Дары природы







Дары природы

Травы
Ягоды
Грибы

„И ничего в жизни я так не любил, как лес с его грибами и дикими ягодами, с его букашками и птичками, ежиками и белками, с его столь любимым мною сырым запахом перетлевших листьев. И теперь даже, когда я пишу это, мне так и послышался запах нашего деревенского березняка: впечатления эти остаются на всю жизнь“.

Ф. М. Достоевский

Дары
Травы

Раздел 1.

ТРАВЫ

О траве
Возвращение к травам
Растения и косметика
Ванны красоты и здоровья
Лесные чаи
Пряные травы
Узелки на память охотнику за травами
Аптека на грядках
Травы и легенды
Настойки и наливки российские
Рецепты

Раздел 2.

ЯГОДЫ

Поэзия ягодного промысла
Лесные гостинцы
Приручение ягод - тур второй
Коварные ягоды
Рецепты

Ягоды Грибы

природы

Раздел 3.

ГРИБЫ

Смиренная охота
брать грибы
Размышления о
грибах
Грибки сушеные,
соленые,
маринованные
Замораживание
грибов
Особенности грибной
кухни
Грибная кулинария

Издательство
Экономика
Москва
1984

Авторы книги:

писатель
В. А. СОЛОУХИН;

доктор биологических наук
Л. В. ГАРИБОВА;

доктор медицинских наук профессор
А. Д. ТУРОВА;

кандидат биологических наук
Г. М. СВИРИДОНОВ;

агроном-фенолог
А. Н. СТРИЖЕВ;

биолог, журналист
С. Л. ОШАНИН;

врач
Э. Н. САПОЖНИКОВА;

заместитель начальника Главка Центросоюза СССР
Б. В. АНДРЕСТ.

Составитель
С. Л. ОШАНИН

Оформление художника
Ю. Н. МАРКАРОВА

РАДОСТЬ ОБЩЕНИЯ



В. Солоухин

Так же, как птица создана, чтобы летать, рыба плавать в воде, а крот, скажем, рыться в земле, человек создан жить среди природы, на лоне природы. Он создан, чтобы ежедневно общаться с травой и деревьями, с ручьем и речным туманом, с белыми кучевыми облаками и надвигающейся черной тучей, с бурным или моросящим дождем, с тихим или могучим ветром, с безмолвной звездой и ослепительной молнией, с каплей еловой смолы и кистью рябиновых ягод, с пением птицы и стуком дятла, с шелестеньем сухого камыша и шумом сосен, с всплеском рыбины на неподвижной глади озера и с яркими капельками брусники, проступившими вдруг на зелени борового кустарничка.

Являясь сам частицей природы, человек с самого начала был неотделим от нее, и если бы в то время изолировать человека от природы, это привело бы его к немедленной гибели. Питье, пищу, тепло, кров, одежду – все давала человеку окружающая его природа. Человек и жил среди природы, постоянно общался с ней с самого начала, причем именно с самого начала существовало всегда два аспекта в отношениях человека к окружающей природе: польза и красота. Да, природа кормила, поила, одевала человека, но она же с ее волнующей, божественной красотой всегда влияла и на его душу, порождая удивление, преклонение и восторг.

Красота природы, как и всякая красота, – категория духовная. Недаром она издревле сделалась объектом искусства, объектом живописи, литературы и даже музыки.

Еще на уровне краснофигурной вазописи Древней Греции мы находим образцы тонкого проникновения в природу. Затем через живопись десятков и десятков художников человечество шло к проникновенному и одухотворенному пониманию окружающей его природы, ибо пейзажная живопись всегда имела своим высшим назначением передавать не просто картины природы как таковые, но те ощущения, те чувства, те движения души, которые возникают в человеке при созерцании окружающей природы.

Надо отдать природе справедливость, что при созерцании ее возникают в душе человека самые возвышенные, чистые, светлые чувства, высокие помыслы – и в этом драгоценное, неоценимое свойство природы.

