



ГРИБНАЯ



№ 11 (091) 2012 г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

**Опробовано.
Эффект – есть.**

Мейтаке очень хорошо помогает при климаксе. Особенно когда приливы начинаются. У меня муж – моряк. Так вот, в начале 80-х он специально привозил моей маме, своей теще, специальные баночки для снятия негативных климактерических эффектов из Японии и Индии – там были нарисованы эти грибы (их еще называют танцующими грибами) и специальное тибетское мумие «Шилайт». У матери это был очень сложный период – волосы сыпались ковром, буквально за год из роскошной гривы остался жидкий хвостик-клякса, зашкаливало давление за 200, слабость была такая, что с постели по утрам встать не могла. И это – в 52 года. Вот этими грибами да мумие и спасалась. Потом даже друзьям-морякам заказывали...

Елена Устинович, С-Пб

● **ФУНГОТЕРАПИЯ** открывает свои секреты: «МЕЙТАКЕ»



Grifola frondosa

- **Консультация травника**
- **Грибной гороскоп**
- **Мейтаке в косметике**
- **Внимание Конкурс**

Горячая линия фунготерапии
8-800-5555-170

КРУГЛОСУТОЧНО
Звонок по России бесплатный

● **Грибная ХАРЧЕВНЯ**

Подписной индекс
газеты «Грибная аптека»
19320

По каталогу «РОСПЕЧАТЬ»
(с любого месяца)

РОССИЯ

Газету «Грибная Аптека»
в Республике Беларусь

19320

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**

Очень многие – да практически все вы, дорогие читатели, бывали на море. Или океане – любовались им, купались в нем... Отдельный мир, другой, особый. Со своей тишиной, своими законами, которые надо неукоснительно соблюдать. Вот так и лес – немного другое измерение. И тишина в нем необычная – только подчеркиваемая пением птиц летом, гудением насекомых, говорящих с ветром листьев и крон деревьев, шелестом дождя, хрустом упавших ветвей под ногами, шорохом травы... Летом, конечно. А сейчас – ноябрь. И зеленый лесной мир давно уж оголился, стал туманно-сонным, серо-черным. Но он не перестал быть чудесным, таинственным, загадочным. Манящим все новыми и новыми открытиями. Этот мир, Вселенная – бесконечны, непреходящи, как и бесконечен в своем многообразии миллионелетний мир грибов...

И в этом, уходящем в бескрайние дали ряду грибов есть интереснейший представитель – редкий гость наших просторов гриб Мейтаке. Растет в основном в лесах Японии, некоторых районах Китая, встречается в Северной Америке (индейцы очень хорошо знали и этот гриб, и его поразительные целебные свойства, именно от индейцев пошла традиция нашедшего такое вот чудо природы исполнять некий ритуальный танец. И от радости, что нашел Мейтаке, который далеко не всем дается в руки, и также считалось, что если не исполнить этот танец счастливой благодарности – гриб не подарит свои целебные свойства, потеряет их...). Можно его найти и в Западной Европе, и в Австралии. У нас же он встречается в Марийской республике, Чувашии, Белоруси, в Украине, Грузии и Прибалтике, и даже в Ленобласти можно его отыскать – ну, кому сильно повезет.

Произрастает в основном на пнях деревьев широколиственных пород, занесен в Красную Книгу – из-за редкости и редкостных



также целительных свойств. О которых вы прочтете далее в газете.

Я же хочу сказать о том, насколько он красив и необычен – по внешнему виду. Ажурное произведение лесного искусства, носящее массу названий и прозвищ – и забавных, и романтических даже – например, «Танцующая нимфа»... Что может быть красивее... Кроме этого – и гриб-баран, и грибная капуста, коралловый гриб (не случайно вспоминался океан, Мейтаке действительно напоминает порой кораллы), а еще – гриб-квочка, лесная курица, хвост индейки.

Вырастает иной раз до огромных размеров – более 50 сантиметров в диаметре, достигая при том веса в 2-3 килограмма. Гриб съедобен, очень вкусен тушеный в сметане – гурманы оценят ореховый привкус и запах. И если доведется вам, посчастливится встретить этот гриб – не стесняйтесь, попляшите вокруг, станцуйте благодарно – и он подарит вам все свои чудесные свойства...

Главный редактор Коротков Игорь

Мейтаке - женский гриб

Убедилась на себе в действии мейтаке – действительно помогает при климаксе. И приливы стали реже, и потом обливаюсь уже не так катастрофически. Сначала думала, что просто все само нормализуется, климакс уже не так свирепствует. А вот забыла с собой взять в командировку мейтаке – и так меня приливы прихватили, что пришлось сына просить выслать мне экспресс-почтой мою заветную баночку...

Демчук Л.З., Москва

Консультация ТРАВНИКА



Пастушья сумка

(*Capsella bursa-pastoris*)

- сумка пастуха,
кошенилка,
депешник,
ершов глаз,
воробейное око,
релажник.

Любое растение создано природой во благо. А задача человека лишь правильно понять его предназначение.

По весне, едва схлынет половодье, как по обочинам дорог и на задворках появляется невзрачная, но очень жизнелюбивая трава – пастушья сумка. Различают 25 видов пастушьей сумки, но в медицинской практике особой популярностью пользуется пастушья сумка обыкновенная.

Это однолетнее травянистое растение. Надземная часть, прикорневая розетка и ветвистый стебель, усыпанный мелкими цветами на длинных цветоножках, собранных в рыхлую кисть. Период цветения сменяется образованием плодов, появлением стручков треугольной формы, напоминающих сумку, перевязанную бечевкой. Семянки коричневого цвета, мелкие, сплюснутые.

Пастушья сумка – чрезвычайно живучий сорняк, за период вегетации способный сменить несколько поколений.

Цветет с мая до глубокой осени.

Лекарственным сырьем служит надземная часть, собранная в период цветения. Имеет неприятный запах и горький вкус.

Произрастает повсеместно на всей территории России, Украины, Белоруссии.

Издавна пастушья сумка в мире почиталась как высокоэффективное средство. В исторических справочниках записано – «Употреблять против кровотечения всякого рода». Поэтому как отечественная медицина, так и медицина Древней Греции и Рима, Монголии, Индии, Китая широко применяла пастушью сумку в первую очередь как кровоостанавливающее средство при различных видах кровотечений, особенно маточных, а так же в лечении туберкулеза и онкологических заболеваний.

Химический состав:

Органические кислоты, дубильные вещества, сапонины, алкалоиды, холин, ацетилхолин, тирамин, флавоноиды, фитонциды, вит. К и С, микроэлементы – железо, цинк, хром, магний, марганец, калий. В семенах содержится горчичное масло.

С 1914 года включено в Государственную Фармакопею, как активное гемостатическое средство.

Фармакологические свойства:

- применяется в качестве кровоостанавливающего средства при различных видах кровотечений – легочных, почечных, маточных, желудочно – кишечных, геморроидальных.

- основная сфера применения растения – в гинекологии и акушерстве, усиливающее сократительную способность матки после родов – атонические кровотечения, при обильных и длительных менструациях, при климактерических кровопотерях. При маточных кровотечениях особо эффективно в сочетании с экстрактом калины или водяного перца, при почечных – с полевым хвощом, при желудочно-кишечных – с кровохлебкой.

- болеутоляющее и ранозаживляющее средство.
- водный и спиртовой экстракт используется как мочегонное и гипотензивное средство.
- усиливает перистальтику кишечника,
- за счет богатого многоэлементного состава способствует нормализации обменных процессов.
- свежие листья пастушьей сумки обладают фитонцидной активностью,
- оказывает выраженное противовоспалительное действие.

Способы применения:

Настой – 10 гр. сырья залить 200 мл кипятка, процедить. Пить в теплом виде 1 ст. ложке 5-6 раз в день.

