не ведал, живя в Петербурге с рождения, что окажусь в глубинке Норвегии, да еще в качестве прислуги. Но получилось так, что пять лет назад оказались мы с женой без работы (инженеры в НИИ), посидели пару месяцев безработными и решили поехать на заработки за границу. Прощудировала Интернет и наткнулся на предложение - приглашали семейную пару на работу на частную конную ферму. Норвегия для нас тогда была чуть ли не землей обетованной, казалось, что богаче людей просто нет. Вот и себе захотелось деньги лопатой гребсти.

Приехали. Хозяева - приятные норги (так норвежцев называют) лет пятидесяти, объяснили наши обязанности: я - к лошадам, жена - помощница по хозяйству (уборка дома и приготовление еды). Ферма чудесная, на берегу озера, кругом сосновый бор. Ближайший городок в 10 км. Обустроились. Началось с того, что хозяин повел нас по дому - показывать: ходит, гордится - все красиво, несколько комнат, кухня уютная. Подводит меня к компьютеру. Это - компьютер, дескать, разве русские поймут, и не видели, наверно. Я еще и подыграл: с заинтересованностью показываю на телевизор: "А это, позвольте спросить, что такое?" Он серьезно мне демонстрирует - включает, выключает. Я больше придуриваться не стал: все равно не поймет, жожу, головой киваю. У меня оказалась работа простая: выгулять лошадок да накормить (разбросать по кормушкам овса да овощей - раз в неделю грузовик с ядреной свежей морковкой приходил). Жене сложнее: никак она в толк не

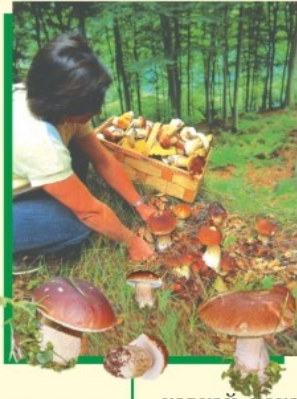


могла взять, как же норгов повкуснее кормить - все у них очень магазинное получается. Привезут полуфабрикатов замороженных, да пиццу, да гамбургеров, и все это в микроволновке готовят. Вот она и решила инициативу проявить. Потушила морковку - вкусно получилось. Хозяйка тоже с

БОРОВОИКИ

скандинавам не по вкусу.

удовольствием едят, кивают: вкусно, хорошо. Тут хозяин к холодильнику подходит, открывает и вытаскивает упаковку с вялыми морковинами из маркета. У хозяйки отвисает челюсть, она размахивает упаковкой, бежит к сваленной в кучу морковке в конюшне и объясняет с тоской в голосе на ломанном английском: "Кони - можно эта морковка, люди - морковка в магазине".



Все ясно. Пеняю я жене: "Ты их, небось, нитратной морковкой накормила, вишь, как переживают". "Не может быть, - не соглашается она, - чтобы они всякой дрянью лошадей кормили, может просто непривычные к свежим овощам". Но больше не стали их травить лошадиной морковкой и капустой - ели сами. В конце месяца смотрю - жена меньше получила, оказывается они ее оштрафовали за "несанкционированную морковку".

Приехали мы в июле, а в августе жена пошла к озеру, прибегает, глаза с блюдце: "Пойдем, я тебе чудо покажу". На полянке между соснами штук тридцать боровиков, как с картинки. Мы на коленках ползаем, собираем. Начистили, нажарили, суп сварили, я сижу грибы на нитку нанизываю - сушить. Хозяйка входит - немая сцена. Хозяин показывает на грибы в сковородке, хватается себя за шею, дескать, каюк будет. Хозяйка бормочет: "Пойзон, пойзон...", - яд, значит. "Какой яд! - моя кричит. - Грибы белые, настоящие. Вы что, совсем здесь уроды, что ли?" - хватается сырой гриб и в рот запикивает, прожевывает. У хозяйки ужас в глазах, он хватается телефон и набирает какой-

то номер. Хозяйка столбенет, а на мою жену нашло - она начинает грибы метать в помойное ведро: и свежие, и жареные вместе со сковородкой, и все это с рыданиями и всхлипами: "Ну уроды, вот уроды".



