

Дата проведения занятия:

10.02. – группа 3

14.02. – группа 1

14.02. – группа 2

Тема: «Грибы»

Съедобными считаются грибы, которые абсолютно без риска для жизни и здоровья можно использовать в пищу, так как они обладают значительной гастрономической ценностью, отличаясь тонким и неповторимым вкусом, блюда из них не приедаются и всегда пользуются спросом и популярностью.

Хорошие грибы называются пластинчатыми, на нижней стороне шляпок находятся пластинчатые структуры или губчатыми, поскольку своими шляпками с нижней стороны напоминают губку, внутри которой находятся споры.

Во время сбора опытные грибники всегда обращают внимание на особые признаки того, что гриб пригоден в пищу:



- частоту расположения пластинок;
- какого цвета споры;
- каким способом пластинки крепятся к ножке;
- изменение цвета мякоти при надавливании на нее.

Вырастают лесные грибы из грибницы, напоминающей сероватую светлую плесень, появляющейся на гниющем дереве. Нежные волокна грибницы оплетают корни дерева, создавая обоюдно полезный симбиоз: грибам от дерева достается органика, дерево из грибницы получает минеральные элементы питания и влагу. Иные виды грибов привязаны к породам деревьев, что в дальнейшем определило их названия.

В списке представлены лесные грибы с фото и их названия:

- подберезовик;
- подорешник;
- подосиновик;
- поддубовик;
- рыжик сосновый;
- дубовик крапчатый или обыкновенный, другие.



Подберезовик



Подосиновик



Рыжик сосновый



Подорешник



Поддубовик



Дубовик крапчатый

В хвойных и смешанных лесах много других грибов, которые с удовольствием отыскиваются грибниками:

- лисички;
- рыжики;
- опята летние, осенние, луговые;
- маслята;
- шампиньоны;
- сыроежки;
- грузди;
- польский гриб, и так далее.



Лисички



Рыжики



Опята



Маслята



Шампиньоны



Груздь



Сыроежки



Польский гриб

Складывать грибы во время сбора правильнее всего в специальные плетеные лукошки, где они могут проветриваться, в такой таре им легче сохранять свою форму. В пакеты собирать грибы нельзя, иначе, после возвращения домой, можно обнаружить слипшуюся, бесформенную массу.

Допускается сбор только тех грибов, о которых наверняка известно, что они съедобные и молодые, старые и червивые стоит выбросить. Подозрительные грибы лучше вообще не трогать, обходить их стороной.

Наилучшее время для сбора – раннее утро, пока грибы крепкие и свежие, они будут дольше сохраняться.

Характерные признаки съедобных грибов и их описание

Среди благородных представителей съедобных, вкусных и полезных грибов имеется особая группа, которую принято характеризовать одним словом «поганки», потому что все они ядовитые или смертельно ядовитые, их около 30 видов. Опасны они тем, что произрастают обычно по соседству со съедобными и часто внешне на них похожи. К сожалению, только через несколько часов выясняется, что был съеден опасный гриб, когда человек получил отравление и попал в больницу.

Чтобы избежать таких серьезных неприятностей, нелишне будет перед выходом на «тихую охоту» еще раз просмотреть фото, названия и описание съедобных лесных грибов.

Начать можно с первой категории, в которую зачислены самые благородные, высококачественные грибы, обладающие наиболее высокими вкусовыми и питательными качествами.



Белый гриб (или боровик) – ему отдается пальма первенства, он один из самых редко встречающихся среди сородичей, полезные свойства этого гриба уникальны, а вкусовые качества – самые высокие. Когда гриб маленький, имеет очень светлую сверху шляпку, которая с возрастом изменяет свой цвет на желтовато-коричневый или каштановый. Нижняя сторона трубчатая, белая или желтоватая, мякоть – плотная, чем старше становится гриб, тем более дряблой делается его мякоть, но цвет ее на срезе не меняется. Это важно знать, так как ядовитый **желчный гриб** внешне схож с белым, но поверхность губчатого слоя розовая, а мякоть на изломе краснеет. У юных боровиков ножки имеют форму капли или бочонка, с возрастом она меняется на цилиндрическую.

