



№ 1

(129)  
2016 г.

Вестник  
фунготерапии

АПТЕКА

✉ **ЧЕРНЫЙ ГРИБ ОТ РАССТРОЙСТВА**

Очень помогает. На даче внук хватанул кишечную палочку. А аптека далеко, да и закрывается рано. Сунулась в домашнюю аптечку – ничего нет. Вспомнила – слышала, что можно заварить черный гриб. А в универсаме они как раз лежат – маленькие брикетки. Заварила, чуть подсолила. Заставила выпить сразу стакан. И ведь отлично. Ночь – без походов. А на следующий день никаких лекарств не понадобилось.

*Карамзина Н.И., Москва*

✉ **МУЭР – ОТ НАРЫВОВ**

Вскочил огромный чирей на голени. И никак зреть не хотел и вскрываться. Я сначала хотела луком печеным его полечить. Пришла соседка – принесла муэр в пакетиках. Решили попробовать. Размочили в теплой воде – он красивый стал. Посолила я его и приложила. Нарыв созрел, отошел и никаких следов не оставил. Действенно оказалось.

*Лисьева О.Л., Псков*

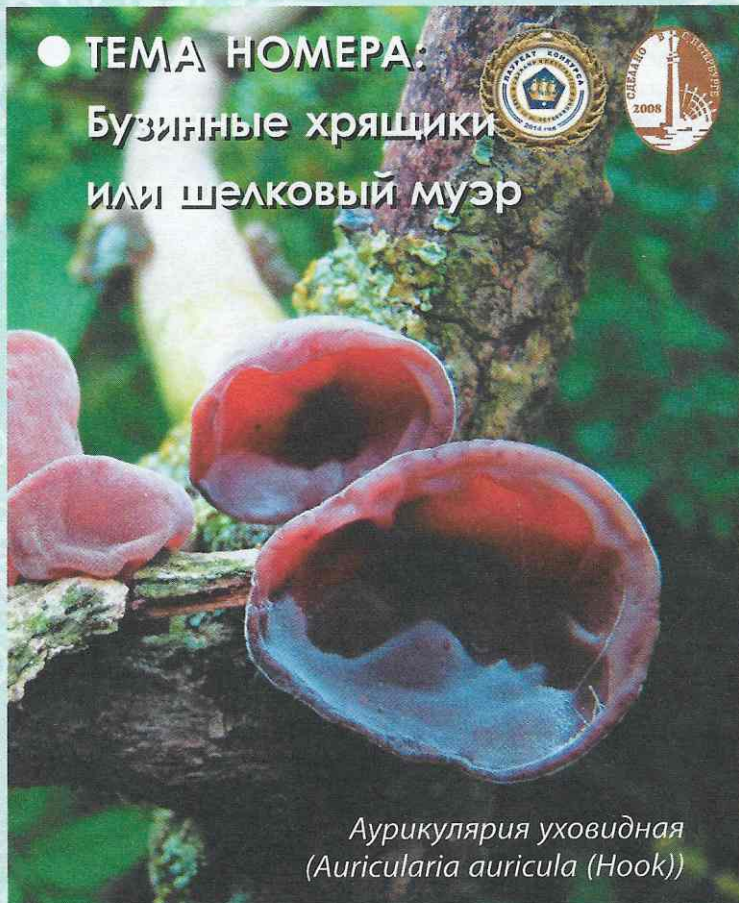
✉ **РЕЦЕПТ ОТ МЕТЕОРИЗМА**

Проверенный. Я им пользуюсь перед поездками. Неловко же в общем купе если.. Да и какую еду приходится есть в командировках. Поэтому он всегда со мной. Утром – пять капсул БАД «Муэр» высыпать в крепкий чай и выпить. Действует – целый день, живот не раздувает и не пучит.

*Ахрименко П.И., Невель*

● **ТЕМА НОМЕРА:**

**Бузинные хрящики  
или шелковый муэр**



*Аурикулярия уховидная  
(Auricularia auricula (Hook))*

- **Советы фунготерапевта**  
**КРАПИВНИЦА – ГРИБЫ ПОМОГУТ?**
- **Секреты фунготерапии**  
**РОССИЙСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ЧАГИ**  
**В ПЯТИДЕСЯТЫЕ ГОДЫ**
- **Очевидное-невероятное**  
**СОВРЕМЕННАЯ ФУНГОТЕРАПИЯ И НОВЕЙШИЕ**  
**ИССЛЕДОВАНИЯ ЛЕЧЕБНЫХ СВОЙСТВ ВЫСШИХ ГРИБОВ**
- **Опыт и практика фунготерапевта**  
**КОПРИНУС. ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ**

**Горячая линия фунготерапии**  
**8-800-5555-170**  
**КРУГЛОСУТОЧНО**  
**Звонок по России бесплатный**

Приобретайте продукцию  
из целебных грибов  
в аптечной сети  
«ПЕТЕРБУРГСКИЕ АПТЕКИ».

**ПЕТЕРБУРГСКИЕ**  
**АПТЕКИ**

Телефон для справок **(812) 318-77-77, 700-03-03**



## Январь

Как обычно, отгремели, отзвенели праздники новогодние. Не очень было празднично – я не говорю о всей России необозримой, я о Питере да Москве. Новый год без снега практически – не совсем праздник. Праздник, конечно, но...подпорченный. Зато сейчас – раздолье... Снега, снега... На радость детворе и на горе автомобилистам. Ну да – каждому своё...



Окунулись в прорубь крещенскую непременно – бодрость духа и веру в то, что ещё не всё пропало, обеспечивает, это я вам говорю. Погружаясь с, извините, насморком и прочими признаками простуды, вынырнул – обновлённым. С желанием жить и дальше.

А что там в лесу? А в лесу нормально. Самые неугомонные и чагу берёзовую собирают, заготавливают. Нет лучше средства от желудочно-кишечных недугов и онкологии. Но собирать трутовики еще рановато – да и морозы были жестокие. Самый лучший сбор трутовиков февраль-март, когда они в рост идут, солнышком напитываются.



А пока самый грибной сезон – на столе. Когда все запасы грибные подъедаются – и соленые грибочки, и маринованные, и икра грибная с супчиками душистыми, ароматом лесным дымящимися.

Я тут даже подрастроился – оказывается, молодежь наша тридцатилетняя мало что знает о грибах. Долго рассматривали на тарелке роскошные маринованные грибы и задавались вопросом – а что это за грибы? Такие красивые, белые с шляпками кремовыми игрушечными... Шиитаке, наверно?



Даже грустно стало – ну как можно не знать наш красавец лесной боровик? Эээх, неужели уйдет наша тысячелетняя традиция «тихой охоты»? И так они уже на западный манер грибов опасаются... Печально все это...

А для нас, настоящих грибников, лес – это источник счастья. И радости.

Потому что в лесу можно – и **НУЖНО** отыскать хорошее настроение, здоровье и просто – улыбку. Улыбайтесь чаще – у вас **ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО!** **НЕПРЕМЕННО!!!**

*Гл. редактор И. Коротков*

# Бузинные хрящики или ШЕЛКОВЫЙ МУЭР

Муэр – красивое название для древесного гриба. Сразу же в воображении появляется нечто воздушное, летящее, нежное на ощупь – муаровое. Увы!

