



№ 05 (037)
2008г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

СЕКРЕТЫ РОВЕСНИЦ ПУШКИНА

У меня есть подшивка журнала «Нива» за 1883 год, и там я нашел удивительные рецепты, написанные еще с ятями. Называется заметка: «Как наши бабушки красоту наводили». Это получается, их бабушки, которые жили в 1810-1820 годах! Так вот - молодые красавицы, которые хотели блистать белоснежными зубами - отбеливали их дождевиками! Разламывали молоденький гриб и активно втирали в эмаль зубов. Говорят, помогало.

Но это еще не все. Порошок сухих молодых дождевиков добавляли в воду с яблочным уксусом и пили этот коктейль, чтобы придать белизну склерам глаз и бледность ланитам (щекам).

Коричневую же пудру зрелых дождевиков тоже использовали с изобретательностью - я понимаю, как тени. Наносили их на внешние уголки глаз, чтобы придать «загадочность взгляду», и на скулы, чтобы подчеркнуть свежесть и матовость кожи. Вот такая натуральная косметика прелестниц, которую они использовали для привлечения усарых гусаров...

Емелькин Артем, г. С-Петербург

И ДЕТИШЕК ПРИУЧАТЬ К ПРИРОДЕ

Спасибо вам за такую замечательную газету. Я очень люблю природу. Как вышла на пенсию, переехала постоянно на дачу под Приозерск, хожу по лесам, собираю травки, потом их ищу по описанию и выясняю целебные свойства. А сейчас так и с грибами поступаю. Очень интересно и познавательно.

Вот и с внучкой десятилетней сейчас на полянку выйдем, я ей и говорю: «Вот это подорожник, чтобы кровь останавливать, но удобнее всего - вот этим грибом дождевиком. А вот этот яркий грибок (лисичка) - от глистов, а мокруха - от очень многих хворей. Слушает с большим удовольствием и запоминает. И уверена, что она уже никогда походя не сорвет траву, не растопчет гриб.

Анна А. Степанова, г. Приозерск

● **ФУНГОТЕРАПИЯ** открывает свои секреты:
Грибы-пылесосы

● **Консультация ТРАВНИКА:**
ПИОН уклоняющийся

● **Грибы, ведьмины кольца и Русалка**

● **Грибная ПОЧЕМУЧКА:**
похудеть или поправиться?

● **Грибная ХАРЧЕВНЯ (Пасхальная неделя)**

Дождевик шиповатый

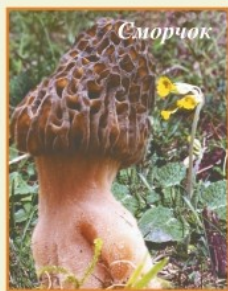


Подписной индекс
Газеты «Грибная Аптека»

19320

По каталогу «РОСПЕЧАТЬ»
(с любого месяца)

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



Май

Пришел к нам в редакцию пенсионер Яковенко Петр Павлович - познакомиться, попить чайку и высказать свои претензии.

«Хорошая газета у вас. Правда, приходится в очках читать и грибы рассматривать. Но мы не в претензии, особенно, жена моя и невестка - невестка все кулинарные рецепты вырезает и в папочку складывает, а жена подшивку из страничек с описаниями трав делает. Только вот опять же претензия - что же вы людям головы морочите? Я читаю вот, например, письмо: «...принимал гриб веселку и трутовик, и через месяц билирубин резко снизился...» Верю, что снизился билирубин: лекарственные грибы еще и не то могут сделать. Но ведь главное вы забываете в этом письме: в каких дозах принимал грибы этот человек, как он ее принимал (в настойке, в капсулах, в отваре) и главное, где он взял эту веселку? Ведь, как я понимаю, это очень редкий гриб? И сам я его ни разу не видел, хотя все окрестные леса исхолил неоднократно. А вот такое умалчивание - это значит введение потребителя в заблуждение».

Ну что сказать, все верно. Но это не мы морочим людям голову. Мы вынуждены это делать и как попугаи повторять: «Биодобавки не являются лекарственными препаратами - это просто набор минералов и витаминов». Хотя это абсурд, и все это прекрасно знают - вытяжка из целебной травы, того же самого подорожника - это целебная натуральная субстанция, обладающая мощным лекарственным действием. Это - натуральное лекарство. Но сейчас агрессивной синтетической фармацевтике крайне важно убрать конкурента с дороги - натуральную фармацевтику. Надо людям внедрить в сознание - лекарственные средства могут быть только химическими, а натуральные, сделанные из целебных трав и грибов, это ерунда, пустышка, обман покупателя. И это не просто слова - это уже прописано в Законе. И за каждое слово о том, что биодобавка имеет целебные свойства (даже доказанные клинически) налагают штраф до полумиллиона рублей. И вот этими штрафами уже обанкротили многих производителей натуральных БАД. А следующий Закон уже готовится. И там уже будет запрещение рекламы травников, то есть нельзя будет говорить вообще о целебных свойствах трав и грибов, что мы себе сейчас еще позволяем.

Так что, как говорится, читать сейчас оздоровительные газеты надо так - три пишем, два на ум пошло. Прочитали о целебных свойствах веселки - позвоните по телефону производителей грибных БАД: есть ли у них такая биодобавка, и как ее правильно принимать. Заинтересовались травкой, о которой рассказывала фитодоктор - прозвоните в аптеки: может, она и отыщется. Ну а если нет в аптеках, тогда ждите лето и сами собирайте, тем более, что рецепты, как приготовить самостоятельно настойку или отвар мы всегда приводим.

Ну а теперь о подписке: среди подписчиков мы разыгрываем приз - СОКОВЫЖИМАЛКУ последнего поколения, которая выжимает с легкостью любые соки - от картофеля до грибов. Подробно об условиях конкурса - на странице 10 этого выпуска. *Гл. редактор Т.Фадина*

ДОЖДЕВИКОВЫЙ ПОРОШОК

Хочу вам рассказать о грибном средстве, которое очень помогает моему мужу при псориазе. У него появилась первая бляшка в районе пупа: сначала розовато-белое пятно, которое разрасталось и шло трещинами. И все это начинало мокнуть. Гормональная мазь первое время помогала, а потом я посмотрела, что становится еще хуже. Бляшки пошли за ушами. Врачи советовали ехать на Мертвое море (интересно, как это можно при наших пенсиях?). А подсказала рецепт лечения соседка. Его она услышала по телевизору.



«Собрать порошок от перезревших дождевиков и присыпать им мокнущие бляшки. Порошок можно хранить в сухом теплом месте в закрытой стеклянной банке».

Действительно, помогло. С тех пор, на даче всегда заготавливаю на весь год этот целебный порошок.

Мамбетова Н.А., г. Уфа

ГРИБОЧКИ ДАЮТ СПОКОЙНЫЕ НОЧКИ.

Приходится часто ездить в командировки. И меня волнует всегда работа кишечника - метеоризм. Во сне же это происходит произвольно... Перед соседями по купе просто неудобно. А сейчас стала делать очень просто - принимать дождевик. И абсолютно спокойна за свой кишечник.

Кстати, упомяну еще об одном своем секрете: если добавить к дождевику еще и веселку, то будет удивительный мочегонный эффект. За ночь выходит литра три мочи, и это абсолютно спокойно, без всякой сухости во рту и т.д. Я иногда этим пользуюсь, чтобы согнать лишний вес.

