

Annotation

Наглядно-дидактическое пособие «Расскажите детям о грибах» предназначено для групповых и индивидуальных занятий с детьми 3-7 лет в детском саду и дома. Пособие с успехом может быть использовано на занятиях по ознакомлению с окружающим миром, для развития речи и мышления, в логопедических играх, для развития логического мышления, при обучении детей дошкольного и младшего школьного возраста иностранному языку.

- Э. Л. Емельянова
- БЕЛЫЙ ГРИБ
- ГРУЗДЬ
- ЛИСИЧКА
- МАСЛЕНОК
- ОПЕНОК
- ПОДОСИНОВИК
- РЫЖИК
- РЯДОВКА
- СМОРЧОК
- СЫРОЕЖКА
- ТРЮФЕЛЬ
- ШАМПИНЬОН

Э. Л. Емельянова
Расскажите детям о грибах

БЕЛЫЙ ГРИБ

И под старою сосною,
Где склонился пень-старик,
Окружен своей семьею,
Первый найден боровик.
В. Рождественский

По вкусовым качествам и пищевой ценности съедобные грибы принято делить на четыре группы. К первой – относятся белые грибы, рыжики и грузди настоящие. Ко второй – подберезовики, подосиновики, маслята, шампиньоны, волнушки. К третьей – черные грузди, моховики, лисички, сморчки, осенние опята. К четвертой – грибы-зонтики, ломкие виды сыроежек, летние опята, вешенки, говорушки.

Такое деление условно, у каждого грибника есть свои пристрастия. Отличаются и вкусы у разных народов. В России груздь относят к ценным грибам, а в странах Западной Европы его считают несъедобным. Некоторые народности предпочитают навозники, грибы-зонтики, тогда как другие считают их несъедобными и не собирают.

Самым высококачественным из всех грибов по праву называют белый гриб, или боровик. Многие грибники только тогда считают свой поход в лес успешным, если в их корзине окажется хотя бы один белый гриб.


БЕЛЫЙ ГРИБ

Белым этот гриб называют потому, что в отличие от других трубчатых грибов его мякоть на изломе не меняет цвет и остается белой и после варки, и после сушки.

Шляпка у белого гриба выпуклая, может достигать 25 см в диаметре, ее окраска варьируется от беловатого до темного бурого, в зависимости от того, в каком лесу гриб вырос. Нижняя поверхность шляпки – губчатая, с хорошо выраженными трубочками, сначала белая, с возрастом желтеет.

Ножка у белого гриба толстая, иногда до 10 см толщиной и около 17 см длиной. У молодых грибов ножка клубневидная, у зрелых – цилиндрическая, со светлым сетчатым рисунком в верхней части. Масса плодового тела может достигать 10 кг.

Белый гриб встречается в лиственных, хвойных и смешанных лесах. Он чаще всего соседствует с елью, березой, дубом. Белые грибы очень питательны. Бытует даже поговорка: «Боровой гриб лучше любого мяса». В пищу гриб употребляют в жареном, сушеном, маринованном виде. В народной медицине используют вытяжку из белого гриба. У белого гриба имеются двойники: желчный гриб и дубовик.

ЗАГАДКА

Стоит Лукашка – белая рубашка.
А шапка надета шоколадного цвета.
(Белый гриб)

ГРУЗДЬ

Назвался груздем —

Полезай в кузов!

К роду млечников (грибов, содержащих млечный сок) относятся грузди: настоящий, черный, желтый, золотисто-желтый, перечный. У груздя настоящего шляпка слизистая, вначале белая, затем слегка желтоватая со слабоконцентрическими полосами и волнисто-мохнатым краем. Пластинки нисходящие, частые, белые и розоватые.

Там под лапником колючим
Ищем мы грибных чудес.
Черных груздей взгляд дремучий
Завораживает лес.
Л. Глазков

Мякоть груздя белая, плотная, с приятным фруктовым запахом. Млечный сок белый, на воздухе желтеет. Очень горький. Встречаются грузди в березовых и смешанных лесах. В пищу их лучше употреблять в соленом виде. На Руси грузди солили бочками, эти грибы считались лучшими для засола. А по сибирскому способу грузди солили не отдельно, а вместе с другими грибами из рода млечников – волнушками и рыжиками.