Совсем наоборот. В сушеном виде – что-то угольно-черное, как сгоревшая бумага с еле уловимым запахом дыма, в свежем же виде эти грибы и вовсе уродливы – слякотно-медузными ушами усеивают весь ствол прогнившего дерева. На вид – ну никак аппетита не вызывают.

Поэтому, вероятно, правы немцы – они их именуют «бузинными хрящиками». И на вкус понятно, что это такое, и на вид. Да и дерево сразу указано, где растет этот гриб.

Вообще-то, честно говоря, этот древесный гриб страдает от названий просто зазря. Ну и что, что вид такой – несколько непрезентабельный? Так зачем обзывать? А ведь обзываются. Американцам он напоминает уши утопленника (те еще чернушники), японцам – древесную медузу, а россияне его нарекли – иудино ухо.

А по латински все-таки назвали его красиво – аурикулярия (*Auricularia auricula* (Hook)).

Жалко, наверно, стало.

Причем абсолютно не факт, что гриб поселяется на осинах или же на бузине – нет, он достаточно всеядный. И хвойные породы не обходит, и лиственничные вполне жалует. И целебный гриб – на удивление. Такой вроде скромный, поганка – поганкой. А однако же...

## ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА.

В народной медицине использовали как общеукрепляющее средство, для снижения свертываемости крови, при воспалении глаз и горла. Получены коммерческие препараты, активные при сердечно-сосудистых заболеваниях, гиперхолестеринемии, хроническом бронхите. Плодовые тела содержат  $\beta$ -1,3-глюкан с противоопухолевой активностью.

Славяне эти грибы не ели никогда. Брезговали. Из-за названия презрительного – «иудины уши». Почему?

Скорее всего, по форме так назвали – они действительно похожи на уши, а иудины – может быть потому, что любит этот гриб на прогнивших стволах бузины селиться, а ведь именно на бузине Иуда и повесился.

Мякоть гриба хрящеватая и студенистая. Во время засухи гриб высыхает, а после дождя восстанавливает свою студенистую консистенцию.



Сейчас в продаже можно встретить свежие, но чаще сушеные грибы. Сушеные грибы имеют серо-коричневый цвет, а при вымачивании светлеют и увеличиваются в размерах в пять раз. Форма и размер у вымоченных грибов практически соответствует свежесобраным. Использовать грибы можно для приготовления первых блюд и в салатах так же, как и другие виды грибов. А заядлые охотники-грибники могут сами попробовать найти эту экзотику в родных лесах.

На Дальнем Востоке, в особенности в Китае, считается деликатесом. В Китае гриб иудино ухо был известен уже в III веке нашей эры. Он достаточно распространен в кулинарии Азии, но не за сверхвкусовые качества (гриб по ощущениям напоминает вощеную бумагу – абсолютно безвкусный), а за другое замечательное качество. Он – как самая лучшая щетка вычищает кишечник. Дело в



том, что в нем присутствует плохо растворимая пищевая целлюлоза и хитозан, которые и чистят кишечник. Свойство муэра разбухать на глазах – то есть впитывать воду впятеро больше его веса в сухом виде, – действительно бесценно. Он впитывает в кишечнике вместе с жидкостью токсины и выводит их.

Поэтому это самый незаменимый гриб для профилактики ДИАРЕИ и МЕТЕОРИЗМА. И в Китае этой его способностью пользуются повсеместно – на званых пирах всегда в конце застолья подавали ...суп из муэра и острую закуску перед ним, куда входили кусочки гриба с соевыми ростками. То есть давали возможность объевшимся гостям не мучиться от скопления газов. Вот такой вот замечательный гриб-лекарство!!! Кстати и похож он очень на обыкновенный активированный уголь, который тоже используют от вздутия живота.



#### ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА «БУЗИННЫХ ХРЯЩЕЙ»

В Австрии этот гриб в пищу не употребляли, но вот порошок из него делали – впрок сушили. И тоже использовали от вздутия живота. Но еще сохранился и старинный рецепт (аж из средних веков!!!), когда настоем этого гриба лечили заболевания глаз.

*«Две унции бузинных хрящей залить горячей водой и поставить в глиняном горшке на медленно тлеющие угли, затем опускать в него кусок пакли и прикладывать к больным глазам эту горячую паклю. Так делать до полного заживания язв и опухолей. Гной же перестает истекать на вторые сутки».*

Эти записи были сделаны на молитвослове одного из прихожан кирхи в Вене.

Современные исследования показали, что гриб иудино ухо содержит вещества, препятствующие тромбообразованию.

Это ценнейшее свойство – разжижать кровь и препятствовать инсультам и инфарктам уже взяли на вооружение российские производители лекарств. Пока в продаже можно найти только БАД «Муэр – черный гриб», а исследования уже подходят к концу, и скоро будет запущен синтетический аналог лекарства, лучше и безопаснее аспирина разжижающий кровь.



#### СЛАВЯНСКИЕ ПОЗНАНИЯ ОБ ИУДИНОМ УХЕ

Как лечебное средство этот гриб применяли и восточные славяне в качестве наружного охлаждающего средства при воспалении горла и глаз, и как эффективное средство при «жабе, опухоли язычка, миндалин, и гортани и от прочих внешних опухолей» (прикладывали сырой гриб к больному месту).

#### КИТАЙСКАЯ ЛЮБОВЬ К ЦЕЛЕБНОМУ ГРИБУ

В китайской медицине считается, что аурикулярия уховидная *«оживляет кровь, наполняет жизненной энергией, увлажняет и чистит кишечник, выводит токсины»*. Этот гриб обладает нейтрализующим эффектом и *способен растворять камни в почках и желчном пузыре*. Особые растительные коллоидные вещества в его составе препятствуют всасыванию жиров организмом, что способствует снижению уровня холестерина в крови и похудению.

Аурикулярия уховидная является профилактическим *средством при атеросклерозе, гипертонии*. Китайские лекари считают этот гриб *источником антираковых соединений*, поэтому используют порошок из аурикулярии *для лечения и профилактики рака*.



# КРАПИВНИЦА – природы помогут?

«У меня вдруг стали появляться зудящие волдыри. То спина зачесется – начинаю расчесывать, то вдруг коленкой волдырь вскочит. Думала, на что-то реагирую – на кофе или на орехи. Оказалось, что на все. Гуляющий такой аллерген. Помогает только кларитин. Но я его за последние два года уже перепила сверх меры. А недавно во время простуды вдруг губы стало разносить. Просыпаюсь утром – от лица только губы остались. Аллерголог отделался общими рекомендациями – выявить аллергены, стараться их избегать. Ну еще кровь почистить капельницами предложил. Это тоже не особо помогло. Где-то в Интернете нашла чей-то отзыв, что такая крапивница купируется грибами. Вот и задаю вопрос – какими и как?»

Леонтьева Ида Аркадьевна, Москва

**«...Многие врачи не знают, по каким механизм может протекать крапивница, какие условия, факторы и состояния приводят к ее развитию, и в результате консультация пациента сводится к назначению симптоматического лечения и проведению различного рода дорогостоящих исследований, обычно не обоснованных течением, формой и клинической картиной заболевания...»**

Это цитата из докторской диссертации. Она абсолютно верна. Сейчас действительно неизвестно, что является причиной крапивницы.