Елена И., г. С-Петербург

«ФУНГ ШАРИК»

Бесплатные консультации по ветеринарии

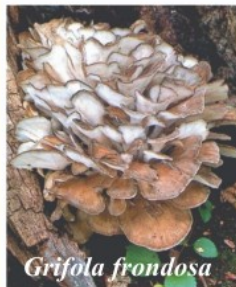
можно получить:

- ✓ По горячей телефонной линии:
тел/ф. (812) 740-37-61
(пн, ср 10.00-17.00)
- ✓ по почте: 197022, г. Санкт-Петербург,
а/я 720, «Центр фунготерапии И.Филипповой»
- ✓ по эл. почте: sharik@fungo.ru

На любые вопросы о здоровье ваших питомцев ответит - кандидат ветеринарных наук, фунготерапевт Юшкевич Татьяна Владимировна.

Были на отдыхе во Вьетнаме, пробовали вьетнамскую кухню - бамбуковые побеги с какими-то диковинными «танцующими грибами» - так их назвала переводчица. И еще она сказала, что эти грибы легко снижают вес, поэтому очень популярны не только в азиатской кухне, но уже и у европейцев. Что это за чудо-грибы?

«Танцующий гриб», «Хвост индейки», «Гриб японских гейш» - это названия одного исключительно интересного гриба - МЕЙТАКЕ (*лат. Grifola frondosa*). Этот гриб уникален по своим целебным свойствам, и ему фармацевты предрекают «звездное будущее», так как уже сейчас биодобавки на основе этого гриба - хит продаж, бестселлер последнего года. Потому что подбор в нем определенных полисахаридов - бета-глюканов и меланинов определяет его свойства: **противоопухолевые** (он справляется с доброкачественными опухолями), **восстанавливающие нарушенный гормональный фон** (это пока единственный изученный гриб, обладающий таким эффектом), **противодиабетические** (снижает сахар в крови) и **снижающие артериальное давление**. А самое интересное, за что мейтаке выскочил на первые места продаж в Америке - это способность его меланинов (грибного вещества) разрушать адипоциты (жировые клетки), что в совокупности с нормализацией гормонального фона приводит к **снижению избыточного веса**.



Grifola frondosa

Американцы «проголосовали долларом» за эффективность похудительных биодобавок из гриба мейтаке. Ведь это именно то, что необходимо тучным американцам - не только худеть, но и параллельно снижать артериальное давление, сахар и нормализовать гормональный фон! Кстати, способность **расщеплять жировые клетки** у меланинов мейтаке в десятки, если не в сотни раз выше, чем у излюбленного российского бромелайна - вытяжки ананаса.

Кстати, у нас в России этот гриб тоже растет - в средней полосе, Сибири и на Дальнем Востоке, а называется у нас он «гриб-баран» и занесен в **Красную книгу**.

А чисто российские грибы с таким же «похудительным» эффектом есть?

Да. Гриб-русское чудо - «губка листовничная» или «трутовик листовничный» (*лат. Fomitopsis officinalis*). За границей он известен под названием «русский агарик». Этот древесный гриб тоже использовался для **снятия лишнего веса**. Но механизм действия у него несколько иной - он расщепляет не жировые клетки, а белковые соединения. Именно тот белок, который организм расщепить не в силах и засылает его в «жировое депо». Кроме того, этот трутовик оказывает хорошее **желчегонное и послабляющее действие, есть у него и мочегонный**

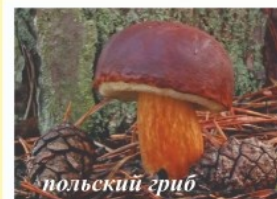


трутовик листовничный



эффект. Этот гриб хорошо знали сибирячки и всегда использовали его после родов, когда не только вес начинает «зашкаливать», но и появляется нездоровая отечность. И с весом, и с отечностью трутовик вполне справляется.

Хороший похудительный эффект есть и у «польского гриба», который часто принимают за белый гриб либо за моховик. Польки давно и с успехом используют его способность вызывать мочегонный эффект. К сожалению, разработок по польскому грибу еще нет, хотя ученые уже оценили его целебные свойства.



польский гриб

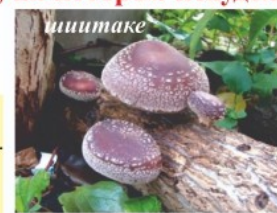


дождевик жемчужный

Гриб «дождевик» тоже может помочь в похудении - он **успокаивает поджелудочную железу (снимает ее отечность), благотворно влияет на перистальтику кишечника, восстанавливает микрофлору кишечника, подавляя патогенные бактерии (кандиды)**. А нормальная работа поджелудочной железы и кишечника - это уже залог успеха при похудении.

На американских сайтах везде рассказывается о каком-то грибном комплексе, на котором похудела Анджелина Джоли и Мадонна. Какие грибы туда входят, что это вообще такое?

В Америке сейчас очень популярен **грибной комплекс** из трех древесных грибов - **мейтаке, шиитаке, трутовика листовничного**. Называется он по-японски - «журчащий ручеек», то есть с намеком на то, что лишний вес с клиента будет просто легко «плыть ручейком». Кстати, это вполне обоснованно. Сейчас голливудские и окологоливудские звезды повально увлечены этими грибными комплексами. Ну и конечно, наши звезды тоже не обошли стороной американское увлечение - Наташа Королева и Кристина Орбакайте уже поделились своим восторгом от этого метода похудения.



шиитаке

Кстати, в России есть аналог японской грибной системы - разработанный грибной комплекс «Ямакиро» из тех же древесных грибов, что и японский оригинал.

А есть ли грибы, которые, наоборот, способствуют увеличению веса?

Да, и такие грибы есть. Французский **черный трюфель**, который **вызывает аппетит**. Даже аромат этого деликатеса действует достаточно сильно. Таким же действием обладает русский **перечный масленок**, который специально добавляют в жаренку из грибов, чтобы не только придать пикантность кушанью, но и **повысить аппетит**.



черный трюфель



перечный масленок

А **белый гриб** тоже неспроста называют «русским салом» - на нем тоже можно поправиться, так как калорийность этого гриба достаточно высока.



Грибы-пылесосы

Гриб дождевик, как и мухомор, знают все. Да и по распространению дождевиковые не уступают мухоморовым. Спутать их с другими грибами сложно - белые ватные шарики дождевиков так уютно устраиваются вдоль дорожек, что редко кто не подденет ногой такой «футбольный мячик» (иногда они действительно и по своим размерам напоминают его). А зря. Удивительный гриб дождевик - и по вкусовым качествам, и по целебным. Сегодня мы поговорим как раз об этом с Филипповой И.А., фунготерапевтом с огромным стажем, автором многочисленных книг по популярной фунготерапии.

Дождевик, конечно же, несъедобный? Хотя где-то я в книге встречала, что их можно есть, но кто станет есть вату? Там же и мякоти нормальной грибной нет, как у подосиновика, например?

И.Ф. Тем и ценен дождевик - собирать надо тугие молоденькие грибы. Они самые целебные, и в них есть вещество, которое подавляет **туберкулезную палочку**, поэтому в старых рецептах чахоточным больным всегда готовили бульон из дождевиков.

Этот бульон, приготовленный из дождевиков, отличается очень нежным ароматом. Он очень хорош для ослабленных пациентов и для легочных больных.