ГРУЗДЬ

В еловых и елово-пихтовых лесах встречается груздь желтый. С августа в березовых лесах можно собирать черные грузди. В народе его прозвали чернушкой. Это гигант среди других груздей – шляпка может достигать 20 см в диаметре. Цвет ее очень темный, почти черный – зеленовато-бурый. В народе говорят: «С виду черен, внутри вкусен».

Есть еще грибочек – груздь,
Из души прогонит грусть.
Он по виду, как воронка,
Беленький по цвету,
Часто прячется в сторонку
От дневного света.
Груздь соленый – это что-то!
Всех грибов вкуснее!
До чего ж грибов охота,
В лес пойдем скорее!
Е. Долгих

Названия груздей дубового и осинового говорят сами за себя – они растут в дубравах и осинниках. А вот мякоть груздя перечного настолько едкая, что в сушеном и растолченном виде его вполне можно использовать вместо приправы к блюдам.

В груздях много антиоксидантов, витаминов D и B12, они помогают при туберкулезе и почечнокаменной болезни.

ЗАГАДКА

Во мху, как на подушке,
Чье-то беленькое ушко.
(Груздь)

ЛИСИЧКА

Очень дружные сестрички —
Золотистые лисички.
Ходят в рыженьких беретах,
Осень в лес приносят летом.
Г. Новицкая

Плодовые тела лисичек имеют шляпку в виде воронки, постепенно переходящую в ножку. По форме лисички напоминают желтые перевернутые зонтики.

В хвойных, березовых и смешанных лесах Северного полушария можно встретить около 100 видов этого гриба. Растут они с середины лета до поздней осени.

Наиболее известна среди них лисичка настоящая. Ее отличительные признаки: ярко-желтый цвет всего плодового тела, волнисто-лопастной край шляпки и разветвленные пластинки-складочки на нижней стороне шляпки. Мякоть беловато-желтая и упругая. Она почти никогда не повреждается личинками, потому что в лисичках содержатся вещества, которые разрушают капсулы яиц различных насекомых и червей. Ножка цилиндрическая – длиной до 7 см.


ЛИСИЧКА

Лисички растут большими группами в смешанных и хвойных лесах. Они богаты микроэлементами, особенно медью и цинком. В лисичках много витаминов А, В, РР.

Заплела трава косички,
А под ней сидят лисички —
Ароматные грибы —
Хоть лопатою греби!
Сколько шляпок золотых
Под травой замечено!
Мы в пакет собрали их —
Будем жарить вечером.
Ю. Чичев

С давних пор настойки из этих грибов применяют в народной медицине. Лисички полезно есть людям, страдающим болезнями глаз или «куриной слепотой». Лечат лисичками и такие опасные болезни, как фурункулез, ангину, гепатит С и туберкулез. Но для того, чтобы грибное лекарство принесло как можно больше пользы, лисички нужно правильно приготовить.

ЗАГАДКИ

На полянке у ручья
Выросли сестрички, рыжие… (лисички).
Рыжие ушки
С лисьей макушки —
В травке лежат
Двое малых ежат.
(Лисички)
Я был в лесу,
Поймал лису,

Домой несу.
Отварю, посолю,
А зимой похвалю.
(Лисички)

МАСЛЕНОК

Шоколадно-бурый гриб,
К скользкой шляпке лист прилип.
Воротник ажурный тонок —
Гриб такой зовут масленок.
Е. Савельева

Маслята – трубчатые грибы из рода масленков. У большинства видов кожица слизистая и легко снимается со шляпки.

В англоязычных странах этот гриб именуют «скользкий Джек», в Германии – «масляный гриб», в Чехии – «масляк».

У некоторых маслят трубчатый слой прикрыт снизу тонкой пленкой. Ее называют частным покрывалом. По мере взросления гриба она разрушается, ее остаток можно обнаружить на ножке в виде пленчатого кольца. Мякоть у маслят желтоватая, на срезе чуть розовее. Обладает приятным мягким хвойным ароматом.