Вернее, известны факторы. Например, определенная еда, на которую наступает реакция, или холод, или еще что-нибудь. Ученые задумываются, почему запускается механизм – аутоиммунной реакции, то есть борьба иммунитета с собственным организмом.

Ищут первопричину – бактерии, вирусы, паразиты, грибы.

И все это – абсолютно верно. Но, как всегда, фактор патогенных грибов явно недооценен.

А именно он является решающим.

## ПАТОГЕННЫЕ ГРИБЫ

В нашем организме множество самых разных колоний патогенных грибов – кандида альбиканс (дрожжевые грибки), фузариум, аспергиллиум, ботрикс и т.д. В процессе эволюции эти грибки и организм привыкли друг к другу. Организм выработал специальную защиту – вторую иммунную систему. Специально против грибков.

Потому что прекрасно знает, что он для грибов – пища, продукт. И что ферменты – продукты жизнедеятельности грибков – не просто загружают организм ядами, они стараются (как любое живое существо) выжить любым путем и захватить организм целиком. Этим и отличаются от бактерий и вирусов – те, как кометы, просто врываются и творят беды. Грибы же делают

все целенаправленно и... разумно. Они стремятся проникнуть в структуру клетки – ДНК – и заменить участок памяти. То есть вложить туда СВОЮ память. Такое вот геномное модифицирование происходит. И клетка организма перестает осознавать себя клеткой организма, она начинает развиваться как... клетка грибницы.

Защитные силы организма выдвигают свои колонны на уничтожение слишком осмелевших захватчиков. Но на определенном этапе грибы начинают выбрасывать мутированные ферменты – маскирующие. И это вводит в заблуждение макрофаги организма. Происходит выброс гистаминов. И результат – на коже. Зудящие волдыри.

А это светофор для организма – он показывает: они слишком активны (захватчики), они действуют коварно. Но я уже не могу сам бороться с разросшимися и сильными колониями грибов.

Применение антигистаминов (кларитина и т.д.) в этом случае работает очень слабо. Они нейтрализуют только гистамины, вырабатываемые организмом. И никак не действуют на колонии патогенных грибов.

Итак. Вывод: крапивница – это пограничное состояние организма. Это сигнал для подавления колоний патогенных грибов.

Что делать в таком случае? Защищаться. Не предохраняться, как рекомендуют врачи – то есть не усугублять. А дать бой патогенным грибам. Лучше всего с этим справляются полисахариды целебных грибов. Обыкновенных.

Принцип гомеопатии – подобное лечат подобным.

## МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ЦЕЛЕБНЫХ ГРИБОВ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ И УГНЕТЕНИЯ ПАТОГЕННЫХ ГРИБКОВЫХ КОЛОНИЙ

1. *Первая неделя* – утром до еды – 4 капсулы дождевика (БАД «Дождевик»), вечером после еды – 4 капсулы БАД «Болетус».
2. *Вторая и третья недели* – по 4 капсулы БАД «Пория» два раза в день после еды.
3. *Четвертая неделя* – 4 капсулы БАД «Трутовик лиственничный» растворить (без облатки) в 50 мл яблочного сока (лучше свежесжатого) и принимать перед сном.

Достаточно месячного курса, чтобы крапивница (предположительно грибкового происхождения) больше не повторилась.



## РОССИЙСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

## ЧАГГИ

## В ПЯТИДЕСЯТЫЕ ГОДЫ

Способность препарата чаги задерживать развитие перевиваемых злокачественных опухолей была подтверждена экспериментально М.Л. Бреззиной и др. В их опытах лечение крыс препаратом чаги начиналось через 5-25 дн. после прививки саркомы МОР, когда опухоли уже вполне сформировались и отчетливо прощупывались, а в части опытов достигали значительных размеров (2000-3000 мм<sup>2</sup>). Полное рассасывание привитых сарком наблюдалось у 31 крысы из 44 получавших препарат чаги, тогда как все 22 крысы контрольной группы погибли от опухолей и метастазов.

Для выяснения терапевтического действия препаратов чаги проводились клинические наблюдения, физиологические и биохимические исследования больных с метастатическим раком. Больных с раком IV стадии можно условно разделить на 3 группы, различающиеся по тяжести состояния и действию на них экстракта чаги.

К I группе отнесены больные, находящиеся в состоянии крайнего истощения (кахексии), с явлениями резко выраженной раковой интоксикации. Это наиболее тяжелая группа больных. Лечение их препаратом чаги было безуспешным.

II группу составляют больные с начинающейся кахексией, с признаками раковой интоксикации и со сниженной или извращенной реактивностью. Под влиянием экстракта чаги у этих больных намечались определенные сдвиги в сторону повышения реактивности организма и наступало ясно выраженное, хотя и кратковременное, улучшение общего состояния и самочувствия.

В III группу входят больные, у которых нет кахексии и сохранилась реактивность организма. Лечение препаратом чаги у них наряду с более длительным улучшением общего состояния и самочувствия вызывало в ряде случаев замедление роста опухолей.

В работах П.К. Булатова и Е.Я. Мартыновой подводятся итоги лечения препаратом чаги 330 больных, у большинства из которых был рак желудка, легких, пищевода и молочной железы. Сопоставление течения заболевания у этих больных и у больных, получавших симптоматическое лечение без препаратов чаги, позволяет сделать вывод о более благоприятном протекании заболевания, а также об улучшении общего состояния и самочувствия больных при применении экстракта чаги.

Большинство больных отмечало уменьшение болей, связанных с опухолями и метастазами, вплоть до полного их исчезновения, у больных появлялся аппетит, улучшался сон, налаживалась функция кишечника. У части больных, не имевших кахексии, восстанавливалась работоспособность. У некоторых больных отмечалось временное торможение роста опухоли на протяжении ряда месяцев.

В.В. Яцкевич, изучив состояние периферической крови таких больных в процессе лечения, отметила, что у ряда больных ухудшение показателей



крови под влиянием препарата чаги приостанавливается, а чаще эти показатели улучшаются.

Биохимические исследования крови больных с раком IV стадии, выполненные Н.Л. Матиссон и П.А. Якимовым, выявили у этих больных пониженную активность каталазы и протеазы, причем активность ферментов продолжала снижаться по мере прогрессирования заболевания. Во время лечения препаратом из чаги наблюдалось повышение ферментативной активности, более выраженное в отношении каталазы.

Нормализующее действие препарата чаги на обменные процессы было выявлено З.В. Ивановой при исследовании белков крови. При продолжительном лечении препаратом из чаги у больных с раком IV стадии без явлений кахексии длительно сохранялся нормальный уровень белкового обмена.

По данным М.Л. Березиной, действие препарата чаги на корковые центры проявлялось в том, что скрытый период двигательных реакций укорачивался, а имевшие место парадоксальные реакции исчезали. М.Л. Березина и П.К. Булатов при проведении электроэнцефалографических исследований выявили повышение вольтажа спонтанных биотоков коры – альфа-ритма, исчезновение патологических медленных волн дельта-ритма, что свидетельствует о повышении функций корковых нейронов под влиянием экстракта чаги. При лечении препаратом чаги происходило выравнивание кожно-температурных асимметрий, что связано с нормализацией нервной регуляции кожных сосудов и, следовательно, функционального состояния соответствующих отделов нервной системы. Исследования фармакологических проб (адреналиновая, эфедриновая, пилокарпиновая и аспириновая) выявили сдвиги в сторону нормализации измененных под влиянием болезни вегетативных реакций.