А жаренка из дождевиков, хотя особой целебностью не обладает (при высокой температуре тушения грибные полисахариды разрушаются) зато очень полезна для кишечника - там нет целлюлозы, зато есть **хитин**, который делает «массаж» **поджелудочной железе** и заставляет ее активнее работать - выделять нужные ферменты. К тому же, этот самый хитин, как написано в научной литературе по фунготерапии, способен связывать и выводить из кишечника токсичные, в том числе канцерогенные вещества, предупреждая, таким образом, злокачественные заболевания кишечника.

В книгах по кулинарии рецепты грибных супов и бульонов касаются только хорошо известных грибов - белых, подберезовиков, маслят и т.д. А рецепты из дождевиков мне как-то не встречались. Расскажите, как варить правильно из них бульон?

И.Ф. Первое и очень важное условие: варится бульон из этих грибов в сухую и не очень жаркую погоду, ведь если дождевик намочить хотя бы под дождевиком, вкус у супа будет уже не

тот. По этой же причине, кстати, дождевики для супа не моют, а лишь протирают влажной тряпочкой.

В кипящую подсоленную воду кладут картофель порезанный «бочонком» (ломтиками примерно 5х5х10 мм), молодую морковь, порезанную тонкими кружочками и крошечную луковку. Молодые дождевики чистят, протирают влажной тряпочкой, режут на небольшие ломтики, слегка обжаривают на сливочном масле и, как только картошка сварится, выкладывают в суп. Дают покипеть на слабом огне 2-3 минуты. «Вкушают» со сметаной. Весь процесс, начиная с чистки картошки и кончая первым «Ах, как вкусно!» занимает 20 минут.

Дождевики берутся только молодые, снежно-белые на срезе - это **второе обязательное условие**. Старые дождевики становятся несъедобными, а иногда и ядовитыми. (Вообще о многом, что касается дождевиков, мы рассказывали совсем недавно в нашей рубрике «Грибная рулетка». Там же мы напечатали фотографии различных видов дождевиков, сделав акценты на их степени съедобности. *Ред.*)

Дождевики покрыты плотной кожицей, поэтому, перед тем как жарить, их чистят словно картошку. Вкус - необыкновенный. Приведу один из рецептов жареных дождевиков.

Жареные дождевики.

Тарелка свежих грибов, 2 столовые ложки сливочного масла, 3-4 столовые ложки сметаны, 5-6 мелких луковиц, яичный желток, лимонный сок, соль,

перец, зелень петрушки.

Молодые дождевики (типа Д. жемчужный или грушевидный) очистить от кожицы, отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг или решето, обсушить на салфетке, охладить, нарезать ломтиками. Затем уложить с целыми луковицами в сотейник и тушить в масле до выкипания половины сока. После этого выбрать лук, а грибы посыпать мукой и продолжать готовить еще 20-25 мин. Залить растертым со сметаной желтком, добавить перец, соль, рубленую зелень, сбавить лимонным соком, перемешать и подержать на малом огне 5-10 мин, не доводя до кипения. Если вы готовите гигантский дождевик (*Langermania gigantea*), то режьте его на кусочки и готовьте также. А от себя могу только добавить пожелание «приятного аппетита».

А правда, что из дождевика делают лекарство кальвацин?

И.Ф. Правда. Американские фармакологи при изучении дождевиков нашли в них противоопухолевое вещество, которое назвали **кальвацин**. Но синтезировать его не получается - оно очень сложно для синтеза. Поэтому сейчас есть только натуральные БАДы из дождевика с повышенным содержанием натурального кальвацина. Это вещество угнетает любые виды опухолей: и доброкачественные, и злокачественные.

Особенно хорошо показал себя дождевик при **рассасывании миом**, **затвердений при мастопатии** и **новообразований щитовидки**.

Я слышала, что дождевик останавливает кровь, а старыми дождевиками



Д. жемчужный



Д. грушевидный

Дождевики в кулинарии



Д. гигантский



Д. жемчужный



Жареные дождевики

даже лечат гнойные язвы?

И.Ф. И это абсолютная правда. У молодых дождевиков прекрасная способность останавливать кровь и дезинфицировать рану. Если на даче при порезе под рукой нет йода, сорвите шарик дождевика, разломите его на две половинки и приложите к ране - кровь остановится и нагноения не произойдет, ранка затянется быстро и без осложнений.

В зрелом состоянии, когда гриб похож на неопрятную пепельницу, антисептические свойства он не теряет. Его споры (то есть содержимое мешочка) прикладывали к гнойным и тромбозным язвам, и раны заживали быстрее.

Кстати, этот спороносный порошок из зрелых дождевиков можно заготавливать и хранить достаточно долго в стеклянной баночке в сухом месте. Я знаю случаи, когда таким порошком присыпали глубокие пролежни, и они заживали достаточно быстро.

А почему дождевик называют грибом-пылесосом?

И.Ф. У грибов есть одна уникальная особенность, не очень приятная для грибников - способность впитывать в себя тяжелые металлы, радиоактивные вещества, ядовитые летучие соединения. Действительно, грибы в лесочке неподалеку от химического комбината будут иметь весь спектр тех элементов, которые тот выпускает.

Эта особенность грибов оказалась для экологических служб крайне полезной. Грибы сейчас используют... для чистки почвы. Например, 10 боровичков, выросших на радиоактивной земле вычищают 1 квадратный метр такой грязной площади. Но самым эффективным «чистильщиком» признан... дождевик. Ему по силе очистки просто нет равных.

Медики тоже заинтересовались этой особенностью грибов и провели исследования - оказалось, что в организме грибной порошок ведет себя точно также: клетки гриба засасывают в себя словно пылесосом атомы тяжелых металлов и радионуклидов.

Провели контрольные испытания: 2 группы мышей посадили на диету с повышенной дозой свинца, второй группе через неделю стали давать дождевик, первая группа была на обычной диете. На следующий же день, в экскрементах второй группы был обнаружен свинец, следы которого находили еще 3 дня. В первой группе в экскрементах свинец не обнаружился, то есть он остался в организме.

Эту особенность дождевиков попробовали при выведении из организма

фтор- и хлор- соединений - и тоже с успехом. А это означает, что профилактическое употребление дождевика может обезопасить работающих на химических предприятиях от профзаболеваний типа саркоидоза, фтороза и т.д.

Думаю, излишне говорить о зонах повышенной радиации в крупных городах, о зонах естественной радиации (например, в Мурманске и Северодвинске), о загрязненных зонах после Чернобыльской аварии - об этом говорят эндокринные заболевания: практически у всех на этих территориях самое распространенное заболевание - диффузный токсический зоб. И не потому, что хронически не хватает йода в питании, а потому, что накопление радионуклидов в организме переносит щитовидную железу - заставляет ее забыть, как нужно усваивать йод.

У дождевика выводить радионуклиды получается замечательно - намного лучше, чем у трав (например, чем у можжевельника) именно из-за особенностей структурированной клетки гриба - разница осмотического давления заставляет клетку всасывать радионуклиды как пылесосом, и такая клетка, словно набитая морковкой авоська, благополучно выводится с экскрементами.

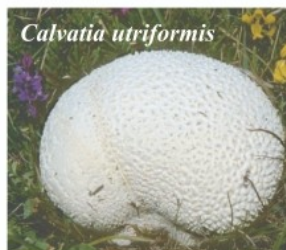
Дождевик выводит только металлы и радионуклиды?

И.Ф. Нет, не только. И токсины выводит прекрасно. Самое простое использование дождевика - выведение токсинов после перенесенных гельминтозов (то есть глистов), гепатитов, заболеваний почек, дисбактериозов, именно тогда, когда страдает кожа и волосы. Примеров таких масса.