Настойка – 100 гр. сухого сырья залить 500 мл водки, настоять в темном месте 2 недели, процедить. Пить по 30 кап. 3 раза в день.

Применять при послеродовых кровотечениях, раке, фиброме матки, мено- и метроррагиях.

Отвар – 1 ст. ложку травы залить 200 мл кипятка, нагреть на водяной бане 15 мин., охладить 45 мин., процедить, долить до первоначального объема, пить по 2 ст. ложки 4-5 раз в день при различных кровотечениях, воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, дизентерии.

Сок травы – разбавить водой 1:1, пить по 1 ст. ложке при поносе, закапывать в нос при носовом кровотечении.

Противопоказания к применению:

тромбофлебит и беременность.

Использование в других областях:

пастушья сумка съедобна. Как природный овощ может возделываться в огородах. В странах Китая, Японии, Индии, Франции зелень этого растения является деликатесом и добавляется в различные блюда, как гарнир и приправа к мясным и рыбным продуктам. На Руси из семян готовили острую горчицу. Жмых шел на корм скоту.

Пастушья сумка широко используется в ветеринарии при диарее и внутренних кровотечениях.

Фунготерапия открывает свои секреты

Мейтаке - древесная курица

Как только не называют этот хорошо известный во всех частях света гриб!

В Новой Зеландии его называют овечьей головой, что очень характерно для жителей этой местности – фермеров и больших профессионалов овцеводства. У нас в России – этот гриб тоже напомнил кому-то это животное и в народе его именуют гриб-баран. Похож потому что. Завитушки грибных лепестков – шляпок такие же, как на овечьем руне хорошей выделки. Мелкие, накрывающие друг друга шляпки, по форме напоминающие язычки, к тому же у них зачастую сросшиеся ножки, густой массой покрывают пеня или его корни, тем самым превращая заурядный пеня в «лесного барашка».

А вот в Канаде его называют – древесной курицей. И тоже похоже – как будто на стволе пристроилась симпатичная курочка с взъерошенными перышками. А вот почему японцы именуют этот гриб – «танцующим грибом» – понять трудно. Скорее всего, трудно понять это нам – европейцам с традиционным мышлением. А японцам с их парадоксальным видением мира – он таковым и кажется – танцующим. Американские микологи пытаются объяснить это название японцев по-разному. Одному – Джеймсу Олдриджу – кажется, что такое название связано с тем, что в древности нашедший гриб танцевал от радости, обменивая его на серебро по весу. И именно так ценился этот гриб – по унциям веса гриба отдавали унции серебра!!! То есть в перерасчете на нынешние цены – гриб весом в 300 граммов стоил 9 тысяч рублей!!! Другие авторы считают, что название связано с видом плодового тела мейтаке – отдельные грибки накрывают друг друга, напоминая бабочек в диком танце. Но факт остается фактом – гриб знаменит во всем мире, изучен, известны и апробированы его целебные свойства, а название принято в обиходе японское «МАЭ (танцующий) ТАКЕ –гриб». Для русского языка сдожилось полуяпонское название – мейтаке.

Изменилось только одно – стоимость гриба. Японские микологи смогли его приручить и

заставить расти на грибных фермах, что сразу и опустило цену. В 1990 году японские культиваторы произвели 8 000 тонн мейтаке, а уже в прошлом году в 30 раз больше, и появилась возможность экспортировать их на запад.

Особенности производства и стоимости БАДов из мейтаке

Стоимость может сильно варьироваться – это зависит от разных причин получения гриба. Самая высокая цена у БАД, если для его производства были использованы ДИКИЕ грибы, собранные в экологически чистых лесах. Они – самые целебные и эффективные. Такие грибы есть только в России и Канаде, поэтому БАДы российского и канадского изготовления ценятся во всем

мире и стоят дороже остальных. На втором месте по цене, качеству и целебности стоят БАДы, полученные из мейтаке, выращенных искусственно. Здесь всегда масса проблем. Японские производители-грибные фермеры, подходят к затратному выращиванию ответственно – не скупятся на натуральную древесину и не опрыскивают завязавшиеся грибы химикатами – для роста и против вредных личинок. Китайцы пользуются запрещенными химикатами в

полный рост, иногда в сырье мейтаке, доставленном из Китая, зашкаливают все цифры недопустимых химических соединений – тяжелых металлов, радионуклидов, химических гормонов. И поэтому иногда даже смешно смотреть на российских обывателей, с придыханием расхваливающих китайские грибные БАДы – «они же импортные, не то что наши – российские!»

И третий вид БАД из мейтаке – это производство из грибного мицелия мейтаке, то есть из тех нитей грибницы, которые формируют тело гриба. Это самый экономный способ производства, но пока еще никем не доказано, что целебные свойства мицелия аналогичны свойствам настоящего гриба. На этикетках таких БАДов не принято указывать, что его происхождение «мицелиальное», хотя по сути это введение в заблуждение покупателя.





Фунготерапия открывает свои секреты



Целебные свойства мейтаке

1. Мейтаке снижают кровяное давление, вызывая легкий мочегонный эффект. Это было доказано японским ученым Йягишитой в 1977.

Данные исследования были проведены в аюрведическом медицинском центре Нью-Йорка (Джерсон, 1994). Одиннадцать добровольцев с задокументированной базовой гипертонией получали по три капсулы два раза в день грибов мейтаке - утром и вечером до еды. Два раза в день в течение шести недель им измеряли кровяное давление. Наблюдалось понижение систолического давления на 14 мм и на 8 мм диастолического в среднем.

2. Снижают уровень глюкозы в крови при инсулинзависимом диабете.

Такое сообщение прозвучало на Японском Фармацевтическом Форуме в 1994 году, сделанное ученым Нанбо.

3. Стимулирует иммунную систему у людей с синдромом хронической усталости (По данным Токийского Института Рака).

4. Имеет серьезный противораковый эффект. Экстракт мейтаке изучался в медицинских клиниках США на пациентах с раком груди и прямой кишки (Миллер, 1994).

В Китае экстракт мейтаке продемонстрировал антираковый эффект у 63 пациентов с раком легких, желудка, печени и лейкемией (Цху и др., 1994). Экстракт давали оральным способом, 4 капсулы три раза в день перед едой в течение 3 месяцев. Нанба (1994 а, б) сообщает, что он «видел массу пациентов с раком в серьезной стадии, которые выздоровели за счет многостороннего эффекта грибных экстрактов».

5. Корректирует гормональный фон в климактерическом состоянии у женщин. Подобные исследования проводились в гинекологических клиниках в Атланте (США) в 1993 году. Было отмечено снижение приливов и потоотделения, уменьшения нервной нагрузки и раздражения.

6. Регулирует менструальный цикл у женщин детородного возраста, что также подтверждено клиническими исследованиями в США. Было отмечено снижение болезненности, спазмов, количество выделений.

7. Имеет способность расщеплять жировые клетки и выводить их с водой из организма. Этот эффект хорошо знали в древней Японии, где гриб мейтаке традиционно называли «грибом гейш» и подтвердили испытаниями в Токийском Институ-

те Красоты. Экстракт мейтаке традиционно входит во многие средства для похудения.

8. Оказывает рассасывающий эффект на доброкачественные опухоли груди и матки у женщин, и опухоли простаты у мужчин. Это подтверждено клиническими испытаниями в гинекологических и андрологических клиниках.

9. Регенерирует молодые клетки эпидермиса кожи, что оказывает омолаживающий эффект. Масками из этого гриба пользовались первые красавицы Японии – гейши – для придания коже свежести и молодости. В настоящее время несколько косметических японских фирм традиционно используют вытяжку мейтаке как компонент в омолаживающих кремах и масках.