В сосновых и смешанных лесах маслята растут большими семьями практически все лето вплоть до осенних заморозков. Маслята распространены в Евразии, Америке, Австралии. Чаще других встречаются масленок настоящий, зернистый, лиственничный.

Масленок – заметный гриб, высота ножки – 3–8 см, а ширина шляпки – 5–10 см. Маленькие грибы скрываются под хвоей, их можно обнаружить, только когда они немного подрастут.



МАСЛЁНОК

Обычно за лето бывает несколько урожаев маслят. Первый – в середине лета, второй – в начале осени, хотя бывают и неурожайные годы.

Маслята используются как в свежем виде, так и для маринования. Кожицу со шляпки обычно снимают. Чтобы это лучше сделать, грибы на 1–2 минуты опускают в кипяток или держат над паром. Большинство видов маслят практически не отличаются друг от друга по вкусовым качествам. Маслята обычно не сушат, потому что после сушки они становятся твердыми как камень. Жарят или готовят суп из летних сборов маслят, а осенние – лучше годятся для засолки и маринования, потому что они более плотные и упругие, долгое время не портятся.

К роду масленков относятся еще два вида грибов: козляк и перечный гриб. Козляк съедобен, но невысокого качества. Перечный гриб имеет горький вкус, поэтому его обычно не собирают. Некоторые любители используют его в качестве приправы.

На масленка очень похож гриб овечка. Но у масленка низ шляпки светло-желтый, а у овечки – кирпично-красный.

ЗАГАДКА

Стоит мальчонка —

Замаслена шапчонка.
(Масленок)

ОПЕНОК

А веселые ребята —
Тонконогие опята.
Притаились возле пня
И кричат: «Ищи меня!»

В народе опятами принято называть грибы, растущие большими группами на пнях. Опята – это сборная группа грибов из разных родов и семейств.

Настоящий опенок, или осенний, является полупаразитом. Он растет как на мертвой древесине, так и на живых деревьях. Споры опят могут поражать около 200 пород, благоприятна для них древесина березы и ели. Опята предпочитают селиться в старых березняках, где много сухих берез и старых пней.

Шляпка опенка настоящего имеет диаметр до 12 см. Сначала выпуклая, позднее плоская с бугорком посередине, тонко-мясистая, буроватая, с мелкими чешуйками. Белая мякоть имеет приятный грибной запах. Ножка тонкая, длиной до 15 см. Сверху светлая, внизу коричневато-бурая, с белым кольцом.

Снова ойкает сынок:
– Я наткнулся на пенек
Весь в грибах каких-то!
– Ну, Ванюшка, молодец! —
Позавидовал отец. —
Собирай-ка их ты.
Славные ребята,
Сладкие опята.
Ю. Чичев


ОПЁНОК

Опенок – общепризнанный съедобный гриб, но не все знают, что в сыром виде он ядовит, поэтому перед употреблением его нужно обязательно хорошо проваривать – не менее 30 мин. В некоторых странах опенок считается несъедобным.

Опята накапливают много меди и цинка. Чтобы удовлетворить суточную потребность в этих элементах, человеку достаточно съесть всего 100 г опят.

В конце сентября, когда заканчивается грибной сезон, в лесах можно встретить опенок зимний, или зимний гриб. Он растет колониями на пнях, валежнике, живых деревьях лиственных пород. Слизистая шляпка – 3–8 см в диаметре, желтая или коричневая.

Не все опята съедобны. Есть два ядовитых вида ложных опят: серо-желтый и кирпично-красный. Серо-желтый ложный опенок часто растет вместе с настоящими опятами. У ядовитых собратьев желтые шляпки с темным пятном в центре.

Самый надежный способ определить, ядовитый опенок или нет, – посмотреть, какого цвета у них споры. Для этого нужно взять салфетку и провести по нижней части шляпки гриба. Если салфетка станет зеленого цвета, значит, опенок ядовитый. У съедобных опят споры белого или буро-коричневого цвета.