Хорошо помню 15-летнего мальчика, которого привела мама - у него не было живого места на лице и спине, все было покрыто угрями, чирьями, оспинами от заживших прыщей. Диагноз ставили: дисбактериоз. Лечили лакто- и бифидобактериями. Успеха не было, потому что эти культуры не могут прижиться на патогенной флоре, это то же самое, что пытаться засеивать пшеницей густо заросшее сорняками поле, не уничтожив их предварительно. Дождевик в этом случае



Langermania gigantea



Calvatia utriformis

помог очень хорошо, кожа очистилась, но не так быстро - полгода на это ушло.

Виден результат работы дождевика в косметических целях - он действительно делает кожу эластичной и упругой, причем даже цвет кожи меняется - становится матовым, то есть здоровым.

Очищаются белки глаз - становятся голубоватыми, как в детстве. А все из-за того, что дождевик как пылесос «вычищает пыль из обивки и ковров».

Еще помню случай 30-летней женщины, когда я

ее увидела, подумала, что ей хорошо за 40 - вялая серая кожа, тусклые редкие волосы, слезящиеся глаза с желтыми белками. Жаловалась на все - на истощение, усталость, боли везде, нарушение сна, стула и т.д. Врачи ставили диагноз: вегето-сосудистая дистония. Ни у кого не возникло даже мысли послать ее к паразитологу. У нее была очень тяжелая хроническая стадия описторхоза. На это указывал и анализ крови, и анализ слюны. Инфекционисты лечили ее месяц, после этого она принимала дождевик, чтобы вывести токсины. И когда через 4 месяца я ее вновь увидела, я смогла вспомнить ее только по фамилии и очень удивилась. Вид - цветущий, кожа с румянцем, глаза с блеском - выглядит даже моложе своих лет. Вот такой это удивительный гриб-дождевик.

А как самим правильно собирать и использовать дождевик?

И.Ф. Здесь только одна сложность - дождевик накапливает в себе окружающую грязь, поэтому фирмы, которые производят оздоровительную продукцию из дождевика - выращивают его искусственно на особо чистом агаре.

И если вы уверены, что дождевик действительно выведет из организма токсины, а не внесет туда дополнительно тяжелые металлы, то тогда действуйте таким образом.

Молодые дождевики режутся на пластинки и высушиваются при температуре 40 градусов. Затем заливаются кагором (вино): 10 г дождевика на 400 мл кагора. Настаивается 7 дней в холодильнике. Принимать по 20 мл вечером.

Все виды дождевиков обладают лечебными свойствами?

И.Ф. Большинство. Но наиболее популярны в народной медицине разных стран головачи и дождевик гигантский.

Paeonia anomala

ПИОН уклоняющийся

(Марьин корень, жгун-трава, Марья-королевна)



Врачи Древней Греции, Рима, Китая, Арабского Востока, считали Марьин корень одним из наиболее активных растений и широко использовали его в противоопухолевых сборах, при лечении заболеваний печени, почек, ревматизма, при гинекологических заболеваниях и в лечении эпилепсии.

Поэма средневековья «О свойствах трав» (Одо из Мена) повествует: «...Что видел больного падучей ребенка, возрастом был он восьми или около лет. Этот мальчик корень пиона обычно носил как лекарство, на шею средство повесив. Но корень однажды сорвался, тут же мальчик упал, а когда привязали на место корень, он сразу поднялся».

*«Природа столь совершенна,
что каждому недугу
дала свое лекарство
с порукой на все случаи жизни»
Парацельс.*

Родовое название происходит от греческого слова «*paionios*» - целительный, врачующий. Легенда связывает появление этого цветка с именем врача Пеана, который успешно исцелял им богов и людей и превзошел в этом своего учителя бога врачевания Асклепия (Эскулапа). Успехи ученика не давали Эскулапу покоя, что он даже решил отравить его. Но Аид в благодарность за его прошлое исцеление, решил не дать Пеану погибнуть и превратил его в прекрасный цветок, корень которого тот так успешно применял для исцеления других...

Для справок:

Пион уклоняющийся - это многолетнее, травянистое растение высотой выше метра, имеющее мощное корневище с ветвенообразным утолщением. Цветки крупные до 8-13 см в диаметре, одиночные, расположены на верхушке стеблей пурпурно-розового цвета. Цветет в мае-июле, созревает в августе-сентябре. В качестве лекарственного сырья используется трава, корневище и корень. Наиболее выраженными лечебными свойствами обладает пион, имеющий пурпурную окраску.

Трава заготавливается в период цветения, подземные органы - на протяжении всего вегетационного периода. Растет в лесах северо-востока Европейской части страны, на юге Сибири, в горах Казахстана и Ср. Азии. Пион издревле привлекал людей красотой цветка. В Китае он также популярен, как хризантема в Японии или роза в Европе.

Фармакологические свойства:

успокаивающее, противосудорожное, обезболивающее, спазмолити-

ческое, тонизирующее, противовоспалительное, антитромботическое и антимикробное средство.

Химический состав:

Эфирные масла (неонол, неонимид) метилсалицилаты, следы алколоидов, дубильные вещества, биофлавоноиды, стерины, органические кислоты, широкий спектр микро- и макроэлементов (Zn, Cu, Se, K, Mg, Ca).

Марьин корень издревле использовался народными врачевателями. В старинном лечебнике пишется: «Марьин корень принимают когда от печени человек смертельно мучается, когда раком он и его желудок оплетены, когда женщины страдают раком матки, не видя от боли белого света, когда в могилу раньше времени загоняет злая малярия». На Руси корень пиона широко применяли при подагре и ревматизме, инсульте

и эпилепсии, при кровотечениях и белокровии.

В настоящее время официальная медицина наиболее широко использует пион уклоняющийся как успокаивающее средство при повышенной нервной возбудимости, при фобических (состояние страха) и ипохондрических состояниях, при астено-невротическом и климактерическом синдроме при вегето-сосудистой дистонии, в комплексном лечении эпилепсии. Благотворное влияние оказывает пион и на больных с шизофренией.

Препараты пиона оказывают положительное влияние при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, стимулируя кислотообразующую функцию желудка, улучшая пищеварение в целом.

Тибетская медицина рекомендует растение как средство, повышающее тонус матки (при задержки отхождения последа).

Его назначают при нарушениях менструального цикла, при болях в мочевом пузыре и в матке (В.Ф. Корсун, 1995 г., 1997 г.), при лечении импотенции (Р.Б. Ахмедов 1992 г., Р.И. Мазнев 1994 г.) и половой слабости на фоне сахарного диабета (М.П. Жигар 1991 г.).

Водный настой корней используют для усиления полового влечения, (А.И. Ефремов 1996 г.), при лечении эрозии шейки матки (Ю.А. Ененко 1994 г.), при лечении ревматизма и атопической экземы.

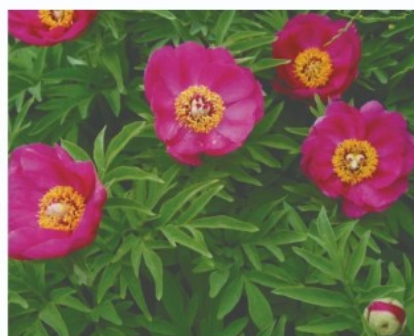
Экспериментальными исследованиями установлено, что введение в организм больного радиоактивного стронция, содержащегося в пионе, дает положительный эффект при лечении опухолей костей (Г.А. Мандельштадт 1961 г., Ю.А. Захаров 1999 г.)