Встречается чаще всего летом, группами не растет, найти его можно на песочных или травяных полянах.



Подберезовик – вкуснейший гриб, богат микроэлементами, известен как абсорбент, связывающий и выводящий из организма человека вредные токсические вещества. Шляпка у подберезовика приглушенного коричневого оттенка, выпуклая, достигающая диаметра 12 см, ножка покрыта маленькими чешуйками, к основанию – расширенная. Мякоть без специфического грибного запаха, на изломе приобретает розоватый оттенок.

Грибы любят влажную почву, идти за ними стоит в березовую рощу после хорошего дождя, искать нужно прямо у корней берез, встречается в осинниках.



Рыжик – гриб, получивший свое название благодаря своему особенному морковно-рыжему цвету, шляпка интересной воронкообразной формы, с углублением посередине, от углубления к краям просматриваются круги, нижняя часть и ножка тоже оранжевого цвета, пластики при надавливании зеленеют. Мякоть также ярко-оранжевая, отдает легким смолянистым ароматом и привкусом, млечный сок, выделяющийся на изломе, зеленеет, затем буреет. Вкусовые качества гриба ценятся очень высоко.

Предпочитает расти в сосновых лесах на песчаных почвах.



Груздь настоящий – грибники считают и величают «царем грибов», хотя он не может похвастаться тем, что пригоден для использования при различной обработке: в основном, в пищу он идет только в засоленном виде. Шляпку в юном возрасте груздь имеет плосковыпуклую, с незначительным углублением, переходящую с возрастом в воронковидную, желтоватую или зеленовато-белую. На ней имеются прозрачные, словно стекловидные диаметральные круги – один из характерных признаков груздя. Пластинки от ножки отходят к краю шляпки, на котором вырастает волокнистая бахрома.

Белая ломкая мякоть обладает узнаваемым груздевым запахом, белый сок, заветриваясь, начинает желтеть.

Далее можно продолжить рассматривать описание съедобных грибов, относящихся ко второй категории, которые, может, вкусны и желанны, но их питательная ценность несколько ниже, опытные грибники их не обходят стороной.



Масленок – род трубчатых грибов, название получил из-за маслянистой шляпки, вначале красно-бурой, затем переходящей в желто-охряную, полукруглой с бугорком по центру. Мякоть имеет сочную, желтоватого цвета, без его изменения на срезе.



Подосиновик (осиновик) – пока молодой, шляпку имеет шарообразную, через пару дней ее форма напоминает тарелку на вытянутой до 15 см коренастой ножке, покрытой черными чешуйками. Срез на мякоти с белого переходит в розово-фиолетовый или серо-фиолетовый цвет.



Польский гриб – относится к ценным, элитным грибам, имеет некоторую схожесть с белым грибом, шляпка у него каштаново-коричневая, сначала завернута книзу, у взрослых грибов она заворачивается кверху, становится более плоская, в дождливую погоду на ней выступает клейкое вещество, кожица отделяется с трудом. Ножка плотная, имеющая форму цилиндра до 4 см в диаметре, зачастую гладкая, встречается с тонкими чешуйками.



Дубовик крапчатый – внешне схож с белым грибом, но у него немного другая окраска, черно-коричневая, ножка желтоватого бледного цвета с красноватыми вкраплениями. Мякоть мясистая и плотная, яркого желтого цвета, зеленеющего на изломе.



Дубовик обыкновенный – ножка у него более яркая, основание окрашено красноватым оттенком с легкой розовой сеткой. Мякоть также мясистая и плотная, ярко-желтая, на изломе она зеленеет.