Установлено, что препараты чаги могут оказывать и непосредственное влияние на опухоли, которые у многих больных, леченных препаратами чаги, приобретали макроскопически определяемые особенности в виде уплотнения и ороговения опухолевой ткани (Е.Я. Мартынова).

Таким образом, в настоящее время имеются убедительные экспериментальные данные о противоопухолевом эффекте чаги в эксперименте *in vitro* и *in vivo*, а также объективные клинические данные об эффективности препарата у больных с метастатическими формами рака без признаков выраженной кахексии и раковой интоксикации.

Исследования целебных свойств чаги были сенсационными и наши ученые-исследователи стали действительно первопроходцами – нигде в мире еще не существовало ни одного натурального лекарства из грибов. А грибы интересовали медиков и фармацевтов все больше и больше. Параллельно с исследованиями чаги в Ботаническом институте стали исследовать целебные свойства зооглей – чайного гриба, рисового (морского индийского) гриба, молочного тибетского гриба. Антибиотик «медузин» получил свое признание и воплощение, но до аптечных прилавков не дошел.

А вот чага – дошла.

После разносторонних клинических и химических исследований чага разрешена Фармакологическим комитетом Министерства здравоохранения СССР к использованию в 1955 г. Препарат сначала назывался «Бин-1», затем получил название «Бефунгин», под которым мы его сейчас знаем.





Трутовик берёзовый (*Piptoporus betulinus*)

# СОВРЕМЕННАЯ ФУНТОТЕРАПИЯ и новейшие исследования лечебных свойств высших грибов

Сейчас интерес к базидиальным (шляпочным) грибам очень высок – все научные круги отмечают их невероятную способность иметь лекарственные вещества самого разнопланового действия – противоопухолевые, антикоагулянтные, антигистаминные и т.д. Но то, что привлекает ученых больше всего – способность грибов продуцировать антибиотики. Причем, каждый вид грибов может продуцировать до десятка разных видов антибиотиков.

В настоящее время научными исследованиями уже доказаны антибиотические свойства многих грибов.

Агроцибе жесткий – антибиотик агроцибин, масленок обыкновенный, рядовка фиолетовая, трутовик березовый – немотин, биформин, полипорин.

Водные экстракты плодовых тел многих говорушек, рядовок, лаковиц оказывают на раневую микрофлору больных действие, аналогичное идентифицированным антибиотикам: левомецетину, биомицину, стрептоми-

цину. Мухомор красный содержит антибиотик мускаруфин, в оранжево-красном пигменте кожицы.

В белых грибах был выявлен алкалоид герценин, применяемый при лечении стенокардии. Из шампиньона лугового получен антибиотик агаридоксин для угнетения тифозной и туберкулезной палочек. Из рыжика получен антибиотик лактариовиалин, действующий на многие микроорганизмы, в том числе на возбудителя туберкулеза. На основе дождевиков уже получены противоопухолевые антибиотики, например, кальвацин, который подавляет развитие некоторых злокачественных опухолей. Кальвациевая кислота, образуемая некоторыми широко распространенными дождевиками, подавляет развитие многих бактерий и грибов. Путем химического синтеза получены многочисленные производные кальвациевой кислоты, также обладающие антибиотическим действием.





Удемансиелла слизистая (*Oudemansiella mucida*)

Из удемансиеллы слизистой получен антибиотик муцидин, который в виде препарата муцидермина используется при различных грибковых заболеваниях человека. Наиболее активными в продуцировании антибиотиков оказались лисичка настоящая и груздь синеющий.

Лечебными свойствами обладает целый ряд афиллофоровых грибов: грибная капуста (*Sparassis crispa*), из которой выделен антибиотик спарассол, заборный гриб (*Gloeophyllum sepiarium*), содержащий лензитин.

Многие виды базидиомицетов способны синтезировать на жидких питательных средах в культуре специфически активные белки – фитогемагглютинины (лектины). По мнению ученых, базидиомицеты могут служить источником получения лектинов, необходимых для создания диагностических медицинских препаратов.

Лекарственные вещества из видов рода псилоцибе обладают психотропным действием. Например, фармакологически активный псилоцибин используется в медицинской практике для лечения некоторых психических заболеваний, для восстановления памяти у больных.

Чайный гриб, известный под названиями «маньчжурского», «японского» и «морского» – *Medusomyces gicevii*. Тело этого гриба представляет собой не только мицелий самого гриба, но и скопление, зооглею уксуснокислой бактерии – *Bacterium xylinum*.



Груздь синеющий (*Lactarius repraesentaneus*)

Грибной компонент чайного гриба относится к группе дрожжевых грибов из родов *Torulopsis*, *Mycoderma*, *Saccharomyces*. Изучение терапевтических свойств культуральной жидкости чайного гриба показало, что грибной компонент образует антибиотик бактерицидин, активный против дизентерии и при заживлении раневых инфекций.

Только в 50-60-е годы проверено на антибиотическую активность свыше 3000 видов базидиальных грибов (Шиврина, 1965). Исследовались как плодовые тела, так и мицелий искусственных культур этих грибов. Антибиотические свойства установлены у более чем 500 видов грибов, относящихся к семействам *Thelephoraceae*, *Clavariaceae*, *Hydnaceae*, *Polyporaceae*, *Agaricaceae*. Большая часть антибиотиков, выделенных из базидиомицетов, обладает не только антибактериальной, но и противогрибковой активностью.

В настоящее время видов грибов исследовано намного больше и получены данные о непосредственном воздействии данных антибиотических веществ определенного вида на патогенные культуры грибов.

В начале двадцать первого века целая плеяда выдающихся микологов заинтересовалась лечебными свойствами грибов и опубликование научных трудов уже тянет на добрую сотню томов.



Грибная капуста (*Sparassis crispa*)



Заборный гриб (*Gloeophyllum sepiarium*)

# КОПРИНУС.

## Вопросы и ответы

То, что копринусы (навозники) – это грибы от пьянства, знают уже все. А вот как ими пользоваться и пользоваться ли вообще – не знают. Расскажите об этом подробнее. Потому что в Интернете сведения самые разные: от восхищения до страха – а вдруг отравимся? Вопросы задаем фунготерапевту Ирине Александровне Филипповой.



### Итак, как самим приготовить зелье из копринуса от пьянства?

**И.Ф.** А нужно ли? Желание сэкономить? Иногда такая экономия дорого обходится. Люди сейчас грибов не знают – ушла культура грибоведения из нашей жизни. Я могу пересчитать по пальцам тех грибников, которые действительно любят и знают грибы. Вижу это по «новым грибникам» – собирают только белые грибы, волнушки и сыроежки презрительно давят каблуком... разве это грибники? То же самое и с навозниками: белый лохматый путают с шампиньонами и потом в Инете пишут отзывы, что у белого навозника нет никаких свойств и нет никакого коприна – он, дескать, на себе это проверил. Не было реакции после спиртного. Мерцающие – путают с чесночками и даже галлюциногенами, серый умудряются перепутать с рядовками (к счастью, все они съедобны). Да собирать ухитряются не где-нибудь, а на городских газонах (представляете, какие удобрения используют для цветов и газонной травы? А выхлопные газы?).