Противопоказания и побочные эффекты:

Растение ядовито, применение требует большой осторожности и контроля со стороны лечащего врача.



Пион уклоняющийся



РЕЦЕПТЫ применения

ПИОНА уклоняющегося

Лекарственные формы и способы применения.

1. Настойка корня - аптечный препарат (10% сырье на 40° спирта) принимать по 30 капель 3 раза в день, как средство, улучшающее пищеварение, успокаивающее, улучшающее сон;

2. Отвар - 100 г корней измельчить, залить 1 л воды, выварить до 500 мл на малом огне, процедить, добавить 100 мл медицинского спирта. Принимать по 10-20 капель 3-4 раза в день при заболеваниях нервной системы (неврозы, эпилепсия, психические расстройства), в комплексном лечении онкобольных;

3. Настой - корень пиона томится на водяной бане 1 час из расчета 1 ст.л. сырья на 1 ст. кипятка, настоять 1 час. Использовать наружно в виде аппликаций как противовоспалительное и анальгезирующее средство при дерматитах и дерматозах.

Применение в других областях

Корни пиона в Сибири употребляются как приправа к мясным блюдам, в Казахстане и Монголии - для каш. А в поджаренном виде (и корень, и листья) - прекрасный заменитель чая.

В ветеринарии отвар корней используется для повышения аппетита и улучшения пищеварения у животных (при гастритах, коликах, поносах, болезнях печени).

Врач-фитотерапевт
Васильева Л.А.

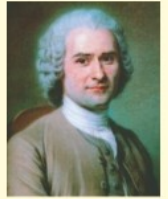
Уважаемые читатели! Публикуемая в газете информация не является прямым руководством к действию и не заменяет профессиональную медицинскую помощь.

Не занимайтесь самолечением. При любых симптомах заболевания в первую очередь необходимо проконсультироваться с врачом.

Редакция не несет ответственности за применение приготовленных самостоятельно трав и грибов по публикуемым рецептам.

Книга ПРИРОДЫ

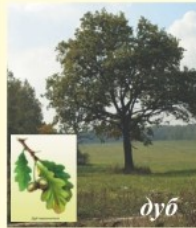
"Тот, чей взор открыт для прелестей растительного мира, не нуждается в многочисленных книгах, чтобы понять их красоту; одна лишь книга требует неустанного изучения - это книга природы"
Жан-Жак Руссо



Учёные открыли, что грибницы многих грибов связаны с корнями деревьев. Грибные нити проходят под кожицу корней. При этом оказывается, что корни деревьев из грибницы высасывают воду с минеральными веществами, а грибница из корней - сахар. Нити гриба как бы заменяют корням корневые волоски.



Орхидея
"венерин башмачок"



дуб

Грибница столь необходима для некоторых растений, как например орхидей, что без нее они не развиваются. У орхидей очень мелкие, как пыль, семена. На их корнях открыта микориза - без наличия особой грибницы семена орхидей не прорастают, причем у каждого вида свой гриб. А развиваются орхидеи медленно. Орхидея "венерин башмачок" зацветает только на восемнадцатом году. Корни вереска, черники, брусники также соединены с грибницами.

Точно так же, как показали опыты, некоторые деревья, например, дуб, бук, без грибов очень плохо растут, да и часто болеют. Соединение гриба и корня дерева носит название "микоризы", или "грибокорня".

При посадке дуба в степи приходится привозить землю из дубняка, чтобы положить в лунку вместе с желудями немного почвы, содержащей грибницу, нужную для корней.

В 1950 году стали заменять тонны земли, привозимой из леса, стеклянными ампулами по 2 грамма, в которых на искусственной питательной среде выращен микоризный гриб. Грибком из ампул заражают почву с посаженными желудями - и вырастают мощные дубы с микоризой на корнях.

Опыты посева спор грибов на грядках во многих случаях были безрезультатны. Грибы без деревьев тоже не могут расти, за исключением шампиньонов, сморчков и навозников.

Можно вырастить из спор рыжики, разбросав куски старых шляпок под елью или сосной. Белые грибы можно развести под липами. Через две-три недели в почве, прикрытой мхом, появятся беловато-фиолетовые нити грибницы, а на следующий год - и плодовые тела. Так что, собирая грибы, замечайте, с какими деревьями они "дружат".

материал Верзилина М.Н.

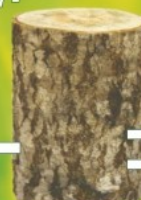
Грибы круглый год

ГРИБНЫЕ ПАЛОЧКИ -



Посадочный материал

для самостоятельного выращивания грибов (мицелий)



Чесночник



Шийтаке



Вешенки



Опенки

печатается на правах рекламы

Посев мицелия в древесину проводится за 1,5-2 мес. до высадки в грунт.

Подробную информацию можно узнать по тел.: (812) 717-17-11

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: ryumar_narva@mail.ru



По материалам журнала "Имеешь право"

Все ли вы знаете о грибах?

Лесные грибы для славян - это рыба фугу для японцев: будут есть, несмотря на все предупреждения об опасности отравиться. Искусственно выращенных безопасных шампиньонов и вешенок мы покупаем куда меньше, чем дикоросов.

Грибы ели всегда и во многих странах. Первые упоминания об употреблении их в пищу обнаружены в древнегреческих источниках. Однако по-настоящему народной едой, изюминкой национальной кухни грибы стали только у нас. Историки кухни полагают даже, что грибы во многом заменили славянам недоступные морепродукты, став третьим важнейшим ингредиентом кухни наравне с мясом и растительными продуктами.

Выбор предков неслучаен. Дары природы богаты **витаминами (B1, PP и D)**, количество **минеральных веществ** позволяет многим диетологам сопоставлять грибы с фруктами. А по такому показателю, как содержание **фосфора**, грибы идут в сравнении разве что с рыбой. **Белков** в грибах больше, чем в любой растительной пище, правда, белки эти связаны с хитином (веществом, из которого "сделан" панцирь раков и

жуков). Поэтому грибы и называют тяжелой пищей, которую не рекомендуют детям и людям со слабым желудочно-кишечным трактом. Извлечь пользу из грибов в состоянии не каждый организм.

Диетологи советуют выбирать грибы не только по их внешнему виду



и вкусу, но и полезности.

По пищевой ценности грибы разделяют на четыре категории.

В первую входят белые грибы, грузди и рыжики. Их пищевая ценность составляет 30-40 Ккал в 100 граммах продукта. Ко **второй категории** относят подосиновники, подберезовики, маслята с ценностью 25-30 Ккал. **Третья категория** состоит из моховиков, лисичек, сыроежек, опять и шампиньонов - 10-18 Ккал. **Четвер-**

тая - свинушки, навозники, дождевики - 8-12 Ккал.

Впрочем, пищевая ценность в грибах не самое важное. **Очень значим показатель того, сколько белка может усвоить организм.** Лидер здесь - шампиньон, белки которого усваиваются организмом человека примерно на 80%. **Белый гриб** (порядка 30%) значительно проигрывает по питательности некачественным дождевикам (около 50%).

Кроме того, грибы различаются по **содержанию полезных веществ**. По содержанию **фосфора** лидерами считаются белые грибы, **подосиновники** отличаются повышенным содержанием **жиров**, опять - **углеводов**, а **лисички и шампиньоны** - **витаминов**.