Человек стал отдаляться от природы и даже поставил себя над ней. Если прежде нельзя было добыть кусок мяса или хлеба или хотя бы горсть ягод без непосредственного соприкосновения с природой, то теперь это вовсе не обязательно. Надо идти на завод, в научно-исследовательский институт, на фабрику, в учреждение, в редакцию газеты, вообще на работу, отработать в цехе, за письменным столом, за прилавком положенное количество часов, получить зарплату. На заработанные деньги

купить и хлеба, и мяса, и молока, и грибов, и ягод, и всего, чего душе угодно, так и не соприкоснувшись с природой.

В наше время основная часть населения живет в городах, то есть без непосредственного контакта с природой. Конечно, и здесь мы дышим воздухом, видим небо над головой, иногда попадаем под дождь, иногда греемся на солнышке, короче – так или иначе связаны с природой, но связь эта не столь полноценна и крепка, как если бы мы жили среди природы. Многими преградами отделены мы от нее: асфальтом, залившим живую землю, характером работы, заставляющим нас большую часть времени проводить в помещении, способами передвижения (метро, троллейбус, такси вместо пешей ходьбы), образом жизни (пятый этаж, телевизор, кино, кухня, паровое отопление) и,



наконец, расстоянием, когда до первого зеленого лужка, до первого светлого ручейка нужно ехать куда-то „за город".

Впрочем, если дела, служба, жизненные обстоятельства крепко-накрепко держат горожанина в городе, то все равно по некоторым признакам он определяет, что природа за пределами города продолжает жить своим чередом. Раньше своевременно появлялись на московских улицах букетики ландышей или купальниц, ветви расцветшей черемухи, сирени, жасмина. К счастью, в 1976 году было принято постановление, запрещающее сбор и продажу диких цветущих растений. Но и сейчас на базаре, каждая в свое время, появляются земляника, черника, клюква, калина, брусника, прочие ягоды. О движении времени года



можно судить и по чередованию на городских рынках разнообразных грибов.

Надо сказать, что тяга к природе у человека остается в самых, как теперь модно говорить, экстремальных условиях.

Где-то в воспоминаниях одного революционера я вычитал трогательную историю.

Арестанту, заключенному в одиночной камере, принесли из „большого мира" стопу книг. Кроме самого арестанта в камере не было ничего живого. Каменные стены, железная кровать, тюфяк, набитый соломой, табуретка, сделанная из бывшего живого дерева.

Арестант стал читать книги и вдруг увидел, что к книжной странице прилипло крохотное, право же, меньше булавочной головки, семечко. Заключенный аккуратно это семечко отделил и положил на лист бумаги.

Непонятное волнение охватило его. Впрочем, если вдуматься, то волнение арестанта можно понять, ведь он в это мгновение соприкасался с великой и таинственной природой, с матерью-природой, с тем целым, частицей которого сам являлся.

Как дышим воздухом, точно так же бездумно мы обдуваем пушистые головки одуванчиков, обрываем лепестки ромашки, лузгаем семечки подсолнуха, щелкаем кедровые орешки.

Но в особенной обстановке, в каменном мешке, в оторванности от обыденной жизни арестант посмотрел на семечко другими глазами.

Тюремный ли режим тех времен допускал подобные сантименты, по сговору ли со сторожем, но у заключенного появилась банка с землей, в которую он и посеял семечко. Из этого семечка вырос у него кустик лесной земляники.

Арестант в своих изданных впоследствии воспоминаниях утверждал, что у него в жизни ни до тюрьмы, ни после не было радости более полной и острой, нежели та, которую ему подарила земляника, выросшая в жестяной банке в тюремной камере.

Случай, конечно, исключительный. Но и в менее крайних обстоятельствах человек душой своей невольно тянется к природе, и природа одаряет его подлинной радостью. Общение с природой необходимо человеку, оно благотворно влияет как на душу, так и на тело. Человек старательно создает и протягивает ниточки, которые связывали бы его с живой природой. Одни разводят комнатные цветы, другие на балконе выращивают зеленые растения, иные даже ставят на балконе улей с пчелами, иные ухаживают за аквариумом. Когда же выпадает свободный день, горожанин торопится уехать за город, чтобы подышать свежим воздухом, насмотреться на свежую зеленую траву, искупаться в реке.

Однако общение с природой может быть разным. Оно может быть пассивным или активным. Одно дело – пролежать целый день на траве, другое дело – ходить по земле и, скажем, что-нибудь искать – нужную траву, ягоду, гриб, сорвать цветок, поймать рыбу ... Во втором случае общение с природой будет активнее и слияние с ней полнее.