Смотрю - амбуланс во двор въезжает, скорая помощь норвежская. Это хозяин вызвал, значит. Моя тоже это видит и

закрывается в комнате. Хозяин что-то лопочет врачам и предъявляет для доказательства мои белые грибы. Врачи качают головой, дескать, дело серьезное и начинают ломиться в комнату. Я закрываю грудью дверь, но хозяйка несется с ключом и с криком: "Она там умрет, нас судить будут", - пытается ее открыть. Пришлось мне писать отказ от медицинской помощи. На зарплате это отразилось сразу же: хозяевами была удержана стоимость вызова амбуланса, а также их личный моральный ущерб. Но, как люди добрые и мягкосердечные, они все-таки решили побаловать "этих диких русских" и

показать нам, откуда берут продукты и другие товары настоящие цивилизованные граждане. Хозяин взял меня на распродажу в супермаркет. Распродажа - это действительно зрелище: толпа разгоряченных норгов у закрытых дверей, которые по звонку диким стадом несутся внутрь магазина и устраивают свалку у какой-нибудь корзины с товаром. Мой со знанием дела прорвался сквозь кучу мужиков и с гордостью вынес добычу - "гампаксы" с 20% скидкой. Одну упаковку он по доброте душевной уступил мне.



В общем, долго мы в Норвегии не задержались, жена заявила что с там жить нельзя, особенно после того, как наш осторожный

хозяин специально предупредил ее, что лесную чернику (а ею были усыпаны все поляны) есть нельзя, и для убедительности принес картонную упаковку с черникой

из универсама: "Вот эту можно, но лучше не надо, она дорогая. А мы не так богаты, чтобы позволять себе деликатесы".

Историю рассказал
Исток П.Т., г. Санкт-Петербург

Ожидание чуда

Пошлю вам приветы и поздравления с Новым годом и Рождеством от благодарных ваших читателей из Житомира, с Украины. Книги о грибах Ирины Филипповой, а теперь и эта чудесная газета стали для меня и моих друзей большим событием и большой радостью. Желаем вам новых открытий и благодарных читателей.

Немного о себе. Живу в Житомире, работаю зав. отделом в краеведческом музее. Отец мой был лесничим. В лес впервые пошла в пять лет - собирать грибы. Заблудилась. Искали меня целый день всем лесничеством, вышла я сама и вечером вернулась домой. И несколько не испугалась. Для меня до сих пор идти по лесной дороге в ожидании чуда - самая большая радость. Грибы для меня существа живые, и всегда они меня зовут к себе. В этом году в сентябре я нашла огромный гриб-баран, весил он 16 кг(!). Я уже возвращалась домой - вдруг меня что-то остановило,



Гриб-баран



Веселка обыкновенная

я поставила корзину и пошла на "зов". На дубовом огромном пне "лежал" настоящий "баран" невероятной красоты. Я его потом засолила. Профессор меня отругал, что я не позвала его сделать снимок. А через неделю я нашла соснового "барана" - его он и сфотографировал для своей научной книги о грибах.

Веселку, а у нас ее называют "панной", собираю и ем сырой (яйца) прямо в лесу вот уже 20 лет.

Ощущение дивное: энергии море! Ее едят мои дети и внуки, как и наши предки - ведь раньше знали об ее исцеляющей силе. Болею, слава Богу, редко. Грибы собираю и для лече-

ния, и для еды - более 150 видов. Никогда их не мариную, только сушу и солю дедовским способом (холодным). Даже для еды - на 1 минуту в кипящую воду, минут 8 протушиваю, чтобы они были живые, тогда они

самые вкусные. Вы ничего не пишете о трутовике оранжевом. Собираем мы его с мая по июль. Это - вкусней-

шая еда, а для лечения мы сушим его и пьем в порошке, как абсорбент.