Наконец, стоит помнить, что грибы значительно лучше усваиваются нашим организмом **в сухом виде**, особенно если сухие грибы были измельчены. Так поступают для приготовления некоторых грибных соусов и смесей. **Чуть хуже** усваиваются **соленые или маринованные грибы**. Последние вообще не рекомендуют есть людям, страдающим болезнями поджелудочной железы и печени.

Где можно получить консультации по применению продукции из целебных грибов?

Подробную информацию по применению продукции из целебных грибов производства ООО "Шийтаке" можно получить в "Центре Фунготерапии Ирины Филипповой" в г. Санкт-Петербурге и Москве и в магазинах "Грибная аптека".

Магазины "Грибная аптека" в г. С-Петербурге:

1. Невский пр., дом 180, оф.25, ст. м. Площадь Александра Невского, (812) 271-28-98, 717-17-11;
2. ул. Колокольная, дом 3, ст. м. Владимирская, Достоевская, (812) 575-57-97, 974-07-80,

Отделы "Грибная Аптека" в г. С-Петербурге:

1. в аптеке "Доктор", пр. Стачек, 14, ст. м. Нарвская, (812) 715-34-65,
2. в гомеопатич. центре "Ариика", пр.Энгельса, 132, к.1, ст. м. Пр.Просвещения, (812) 715-47-26
3. в гомеопатич. центре "Игнация", пр. Дачный, д.2, к.2, ст. м. Пр Ветеранов (812) 973-57-40
4. в аптеке "Доктор", ул. Ленсовета, д. 86, ст. м. Звездная, (812) 973-57-50

Магазины "Грибная аптека" в Москве:

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

Наши представители

- Беларусь: г. Белоозерск - (01643) 4-04-55, 59-0-95
 Великобритания (353 86) 254-09-60
 Украина: г. Донецк - (066) 754-34-51, г. Киев - (044) 331-60-06,
 г. Одесса - (067) 518-42-63, г. Днепрпетровск - (056) 778-93-07,
 г. Заставна (Черновицкая обл.) - (050) 969-86-44
 Эстония, Нарва - (37235) 482-49, 55-916-627

- Екатеринбург - (343) 213-99-61,
 Адлер - (8622) 33-40-43
 Омск - (3812) 70-00-37

- Пермь (342) 271-29-86
 Самара - (846) 242-76-44, 242-76-64
 Тольятти - (8482) 43-22-25, 51-03-03, 50-88-50
 Тюмень - (3452) 62-26-13
 Челябинск - (351) 775-39-29

В Центре можно узнать телефоны других представителей: Ангарск, Барнаул, Белгород, Благовещенск, В. Новгород, Вологда, Выборг, Западная Двина, Ейск, Казань, Калининград (обл.), Киров (обл.), Кострома, Новокузнецк, Новосибирск, Мурманск, Омск, Оренбург, Пятигорск (кавказ. Мин. воды), Ростов-на-Дону, Снежинск, Сочи, Сызрань, Тольятти, Ухта, Хабаровск, Чебоксары, Череповец, Якутия (Саха).

на правах рекламы

“ТИХАЯ ОХОТА- 2007”

Участник №1.

Елена Трофимова, г. Москва.

Осенью прошлого года в составе группы экологических туристов я посетила Окский заповедник, который находится в Рязанской области. Объезжая территорию заповедника по пойменным лугам, мы обратили внимание на белые камни, встречающиеся на обочине дороги. Сначала я подумала, что это каменная соль,



разбросанная пастухами для коров. Но камни были довольно правильной формы, и это нас озадачило. Мы остановились около одного из таких камней. Каково же было наше удивление, когда оказалось, что это никакие не камни, а грибы-

дождевики. Один такой «камень» я привезла домой в Москву. Но есть его мы не решились, хотя он был крепким и плотным, а мякоть белой, как у молоденького гриба-дождевика. Наш экземпляр весил около 2 кг. Гриб на фотографии я постаралась расположить таким образом, чтобы были видны корни.

Участник №2.

Внукова Наталья, г. Кострома.

Я учусь в 10 классе, увлекаюсь микологией и уже 2 года с удовольствием читаю вашу газету. И даже написала небольшое стихотворение в вашу честь.

*В Костроме лесов немало -
Я живу в грибном краю,
Из любимого журнала
Очень много узнаю:*

*Как грибы болезни лечат -
Теперь точно вам
ответчу.*

*В чем их польза, а где вред,
Что съедобно,
а что - нет.*

*Как сушить и как солить,
Как поганку отличить.*

*Что в лесу
есть в нашем веке -
Все найдешь
в Грибной Аптеке.*

*Я любимое издание
Обожаю всей душой
И желаю жизни яркой,
Интересной и большой.*

*Пусть журнал
живет без бед
Еще много-много лет!*

А прошлым летом в наших костромских лесах уродилось множество замечательных белых грибов. И мои фотографии подтверждают этот факт.

Очень хочется поделиться с другими читателями радостями прошлого грибного сезона.

Фото 1. - “Белое золото”,
фото 2. - “Три богатыря”,
фото3. - “Царь грибов”.



Фото 1



Фото 2



Фото 3

Уважаемые читатели, напоминаем вам, что вы выбираете лучшие фотографии-отчеты о грибном сезоне-2007. Любой голос может стать решающим. Ждем ваших голосов до 20 мая: звоните, пишите в редакцию по e-mail или по почте.

Все координаты на последней странице издания.

Филиал “Центра ФУНГОТЕРАПИИ

И.Филипповой”

Украина - г.Киев

В Украине в г. Киеве работает официальное представительство “Центра Фунготерапии И.Филипповой”.

В киевском филиале центра вы можете:

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

(044) 279-23-06, 331-60-06, 331-88-66

(врачи)

Г. Киев, ул. Городецкого дом 12/3

печатается на правах рекламы



Грибной гербарий

Любому грибнику, особенно начинающему, нужно знать, когда и какие грибы появляются именно в его местности.

Примерные сроки появления грибов в разных регионах России публикуются во многих грибных справочниках, определителях и энциклопедиях, поэтому мы не будем на этом останавливаться. Эти сроки, к тому же, корректируются в разные годы в зависимости от погоды, а вернее от теплых дождей.

Поэтому неплохо вести свой **“грибной календарь”**. Собирая грибы, записывайте, **какого числа, сколько тех или иных грибов нашли, в каких местах и под какими деревьями**. Такую запись хорошо иллюстрировать **“портретами”** собранных вами грибов. Засушивать зеленые растения и составлять гербарий довольно легко и не ново. Но вот составить **“альбом портретов”**, или **гербарий грибов**, вряд ли кто умеет. А сделать его очень просто.

1. Возьмите лист бумаги, промажьте его клейстером или жидким столлярным клеем (а лучше всего 15%-м раствором желатина) и высушите.

2. Разрежьте гриб вдоль пополам и отдельно с половинки шляпки и пенька срежьте изнутри и соскоблите всю мякоть, оставив тонкую пластинку.

3. С другой половинки, не отделяя от пенька шляпки, срежьте тонкую пластинку. Такой срез прекрасно воспроизводит контур гриба.

4. Все срезы наложите на проклеенную бумагу, покройте восковой или промасленной бумагой и поместите под пресс или в книгу. Из среза выделится сок, и срез приклеится к бумаге, которая не позволит съжаться грибу при высыхании.

5. Когда срезы гриба высохнут, обрежьте вокруг них бумагу и наклейте грибы на гербарные листы.