Пожалуй, ничто не дает такого глубокого проникновения в природу (после земледелия), как разного рода охоты, будь то настоящая охота или фотоохота, охота за орехами, ягодами или собирание грибов.

У человека самая яркая пора – детство. Все, что связано с детством, кажется потом прекрасным. Человека всю жизнь манит эта золотая, но, увы, недоступная больше страна – остаются одни воспоминания, но какие сладкие, какие ненасытные, как они будоражат душу. Даже невзгоды,

перенесенные в детстве, не представляются потом ужасными, но окрашиваются смягчающим, примиряющим светом.
Но ведь детство было и у человечества в целом. Ничего нельзя было купить на рынке, не существовало кафе, ресторанов, магазинов с доставкой продуктов на дом. Все, от лесного ореха до мяса мамонта, от рыбины до гриба, приходилось добывать самому. В те времена охота, рыболовство, собирание даров леса, в том числе и грибов, было не забавой, не увлечением, не страстью отдельных чудаков, а бытом, повседневностью, жизнью, суровой необходимостью.
Теперь, когда прошли века и когда добывание пищи состоит не в том, чтобы стрелять дичь, а в том, чтобы стоять у станка или сидеть за канцелярским столом, теперь воспоминания о суровой



заре человечества, живущие в неведомых глубинах каждого из нас, окрашены золотистой романтической дымкой.
Страсть к охоте, к рыбалке, к грибам есть не что иное, как смутное воспоминание детства человечества, потому столь сладка и желанна эта страсть. И ведь не просто воспоминание, но можно, оказывается, как бы возвратиться в то самое, прежнее состояние, когда ты один в лесу или на реке, и только от тебя самого, от умения, ловкости и смекалки зависит, добудешь или не добудешь ты тетерева, щуку, корзину рыжиков, кузовок земляники.
Может быть, некоторые сочтут преувеличением, что собирание





грибов мы относим к охоте и называем охотой. Поспешим за подкреплением к замечательному русскому писателю, знатоку и певцу русской природы Сергею Тимофеевичу Аксакову.

„В числе разнообразных охот человеческих имеет свое место и смиренная охота ходить по грибы или брать грибы. Хотя она не может равняться с другими охотами, более оживленными уже потому, что там приходится иметь дело с живыми твореньями, но может соперничать со многими, так сказать, второстепенными охотами, имеющими, впрочем, свои особые интересы. Я даже готов отдать преимущество грибам потому, что их надобно отыскивать, следовательно, можно и не находить, тут примешивается некоторое уменье, знание месторождения грибов, знание местности и ... счастье. Тут неизвестность, нечаянность, есть удача и неудача, а все это вместе подстрекает охоту в человеке и составляет особенный интерес".

Но в таком случае нужно отнести к „охотам" и собирание ягод – земляники, малины, брусники, и собирание орехов, и собирание целебных и съедобных трав, тем более, что все это тоже „дары леса", а, значит, также должно будить миллионнолетние воспоминания.

Дары природы могут быть разными. Природа едина, но для человека она делится как бы на сферы. Озера и реки, вообще пресные воды с их рыбой, а отсюда и производные: икра осетровая, стерляжья, лососевая, икра щучья, частиковая (мелких рыб), вобла и рыбец (вяленые), лещи свежие и копченые, балыки и стерляжья уха, осетрина в рассоле и уха из линей, отварной судак и карась в сметане, строганина из нельмы и малосольная нельма, дунайская сельдь и плещеевская ряпушка, снеток и байкальский омуль, форель и муксун, таймень и пелядь, минога и угорь, диетические пескари и ерши (для ухи) ... А вяленый лещ! Если разрежешь его посередине над чашкой, то натекает целая чашка жира. Жир этот ни к чему, но говорит же он о том, какой это лещ! Да мало ли ... А там еще раки ...