Названия съедобных грибов третьей, предпоследней категории не настолько на слуху у начинающих грибников, но она достаточно многочисленная, грибы этой категории встречаются гораздо чаще, чем первых двух, вместе взятых. Когда в грибной сезон можно собрать достаточное количество белых, рыжиков, груздей и прочих, волнушки, лисички, сыроежки, валуи многие обходят стороной. Но когда с количеством благородных грибов случаются сбои, охотно собирают и эти грибы, не возвращаясь же домой с пустыми корзинами.



Волнушки – розовые, белые, между собой очень схожие, различие только в цвете шляпки, у розовой волнушки молодая шляпка с бородой, выпуклой формы с красными кольцами, которые с возрастом блекнут, у белой – шляпка светлее, круги отсутствуют, ножка тонкая, пластинки – узкие и частые. Благодаря плотной мякоти волнушки хорошо переносят транспортировку. Нуждаются в длительной термической обработке перед употреблением.



Сыроежки – самые часто встречающиеся из семейства сыроежковых, на территории России произрастает более десяти видов, иногда их наделяют поэтическим определением «самоцветы» за красивые разнообразные оттенки шляпок. Самые вкусные – сыроежки пищевые с розоватыми, красноватыми

волнисто изогнутыми или полушаровидными шляпками, которые во влажную погоду становятся клейкими, в сухую они матовые. Бывают шляпки неравномерно окрашенные, с белыми пятнами. Ножка у сыроежки от 3 до 10 см в высоту, мякоть обычно белая, достаточно хрупкая.



Лисички обыкновенные – считаются деликатесными, шляпки становятся воронковидными с возрастом, у них нет четкого перехода к неравномерно цилиндрическим ножкам, сужающимся у основания. У плотной мясистой мякоти приятный грибной аромат, острый вкус. От рыжиков лисички отличаются волнистой или кудрявой формой шляпки, они светлее рыжиков, на свет кажутся полупрозрачными.

Интересно, что лисички не бывают червивыми, потому что содержат в мякоти хиноманнозу, вытравливающую из гриба насекомых и членистоногих. Показатель накопления радионуклидов – средний.

Собирая лисички, нужно быть осторожными, чтобы в лукошко вместе со съедобными грибами не попала **лисичка ложная**, отличающаяся от настоящей только в молодом возрасте, становясь старой она приобретает бледно-желтый цвет.

Различают их, когда находят колонии лисичек с грибами разного возраста:

- настоящие грибы любого возраста одного цвета;
- ложные молодые грибочки – ярко-оранжевые.



Валуи – со шляпками шаровидной формы, которая у взрослых грибов становится выпуклой с обвислыми краями, пластинками желтоватого цвета с буроватыми пятнами, мякоть у валуя белая и плотная. Запах у старых грибов неприятный, поэтому рекомендуется собирать только молодые валуи, похожие на кулачки.



Опята – грибы, растущие кучками по многу штук, они ежегодно вырастают на одних и тех же местах, поэтому, заметив такое грибное местечко, можно ежегодно уверенно к нему возвращаться с уверенностью, что урожай будет гарантирован. Их легко отыскивать на трухлявых, гнилых пнях, повалившихся деревьях. Цвет шляпок у них бежево-коричневый, всегда темнее в центре, светлее к краям, при высокой влажности приобретают красноватый оттенок. Форма шляпок у молодых опят полушаровидная, у зрелых – плоская, но бугорок посередине остается. У молодых опят от ножки к шляпке вырастает тонкая пленочка, которая разрывается по мере вырастания, на ножке остается юбочка.

Вопросы по теме занятия:

- 1. Какие признаки указывают на съедобность гриба?*
- 2. Какие грибы характерны для хвойных и смешанных лесов?*
- 3. В какое время суток лучше всего собирать грибы и почему?*

Свои ответы и вопросы присылай на электронную почту jaroslavna21@gmail.com с указанием имени и фамилии.