ЗАГАДКИ

Дружные братцы на пеньке живут,
Хоровод ведут.
(Опята)

ПОДОСИНОВИК

Я в красной шапочке расту
Среди корней осиновых,
Меня узнаешь за версту,
Зовусь я подосиновик.

В лесах Северного полушария распространен подосиновик. Его еще называют красноголовик, или просто осиновик. Народные названия: обабок, ванька-встанька. Он соседствует с осиной, березой, елью. Редко растет поодиночке, чаще эти грибы можно встретить большими группами под молодыми деревьями или в мелколесье. Собирают подосиновики с июня по октябрь.

Подосиновики встречаются по всей умеренной зоне и даже в тундре – там эти грибы порой возвышаются над карликовыми березами.

Шляпка у подосиновика шаровидная, диаметром от 4 до 30 см, красная, желтоватая, оранжевая, серая или белая. Снизу шляпка мелкопористая, от белого до грязно-коричневого цвета. Длина ножки может достигать 20 см. На ней имеются продолговатые черные чешуйки. Мякоть на изломе изначально розоватая, зеленоватая или синеватая, но она быстро темнеет. При сушке и варке гриб чернеет.

Подосиновики годятся в пищу даже без предварительного отваривания. Их жарят, солят, маринуют и сушат.



ПОДОСИНОВИК

Подосиновики с красной шляпкой растут в осиновых рощах. А вот грибы с желтыми и желто-бурыми шляпками можно встретить среди берез и сосен.

– Подосиновик, смотри! —
Показал я сыну. —
В красных шляпках целых три —
Ну-ка, марш в корзину!
Ю. Чичев

Вместе со своим собратом-подберезовиком подосиновик – один из самых распространенных грибов. Его не копирует ни один из ядовитых грибов, поэтому отравиться подосиновиком нельзя. Разумеется, не нужно собирать и готовить очень старые грибы – они очень дряблые, разваливаются прямо в руках и накапливают в себе ядовитые вещества.

ЗАГАДКА

Под деревом, под осинкой стоит мальчик-с-пальчик,
На нем серый кафтанчик, красная шапочка.
(Подосиновик)
Схоронился паренек
За осиновый пенек.
Только шляпка грибника —
Как маяк для моряка.
(Подосиновик)

РЫЖИК

Белка рыжая в лесу
Отыскала рыжик
И повесила на сук —
К солнышку поближе.
Еж ежу сказал:
– Смотри, случай очень редкий:
Прямо в небе вырос гриб
На еловой ветке.
Л. Гержидович

В плодовых телах некоторых грибов есть млечный сок, который выделяется при разрезе. Он бывает белый, бесцветный или окрашенный. Называют такие грибы млечниками. Большинство из них имеют горький вкус, который исчезает при засоле, иногда при отваривании.

Наиболее ценным из млечников считается рыжик. Собирают его в хвойных лесах с июля по октябрь. Все части плодового тела имеют медно-красный цвет, вероятно, поэтому гриб и получил свое название. Млечный соку него оранжевый, на воздухе зеленеет, не горький, имеет приятный запах сосновой коры.

Шляпка у рыжика в диаметре от 4 до 17 см, в середине – воронковидное углубление, от которого отходят концентрические круги. Самые «рыжие» рыжики – со шляпкой серовато-оранжевого цвета – растут в сосновых лесах. В ельниках рыжики окрашены скромнее, шляпки у них синевато-зеленоватые с желто-оранжевыми кругами. Грибники заметили, что в дождливое лето больше еловых рыжиков, а в засушливое – сосновых.



РЫЖИК

По рыжикам можно определять стороны света. Больше всего этих грибов растет с северной стороны деревьев.

Рыжики можно спутать только с волнушками, но у волнушек мякоть белая или нежно-розовая, да и весь гриб значительно светлее, чем рыжик. Хотя именно с рыжиками волнушки чаще всего и встречаются.