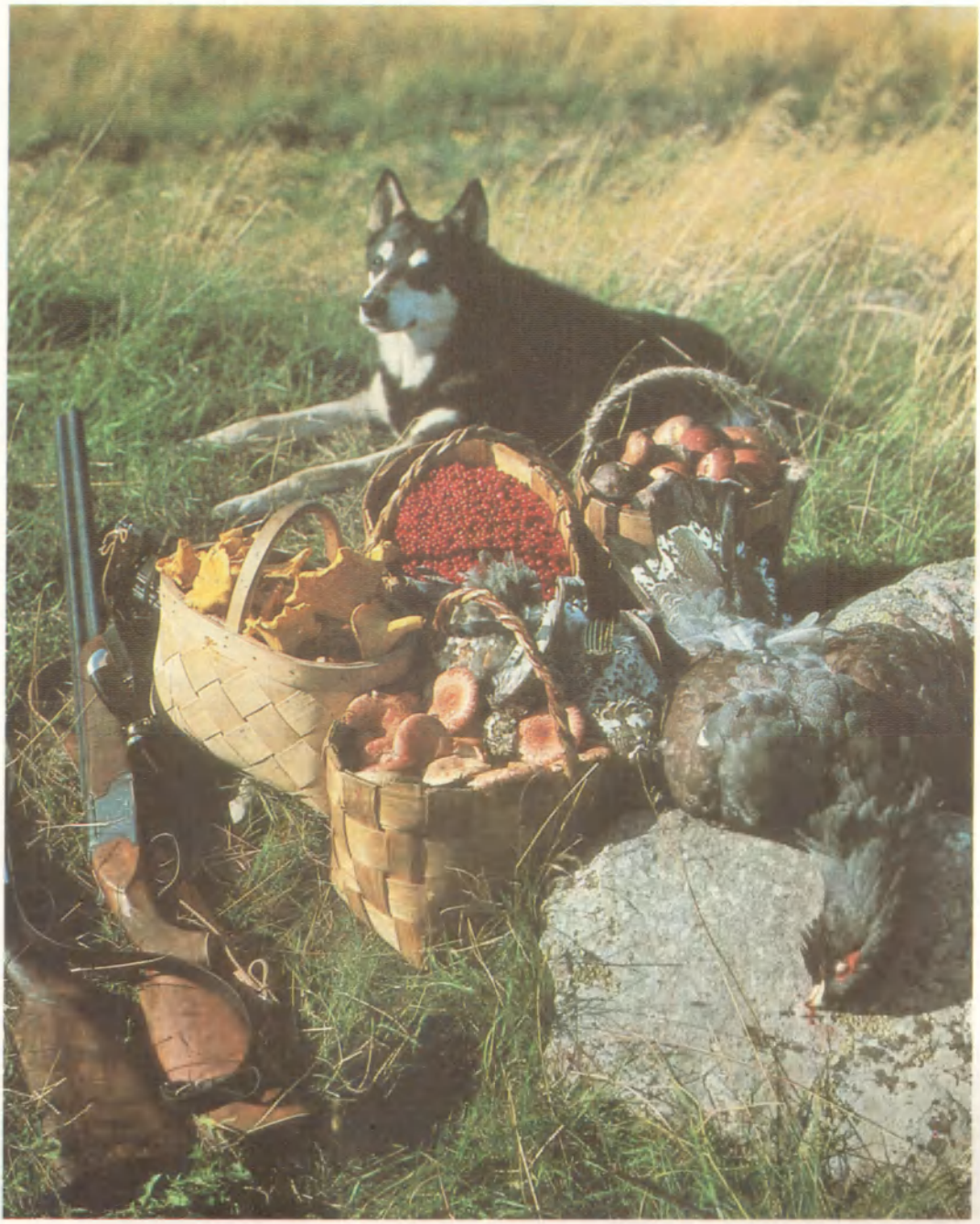
Особая сфера природы – моря и океаны и все их дары. О рыбах тут уж нечего говорить, но мидии и устрицы, морские ежи и кальмары, гребешки и трепанги, медузы и креветки, омары и лангусты, морская водоросль ламинария, называемая в обиходе морской капустой.

И вот еще особая сфера – лес, а применительно к целевому назначению этой книги – русский лес, дары русского леса. Трудно удержаться и не выписать страничку из романа крупнейшего современного русского писателя Леонида Леонова, который так и называется „Русский лес", из лекции профессора Вихрова. В романе она – как бы жемчужина в жемчужине.