Когда-то еще в детстве у меня на ноге был нарыв, что ни прикладывали, ничего не помогало. Только нога посинела, а я за три недели измучилась. Фельдшер посоветовала маме намочить в теплом молоке... **сушеный старый белый гриб.**

Через несколько часов нарыв прорвало. Мне это запомнилось на всю жизнь. Вот вам и "царь" грибов! Вот с тех пор грибы для меня прежде всего - лекарство, а потом еда. Детей своих поила в детстве при простуде отваром белых грибов, вернее настоем - вот и все лечение! Теперь вы понимаете, почему



Сушеные грибы - лекарство

книги Ирины Филипповой стали для меня большим открытием. Вы знаете, что люди, которые не уехали из сел Чернобыльской зоны, собирают и едят грибы. И живут. А многие, кто уехал, уже поумирали - и скорее, наверное, от тоски, чем от радиации... Так много хочется Вам рассказать! Надеюсь, что письмо мое не затеряется на почте.

С уважением, Людмила Ж., а также ваши читатели и заядлые грибники, сотрудники музея Природы, г. Житомир.

Грибы круглый год - и без особых хлопот!



Шиитаке



Вешенка



Опёнок

на даче
на балконе,
на подоконнике!

Уникальный и простой способ вырастить самостоятельно дома или на огороде съедобные грибы, без особого труда и затрат. Летом и зимой, осенью и весной... Не используются опилки и искусственные питательные смеси. Экологически чистый метод и получаемый продукт. Готовые грибы вы получаете через 3-4 месяца после посадки. Предлагаем вырастить грибы: различные виды вешенки, опёнок (летний и зимний), шиитаке, чесночник. Выращивание не требует специальных условий, уже зараженные мицелием и готовые к "посадке" деревянные заготовки (свежих пнях или чурбаках).

Подробности вы можете узнать в выпусках газеты «Грибная аптека».

Производитель ООО "Шиитаке", Тел.: (812) 717-17-11, 924-24-19

Грибная харчевня:

Добро пожаловать снова в нашу Грибную харчевню! Конечно же, любое блюдо со свежими грибами для грибных гурманов - всегда праздник. Но все-таки зима есть зима, и не всегда удастся себя так побаловать. Вот тогда хорошая хозяйка "спускается в свой заветный погребок", то есть открывает свои фирменные заготовки - соленья, маринады или ароматно пахнущие сушеные белые, красные, опята... Ах, как вкусно! Но кроме картошечки с солеными грибами или супчика есть еще много других, доступных в приготовлении блюд, которые мы и предлагаем отведать в нашей харчевне.

Приятного аппетита!

Ингредиенты:

на 4 порции

- грибы сушеные (любые) 400 г ;
- яйца 4шт.;
- корень петрушки 1шт.;
- мука пшеничная 1 ст. л.;
- бульон грибной 2-3 ст. л.;
- масло сливочное 1 ст. л.;
- масло растительное 1 ст. л.;
- перец красный молотый, соль.

ГРИБНОЙ ОМЛЕТ

Мелко нарезанные грибы и натертую на крупной терке петрушку обжарьте на растительном масле. Желтки разотрите с солью, поперчите, смешайте с грибами и мукой, влейте бульон. Добавьте взбитые белки, перемешайте. Вылейте смесь на сковороду, смазанную растительным маслом, и запекайте. При подаче омлет сверните пополам или подверните края, придав ему вид пирожка, полейте растопленным сливочным маслом и оформите веточкой зелени. Сбоку положите тонкие ломтики ветчины.



Ингредиенты:

на 6 порций

- для блинчиков:
- грибы соленые;
 - или маринованные 600 г;
 - корейка копченая 100 г;
 - лук репчатый 1 головка;
 - мука 1 ст.;
 - крахмал 1 ст. л.;
 - молоко 1 ст.;
 - яйца 2 шт.;
 - масло растительное 2 ст. л.;
 - соль.

для крема:

- сыр плавленый мягкий 200 г;
- масло сливочное 2 ст. л.;
- зелень укропа рубленая 1 ст. л.;
- перец красный молотый.



ТОРТ ИЗ БЛИНЧИКОВ С ГРИБАМИ

Грибы, лук и корейку пропустите через мясорубку и обжаривайте на растительном масле 10-15 минут. Из муки, крахмала, молока и яиц замесите тесто, добавьте в него грибную массу, посолите и перемешайте. Испеките блинчики на раскаленной сковороде, смазывая ее

оставшимся растительным маслом.

Сыр взбейте с размягченным сливочным маслом, добавьте зелень и перец.