Ошибки и заблуждения при использовании гриба мейтаке в лечебных целях

Иногда в литературе невежественных целителей как китайских, так и отечественных, мелькают рецепты приготовления мейтаке в домашнем пользовании. Кто-то советует принимать сухой порошок мейтаке в большом количестве - от 5 до 20 граммов день. Это – неверно. Существуют апробированные дозы, вызывающие наибольший лечебный эффект – это до 1 грамма сухого порошка и до 0,5 мг экстракта. Больше количество мейтаке – НЕ ОКАЗЫВАЕТ существенного эффекта. Поэтому можно есть стаканами сухой порошок мейтаке и пользы от этого будет крайне мало, разве что увеличится нагрузка на кишечник.

Есть советы – отваривать и как можно дольше кипятить сухие или свежие грибы мейтаке и принимать до литра этого отвара в день. Это тоже – заблуждение. Целебные полисахариды не выносят высоких и низких температур и целебность полностью исчезает. Хотя отвар из мейтаке довольно вкусен и полезен для организма, но только как еда.

Рецепты настоек из мейтаке – также заблуждение. Спиртовые растворы губительны для нежных целебных структур гриба и такая настойка утрачивает свои лечебные свойства.

Можно настаивать сухие мейтаке только на слабоалкогольных фракциях - винах, сыворотке, кефире. Именно тогда, когда нужно получить действие этилорастворимых меланинов. Такие настойки показаны в основном для лечения доброкачественных опухолей.



Мейтаке в косметике

Когда нужно подумать об омолаживающей косметике? Раньше считалось, что уже в тридцатилетнем возрасте любая дама должна позаботиться о своей коже лица, чтобы предотвратить мелкие морщинки. Советские журналы «Крестьянка» и «Работница» вели специальные рубрики «Советы женщинам по уходу за кожей лица и шеи», где давали немудреные советы по омоложению. Сейчас возраст старения кожи заметно снизился – уже в 25 лет необходим целый комплекс **ОМОЛАЖИВАЮЩИХ** кремов, гелей и масок. С чем это связано?

Причин предостаточно – чрезмерное обилие косметики, особенно вредны для кожи тонирующие и корректирующие кремы с силиконовой составляющей, силикон не только блокирует поры, но и воздействует на сами клетки – прекращает к ним доступ ультрафиолета и кислорода. Кожа стареет быстро, и клетки эпидермиса крайне вяло делятся. Вторая причина – любовь к шоколадному загару. Недаром дамы прошлых веков оберегали лица и руки от солнечных лучей под кружевными зонтиками – агрессивный ультрафиолет не только выжигает верхний слой кожицы, но и замедляет развитие новых слоев эпидермиса – клетки просто не могут активно делиться в «солнечной топке». Третье – изменение питания. Очень показательны в этом плане американки – вид их кожи ужасающ даже в двадцатилетнем возрасте из-за склонности к гамбургерам, хот-догам и т.д. Землистость кожи (сероватогрязный оттенок) говорит о том, что сосуды верхнего слоя эпидермиса забиты холестериновым налетом, не пропускающим питательные вещества к новым зреющим клеткам. Четвертое – склонность к постоянному нахождению в закрытых помещениях. Признак – мучнистость кожи (мертвенно-белый оттенок). Это говорит о том, что нарушена

циркуляция крови в сосудах эпидермиса – кровь вяло течет по сосудикам, так же вяло отдавая питательные вещества.

Поэтому в омолаживающих кремах и масках должно идеально быть соотношение всех четырех составляющих **МОЛОДОСТИ** кожи:

1. Увлажнение.
2. Способность проникать в сосуды кожи и растворять жировые, холестериновые налеты.
3. Насыщать кровь в капиллярах кожи питательными веществами и кислородом.
4. Усиливать циркуляцию крови в капиллярах.

Крайне редко можно совместить все эти пожелания в косметических масках. И самое поразительное, что научная лечебная косметология сейчас едина в своем мнении – кажется, есть такое универсальное решение. Ими оказались... **ГРИБНЫЕ** маски. Именно в грибах соединено несоединимое: животные белки и растительные лигнины. А кроме того, там целый минеральный комплекс (почти вся таблица Менделеева) и витаминный комплекс (даже витамин Д). А также способность проникать в цитоплазмы клеток и адсорбировать (впитывать в себя) канцерогены и шлаки, затем выводя их естественным путем. Грибные полисахариды заставляют кровь усиленно регенерировать красные кровяные тельца (эритроциты), тем самым обновляя ее и заставляя быстрее циркулировать по капиллярам. Это действительно **ИДЕАЛЬНАЯ ОМОЛАЖИВАЮЩАЯ МАСКА**.

В Японии с древних времен был очень популярен рецепт такой омолаживающей маски, которым пользовались **ГЕЙШИ** и японские аристократки. Не забывайте, что гриб мейтаке тогда ценился на вес серебра!!! Это были очень дорогостоящие грибы. Но эффект молодости лица – дороже любого количества серебра.

Мейтаке в косметике

Вот этот древний японский рецепт:

Мелко нарезать свежих (!!!) грибов мейтаке, раздавить из фарфоровым пестиком в фарфоровой мисочке для супа мисо. Добавьте 1 ч. ложку сока лимона и 1 ч.ложку миндального масла и небольшое количество рисовой муки. Размешать до густой консистенции и нанести на кожу, Держать маску следует 15 минут.

Вряд ли можно легко воспользоваться этим рецептом - слишком экзотичны ингредиенты. Но к счастью косметологи НПО «БИОЛЮКС» смогли воплотить в жизнь японский рецепт омолаживающей маски – создана омолаживающая маска для лица и декольте «МЕЙТАКЕ», которая легко накладывается салфеткой на лицо и пропитана вытяжкой из гриба мейтаке. Первый курс достаточно долгий – несколько недель. Но эффект действительно великолепный – кожа начинает оживать! Приобретает здоровую шелковистость и упругость!

Надеюсь, что это не единственная, а только первая грибная маска для лица. И очень жду еще новой грибной косметики.

Косметолог высшей квалификации - Елена Самойловна Ульрих.



МЕЙТАКЕ

ПРИМЕНЕНИЕ ГРИБА МЕЙТАКЕ

- МАСТОПАТИЯ, МИОМА, ФИБРОМИОМА, ДОБРОКАЧЕСТВЕННЫЕ
- НОВООБРАЗОВАНИЯ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, ЛИПОМАТОЗ
- КИСТЫ ЯИЧНИКОВ, МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ, ПЕЧЕНИ, ПОЧЕК
- ОБЩАЯ РЕГУЛЯЦИЯ ЭНДОКРИННЫХ ФУНКЦИЙ
- СТИМУЛЯЦИЯ ФУНКЦИЙ ЖЕНСКИХ ПОЛОВЫХ ЖЕЛЕЗ И
- ГОРМОНАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ У ЖЕНЩИН (ПРЕДМЕНСТРУАЛЬНЫЙ СИНДРОМ, КЛИМАКТЕРИЧЕСКИЕ ЯВЛЕНИЯ)
- ГЕРПЕТИЧЕСКИЕ ИНФЕКЦИИ
- СНИЖЕНИЕ ВЕСА В КОМПЛЕКСЕ С ГРИБАМИ ШИТАКЕ И ТРУТОВИК



ФСП-1

Почта России

АБОНЕМЕНТ на газету **19320**
на журнал (индекс издания)

Грибная Аптека Количество комплектов:

| на год по месяцам | | | | | | | | | | | |
|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| | | | | | | | | | | | |

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому (фамилия, инициалы)

ДОСТАВочная КАРТОЧКА

газету **19320**
на журнал (индекс издания)

Грибная Аптека (наименование издания)

Стоимость подписки руб. коп. Количество комплектов:
пере- адресовки руб. коп.