В общем, говорю всегда – знаешь – лечись. А не знаешь – нечего у меня рецепты спрашивать... Мы сделали БАД «Копринус», уверены в его эффективности и экологической чистоте. А еще в том, что НИКОГДА не навредит. Хотите – пользуйтесь, а нет – экономьте на своем здоровье.

### Правда ли, что идет сильная рвота и понос?

Да, если жарить на неочищенном растительном масле и именно серые навозники (в них намного больше коприна). Рвота и понос тогда бывает дня три. Но летального исхода не бывает.

На длительное время это растягивается из-за убеждения самого потерпевшего, что любой понос лечится водкой. Вот он и добавляет рюмку за рюмкой, а коприн в навознике на это еще больше реагирует.

### А на капсулы такая же реакция?

Нет, такой реакции нет. Там очень маленькая природная доза натурального коприна, который, окисляясь, вызывает только небольшую тошноту. И...изменение вкуса. Пиво приобретает (якобы) неприятный плесневый привкус, вино кажется ядовито-прокисшим, а водка начинает казаться «паленой» – появляются сомнения в ее качестве. Это происходит не сразу – не раньше, чем через недели две-три. Но происходит. А потом все уже

зависит от желания самого пьяницы. Иногда изменение вкуса его не останавливает (да хоть денатурат, да чтоб по мозгам ударило...). Но в большинстве случаев идет резкое сокращение количество выпитого, а следовательно и снижается склонность к запоям.

### А такие случаи часто бывают?

Достаточно, если БАД «Копринус» у нас очень ходовой товар. Вот летом произошла недопоставка баночек (не во что было фасовать), так народ в Грибных Аптеках даже записываться в очередь на получение стал...

### А примеры...

Пришла мама студента, которая очень волновалась из-за его пристрастия к пиву – каждый день пара-тройка бутылок. Через четыре месяца приема капсул к пиву молодой человек охладел. Пьет только, когда идет с компанией в сауну – и то через силу. А что удивительнее всего – стал убежденным вегетарианцем. Говорит, что вдруг почувствовал гнилостный вкус мяса, а овощи и фрукты, наоборот, стали вкусны невероятно. Вот такая переориентация.

### Или вот случай.

Дама очень волновалась, что муж в самолете до прилета на курорт всегда затоваривался спиртным из магазина дьюти-фри и набирался до нестояния, приходилось на себе его в отель тащить. Стала за пару недель до поездки на курорт подкармливать его капсулами копринуса. Результат превзошел себя – после первой рюмки началась тошнота, которая и продолжалась весь рейс (без рвоты и поноса). Но в памяти закрепилось – сейчас всем говорит: «В самолете пить не могу теперь. Стало укачивать – тошнит. Какое уж тут спиртное...»

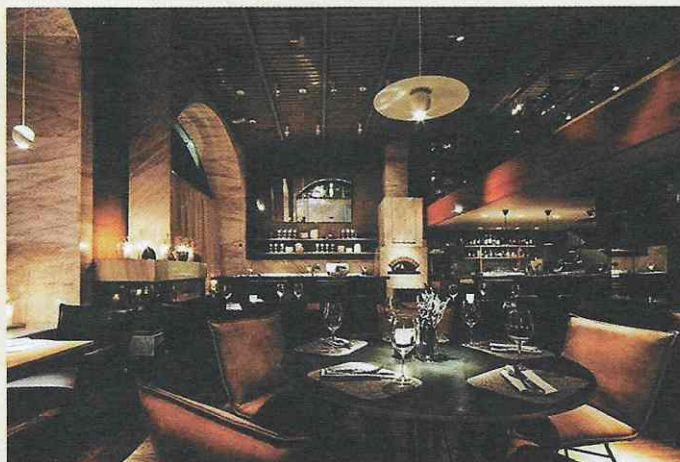
### Или опять же пример:

Девушка пристрастилась к красному вину – после работы всегда первым делом в кафе – пару бокалов и домой.

Мама взялась за лечение – через полгода все стало хорошо. Пьет только газированную питьевую воду, потому что вино и фруктовые соки у нее вызывают ассоциацию с гниющими...водорослями(!). Почему? Не знаю, но вот такая ассоциация. Мама, правда, волнуется, что и на фруктовые соки тоже возникла реакция, но думаю, волнение напрасно – витамины она прекрасно получает в свежих фруктах и овощах.

Известно, что спортсменам категорически запрещено принимать допинг. Как, например, викинги-берсерки принимали перед боем мухоморы, от чего становились просто бесстрашны и отчаянны в бою. Это понятно, что спортсменам подобное делать нельзя, но какие-то разрешённые стимуляторы у них есть? Не знаю, на какой основе, но вот в грибах столько полезных свойств... Почему бы не попробовать, может, такие попытки уже существуют?

Виктор Лукин, Дальний Восток



Идея, конечно, хорошая. Надеемся, в скором времени так и будет обязательно – вот только минут нелёгкие времена (а они минут непременно!). И хоть сейчас накладно, наверное, рестораторам возводить подобные экзотические здания, грибной ресторан есть – например, «Mashrooms»



в Москве, на улице Большая Якиманка, 2-й этаж ТЦ «Гименей». Во всех блюдах там присутствуют грибы. И даже в баре будут напитки и коктейли с грибами! И, уверены, в недалёком будущем подобные рестораны будут расти, «как грибы»!



Очень интересная тема. А самое интересное заключается в том, что подобные попытки действительно предпринимаются. Совсем недавно лидер Северной Кореи Ким Чен Ын посетил фабрику в Пхеньяне, выпускающую продукты питания для спортсменов. Фабрика открылась в 2011 году по инициативе Министерства физкультуры и спорта КНДР при содействии корпорации «Кумпхок». Кроме продуктов для спортсменов (хлеб и кондитерские изделия из риса, мясные консервы, национальный сыр тофу...), на фабрике производят особые тонизирующие напитки на основе лекарственных трав и... грибов! Каких именно – коммерческий секрет, видимо. Местная пресса пишет, что напитки эти помогут северокорейским атлетам «снимать усталость и укреплять здоровье».

Если у нас в России грибы пользуются такой популярностью, то почему у нас не открываются специализированные грибные рестораны? Как бы было красиво – здание такого заведения в виде огромного гриба и с обширным грибным меню...

Андрей Курбатов, Пермь

### ✉ КУЛЬТ ЗДОРОВЬЯ И СЧАСТЬЯ

Знаете, как называется альтернативная медицина в Америке? То есть гомеопатия, лечение травами, грибами, продуктами пчеловодства, ароматерапия, а также массажи, йога, дыхательная гимнастика и т.д. – все это там сейчас называется культовой медициной. А все потому, что как ни боролась официальная медицина с этой «чертовщиной и невежеством», начиная с 1994 года, так и не смогла у законопослушных американцев вытравить тягу к естественным методам оздоровления. Все пошло с легкой руки директора медицинского департамента Р. Боуена, который в сердцах сказал в 2000 году: «Несмотря на массовую пропаганду о преимуществах и эффекте химиотерапии, о современных методах лечения и новейших препаратах, мы сейчас имеем вдвое, а то и втрое больше сторонников БАДов, трав, грибов и т.д. Такое впечатление, что для многих это – своеобразный культовый ритуал: сидя в позе лотоса, вдыхать ароматические масла, пить тошнотворные грибные и травяные настои – и чувствовать себя счастливыми!»