Издревле на Руси любили готовить рыжики. Подавали их на стол жареными или тушеными. Особенно почитались соленые рыжики. Любимым блюдом Петра I были соленые рыжики со сметаной. А молодые рыжики вообще едят сырыми – только предварительно посолив. По калорийности соленые рыжики превосходят маринованные

белые грибы, яйца и даже мясо.

В старину на Урале солили рыжики прямо в лесу. Привозили бочонки, в которые укладывали пересыпанные крупной солью рыжики. Каждый гриб предварительно протирали льняным полотенцем.

Переселенцы завезли рыжики даже в Австралию. Их бывает так много, что склоны холмов от обилия грибов становятся рыжими.

ПОГОВОРКА • *Летний рыжик в серьезные дела не годится, только в жарку, а вот осенний – всем хорош и во всех видах добротен.*

РЯДОВКА

Это что там за отряд —
Серые головки?
Это выстроились в ряд
У берез рядовки.
Говорят:
– Мы под дождем
Подрастем немножко,
Дружным строем и войдем
В Петино лукошко.
Л. Гержидович

Рядовки – род пластинчатых грибов. Некоторые из них селятся на лесной подстилке, другие растут под деревьями. Диаметр шляпок – от 3 до 15 см. Шляпки выпуклые, затем распростертые, часто с волнистым краем.

В хвойных и смешанных лесах осенью можно встретить рядовку серую, которую еще называют подсосновик. В сухих сосновых лесах большими группами встречается зеленушка, относящаяся к рядовкам. Рядовка красная растет на сосновых пнях и около них.

Фиолетовая рядовка относится к поздним грибам, ее собирают до глубокой осени. Встретить эти плотные грибы с короткой ножкой можно среди зарослей крапивы, в гниющей растительности, на опавшей хвое под старыми елями. Фиолетовая рядовка хорошо переносит заморозки, встречается в Карелии, Финляндии, на севере ее находили даже в Лапландии.


РЯДОВКА

Зеленая рядовка, или зеленушка, примечательна тем, что сохраняет зеленый цвет даже в вареном виде. Растет она на открытых почвах в сосняках поздней осенью, когда многие другие съедобные грибы уже отошли. Грибников огорчает, что со шляпок зеленушек очень трудно удалять прилипший песок.

Употребляют рядовки в вареном, соленом и сушеном виде. Относиться к этим грибам нужно с осторожностью, поскольку среди них есть несъедобные и даже ядовитые виды. Особенно опасна рядовка белая, все тело которой белого цвета, а мякоть имеет неприятный запах дуста.

В Западной Европе 23 апреля, в день Святого Георгия, начинали собирать рядовку

майскую (майский гриб). Встречается этот гриб на выгонах, по краям дорог, в садах под сливами и яблонями. Мякоть рядовки майской сочная и мясистая, кремового цвета. Майские грибы часто растут кругами. В старину люди не понимали, почему так происходит, и называли такие круги «ведьминым».

ЗАГАДКА

Невысок и коренаст, поглядеть решил на нас,
Приподняв с утра под елками
Лист с прилипшими иголками.
(Рядовка)

СМОРЧОК

Морщинисты, как старички,
В лесу весною родились сморчки.

Заядлые грибники знают, что первые съедобные грибы в наших лесах, словно подснежники, – появляются в апреле. Как только сойдет снег, можно отправляться за сморчками.

Вот апрель уж наступает,
Снег в лесу почти дотаял
И поляночки пригрел…
Знать, сморчок уже поспел.
Е. Ларская

Сморчки – представители сумчатых грибов. Плодовые тела у них крупные, мясистые, высотой до 15 см. Шляпка коническая, яйцевидная, ячеистая, бурых или коричневых оттенков, краями срастается с ножкой. По внешнему виду морщинистые, бугристые шляпки сморчков напоминают очищенные грецкие орехи. И ножка, и шляпка полые.

Гриб на ножке изогнулся, как крючок,
Но – тянуться вверх пытается упрямо…
– Он в народе называется «сморчок» —
Так сказала мне смеющаяся мама.
А. Кропотин

Исстари замечено, что сморчки обычно появляются в тех местах леса, где три-четыре года назад случился пожар. А на старых пожарищах они могут появляться и каждый год.