| на год по месяцам | | | | | | | | | | | |
|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| | | | | | | | | | | | |

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому (фамилия, инициалы)



ЧЕРНАЯ КУКУРУЗА - ПЕРУАНСКАЯ "МАМА САРА"

Сколько сортов кукурузы вы знаете? Странный вопрос, не правда ли? Конечно, тот который растет на Украине и в Крыму, украшает пачки с хлопьями и жестяные банки с консервированными зёрнами. ОДИН сорт. С глянцевыми крупными зёрнами и роскошной челкой шелковых волокон из под зеленой одежды початка. ОДИН. И мне, честно говоря, его вполне всегда хватало и совершенно не интересовало, на какие подвиды он делится и как культивируется и как эти подвиды называются... Меня вполне устраивала - желтая кукуруза. И мне вполне хватало

ОДНОГО сорта. Ну примерно так же, как для рядового перуанца вполне достаточно ОДНОГО сорта яблок - просто яблоки. Потому что они там не растут. Как и у нас - кукуруза. И им и невдомек, что бывает вкуснейший «белый налив» - и розовый, и сахарный, и антоновка, и полосатый штрефель, и сладчайшая коробовка... Сколько можно назвать российских сортов яблок? сто, двести? И нас это не удивляет. Как не удивляет перуанцев их 150 сортов... кукурузы.

А меня это не то чтобы удивило, меня это повргло... в шок. Культурный шок. На обыкновенном сельском рыночке «меркадо» - тогда, когда я увидел... черную кукурузу. ЧЕРНУЮ. С абсолютно черными зёрнами. Ну это то же самое, что увидеть в России - яблоню с черными яблоками. Только вот наша селекция до этого не додумалась. Впрочем, перуанская селекция к этому тоже не имеет отношения. Эта ЧЕРНАЯ кукуруза не выведена селекцией - она дана перуанцам, вернее, народностям кечуа - как ДАННОСТЬ. То есть в дикой природе были два вида дикой кукурузы - с светлыми желтыми зёрнами и с ЧЕРНЫМИ зёрнами. Правда сами початки и той и другой кукурузы были крохотные - не больше четырех сантиметров.

Черная кукуруза - самый важный продукт народностей древности, обитавших на территории Перу. Инки возвели ее (черную кукурузу - МАМУ САРУ) в культ божества. Из черной кукурузы получили удивительный напиток - ЧИЧА МОРАДА - насыщенный бордово-фиолетовый напиток со вкусом и вишни, и ананаса, и свеклы. Энергоемкость этого напитка поражает воображение - при малом количестве килокалорий он дает бешеное количество энергии. Инки пользовались этим всюю - существовали специальные гонцы-бегуны, которые во время заданий пили только «чичу мораду» без всякой еды и за день покрывали расстояние (это по горам-то, в разреженном воздухе) - около ста миль!!!



Современные перуанцы (потомки инков) - стройны и легки. Женщины - перуанки прекрасно знают, что месяц на ЧИЧА МОРАДЕ - это не иссушающая невыносимая диета - а питание БЕЗ ГОЛОДА - нужно просто с удовольствием пить вкусный сладкий напиток из черной кукурузы, получать массу энергии для работы, здоровый сон, очищение организма через выведение токсинов (при питье ЧИЧИ МОРАДЫ усиливается мочеотделение) и - активное похудение.

ЧИЧА МОРАДА - это самый любимый национальный продукт, гордость перуанцев (на втором месте стоит КОКА). Есть всевозможные конфеты, которые так и называются ЧИЧА МОРАДА и на фантиках гордо красуется черный початок, есть мороженое, пирожные, я видел роскошный торт с венцом из черных початков, искусно сделанных из марципановой массы. Есть даже алкогольные напитки с яркой этикеткой черного початка. Ну а то, что в любом ресторане или кафе вам первым делом принесут кувшин с ЧИЧА МОРАДОЙ - и вопросов нет. Популярность ЧИЧА МОРАДЫ в Перу зашкаливает явно популярности в России кваса или клюквенного морса.

О реальном похудении могу рассказать на примере моей сотрудницы, с которой «осваивали» натуральные товары Перу. За две недели посещения ресторанчиков и кафе с невероятно вкусной местной кухней (морепродукты, мясо ламы и альпаки, нежнейшая баранина, говядина, тающая во рту, взрошенная на изумрудной травке горных Анд) было прибавлено 6 кг, о чем с горестью констатировали весы. Три последних дня - чисто на ЧИЧА МОРАДЕ - эти 6 кг убрали. То есть по 2 кг в день!!! Из негативных проявлений могу отметить только сверхактивность моей спутницы, которая замучила меня пешими восхождениями на крутые склоны Лимы с целью изучения районов города - Барранка и Сан-Исидро.

Рецепт ЧИЧА МОРАДЫ - прост и изыскан. Хотя существует масса напитков в пакетиках (и натуральные экстракты черной кукурузы и сиропы, и даже синтетические заменители без натуральных сахаров), но перуанцы предпочитают готовить этот напиток самостоятельно.

*черная кукуруза - 1кг
ананас (спелый) - 1 шт.
яблоки - 2 шт.
гвоздика - 1 шт.
корица (палочка) - 1 шт.
лимон - 1 шт.
сахар - по вкусу*



Воймите кукурузу и фрукты. С ананаса снимите кожуру. Яблоки нарежьте большими кусками. Кукурузу, кожуру ананаса, яблоки, гвоздику и корицу



сложите в кастрюлю и залейте 4 литрами холодной воды. Варите, пока не лопнут ядра кукурузы. Снять с огня, дать остыть и процедить.

Подавать холодным. При использовании добавьте в него сахар и лимонный сок по вкусу. Можно добавить нарезанные мелкими кусочками фрукты.

Можно этот рецепт упростить - ананас не использовать, обойтись только яблоками.

А теперь о самом главном - где взять и как вырастить ЧЕРНУЮ КУКУРУЗУ.

Черную кукурузу можно ВЫРАСТИТЬ самим на своем дачном участке. Это - не сложно. В прошлом году мы проделали опыт по выращиванию черной кукурузы в средней полосе России, и даже на северо-западе России (в Пскове и окрестностях Санкт-Петербурга) и уже можем доказательно утверждать, что черная кукуруза вполне прекрасно адаптируется к нашим условиям. Единственная ошибка - высеяли кукурузные зерна поздно - в начале июня, поэтому початки не вызрели. Но они МОГУТ вызреть и получить урожай - реально. Вот фотографии черной кукурузы, выросшей в Подмоскowie (автор фото - Наталья Маматова), вот - кукуруза из Смоленска (супруги Тимошины), кукуруза - выросшая в Пушкинских Горах (Филиппов Александр).



Мощный стебель, высота - около четырех метров, яркие зеленые листья с черными полосами, мощная корневая система. Есть одна особенность произрастания черной кукурузы на русской почве - чтобы укрепиться под северным ветром, растение дает отростки со стволы - мощные черные паукообразные корни - и даже в ноябре ствол уже почерневший и замерзший не так просто свалить даже шквальному ветру.

Эти отростки - черные паукообразные корни - невероятно целебны. Это - лекарство ИНКОВ. Настойку надземных корней черной кукурузы используют для лечения ДОБРОКАЧЕСТВЕННЫХ ОПУХОЛЕЙ, РАКА МАТКИ, РАКА МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ, наружно ее используют при лечении варикозно расширенных вен (и капиллярных сеточках), для заживления тромбфлебитных язв, для рассасывания липом и липоматоза, при псориазе и экземах.

Рецепт настойки довольно прост - 100 граммов измельченных (мелко нарезанных) надземных корней черного цвета залить 100 мл водки (40 градусов) и настаивать 10 дней.