Слово – не воробей. Название «культовая» вполне прижилось, и число сторонников естественных методов стремительно увеличивается. Я в Глазго купил занятную вещицу – упаковку с капсулами гриба сморчка (очень популярного в Америке) для укрепления зрения и вместе с ней изящную фигурку-свечку этого же гриба. Аромат – самый настоящий грибной и невероятно приятный. Честно говоря, так и хочется сразу «сесть в позу лотоса – и быть счастливым».

*Гроднянский П.И., штат Флорида*



### ✉ ПОДОСИНОВИКИ... ПОДНИМАЮТ ГЕМОГЛОБИН?

Приезжаю на выходные к моим старикам-родителям в Опочку и вижу удивительную картину – наш дед шляпки подосиновиков отделяет и укладывает в ряд на противень в духовке – сушить. «Что это вы над грибами издеваетесь? Или подосиновиков так много, что ножки не жалко выбрасывать? Может быть, червивые?»

Оказывается, нет – ножки тоже пойдут, но отдельно, в грибную икру. А шляпки нужны для других целей – целебных. Соседка где-то это вычитала, и в прошлом году на себе опробовала – добавляла порошок шляпок подосиновиков в еду. Действительно, гемоглобин за месяц поднялся до нормы. А ведь у нее в последние годы такая анемия была, что ходила, держась за стены. Вот и моим посоветовала.

*Иванченко О.И., г. Санкт-Петербург*



### ✉ ОПЯТА ВОЮЮТ С ХОЛЕСТЕРИНОМ

Решил я как-то провериться – узнать, какой у меня холестерин. Ведь врачи в один голос говорят, что холестериновые бляшки вызывают у мужчин инфаркты и инсульты. Вот жена меня и отправила на обследование. Оказалось, что и холестерин подгулял – 7,4 ед., и первичную гипертонию обнаружили. Лекарства выписали, но мне принимать их некогда было – грибной сезон пошел, да и рыбалка. Взял отпуск и махнул с сыном на Валдай – на озера. Утром – рыбку на лодочке ловим, после обеда – грибы собираем.

А грибы тогда валом пошли – опята. Все деревья ими были облеплены. Вот наш дневной пищевой рацион и состоял из рыбы в любом виде (уха, печеная рыба, копченая, соленая) и грибов (суп из опят, опята соленые, жареные, тушеные). Иногда под водочку. А врач-то мне диету жесткую прописал...

Приехал домой, жена опять к врачу послала, а перед этим опять анализы на холестерин сдал. Приношу врачу, а сам уже заранее оправдательную речь готовлю, что, дескать, сейчас-то возьмусь за себя – и лекарства буду принимать, и диету соблюдать. А он посмотрел анализы, измерил давление и довольно так говорит: «Вот видите, что делает грамотная медицина: месяц лечения – и вот результат! Холестерин в норме и давление тоже. Принимайте лекарства и дальше». У меня, образно говоря, «челюсть отвисла». Вот я сейчас и думаю, а что же помогло – рыба или опята? Рыбу-то я и раньше все время ел, а вот опята в таком количестве только в этот раз. Наверное, все-таки опята.

*Дмитриев Игорь, г. Псков*



### ✉ МЛЕЧНЫЙ СОК ГРУЗДЯ – ЛУЧШЕ ЛЮБОГО ПЛАСТЫРЯ

Неловко перелезал через поваленную корягу – сразу поплатился: царапина в полноги. Да еще грязным сучком. А аптечка в машине, а машина – на лесной дороге

километрах в трех от моего бедствия (далеконько приходится ходить за россыпью боровиков). И промыть царапину опять же нечем – не болотной же водичкой! Но мой спутник лесничий Иван Петрович только ухмыляется: лесная аптека всегда на помощь придет! И в любом случае. Тут же на полянке находит черный груздь, тщательно его очищает от земли и приставших хвоинок и срезает ножку под корешок. А выступившим молочком протирает мне царапину по всей длине. Молочко подсыхает на бороздке ранки грязным ручейком. «Вот и хорошо, – говорит Петрович, – лучше любого пластыря уберезжет ранку и продезинфицирует, а придем к машине, смоешь перекисью водорода, да йодом зальешь». А я, честно говоря, про это и забыл. Вспомнил про царапину только когда домой приехал. А ранка за это время уже прекрасно зажила.

*Гаврилов Павел, Псков*



#### ✉ ЗОНТИК ОТ СЕРДЕЧНЫХ БОЛЕЗНЕЙ

Этот гриб мало кто знает – считают поганкой. Мой маленький внук, которого я приучаю к грибной охоте, однажды увидев роскошный гриб-зонтик на полянке, так был поражен, что закричал: «Бабушка, посмотри, какая громадная поганка выросла!» А ведь это очень вкусный съедобный гриб и, кроме того, очень целебный. Моя мама в пятидесятые годы лечилась от гипертонии таким составом: алоэ, мед и порошок пестрого зонтика. И ведь очень успешно. Давление больше не зашкаливало до 220, и она перестала попадать в больницу. Мало того, она дожила до 83 лет и чувствовала себя вполне бодро даже в этом преклонном возрасте. А рецепт такой:

50 г алоэ (молодых веточек) провернуть через мясорубку, добавить один сушеный гриб-зонтик пестрый вместе с ножкой (измельчить руками – он хорошо измельчается вручную) и 200 г меда. Баночку со смесью хранить в холодильнике и принимать по 1 стл. натощак утром или вечером до тех пор, пока смесь не закончится. При необходимости повторить через две недели.

*Ивакина Н.С., г. Санкт-Петербург*



#### ✉ «СИНЯК» ПРОТИВ СИНЯКОВ

Польский гриб в наших краях – Опочском районе – называют «синяком». И не очень его ценят. Меня, например, он даже раздражает: на вид совсем как белый, а полежит в корзинке – посинеет, изомнется, даже на жаренку его не хочется использовать. На вкус тоже не очень – моховик он и есть моховик. Хотя любители встречаются и среди наших капризных грибников, которые специально выходят на сбор польских грибов, но они сдают их закупщикам, которые экспортируют эти грибы в Германию.

А я хочу рассказать, почему этот гриб у нас называют «синяком». И не потому, что он на срезе моментально синееет, а потому, что в наших лесах Псковской области знали одно свойство польского гриба – снимать опухоли после царапин и залечивать синяки и гематомы. В этом убедился и я на личном опыте – пилили лес и неосторожно подвернул ногу. Ничего страшного, боли не было, ходить мог, но, вероятно, потянул связку, и к вечеру нога подрастпухла. Вспомнил, что польский гриб «оттягивает» припухлость (благо, их много на полянке было), взял два гриба, разрезал на тонкие кусочки, приложил к ступне и туго забинтовал эластичным бинтом. К утру нога была здорова и, что удивительно, синяка не было.

Потом наши «западенцы-лесорубы» часто пользовались этим методом. Например, синяк можно просто протереть кашицей из гриба и не смывать в течение нескольких часов – он очень быстро рассасывается. Так что «синяк» – скорая лесная помощь.