6. На гербарных листах напишите название, место произрастания, время сбора. У пенька гриба хорошо подклеить мох, траву или лесную подстилку, среди которых рос гриб. Над грибом можно наклеить засушенную веточку дерева, под которым найден был гриб. На обороте гербарного листа заполните табличку: когда, сколько таких грибов было найдено.

Грибной дневник с **“портретами”** грибов поможет вам подытожить ваши наблюдения, поможет стать настоящим искателем **“грибных кладов”**.

И в любое время, даже в зимнюю пору, раскрыв разрисованную картонную обложку, вы сможете полюбоваться хорошо сохранившимися **“портретами”** ваших любимых грибов.

Можно сделать из гербария грибов полезное учебное пособие для школы - гербарную таблицу. Наверху таблицы сделайте надпись: **«Съедобные и ядовитые грибы наших лесов»**. Такая таблица из настоящих, не нарисованных грибов будет замечательным подарком школе.

Единственная в стране

газета о грибах

«ГРИБНАЯ АПТЕКА»

Прислать письмо с **ксерокопиями своего подписного талона и подписных талонов вновь**

19320

(каталог-Роспечать)



www.fungocenter.com

Условия конкурса

подписчиков:

подписавшихся друзей на ближайший полгода. Розыгрыш пройдет среди подписавших максимальное число новых читателей.

Письма присылайте **до 20 августа**. В сентябре мы проведем первый этап розыгрыша призов. Следующий розыгрыш пройдет в марте среди подписчиков **“грибной аптеки”** на 2009 год.

Не забудьте в письме указать телефоны для связи. Желаем всем удачи!



отделы от магазинов

“Грибная АПТЕКА”

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

в гомеопатич. центре
“ИГНАЦИЯ”

(812) 973-57-40

ул. Ленсовета, д.86,
ст.м. Звездная

в аптеке

Аптека
ДОКТОР

(812) 973-57-50

пр. Стачек, 14,
ст.м. Нарвская

в аптеке

Аптека
ДОКТОР

(812) 715-34-65

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

в гомеопатич. центре
“АРНИКА”

(812) 715-47-26

пн-сб 10.00-20.00

вск 11.00-18.00

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

печтается на правах рекламы

КРЕМЫ НА ОСНОВЕ ЦЕЛЕБНЫХ ГРИБОВ

ВЕСЕЛКА

МУХОМОР и

ЛИСИЧКА



КРЕМ с экстрактом
гриба веселки обыкн.
(*Phallus impudicus*)

КРЕМ с экстрактом
гриба лисичка
настоящая
(*Cantharellus cibarius*)

КРЕМ с экстрактом мухомора (*Amanita*)

Пластиковые тубы 50 мл. (в картонной коробке)

Помогают сохранить здоровыми кожу и опорно-двигательный аппарат, предотвратить варикозное расширение вен, заражение гельминтами и т.д.

(812) 717-17-11, 575-87-97, 740-37-61

Справка по Петербургу 003

(495) 940-20-13, 941-30-10, 510-49-70

Производство ООО “Шитак”, г. Санкт-Петербург. Товар сертифицирован

Трибы, ведьмины кольца и ... Русалка

Об этом чуде - выловленной в реке Чулым русалке - уже полгода говорят в Интернете, и даже несколько сюжетов было по ТВ. Кто-то сомневается, кто-то уверенно доказывает, что еще и не то водится в наших реках и лесах. Но самое удивительное то, что мне довелось встретиться непосредственно с ловцом этой самой русалки. И он поведал удивительную историю, которая, как ни странно, касается и грибов. Естественно, фамилию я не называю (да и не знаю я его фамилии, просто забыла спросить, настолько был поражен его рассказ, а еще больше фото, которое он сам сделал сразу же при помощи своего мобильного телефона). А вот рассказ привожу почти дословно...

И. Филиппова

«Я живу в Кемерово. Город, не самый лучший для проживания - экология у нас аховая. Но, к счастью, природа Сибири еще держится и есть такие уголки на побережье реки Чулым, которые нам, рыбакам, охотникам и грибникам как бальзам на душу.

Я сам - рыбак, и друзья мои тоже заядлые рыбаки, ездим основательно - на нескольких джипах и на неделе, не меньше. Разбиваем палаточный городок и рыбачим в свое удовольствие (таскаем сетями рыбок по 20-40 кг) и тут же промышляем ягоду, орехи, или грибы - смотря, что по сезону бывает.

В этот раз на место в 200 км от города Асино на берегу Чулыма позвал нас приятель. Это было в июле, как раз пошла полоса боровиков. Вот он и говорит, что про это место старожилы просто чудеса рассказывают - грибы там растут не иначе, как по кругу - ведьмиными кольцами. По окружности кольца бывает более ста крепких боровиков без малейших червоточинки и, что удивительно, такие же кольца и подберезовиков, и красных (подосиновиков). И это видеть надо. Даже показал несколько фото, которые сделал в прошлом году. Действительно, занятная картинка. А еще поведал нам о местном поверье, что в это время ночью на берегу можно услышать очень высокие и мелодичные звуки, словно пение сирен. Это якобы какая-то птица водяная тоскует, и после этого грибы начинают кольцами расти. Грибники это знают и в лес стремятся из всех окрестных сел.

В тот раз мы поехали основательно: жен взяли - уху готовить и грибы собирать, прихватили сети и этим же вечером приготовились их поставить. Но приехали поздно, и сил было только поставить палатки и развести костер. У костра, как водится, под шашлычки распили пару бутылочек хорошего коньячка. Мы с другом у костра подзадержались в разговорах - было где-то чуть больше трех часов ночи, пора, когда еще не светает, но уже и не так темно. В это время мы и услышали этот звук - высокий-высокий, как ультразвук, и призывно-маящий. И непонятно чей - звериный, птичий... В общем, побыстрее мы забрались в палатку и зашнуровались покрепче, да еще рядом ружье положили.

На следующий день поставили сети, да и так кой-чего

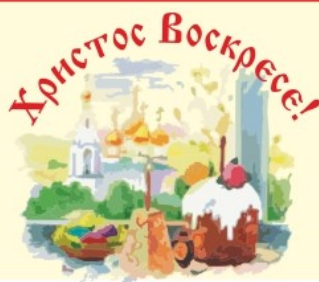


добыли на удочку да на спиннинг. А рано-рано утром, где-то еще четырех часов не было, поехали сети снимать. Было нас четверо в лодке, а вторая лодка чуть поодаль была. И вот поднимаем мы сеть, подтаскиваем, а тяжесть в ней невероятная, и что-то мощно бьется. Еле подтащили к лодке, и вдруг нас оглушило... Пронзительный душераз-

визг, крик вибрировал в ушах и разрывал ушные перепонки. А то, что проглядывало сквозь ячейки сетки, было просто невероятным и ни на что не похожим. На рыбу не похоже было уж точно. Выбросить из сети нельзя: это ЧТО-ТО запутывалось все больше, а ужас от этого вибрационного визга был настолько слепой, что мы инстинктивно стали бить ЭТО веслами. Пока ЭТО не замолкло. Хмель как рукой сняло у всех. В лодку мы чудовище не вытащили, так и волочили сзади за лодкой. А на берег вытащили уже наши друзья на второй лодке. И тогда же стали фотографировать и обсуждать. Шок был у всех. Такое надо было видеть. Сначала мы бросили ЭТО и спешно упаковались и постарались уехать, но потом все-таки решили вернуться и забрать. Ужас уже поулегся, поэтому уже спокойно при дневном свете рассмотрели речное чудовище, укрыли покрывалами, завязали и погрузили в прицеп за одним из джипов. Так и довезли домой. А дома уже началось паломничество к прицепу - все соседи, знакомые и незнакомые. Прошел слух. Сначала приехало ТВ, а потом и люди со спецкамерками. Они и забрали это НЕЧТО для исследования, им же мы дали ориентиры, где мы ее выловили. «ЕЕ», потому что сразу, что пришло на ум - русалка.