Применение: при любых доброкачественных опухолях 4 капли этой настойки добавить в 50 мл молочной сыворотки (простоквашу или кефир или просто скисшее молоко довести до кипения, откинуть

на ситечко получившийся творог, жидкость желтого цвета в остатке - и есть молочная сыворотка, которую надо остудить). Принимать один раз в день на ночь после еды.

Перуанские медики - знатоки народной медицины Инков - утверждают, что доброкачественные опухоли можно рассосать в течение полугода. А через три месяца - можно остановить рост раковых клеток при раке груди и матки.

Наружно использовать настойку - мягко втирая в липомы, или просто смазывая язвы, псориазные и экземные бляшки до высыхания настойки на коже. Эту процедуру делать раз в три дня - не чаще.

Выращивание ЧЕРНОЙ КУКУРУЗЫ - объявляем **КОНКУРС**

Условия конкурса - фотографии выросшей кукурузы и крупно - черного початка с адресом, ГДЕ выращена кукуруза и фамилией, КТО ее вырастил. Фотографии можно отправлять на мейл редакции, или просто на адрес редакции письмом по почте.

ПРИЗ - на выбор - ПЛЕД из шерсти альпаки, или ИГРУШКА из меха альпаки.

Подведение итогов конкурса - декабрь 2013 года. 30 декабря 2013 года будут определены 3 победителя из разных регионов России и Ближнего Зарубежья. Еще 10 особо активных кукурузоводов будут награждены перуанскими сувенирами (те, кто расскажет о своем опыте, ошибках, неудачах, наблюдениях о выращивании Черной Кукурузы на русской почве).

ПОСЕВНОЙ МАТЕРИАЛ нужно заказывать по электронному адресу zakaz@fungo.ru или magda8888@ya.

Письмом по адресу газеты «Грибная аптека» - 191167 Невский пр. 180, офис 25

Группа «Перуанская Черная Кукуруза» в «Одноклассниках» и «В контакте» - письмом администратору.

Купить посевной материал можно ВО ВСЕХ «Грибных аптеках» Москвы и Санкт-Петербурга по стоимости - 500 рублей.

Посевной материал (5 зерен черной кукурузы) вместе с буклетом-рекомендацией по выращиванию высылается НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ (то есть оплата при получении на почте). Стоимость - 500 рублей. Стоимость услуг почтовой пересылки может быть от 20 рублей до 100 в зависимости от дальности. Все зерна - со стопроцентной всхожестью, здоровые и блестящие.

Держайте, садоводы!!! Осваивайте новую культуру!!!

И помните - черная кукуруза - исконное растение ИНКОВ, оно никогда не подвергалось искусственному ГЕННО-модифицированию!!!!



Грибной гороскоп

Ноябрь

Грибы – это отдельное Царство природы со своими законами, обычаями и... характерами. Да, да, характерами. В Китае поэтому, кроме зодиакальных, цветочных, гороскопов драгоценных камней есть и уникальный... **грибной гороскоп**. А так как грибная флора у нас достаточно совпадает, то мы решили привести его в нашей газете. Тем более, по точности характеристик он совпадает действительно удачно.

Этот месяц особенный: уже не плаксивая осень, но еще и не суровая зима. Все на грани. Такой же характер и у ноябрьских грибов - зимняя суровость чередуется с осенней расхлябанностью, и редко когда проглянет солнышко. Ноябрьские грибы - это редкие индивидуалы и оригиналы, привычные ко всему и готовые на все.

Рожденные «1», «5», «10», «19» и «28» ноября - имеют своим символом **гриб «мицена (шапочки фей)»**.

Мицена - самый романтический из ноябрьских грибов. Жесткость и прямота у него тоже присутствуют, но все это разбавляется созерцательностью и жалостливостью. Он влюбчив, но каждый его роман - это его кусочек жизни. Он будет потом долго и с благодарностью вспоминать тех грибных дам, которые были его спутницами по жизни. Деловой сметкой гриб-шапочка тоже обладает, как и все ноябрьские грибы, но это не является целью его жизни. Подвигнуть его на бурную деятельность может только большая любовь и забота о детях, к которым он очень привязан. Есть и еще отличительная особенность у мицен - они удачливы в лотереях и азартных играх. Иногда игровой азарт их просто захлестывает, поэтому нужно крайне осторожно относиться к этому соблазну.



мицена

Дамы-мицены - настоящие феи, они могут очаровать незаметно. Их обаяние очень велико, и они его используют активно. Устоять перед их чарами невозможно. Это те грибные дамы, которые из своих спутников жизни буквально «вьют веревки».

Рожденные «2», «6», «11», «20», «29» и «30» ноября - имеют своим символом **гриб «клавариладельфус - булава святого Эльма»**.

Гриб святого Эльма - суровый гриб, он ничего не делает в полсилы. Во все дела он вкладывает бешеный энтузиазм, подкрепленный твердыми нравственными принципами. Хотя по молодости этих принципов обычно не придерживается. Мало того, молодость обычно проходит бурно, и он способен «гусарить» во всю силу. Но к середине жизни он начинает резко меняться, можно даже сказать, фанатично. Если был неумерен в склонности к «медвяной росе» у



клавариладельфус

лесного пенька в грибном баре, то после продумывания порочности этого - больше ни капли в рот не берет до конца жизни. Это самый суровый критик молодого поколения, и разгульные грузди, рядовки и веселые сыроежки стараются ему на глаза не попадаться. Хотя приходит момент - и в его обществу начинают нуждаться, просить совета.

Дамы Эльма - благоразумны всегда. Они всегда знают, чего они хотят и как этого достичь. Немного прямолинейны и жестки, но зато справедливы и умны. Это прекрасные воспитатели своих детей и наставницы своих мужей.

Рожденные «3», «7», «12», «21», «25» и «27» ноября - имеют своим символом **гриб «лисичка пепельная или серая»**.



лисичка пепельная

Очень неоднозначный и оригинальный характер. В этих грибах смешано все - бесшабашная удалость и осторожность, разгул и фанатичная сдержанность, воинственность и редкое миролюбие. Отличаются они и редким эгоизмом - свои интересы превыше всего, но к спутнице по жизни относятся очень бережно и дружелюбно. И это опять же из эгоизма - ведь именно она создает фон, на котором пепельный лис смотрится достойно.

Пепельный лис - прирожденный барин, любимое занятие - обходить свои угодья и радоваться жизни. Очень неравнодушен к грибным дамам, но выбирает в спутницу жизни обычно скромную волнушку с железным характером и бархатными лапками. К детям относится с теплотой и любовью, но старается не вмешиваться в их воспитание.

Пепельная лисичка - дама с характером. Внешне - мила и грациозна, аристократична и немногословна. Внутренне - железная леди грибного царства, способная на поступок. Критикует всех и вся, обличает пороки и высмеивает недостатки. Если берется за дело, то начинает его с обновления всего: персонала, техники, мебели и т.д. Любит принимать крутые решения. В семье царит явный

Грибной гороскоп

матриархат, но дети и муж воспринимают это как должное.

Рожденные «4», «8», «13», «22» и «26» ноября - имеют своим символом **гриб «грифола курчавая или мейтаке».**

Фантазии курчавого грифа можно только позавидовать, он из любого скучного мероприятия способен сотворить самое увлекательное шоу. На язычок к нему попасть не дай Бог: ославит в лучшем виде. Но такая способность его делать из всего цирк, часто вредит серьезному делу. Хотя умение этого гриба относиться ко всему легко и шутя помогает преодолеть ему любые сложности. В денежных отношениях гриф, как ни странно, довольно скуп, хотя это скорее врожденная экономность, потому что он может экономить копейки, но с легкостью разбрасываться сотнями. Гриф - прирожденный технар, он большой любитель автомобилей, знает в них толк и ценит.