Уложите блинчики стопкой, прослоив сырным кремом, и запекайте в духовке 5-7 минут.

подавайте торт горячим, оформив солеными грибами и веточками зелени.

Ингредиенты:

4-6 порций

- тесто слоеное 300 г
- для начинки:
- грибы сушеные 125 г;
- сыр 125 г;
- лук репчатый 2 головки;
- масло растительное 1 ст. л.;
- зелень петрушки рубленая;
- перец черный молотый;
- соль.

ПИРОГ С СЫРОМ И ГРИБАМИ

Для начинки грибы замочите в холодной воде на 1½ часа, затем промойте, мелко порубите и смешайте с обжаренным на масле рубленным репчатым луком, посолите и поперчите и нарежьте половинками, сыр - кусочками.

Раскатайте тесто в пласт толщиной 5 мм и уложите на смоченный холодной водой противень. На тесто выложите слоями грибы, сыр, лук и зелень, посолите и поперчите.

Пирог выпекайте в духовке при 250 °С.



Ингредиенты:

2 порции

- грибы соленые 120 г;
- квас 400 г;
- картофель вареный 2 шт.;
- капуста квашеная 1½ ст.;
- соус хрен с уксусом 1 ч. л.;
- лук зеленый 8 перьев;
- яйца вареные 2 шт.;
- соль.

ФАРШИРОВАННАЯ ТЫКВА

Тыкву очистите от семян, нарежьте широкими пластинами и гофрированной выемкой вырежьте треугольники, маленькой выемкой вырежьте у треугольников середину.

Куриное филе, креветок, грибы, ветчину и морковь мелко нарежьте, перемешайте и жарьте в разогретом до 160 °С масле (3 ст. л.) 3-5 минут. Добавьте соль, перец, приправу, 3 столовые ложки воды и тушите еще 2 минуты.

Наполните готовым фаршем тыквенные треугольники, уложите на смазанный оставшимся маслом глубокий противень и поставьте в разогретую до 180 °С духовку. Запекайте 10-12 минут.

Запеченную тыкву залейте соусом, приготовленным из разведенного водой крахмала. Тушите до готовности.

При подаче оформите зеленью.



Ингредиенты:

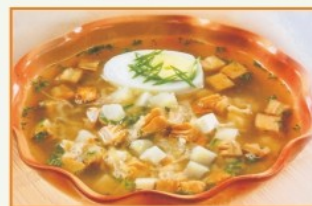
на 4 порции

- тыква 400 г;
- грибы соленые 200 г;
- филе куриное 100 г;
- креветки очищенные 50 г;
- ветчина 20 г;
- морковь 10 г;
- кукурузный крахмал 1 ст. л.;
- масло растительное 4 ст. л.;
- зелень;
- соль;
- перец черный молотый.

ОКРОШКА С ГРИБАМИ

Картофель, грибы и белок 1 яйца нарежьте кубиками. 1/3 мелко рубленого зеленого лука

перетрите с солью, залейте квасом, добавьте растертый со сметаной яичный желток, перемешайте и положите картофель, грибы, капусту и соус из хрена с уксусом.



подавайте окрошку с половинкой яйца, посыпав оставшимся луком и зеленью.

Уважаемые читатели! Обсудить материал газеты, высказать свое мнение, задать вопросы вы можете по телефону: (812) 717-87-84, E-mail: gazeta@fungo.ru, www.fungo.ru Адрес для ваших писем: 197022, Санкт-Петербург а/я 720, Центр Фунготерапии И.Филипповой, Редакция газеты "Грибная аптека".

Газета "Грибная аптека". Учредитель и издатель ООО "Центр Фунготерапии И.Филипповой". Регистрационное свидетельство ПИ № ФС2-7508 от 12.04.2005г. Свидетельство выдано Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Северо-западному Федеральному округу. Адрес редакции: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр. 180, оф.25, ред.газ."Грибная Аптека". Тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, Главный редактор Фадиной Т.И. Тираж 20000 экз. Подписано в печать 16.01.2006 г. Отпечатано в типографии ООО "Новая Типография", 198096, СПб, Угольная гавань, Элеваторная площадка, 6. Заказ № НТ-33