*Иваненко П.Р., г. Опочка*



#### ✉ И ВСЕ-ТАКИ В ЭТОМ ГРИБЫ ВИНОВАТЫ...

В прошлом году я работала приемщицей грибов. В мои обязанности входило сортировать их, резать на кусочки и закладывать в сушилки. Обработывала подосиновики и польские грибы. И вот ведь какая история вышла: у меня было три бородавки на руке (две на указательном пальце и одна на большом), они мне особо не мешали, хотя и росли, и даже еще малюсенькие пошли выше по руке. Но вдруг через месяц после устройства на эту работу я поняла, что они... рассосались. Остались только следы – маленькие пятнышки. То есть получается, что в этом «виноваты»... грибы. Вот только какие – подосиновики или польские грибы – сказать точно не могу.

*Михайлова И.Л., г. Петрозаводск*

**НОВИНКА**

# Маски

## ДЛЯ ЛИЦА И ДЕКОЛЬТЕ

Грибная косметика эффективная и целебная. Грибные вещества обладают ростостимулирующим действием на кожу. Кожа, как резервный орган выделения, участвует в процессах метаболизма, а грибные вещества, содержащие полисахариды, быстрее включаются в обменные процессы.



### Маска "Мейтаке" омолаживающая с керамидами гриба Мейтаке

Гриб Мейтаке в Японии называют "грибом молодости", вытяжку из этого гриба применяли для сохранения жизненной энергии и красоты лица. Наличие керамидов в эпидермисе - необходимое условие для сохранения молодости кожи. Грибные керамиды легко впитываются в кожу и препятствуют выведению влаги. Грибные меланины усиливают регенерацию молодых клеток. После 30 лет рекомендуется курс ежедневного применения в течение 10 дней.

**Состав маски:** вода, молочные триглицериды, масло виноградной косточки, гриб Мейтаке, натуральная отдушка.

### Маска "Веселка" омолаживающая с активными веществами гриба Веселки для проблемной кожи

Активные вещества гриба Веселки обыкновенной снимают воспаления кожи, не дают развиваться гнойничковым высыпаниям, дезодорируют и дезинфицируют протоки сальных желез и волосяных фолликул. Ежедневное применение маски в течение недели справляется с раздражением и шелушением кожи. Полисахариды Веселки смягчают и тонизируют слои эпидермиса, дают питание мельчайшим капиллярам и улучшают кровоснабжение, не вызывает аллергии.

**Состав маски:** активные полисахариды базидиального гриба Веселка, глицерин, вода, натуральная отдушка.



#### Способ применения:

Наложить маску на очищенную тоником кожу лица и декольте на 15 минут. Остатки жидкости нежно вmassировать в кожу кончиками пальцев. Маска рассчитана на однократное использование.

Хранить при температуре от 5 до 25С

Объем: 5мл ГОСТ Р-52343-2005



## Центр фунготерапии Ирины Филипповой

предлагает продукцию на основе целебных грибов для профилактики и борьбы с любой вирусной инфекцией:

### «ГРИБНЫЕ ФИТОНЦИДЫ»:

- БАД «Шиитаке» (30 саше) – 1 350 руб.;
- БАД «Шиитаке» (60 капсул) – 750 руб.;
- Свечи «Шиитаке» (твердый бальзам) (№10 по 2,2 г) – 1 350 руб.

### «ГРИБНОЙ АНТИБИОТИК»:

- БАД «Кордицепс» (60 капсул) – 980 руб

### «ГРИБНЫЕ АНТИВИРУСЫ»:

- БАД «Веселка» (30 саше) – 3 700 руб.;
- БАД «Веселка» (60 капсул) – 1 350 руб.;
- Свечи «Веселка» (твердый бальзам) (№10 по 2,2 г) – 1 850 руб.

### «ГРИБНОЙ АНТИГРИППИН»:

- Целебные грибы России «ЧАГА» (порошок 100 г) – 160 руб.;
- Свечи «ЧАГА» (твердый бальзам) (№10 по 2,2 г) – 1 200 руб.



Горячая линия по фунготерапии **8-800-5555-170**  
(звонок по России бесплатный)

САЙТ: **www.fungospb.ru**

Эл.почта: **office@fungospb.ru**

#### НАШИ ФИЛИАЛЫ В Санкт-Петербурге:

Горячая линия в Санкт-Петербурге – тел/факс: **(812) 703-06-44**

- Грибная аптека Невский пр., 180 (М. Пл. А.Невского) 717-17-11
- Грибная аптека ул. Колокольная, 8 (М. Владимирская/Достоевская) 575-57-97
- Грибная аптека Дачный пр, д.2, корп.2 (М. Пр. Ветеранов/Ленинский пр.) 377-26-86
- Грибная аптека ул.Ленсовета, д.88 (М. Звездная) 368-98-04
- Грибная аптека ул. Чайковского, д.51 (М. Чернышевского) 273-20-43
- Грибная аптека пр. Энгельса, д.132/1 (М. Пр. Просвещения) 715-47-26



## «ФУНГОШАРИК»

На вопросы о здоровье ваших питомцев ответит кандидат ветеринарных наук, врач-фунготерапевт

**БЕСПЛАТНЫЕ  
КОНСУЛЬТАЦИИ  
ПО ВЕТЕРИНАРИИ**

- По электронной почте: sharik@fungospb.ru
- На форуме: www.fungospb.ru
- По телефону горячей линии: (812) 703-06-44, 973-57-50 пн., вт., ср., чт., пт. с 10 до 18.00
- Почтовый адрес: 197022, г. Санкт-Петербург, а/я 720. «ЦЕНТР ФУНГОТЕРАПИИ ИРИНЫ ФИЛИППОВОЙ»



# Центр фунготерапии Ирины Филипповой

На правах рекламы

## Наши представители

**ПРИГЛАШАЕМ ПОСЕТИТЬ НАШИ АПТЕКИ**

### Магазины «ГРИБНАЯ АПТЕКА» в Санкт-Петербурге

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

Единая справочная: (812) 703-06-44  
[www.fungospb.ru](http://www.fungospb.ru)

### Магазины «ГРИБНАЯ АПТЕКА» в Москве

- (м. Смоленская), ул. Плющиха, д. 16, к. 1 ..... (499) 248-28-83
- (м. Полежаевская), Хорошевское шоссе, д. 68, к. 5 (495) 940-20-13
- (м. Дмитровская), ул. Бутырская, д. 67 ..... (495) 77-620-88
- (м. Комсомольская), Комсомольская площадь, д. 2,  
(в ТЦ Казанский, 2-й этаж) ..... (985) 293-99-75
- (м. Нагатинская), Варшавское шоссе, д. 26,  
(в ТЦ «FOR YOU», 1-й этаж) ..... (916) 970-07-16
- (м. ВДНХ), Проспект Мира, влад. 119, территория ВВЦ,  
пав. № 5 ..... (985) 248-28-83

Грибную продукцию можно приобрести в аптеках Москвы и Московской области. Адреса аптек спрашивайте по тел. (495) 77-620-88

[www.fungomoscow.ru](http://www.fungomoscow.ru)

## ПРИГЛАШАЕМ В НОВУЮ ГРИБНУЮ АПТЕКУ

г.МОСКВА (м.Нагатинская),  
Варшавское шоссе, д.26, стр. 5-7-8,  
ТЦ «FOR YOU», 1 этаж, (916) 970-07-16