СМОРЧОК

У другого представителя сумчатых грибов, строчков, шляпка часто бесформенная, волнисто-складчатая или мозговидная, частично сросшаяся по краю с ножкой. Ножка толстая, полая, светлая. Долгое время строчки считались условно съедобными, позднее в них обнаружили токсин гиромитрин, который не разрушается при варке и накапливается в организме. Гиромитрин исчезает при высушивании, поэтому в свежем виде строчки лучше не употреблять в пищу.

В отличие от строчков, сморчки можно есть и после сушки, и в свежем виде, предварительно проварив 10–15 мин. А в Америке сморчки вообще называют «королями грибов» и готовят из них множество вкусностей. Главное блюдо на ежегодных съездах американских ученых-грибников – блинчики со сморчками.

Но конечно, к таким грибам, как сморчки и строчки, нужно относиться осторожно. О многочисленных случаях отравления грибами сообщали еще древнегреческие и древнеримские историки. Были среди «грибных» жертв и титулованные особы. Например, римский император Клавдий. Толк в грибах знала его жена Агриппина. Клавдий как-то разругался с ней, за что и поплатился.

Наши предки знали о галлюциногенных свойствах некоторых грибов. Поедая их, люди получали расслабление, но нередко погибали от передозировки. Шаманы зачастую вгоняли себя в транс, используя грибы. Викинги использовали мухоморы в качестве допинга перед битвой.

СЫРОЕЖКА

У лесных дорожек
Много белых ножек
В шляпках разноцветных,
Издали заметных.
Собирай, не мешкай!
Это сыроежки.

В течение всего грибного сезона в лесу можно встретить большое количество разновидностей сыроежек. В нашей стране растут около 60 видов сыроежек, которые различаются по вкусу и окраске шляпок. Деликатесными считаются сыроежки с сине-зелеными и желто-коричневыми шляпками. Сыроежки растут в лиственных и хвойных лесах.

Судя по названию, сыроежки можно есть в сыром виде, и многие грибники верят в это. Действительно, все они съедобны, но среди них есть несколько видов с горьким вкусом, которые употребляют в пищу после длительного отваривания. Горькие виды обычно имеют красные или фиолетовые шляпки. Сыроежки употребляют в пищу в вареном, жареном и соленом виде. Их можно даже сушить. Недостаток сыроежек – очень ломкая мякоть, поэтому многие грибы превращаются в труху еще в корзинке грибника задолго до попадания на стол.



СЫРОЕЖКА

С июня по сентябрь на заброшенных лесных дорогах в лиственных и смешанных лесах собирают вкусные зеленые сыроежки. У сине-желтых и сине-зеленых сыроежек пластинки под шляпками не твердые, а мягкие на ощупь. Шляпки у них липкие и блестящие.

В сосняке часто можно найти сыроежки буреющие, или селедочные. Названы они так потому, что в жаркую погоду от старых грибов исходит резкий рыбный запах. В Скандинавии сыроежки буреющие часто добавляют в другие блюда из грибов для придания пикантного вкуса.

К сыроежкам относится валуй. Шляпка у него грязно-желтая, сначала шаровидная, затем распростертая. В отличие от других сыроежек, кожица со шляпки не снимается. Растет в смешанных с березой лесах. Мякоть плотная, с едким вкусом, поэтому валуи рекомендуется солить.

ЗАГАДКА

Мы – сестрички-лесовички,
Платья сшили к лету
Разные по цвету:
У каждой сестрички
Свой вкус и привычки.
(Сыроежки)

ТРЮФЕЛЬ

Трюфели встречаются в относительно теплых районах умеренных зон обоих полушарий. Мясистые плодовые тела грибов имеют округлую форму и покрыты бородавчатой или гладкой кожицей. Размер – от горошины до крупного картофельного клубня и даже больше, а масса некоторых грибов достигает 1 кг.

Наиболее ценный, черный, трюфель произрастает в буковых и дубовых лесах на юге Франции, севере Италии, реже в Германии. Столица черного трюфеля – французская провинция Перигор. Самый ценный – белый трюфель – находят в итальянском Пьемонте. В последнее время большое количество разновидностей трюфелей обнаружено в лесах Австралии. Причем их число растет по мере исследования новых территорий.