мейтаке

Дама-грифола намного спокойнее и уравновешеннее, она тоже остра на язычок и умеет поднять на смех, но понимает, что в коллективе лучше ладить, поэтому научилась смирять свой характер. Хорошей хозяйкой ее назвать трудно, но зато она врожденная поборница здорового образа жизни. Причем в ней уживается несоединимое - она может курить как сапожник и в то же время регулярно посещать массажи и фитнес-клуб.

Рожденные «9», «15», «17» и «23» ноября - имеют своим символом **гриб «коллибия, денежка».**

Денежка - конечно же, бизнесмен грибного леса. Это у него в крови, или «в мицелии». Ему любое дело по плечу, но выберет он то, что приносит несомненный доход.



коллибия

Хотя к деньгам он относится достаточно равнодушно, то есть не будет собирать копеечку к копеечке и «чахнуть над золотом». Он уверен, что деньги нужны для того, чтобы дело дальше делать. Иногда такое рвение идет не на пользу - он может потерять все заработанное. Но это его не остановит - он опять начнет бизнес. И так будет продолжаться бесконечно. Он, конечно, трудоголик, но к

семье относится ровно и любовно, причем к каждой оставленной семье отношение такое же - он заботится обо всех своих женах и их детях.

Дама-денежка обладает всеми достоинствами мужского грибного характера, но недостатки у нее еще более рельефны. Она очень непостоянна и меняет мужчин «как перчатки», впрочем, если ей встретится июньский гриб, то этот ее недостаток исчезнет сам собой. Июньские грибы имеют над денежкой просто фантастическую власть - она становится с ними робкой и любящей сыроежкой.

Рожденные «14», «16», «18» и «24» ноября - имеют своим символом **гриб «заячьи уши».**



заячьи уши

«Информация владеет умами, а тот, кто владеет информацией - владеет миром» - это про этот удивительный гриб. Бурную деятельность он отнюдь не развивает, но, притаившись на лесной полянке, старается

настроить «ушки» на любую информационную волну - от лесных сплетен до грибных тайн. «Зайкин гриб» поэтому всегда в курсе всего, что происходит в лесу. И это обращает в свою пользу. Люди с этим символом являются самыми талантливыми журналистами и самыми творческими бизнесменами, уникальными врачами (всегда в курсе всех новинок). Из недостатков - может быть излишняя эмоциональность. Они не умеют просто слушать, любую новость они бурно «переживают». Очень бескорыстны и часто готовы трудиться только за удовольствие заниматься любимым делом. Умны и эрудированны. В семье трудны и неуживчивы, считают своим долгом «тащить» жену и детей до своего уровня, любят диктовать свои условия и стиль жизни.

Дамы-зайки очень ранимы и эмоциональны, их легко довести до слез. Но в критических ситуациях они мгновенно собираются и не теряют присутствия духа, то есть вполне могут показать зимнюю суровость вместо осенней расхлябанности. Детей воспитывают неровно: неудержимая любовь и потакание слабостям может быстро смениться жесткостью и активной «нахлобучкой». Но дети всегда бывают искренне привязаны к этим мамам.

Отрывки из книги И. Филипповой
"Грибной гороскоп"

Мифы и реальность НАТУРТЕРАПИИ

О производителях грибной продукции для красоты и здоровья

В СССР был очень известный и любимый народом грибной препарат «Бефунгин» – это экстракт из ЧАГИ. Тогда он был действительно НАТУРАЛЬНЫМ и эффективным.

Был в пятидесятые годы и еще один препарат – натуральный антибиотик «Медузин» – вытяжка из ЧАЙНОГО гриба. Это было прекрасное лекарство – эффективное и мягкое, но вскоре его стало выпускать невыгодно, оно было слишком дорогим по сравнению с синтетическими тетрациклинами и пенициллинами. А народ тогда искренне верил, что синтетическая фармацевтика делает благо, выпуская дешевые и синтезированные препараты. И что медицина тоже прежде всего заботится о здоровье, а не о набивании карманов олигархов от медицины.

Вот и все – всего два грибных натуральных препарата. Причем никто не навешивал на них слово «биодобавка», они были лекарственными натуральными препаратами. Это сейчас НАТУРАЛЬНЫЕ лекарства (экстракты и вытяжки из трав и грибов) мы обязаны сертифицировать как БАДы (лекарственные препараты мы не можем делать потому, что НЕТ протокола для НАТУРАЛЬНЫХ лекарств). Синтетическая фармацевтика и олигархи от фармацевтики делают все, чтобы задушить натуральную фармацевтику, дискредитируя ее постоянно. В «Законе о рекламе» некие деятели западного фармбизнеса пролоббировали даже положение о том, что делать указание на натуральность и естественную природность запрещено!!! То есть, сейчас потребитель не сможет узнать, какое средство ему предлагают – искусственное или натуральное, только потому, что нам, производителям, запрещено на этикетках указывать, что оно НАТУРАЛЬНОЕ.

И это не глупость наших законотворцев - это абсолютно продуманное и выверенное действие – задушить натуральную медицину. И

именно потому, что люди перестали слепо доверять синтезированным антибиотикам, синтетическим витаминам, убийственной гормонотерапии и калечащей химиотерапии.

Этот «Закон» уже сделал свое черное дело – обанкротилось уже очень много мелких производителей натуральных препаратов. Их задушили штрафами. Ведь одно упоминание на этикетке, например, что зверобой имеет антимикробное свойство, облагается штрафом от 45 до 500 тыс. рублей. Казна после выхода этого закона пополнилась очень существенно, а народ не досчитался многих натуральных лекарств. Исчезли замечательные НАТУРАЛЬНЫЕ витамины Д (рыбий жир), не будет лечебных мазей с барсучьим жиром, не выгодно стало производить препараты из пчелопродуктов. Перечислять еще можно очень долго – чего уже НЕТ.

Но это не говорит о том, что эти названия исчезнут. Нет – названия не исчезнут. Крупные фармфирмы уже выпускают синтезированные препараты так называемого «растительного или натурального происхождения». «Рыбий жир» сейчас выпускает одна западная фирма специально для России и золотые капсулки сейчас наполнены синтезированным олеиновым маслом, обогащенным токоферолом (формула витамина Д). Синтетики хватит на всех.

Вот поэтому, мы – производители НАТУРАЛЬНОЙ грибной продукции – ООО «ШИИТАКЕ», ООО «БИОЛЮКС» ответственно заявляем – мы выпускаем НАТУРАЛЬНУЮ продукцию со сложной технологией экстракции. Это ДЕЙСТВИТЕЛЬНО настоящие грибные лекарства. И то, что нас заставляют их сертифицировать как биодобавки и пищевые добавки, а затем писать на этикетках очевидную ложь – «Не является лекарством», «принимать как добавку к пище» и не разрешают указывать натуральность и эффективность – это должны знать не только узкий круг людей – это должны знать все. Знать, как вводят их в заблуждение, если не сказать больше - спекулируют на их здоровье.

Мифы и реальность НАТУРТЕРАПИИ

Второе. Это ложь, когда везде утверждают, что БАДы не проходят клинические испытания, поэтому их так регистрируют. Практически все НАТУРАЛЬНЫЕ БАДы имеют и доклинические (на животных) и клинические испытания (на пациентах). А наша фирма проводит ОБЯЗАТЕЛЬНУЮ доклинику и клинику ВСЕЙ продукции. И результаты этих испытаний вполне открыты (если, конечно, они не содержат важную информацию по технологии препаратов). Их можно увидеть на наших сайтах, в материалах Конгрессов по микологии и фунготерапии, многочисленных статьях в научных и популярных журналах.