ЕДИНАЯ СПРАВОЧНАЯ:  
**(495) 77-620-88**



### Россия:

- г. Белгород (4722) 53-88-55
- г. Владивосток 8-914-790-75-09
- г. Волгоград 8-927-519-15-09
- 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 8-918-63-64-417
- г. Изобильный (86545) 225-39, 8-962-405-57-15
- г. Казань (843) 526-01-24, 8 (905) 182-32-52
- г. Краснодар 8-918-103-28-71
- г. Красноярск (3912) 299-82-82, 255-66-06  
Крым +7-978-838-49-84
- г. Магнитогорск (3519) 48-35-51
- г. Москва (495) 77-620-88, 940-20-13
- г. Мурманск (8152) 43-40-36, 52-10-36
- г. Нижний Тагил (3435) 43-68-17
- г. Нижневартовск (3466) 58-68-22, 41-45-40
- г. Омск (3812) 53-06-49, 28-73-36, 49-38-78
- г. Пермь (342) 271-29-86
- г. Самара (846) 242-76-44, 242-76-64
- г. Снежинск (35146) 235-35
- г. Сочи (8622) 39-99-60
- г. Тольятти (8482) 20-31-00, 40-33-84
- г. Тюмень (3452) 78-89-77, 34-81-09
- г. Ухта (82147) 643-50
- г. Хабаровск 8-914-151-50-73
- г. Холмск (42433) 5-09-78
- г. Чебоксары (8352) 22-61-22
- г. Челябинск (351) 775-39-29, 225-17-05
- г. Череповец (8202) 22-26-92, 8-921-145-99-93
- г. Чита (3022) 35-93-66
- г. Югорск (34675) 7-34-75



### Украина:

- г. Киев (044) 331-51-80, (050) 164-85-86



### Беларусь:

- г. Минск +375-29-619-47-19
- г. Гродно +375-33-654-67-51, 8-015-14-33-2-41
- г. Минск, 345-40-07
- г. Минск, 380-02-18
- г. Витебск, 29-815-75-10
- г. Витебск, 53-19-18
- г. Орша 033 3024529, 44 4986716
- г. Полоцк 8 (0214) 42-11-11, +375 29 649 16 67



### Эстония:

- г. Нарва (37235) 482-49, 55-916-627



### Казахстан:

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



### Фарммедсервис. Аптеки «Удачные»

Приобретайте продукцию из целебных грибов  
в сети аптек «УДАЧНЫЕ» в г. Санкт-Петербурге.

Телефон для справок **(812) 448-03-03**

# ГРИБЫ И ПОЗИТИВНАЯ ЯИЧНИЦА



1 Один из участников – гриб-зонтик краснеющий



2 Лапы!!!



3 Какие штуки! Дай поиграть!



4 Как я устал, если б вы знали...



5 Режем грибы и удаляем несъедобные части

Поскольку мы с Вами пишем рецепт грибного блюда, то начать мы должны со слова «ингредиенты». Однако кот в приготовлении этого блюда принимает самое непосредственное участие, кроме того, готовить его мы не собираемся. Поэтому начнём со слова «участники».

**ИТАК, УЧАСТНИКИ:** грибы-зонтики (*Macrolepiota rhacodes*), грибы-подберёзовики (*Leccinum scabrum*), куриные яйца, подсолнечное масло, соль и... кот Лев Борисович – рыжий источник позитивной энергии.

Позитивный кот участвует в рецепте следующим образом. Он заряжает нас позитивной энергией и оптимизмом, а также помогает готовить, ворует со стола круглые грибы-зонтики и игнорируя, так и хочется сказать – квадратные грибы-подберёзовики. Именно круглые грибы и привлекают внимание нашего любимца. Ведь круглые грибы так интересно гонять по всей кухне.

Готовим площадку для фотосессии с круглыми грибами-зонтиками. Спокойно раскладываем грибы и вдруг... рыжие кошачьи лапы. Круглый гриб-зонтик уже на полу.

Каким образом это милое существо узнало, что именно эти грибы – круглые, и их можно в своё удовольствие гонять по всей кухне? Ведь ранее, при готовке обычных, некруглых грибов, кот никакого интереса к ним не проявлял!

**ПРИМЕЧАНИЕ.** Во время подготовки к готовке ни один гриб (равно как и ни один кот) не пострадал.

Итак, кот поваял по полу парочку-троечку круглых грибов-зонтиков, наигрался и запрыгнул к себе на холодильник, а мы, зарядившись позитивом, приступаем к приготовлению блюда.

**ОЧЕНЬ ВАЖНОЕ ПРИМЕЧАНИЕ.** Зонтикам противопоказана вода. Грибы перед готовкой мыть нельзя, следует аккуратно почистить с поверхности шляпки хвоинки и прочий приставший мусор.

Нужно отметить, что зонтик – довольно таки чистый гриб. Некоторые считают, что со шляпки зонтика следует удалять и волокна-чешуйки. Мы этого делать не будем.

Перво-наперво у круглых грибов-зонтиков следует удалить жёсткую ножку и плёнчатое кольцо.

Далее зонтики режем пополам и аккуратно размещаем на сковороде с разогретым подсолнечным маслом. Аккуратность в размещении нужна только для того, чтобы сделать красивый кадр. Если мы такой цели не преследуем, просто высыпаем грибы на сковородку.

Не забудьте присолить грибы по вкусу, и учтите, что зонтики интенсивно поглощают масло. Грибы готовятся очень быстро, поэтому у нас не так много времени, чтобы приготовить яичную болтушку. Её также надо присолить по вкусу.

Смотрите, что случилось с зонтиками! Где же позитив? Такое блюдо явно не сможет украсить праздничный стол!

Зонтики стали похожи по виду на чёрные угольки.

Ну да ладно, идём до конца – заливаем наше непрезентабельное блюдо яичной болтушкой. Закрываем крышкой и ждём. Смотрим, что у нас всё-таки получилось в результате. Осталась ли здесь хоть капля позитива?

После украшения готового блюда ломтиками овощей и рюмкой коньяка получилось очень даже презентабельно.

И позитивно. А, главное, несмотря на внешний вид, очень вкусно!

**МАЛЕНЬКОЕ ПРИМЕЧАНИЕ.** Не ищите на фотографиях рюмку коньяка, её там нет. Уже нет...



6 Живописная композиция на сковороде



7 Какой ужас! Грибы почернели и «обуглились»



8 Заливаем «угольки» яичной болтушкой



9 А получилось не так уж плохо...



10 Готовое блюдо: внешний вид - не самое главное!

**19320** Газету «Грибная аптека» в Республике Беларусь можно приобрести в ООО «Арго-НН» 220030, г. Минск, ул. К. Маркса, 15, офис 313, тел.: 206-68-46 Подписка в Белоруссии – каталог РУП «Белпочта» 19320

Подписной индекс газеты «Грибная аптека» **19320** По каталогу «РОСПЕЧАТЬ» (с любого месяца)

РОССИЯ



4 607058 209001

Уважаемые читатели! Обсудить материал газеты, высказать свое мнение, задать вопросы вы можете по тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungospb.ru, www.fungospb.ru. Адрес для писем: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр., 180, оф. 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 08.06.2006 г. 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@fungospb.ru. Главный редактор И. Коротков. Тираж 100 000 экз. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В. О. 17 линия, д. 60, лит. А, пом. 4н. Заказ № 463 от 13.01.2016г.