Трюфели – очень дорогие грибы. Объясняется это их изысканным вкусом, который так ценят гурманы.

Как же распространяются трюфели, плодовые тела которых находятся под землей? Эти грибы являются пищей для некоторых животных, например, свиней. Они поедают плодовые тела вместе с содержащимися в них спорами. Споры проходят невредимыми через кишечник и вместе с фекалиями распространяются по лесу. В лесах Австралии около 40 видов млекопитающих распространяют трюфели. Находящийся под угрозой исчезновения зверек потороус большую часть своей активной жизни занимается розыском трюфелей. В хвойных лесах США трюфели поедают в основном грызуны.



ТРЮФЕЛЬ

Звери отыскивают трюфели по специфичному запаху, свойственному каждому виду этих грибов. Люди для поиска деликатесного черного трюфеля используют специально обученных свиней и собак. Заядлые грибники находят трюфели по известной примете: над этими грибами часто роятся мошки.

В XVIII в. французы научили россиян «охотиться» на трюфелей в подмосковных лесах. «Охота» была поставлена на широкую ногу – целые деревни жили сбором трюфелей. Русские мужики научили отыскивать трюфели маленьких медвежат. В урожайные годы в Подмосковье собирали до 5000 т трюфелей. После революции трюфельные места были утеряны и так до сих пор не восстановлены.

Кроме черного, есть и другие виды трюфелей. Белый, или троицкий, трюфель

встречается в лесах Западной Европы, Украины и Беларуси. Плодовое тело белого трюфеля имеет светлую мякоть, похоже по внешнему виду и размерам на картофель. Растут трюфели не только в лесах. Степные трюфели называют «томболанами». Среди них тоже есть съедобные. Встречаются они в степных районах Южной Европы, Северной Африки и на берегах Каспийского моря – в Азербайджане и Туркменистане.

ШАМПИНЬОН

Шампиньоны были известны еще древним грекам. Греческое наименование шампиньона (микос) дало название науке о грибах – микологии. Этот род грибов включает около 60 видов и распространен достаточно широко.

Полушаровидная, мясистая шляпка шампиньона может достигать диаметра 20 см. У молодого гриба пластинки белые, по мере созревания спор становятся розоватыми, а затем темно-коричневыми. Ножка ровная, имеется покрывало, остающееся в виде кольца на ножке.

Современные исследования показали, что грибы содержат белки, жиры, минеральные соли, углеводы и витамины, необходимые человеку. Около 90 % свежей массы грибов составляет вода, 1–3 % – углеводы, 0,3–0,8 % – жиры. Белок (4–5 %) отличается высоким качеством и благодаря содержащимся в нем аминокислотам хорошо усваивается. По содержанию минеральных веществ грибы не уступают не только многим овощам, но и фруктам. Фосфора и кальция в них примерно столько же, сколько в рыбе.



ШАМПИНЬОН

Шампиньоны встречаются в лесах, на полях, на пастбищах. Наиболее распространенным является шампиньон двуспоровый. С XVII в. его культивируют во Франции. Шампиньон – один из немногих грибов, которые человек научился выращивать. Разводить шампиньоны можно в любых вентилируемых помещениях на специальном питательном субстрате, который готовят из смеси свежего навоза с соломой. Солнечный свет шампиньонам не нужен, они плодоносят в темноте. Есть среди шампиньонов и ядовитые, например, шампиньон желтокожий.

В настоящее время из более 4000 изученных видов шляпочных грибов съедобными считаются несколько сотен. Есть группа грибов, употреблять которые можно только после обработки: варки, соления, сушки. Такие грибы называют условно съедобными.

ЗАГАДКИ

Выросли в подвале,
Света не видали,
Но в лапшу попали.
(Шампиньоны)
Есть гриб почти домашний,
Сажайте хоть на пашне,
Хоть под яблоней в саду,
Хоть у стежки, на ходу.
(Шампиньон)