Это потом уже местные корреспонденты раскопали все легенды, которые были в этих местах - и о зове, которым приманивала рыбаков эта русалка, и грибных ведьминых кольцах, и об НЛО, и о камне на Чулыме, где греются под лунным светом эти твари.

Прошло уже довольно много времени после такого улова, но я могу сказать однозначно - у меня после этого желания не возникает ездить на рыбалку. Потому что появляется животный страх - а что же можно еще увидеть в сетях?



Поздняя в этом году Пасха у православных - почти на месяц позднее католической. Пасхальная кухня специфична: в основном в ней куличи, творожные пасхи да раскрашенные яйца. Но какой праздничный стол обойдется без грибов, хотя они нам основную службу уже в Великий Пост сослужили.

Но людская фантазия безгранична, а уж тем более у славянских народов - основных почитателей грибной кухни. Так что снова вкусно и красиво - и снова с грибами! Может, мы и запоздали с пасхальными рецептами, но, как мне кажется, они пригодятся к любому празднику. Приятного аппетита!

МУХОМОРЫ С ГРИБАМИ

1. Яйца очистите, разрежьте, желтки выньте и разомните их в миске.
2. Грибы для фарша обжарьте на масле вместе с нарезанной ветчиной, добавив соль и перец.
3. Остудите, добавьте к желткам и перемешайте.
4. Помидоры разрежьте пополам, удалите часть мякоти и посолите.
5. Белки яиц наполните фаршем и расставьте вертикально на листья зеленого салата.
6. Помидоры выложите на яйца в виде шляпок, сверху нанесите точки из майонеза с желе.



Понадобится:
 шампиньоны свежие - 150 г;
 помидоры - 3 шт.;
 яйцо вареное - 6 шт.;
 ветчина - 50 г;
 соус майонез с желе - 50 г;
 масло слив. - 1 ст. л.;
 перец черный молотый, соль - по вкусу;
 салат - листья.

КУЛЕБЯКА С ЛОСОСЕМ И ГРИБАМИ

1. Приготовить тесто. Просеять в миску муку вместе с солью. Дрожжи развести в воде. Добавить в муку яйца, растопленное масло и сахар, влить воду с дрожжами и вымесить гладкое, эластичное тесто. Накрывать и оставить на 1 ч.
2. Филе лосося вымыть, обсушить салфетками, нарезать небольшими кусочками. Разогреть в сковороде половину растительного масла, обжаривать, помешивая, кусочки лосося в течение 1 мин., затем переложить их на тарелку.
3. Зеленый лук вымыть, обсушить и тонко нарезать. Оливки откинуть на дуршлаг и нарезать кружками. Грибы вымыть и нарезать ломтиками. Лук и чеснок очистить и измельчить. В отдельной сковороде разогреть оставшееся масло и обжаривать на сильном огне вместе лук, чеснок и грибы 3 мин.
4. В большую емкость переложить кусочки лосося, грибную смесь, оливки и зеленый лук. Приправить горчицей, солью и перцем. Добавить сметану и тщательно перемешать.
5. Разогреть духовку до 175°C. Противень смазать маслом. Тесто раскатать в пласт размером 45 x 30 см. В центр пласта выложить начинку, подтянуть края к центру, соединить и защипать их. Поставить кулебяку в духовку и выпекать 25 мин.
6. Вынуть кулебяку, смазать слегка взбитым яйцом. Выпекать еще 15 мин.

Понадобится:
 1 кг филе лосося;
 3 ст. л. растит. масла;
 пучок зеленого лука;
 150 г оливок без косточек;
 250 г шампиньонов;
 2 луковицы;
 3 зубчика чеснока;
 1,5 ч. л. горчицы (зерна);
 100 г сметаны;
 соль, черный перец по вкусу;
 1 яйцо для смазывания
Для теста:
 600 г пшени. муки;
 щепотка соли;
 10 г сухих дрожжей;
 1 ст. теплой воды;
 2 яйца;
 75 г сливочного масла;
 2 ст. л. сахара.



БАРАНЬИ ОТБИВНЫЕ с грибами "ГЛОРИЯ БЛЕЙС"

1. Отбейте баранину молоточком.
2. В кухонном комбайне смешайте 3 ст. л. сливочного масла, мясо индейки, мелко порубленный репчатый лук и шнитт-лук, специи, грибы, 3/4 стакана панировочных сухарей и шерри.
3. Растопите на сковороде оставшееся сливочное масло. Выложите получившуюся смесь и обжарьте в течение 5 минут на среднем огне. Остудите до комнатной температуры.
4. Намажьте смесь на бараньи отбивные и скатайте их в форме рулетиков.
5. Смешайте яйца с молоком. Обваляйте рулетики в муке, затем обмакните в яичную смесь и обваляйте в оставшихся панировочных сухарях.
6. Обжарьте рулетики до образования золотисто-коричневой корочки на растительном масле. Подавайте с соусом из мадеры.

Понадобится:
 6 шт. - бараньих отбивных;
 300 г грибов;
 200 г мяса индейки, пропущенного через мясорубку;
 1 ч. л. измельченного шнитт-лука;
 1 ст. л. измельченного репч. лука;
 по 1 ч. л. разной зелени (укроп, петрушка, кинза или др.);
 2 ст. мелких панировочных сухарей;
 3 ст. л. шерри;
 2 яйца;
 1/4 ст. молока;
 1/4 ст. муки;
 7 ст. л. сливочного масла;
 4 ст. л. растительного масла.



Понадобится:
 4 ломтика свежего хлеба без корок;
 4 ст. л. молока;
 500 г грибов со шляпками сред. диаметра;
 100 г бекона;
 4 филе консервированных анчоусов;
 1 зубчик чеснока;
 1 взбитое яйцо;
 4 ст. л. свежей зелени петрушки и базилика;
 соль и свежемолотый черный перец;
 4 ст. л. панировочных сухарей;
 4 ст. л. оливкового масла.

ГРИБЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ АНЧОУСАМИ

1. Нагрейте духовку до 200°C. Смажьте маслом большой противень. Положите свежий хлеб в маленькую миску, добавьте молоко и оставьте намокать.
2. Отделите ножки у грибов и мелко их нарежьте. Положите в миску с мелко нарубленным беконом также мелко нарубленное филе анчоусов, чеснок, яйцо, петрушку, базилик, соль, перец и измельченный чеснок. Отожмите хлеб, добавьте к остальной массе и хорошо перемешайте. Разложите смесь в перевернутые шляпки грибов, накладывая горкой.
3. Положите на противень и посыпьте хлебными крошками. Побрызгайте оливковым маслом. Пеките на верхней полке духовки в течение 20-30 минут до того, как верх подрумянится. Выньте и остудите в течение нескольких минут перед подачей, посыпьте базиликом.

Уважаемые читатели, не используйте в пищу неизвестные 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.fungo.ru. 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 Фаина Т.И. Тираж 20000 экз. Подписано в печать 25.04.2008 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО "Типографский комплекс "Девиз", 199178, СПб, В.О. 17-я линия, д.60, лит.А, пом.4н. Заказ № ТД-1581