Третье. Мы не являемся ни маркетинговой, ни какой-либо другой структурой. А на вопрос обывателя – если у вас такие замечательные препараты, то почему их нет в каждой аптеке – отвечаем просто. На всех хватает только синтетики, и как бы нам ни хотелось, но миллионными упаковками грибные препараты мы продавать просто не сможем по одной простой причине - нам не хватит грибного сырья. На экстракт 10 г трутовика лиственничного нужно 1.5 кг самого гриба. А 15 миллионов кг трутовика не собрать и за 10 лет со всей Сибири. Поэтому стоит очень призадуматься, покупая какой-нибудь препарат, стоящий в любой аптеке - как при таких количествах он может быть натуральным?

Четвертое. Часто задают вопрос, а не проще ли делать водочные настойки на грибах, ведь и сама Филиппова дает прописи настоек у себя в книгах. А ваши грибные препараты достаточно дороги.

Опять же повторяю, мы ВЫНУЖДЕНЫ это делать. И идти на явный подлог, когда в газете «Грибная аптека» помещаем реальное письмо, где человек пишет, что благодарен производителям грибных препаратов, так как у него через некоторое время ушли метастазы, нормализовалось состояние и т.д. Мы в этом письме ЗАМЕНЯЕМ строчки и пишем, что человек принимал самостоятельно приготовленные настойки. Это делается потому, что «Законом» запрещены во первых, благодарственные письма и отзывы (!!!), а во-вторых,

запрещено указывать лечебные свойства натуральных препаратов.

Заниматься же приготовлением настоек в домашних условиях не следует по разным причинам:

- 1) можно перепутать вид грибов
- 2) грибы накапливают много тяжелых металлов и никогда нельзя знать, чистые ли это грибы, так как анализ не проводилось. Мы же ОБЯЗАНЫ проводить многочисленные анализы каждой партии грибов для изготовления грибных препаратов.

- 3) Грибы не достаточно изучены, и растворение в спиртовой фракции какого-либо неизвестного вещества, например, в подберезовике, может как-то негативно повлиять на организм. В грибных препаратах использованы только изученные и хорошо известные моно-вещества.

- 4) Не стоит экономить на своем ЗДОРОВЬЕ. Экономить можно на еде и удовольствиях, тем паче стоимость грибной продукции в нашем Центре достаточно разумная, если учесть даже, что самый редкий гриб – кордицепс и веселку – могут вполне купить себе не только состоятельные люди (кстати, вытяжку натурального Жень-шеня способны сейчас приобрести только нефтяные магнаты).

Китайские мейтаке доверием не пользуются

В Канаде биодобавки из мейтаке (там эти грибы называют «овечьей головой») обязательно назначают как вспомогательное средство при лекарственной терапии при эндометриозе, доброкачественных опухолях женских органов и кистах яичников. Мои друзья мне очень рекомендовали. Только предупреждали, что лучше покупать мейтаке именно канадские, а не китайские.. К китайским препаратам у канадцев вообще нет доверия, хотя они проходят серьезный санитарный контроль.. А что же у нас продается, если китайские товары вообще не проходят никакого контроля?

Ивакина Е.Д., Москва

Уважаемые коллеги!

«Центр фунготерапии Ирины Филипповой» приглашает принять участие в семинаре практикующих врачей и любителей натуральной медицины.

«ФУНГОТЕРАПИЯ. ОПЫТ И ПРАКТИКА»

13-14 декабря 2012 года (г. Санкт-Петербург)

Обучение проводят опытные врачи-фунготерапевты, ведущие специалисты и руководитель Центра фунготерапии – Филиппова Ирина Александровна.

Открытие семинара состоится 13 декабря 2012г в 11-00 в конференц – зале Центра фунготерапии Ирины Филипповой, по адресу: ст.М «Пр. Ветеранов» / «Ленинский пр.», Дачный пр., дом 2 корпус 2, ГРИБНАЯ АПТЕКА. (тел/факс 377-26-86)

Об участии в семинаре просим заблаговременно сообщить Оргкомитету.

Пожалуйста, пришлите заявку:

- по почте: 197022, Санкт-Петербург, а/я 720, Центр фунготерапии Ирины Филипповой
- или по эл. почте: office@fungo.ru
- или по факсу: (812) 703-06-44

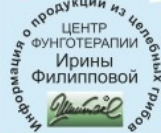
Стоимость участия в семинаре с выдачей сертификата – 7000 руб.

Все участники обеспечиваются необходимой справочной литературой. После обучения гарантируется информационная поддержка. Предоставляем скидку на приобретение любых грибных препаратов.

С уважением ОРГКОМИТЕТ



Центр фунготерапии



Ирины Филипповой
г. Санкт-Петербург

На правах рекламы

магазины "Грибная АПТЕКА" в Санкт-Петербурге

(м. Чернышевская) ул. Чайковского, д. 51, тел.: (812) 273-20-43
(м. Звездная) ул. Ленсовета, д. 88, тел.: (812) 368-98-04
(м. Пл. А. Невского) Невский пр., д. 180, тел.: (812) 717-17-11
(м. Владимирская, м. Достоевская) ул. Колокольная, д. 8,
тел.: (812) 334-98-91, 575-57-97
(м. Пр. Ветеранов, м. Ленинский просп.) Дачный пр., д. 2, к. 2, тел.:
(812) 377-26-86, 973-57-40
(м. Пр. Просвещения) пр. Энгельса, д. 132/1, тел.: (812) 715-47-26

Справки по телефонам в С.-Петербурге:

(812) 703-06-44, 740-37-61

www.fungo.ru

магазины "Грибная АПТЕКА" в Москве

(м. Дмитровская) ул. Бутырская, д. 67 (495) 510-49-70, 234-55-41
(м. Полежаевская) Хорошевское шоссе, д. 68, к. 5,
(495) 940-20-13, 941-30-10
(м. Смоленская) ул. Плющиха, д. 16, к. 1. (495) 641-01-87
(м. ВДНХ) на территории ВВЦ, в павильоне №5 т.: 8-919-109-01-97
(м. Комсомольская), ул. Каланчевская, Д. 12А, стр. 1,
т.: (985) 293-99-75

Справки по телефонам в Москве:

(495) 510-49-70, 940-20-13

www.fungomoscw.ru

Приобрести грибные препараты можно

в аптеках Москвы и Московской области

(м. Ясенево) ул. Голубинская, д. 32/2, тел.: (495) 423 21 69
(м. Братиславская) ул. Перерва, д. 62, к. 1, тел.: (495) 658 54 28
(м. Преображенская площадь) ул. Б. Черкизовская, д. 5, к. 1, тел. (495) 963-51-00
(м. Новые Черемушки) ул. Гарибальди, вл. 4Б, стр. 1, тел.: (495) 971 56 15
(м. Каширская, м. Марьино) ул. Братеевская, д. 16, к. 1, тел.: (495) 342 02 13
(м. Бульвар Дм. Донского) ул. Грина, д. 30, тел.: (495) 714 84 27
(м. Люблино) ул. Новороссийская, д. 25, к. 1, тел.: (495) 358 27 80,
(м. Митино) 3-ий Митинский пер., д. 1, тел.: (495) 752-78-00
(м. Перово) Зеленый проспект, д. 13, тел.: (495) 672 91 29
(м. Братиславская) ул. Верхние Поля, д. 9, к. 2, стр. 4, тел.: (495) 351 42 06
(м. Каховская) Симферопольский бульвар, д. 17, к. 1, тел.: 8 (499) 317 36 22
(м. Беляево) ул. Островитянова, д. 5, тел.: (495) 438 74 75
(м. Кузьминки) Волгоградский проспект, д. 145, к. 2, тел.: (495) 657 03 81
(м. Люблино) ул. Новороссийская, д. 30, корп. 1, тел.: (495) 783 08 33, 358 42 59
(м. Университет) Проспект Вернадского, д. 11/19, тел.: (495) 131-29-21, 517
(м. Дмитровская) Дмитровский проезд д. 8/1, тел.: (495) 976 34 74
(м. Марксистская) ул. Воронцовская, д. 1/3, стр. 2а, тел.: (495) 911-05-95
(м. Новокузнецкая) ул. Пятницкая, д. 16. стр. 1, тел.: (495) 951 70 13
(м. Новослободская) ул. Краснопролетарская, 14/2, тел.: (499) 542-02-80
(м. Измайловская), ул. 3-я Парковая, д. 7/178, тел.: (499) 165 25 30
(м. Царицыно), ул. Медиков, д. 16, тел.: (499) 320-79-83
(м. Электрозаводская), ул. Б. Семеновская, д. 32, стр. 7, тел.: (499) 369-20-38
(м. Кожуховская), ул. Южно-Портовая д. 7, стр. 7, офис 107, тел.: (925) 514-86-8
(м. Охотный ряд) ул. Тверская, д. 4, тел.: (495) 692-05-26
(м. Римская), ул. Сергия Радонежского, д. 8, тел.: (495) 678-80-17
(м. Маяковская), ул. Красина 24/28э, тел.: (499) 254-64-96
(м. Выхино), ул. Хлобыстова, д. 26, стр. 2, тел.: (495) 657-54-90
(м. Печатники) ул. Гурьянова д. 4 корп. 1, тел.: (499) 722-46-28
Московская обл., г. Люберцы, ул. Юбилейная, д. 17А, тел.: (495) 559-03-55
Московская обл., г. Люберцы, Октябрьский проспект, д. 66, тел.: (495) 503-11-11
Московская обл., г. Зеленоград, корпус 2010, тел.: (499) 729-27-20
Московская обл., г. Зеленоград, корпус 1456, тел.: (499) 738-40-77 доб. 12
Московская обл., г. Зеленоград, корпус 234А, тел.: (499) 729-27-20
Московская обл., г. Зеленоград, корпус 1818, тел.: (499) 738-01-40

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ 8-800-5555-170

Звонок по России бесплатный

Наши представители



Россия:

г. Адлер (8622) 33-40-43
г. Белгород (4722) 53-88-55
г. Владивосток (4232) 371-291, 707-509
г. Владикавказ 8-918-708-18-74, (672) 54-99-64
г. Вологда 8-921-143-24-56
г. Выборг (813) 782-80-44
г. Владимир 8 (4922) 21-88-90
г. Екатеринбург (343) 213-99-61
г. Ейск 8-918-6364417
г. Казань (843) 526-01-24, 251-47-67
г. Красноярск (3912) 242-66-98, 299-82-82
г. Магнитогорск (3519) 25-35-51
г. Москва (495) 510-49-70, 940-20-13
г. Мурманск (8152) 25-60-49, 25-66-21
г. Н. Новгород (831) 436-14-38
г. Н. Тагил (3435) 43-68-17
г. Нижневартовск (3466) 58-68-22, 41-45-40
г. Омск (3812) 53-06-49, (3812) 49-38-78
(3812) 28-73-36
г. Оренбург (3532) 99-21-18
г. Пермь (342) 271-29-86
г. Самара (846) 242-76-44, 242-76-64
г. Снежинск (35146) 235-35
г. Тольятти (8482) 43-22-25, 51-03-03, 50-88-50
г. Тюмень (3452) 64-51-22
г. Ухта (82147) 643-50
г. Хабаровск (4212) 74-96-17
г. Холмск (42433) 5-09-78
г. Чебоксары (8352) 343-845
г. Челябинск (351) 775-39-29
г. Череповец (8202) 22-26-92, 8921-145-99-93
г. Чита (3022) 35-93-66



Украина:

г. Киев (044) 331-51-80, (050) 164-85-86
г. Донецк (066) 950-24-03, (066) 754-34-51
г. Мариуполь (095) 591-35-08
г. Днепропетровск (066) 393-72-15
г. Одесса (048) 743-88-61, (067) 556-01-74
г. Полтава (066) 284-06-57
г. Севастополь (050) 283-03-60, (0692) 93-31-11
г. Черновцы (03737) 3-11-00
г. Харьков (057) 762-76-46, (050) 606-72-66
г. Херсон (067) 748-08-89, (050) 765-42-44
г. Ивано-Франковск (0342) 71-07-73
(050) 949-09-42



Беларусь:

+375-29-732-23-63, +375-01-514-33-241,
+375-01-514-51-226,
+375-33-654-67-51, +375-33-656-53-25



Эстония:

г. Нарва – (37235) 482-49, 55-916-627



Казахстан:

г. Алма-Ата – +7 727-327-18-27
+7 777-345-67-89

Куриный рулет с начинкой из маслят



Ингредиенты:

Два куриных филе;
Одна луковица;
Одна морковь;
Пол килограмма маслят;
Растительное масло для жарки;
Одна столовая ложка майонеза;
Соль, перец, любимые приправы по вкусу.

Приготовление:

Маслята почистить, промыть под проточной водой, отварить в течение двадцати минут, откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Лук почистить, мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке, отварные маслята нарезать на мелкие кусочки. Обжарить на растительном масле лук, добавить морковь, а в конце положить маслята, посолить, поперчить и тушить, пока не выпарится

жидкость. Грибную начинку остудить. Куриное филе разрезать на пласты толщиной полтора сантиметра, слегка отбить его, посолить и приправить любимыми специями. Распределить на мясе грибную начинку, свернуть рулетом, закрепить зубочисткой или перевязать ниткой. Верх рулета смазать майонезом, поставить в хорошо разогретую духовку и выпекать при температуре 180 градусов в течение тридцати минут.

Голубцы с грибами и рисом



Ингредиенты:

8-10 листьев белокочанной капусты
500 грамм свежих грибов по вкусу (или 100 грамм сушеных грибов)
1-2 ст. л. томатной пасты + для подливки в качестве соуса 2 ст.л.) пол стакана отваренного не до конца риса
2 ст.л растительного масла
2 ст.л лимонного сока
6 веточек зеленого лука + для украшения по желанию
вода, соль, перец по вкусу

Приготовление:

Отделить аккуратно от кочана капусты листья, вскипятить кастрюлю с водой и проварить в ней листья в течение 2-3 минут, вынуть из воды и дать стечь воде с листьев.

Смешать рис, томатную пасту, нарезанные мелко грибы (если вы используете сушеные грибы, то их надо предварительно замочить в горячей воде на 15 минут, а затем слить воду и нарезать), нарезанным мелко

луком, 2 ст.л. томатной пасты и зеленью (по желанию), все хорошо перемешать, посолить, поперчить по вкусу.

На каждый капустный лист выложить 2-3 ст.л. начинки и завернуть лист конвертом, так чтобы начинка не вываливалась, по желанию можете украсить, перевязав посередине зеленым луком.

Разогреть духовку до 150 С.

Разогреть масло в сковороде, выложить голубцы и обжарить на среднем огне с 2 сторон, затем выложить в термоустойчивую посуду или оставить в сковороде, если можно ее поставить в духовку.

Смешать 2 ст.л. томатной пасты с лимонным соком, для любителей острого можно еще добавить перец, этой смесью полить голубцы и поставить в духовку до готовности, понадобится до 20 минут, это зависит от размера листа капусты, готовность можно проверить зубочисткой, если капустный лист стал мягким и более прозрачным, то блюдо готово. При необходимости добавить немного воды.

Голубцы выложить на тарелку, полить соусом, что образовался на дне посуды при запекании.

Уважаемые читатели! Обсудить материал газеты, высказать свое мнение, задать вопросы вы можете по тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, www.fungocenter.com. 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 Коротков И. Тираж 100000 экз. Подписано в печать 03.12.2012 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В.О. 17 линия, д. 60, лит.А, пом.4н. Заказ № ТД-5974



4 607058 209001