



*Гигрофор бурый, или поздний (гриб-мокрица), найденный в зимнем лесу, пригодится для всех видов кулинарной обработки*



*Вешенку обыкновенную можно без опасений собирать зимой в лесу*



*Аурикулярия уховидная — гриб, который растет зимой на старых ветках и стволах. Ее можно отварить или замариновать*

## ЗИМНИЕ ГРИБЫ: МИФ ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ

Существуют ли грибы, которые можно собирать зимой? В соцсетях некоторые пользователи рассказывают про гриб фламмулина, так называемый зимний опенок. Чтобы уберечь наших читателей от поспешных сборов на тихую охоту, мы спросили у специалистов Института леса, есть ли в Беларуси такой зимний гриб и можно ли его без опаски употреблять в пищу

Татьяна МОИСЕЕВА, биолог  
научный сотрудник Института леса НАН Беларуси

Действительно, зимой можно отправиться на грибную охоту. Не только за оставшимися дарами осени, такими как осенний опенок, говорушки, рядовки, но и за зимними грибами. Правда, выбор их невелик, но тем приятнее найти их в это холодное время года.

### ДО ПЕРВЫХ ЗАМОРОЗКОВ

Зимой можно встретить в лесу **вешенку обыкновенную**. Грибы похожи на ракушки, поэтому вешенку называют устричной, ракушечным или устричным грибом. Предпочитает крепкий сухостой. Часто растет на упавших осинах, березах. Вешенка — универсальный съедобный гриб. А в жареном виде у нее, пожалуй, конкурентов нет. Советую использовать для жарки только шляпки, а жесткие ножки, отварив и перемолов, добавляйте в первые и вторые блюда.

В хвойных и смешанных лесах, часто у сосен, во мху среди вереска и опада прячется **гигрофор бурый, или поздний** (гриб-мокрица). С середины сентября до декабря он бывает достаточно крупным, попозже начинает мельчать. Это съедобный гриб-деликатес (за нежный вкус его еще называют сладеной), с приятным ароматом, мягкой белой мякотью. Он пригоден для всех видов переработки без предварительного отваривания. Его даже считают целебным. Но учтите, что внешне он похож на менее ценные и даже ядовитые разновидности, поэтому если вы не являетесь опытным грибником и не уверены, что перед вами именно гигрофор поздний, то не рискуйте.

На старых стволиках и ветках бузины, ольхи, американского клена зимой встречается **аурикулярия уховидная**, в народе — иудино ухо, у китайцев — черный древесный гриб, у японцев — гриб муэр. Внешне выглядит довольно специфически: упругие наросты не похожи на обычный гриб, на ощупь напоминает мочку уха, да и по форме как ухо. Молодые тела темно-розового цвета, с возрастом они зеленеют, старые — серо-черно-зеленоватые.

Аурикулярия — съедобный гриб. Однако он не годится для жарки — очень сильно «стреляет» на сковороде. Советую его попробовать в тушеном виде, вареном и маринованном. Допустимо и употребление в сыром виде. Наверняка вы встречали аурикулярию в отделах консервации: этот гриб выращивают в Китае, и он поступает к нам в виде солений, салатов с морской капустой и морковью.

## ГЛАВНЫЙ ЗИМНИЙ ГРИБ

И конечно, главный зимний «подснежник» — **фламмулина бархатистоножковая**, или зимний гриб. Известен с давних пор, отсюда и множество его названий: зимушка, снежный гриб, зимняя огневка, зимний опенок. По внешнему виду он и похож на опенок, но на ложный. Растет зимний гриб с ноября. Его оранжевые букеты на длинных ножках хорошо заметны на стволах старых или погибших лиственных деревьев на высоте до 2 м. Чаще всего его можно встретить на вязе, осине, иве, тополе, яблонях, грушах. Зимняя охота за этим грибом может плавно перетекать в весеннюю: фламмулина встречается в лесу до марта-апреля.

Фламмулина украсит любое зимнее застолье. Но лучше использовать молодые плодовые тела, старые могут горчить. Зимний опенок хорош и в супе, и в салате, и в маринованном виде.

## СКРОМНЫЙ УРОДЕЦ ПРОТИВ 100 БОЛЕЗНЕЙ

На деревьях, упавших стволах, валежнике зимой встречаются множество других древесных грибов. Это, прежде всего, самый знаменитый из трутовиков — **черный березовый гриб** (чага), бесплодная форма **трутовика скошенного**. Его черные наросты в разрывах коры берез трудно с чем-либо перепутать. Они могут достигать значительных размеров и веса в несколько килограммов. О чаге столько всего написано! Несколько десятилетий назад он обрел настоящую популярность: на его основе стали создаваться экстракты, кремы, таблетки БИН-чага, лекарственный препарат «Бефунгин». Чага не используется в кулинарии, но будет полезна в качестве народного лечебного средства.

## ГРИБ-ГУБКА БЕЗ НОЖКИ

Часто на заснеженных стволах берез и валежнике можно найти серовато-буро-желтые шляпки без ножек **трутовика березового**, или **березовой губки**. Они достигают в диаметре 20 см! Мякоть белая, жесткая, на срезе цвет не меняется. Вкус горький, аромат сильный грибной. Как собирать этот гриб? Его следует отделить от дерева, просушить, сняв нижнюю часть и корку на шляпке. В пищу употребляют только молодые тела березовой губки (пока они мягкие и без горечи). Старые используют в народной медицине.

Зимний лес всегда готов порадовать вкусными и целебными находками. Как здорово удивить друзей свежими опятами! А сколько несобранных осенью грибов остается на пнях и бревнах! Они тоже съедобны, сохранившись на холоде. Но даже если на тихой охоте и не повезет с трофеями, то прогулка по заснеженному лесу оставит приятное впечатление и поможет зарядиться бодростью и отличным настроением.

Многие древесные грибы считаются не только условно-съедобными, но и ядовитыми. Поэтому применять их самостоятельно, а также детям до 5 лет, беременным и кормящим матерям не рекомендуется.



*Опята зимние (фламмулина бархатистоножковая) — самый вкусный зимний гриб. Опенок зимний (или фламмулину) ищите в зимнем лесу на стволах старых или погибших лиственных деревьев*



*Березовую губку (или трутовик березовый) тоже можно без опаски собирать в холодную пору. Но в пищу употребляют только молодые тела, которые не горчат. Березовая губка противопоказана при наличии аллергии, индивидуальной непереносимости, при хронических заболеваниях суставов и кожи*



*Трутовик лакированный (или ганодерма блестящая) — интересная зимняя находка. Его шляпка переливается темно-красными кольцами разных оттенков. Используется приверженцами народных методов лечения*