„Было бы неблагодарностью не назвать и лес в числе воспитателей и немногочисленных покровителей нашего народа. Точно так же, как степь воспитала в наших дедах тягу к вольности и богатырским утехам в поединках, лес научил их осторожности, наблюдательности, трудолюбию и той тяжкой упорной поступи, какою русские всегда шли к поставленной цели. Мы выросли в лесу, и, пожалуй, ни одна из стихий родной природы не сказалась в такой степени на бытовом укладе наших предков. Дерево является сырьем, годным к немедленному употреблению, и любой кусок заточенного железа, насаженный на рукоять, превращал его в ценность первобытного существования. Еще круглее будет сказать, что лес встречал русского человека при появлении на свет и безотлучно провожал его через все этапы: зыбка младенца и первая обувка, орех и земляника, кубарь, банный веник и балалайка, лучина на девичьих посиделках и расписная свадебная дуга, даровые пасеки

и бобровые гоны, рыбацкая шняка или воинский струг, гриб и ладан, посох странника, долбленая колода мертвеца и, наконец, крест на устланной ельником могиле. Вот перечень изначальных же русских товаров, изнанка тогдашней цивилизации: луб и тес, брус и желоб, ободье и мочало, уголь и лыко, смола и поташ. Но из того же леса текли и побарышнее дары: пахучие валдайские рогожи, цветастые рязанские санки и холмогорские сундуки на тюленевой подкладке, мед и воск, соболь и черная лисица для византийских щеголей".

Прославленному мастеру слова вторит ученый, посвятивший свою жизнь русскому лесу, Прокофий Васильевич Васильев. В своей книге „Сокровища советских лесов" он пишет: „Шли века, менялись эпохи материальной культуры. Каменный и бронзовый



века сменялись веком железа, вслед за ним пришел век электричества, ныне открывший путь эпохе внутриатомной энергии. Но лес как был, так и остается по-прежнему непременным условием жизни человека, подобно самой земле и воздуху ... С появлением золотых денег лес стали называть зеленым золотом, стремясь подчеркнуть этим сравнением его особую ценность, его универсальное экономическое значение. Однако это сравнение скорее обедняет, чем обогащает значение леса. Ведь золото всемогуще только тем, что его можно обменивать на любой товар ... Само же золото имеет куда меньшее применение и распространение, чем лес или даже древесина. Не только золото, но даже все металлы вместе взятые уступают в этом отношении лесу ... Лес на большей части территории нашей страны был первым и долгое время единственным источником, из которого человек добывал себе пищу и одежду ... Земледелец видел в деревьях добрых друзей, вовремя дающих ему знать о причудах природы. „Коли наперед опушится береза – жди сухого лета, коли ольха – мокрого", – говорил народ. Или: „Не сей пшеницы прежде дубового листа". В лесу человек складывал многие песни свои, в лесу он находил приют в трудные годины ... По названиям лесных работ давал он имена поселкам, временам года, лесные засеки служили ему крепостью от врагов, и лес же укрывал его в походах на вражеские земли, когда этого требовала жизнь".

„Лесных" проблем на всем земном шаре сейчас много, они вытекают из общих проблем, связанных с защитой экологического равновесия на Земле. Ставятся эти проблемы в специальных книгах, одни названия которых уже говорят о том, что проблемы эти серьезные. Ну, скажем, француз Ж. Дорст назвал свою книгу „До того, как умрет природа", наш замечательный боец за сохранение кедровников писатель В. Чивилихин написал книгу „Земля в беде", а советский ученый Д. Арманд призывает оставить что-нибудь и внукам в книге „Нам и внукам". В каком-то научно-фантастическом романе, переведенном с английского, я вычитал фразу (цитирую по памяти, но за точность смысла ручаюсь): „На пальце у Джона (дело происходит в каком-нибудь там трехтысячном году – *В. С.*) я увидел перстень из натурального дуба. Я подумал, что при его скромном положении не следовало бы выставлять напоказ такие драгоценности".

Будем надеяться, что ни мы, ни внуки наши до такого состояния Землю не доведем, что всегда будут аукаться в земных лесах грибники, ребятишки, пошедшие по ягоды, за орехами, что природа, старинный и прекрасный друг человека, всегда будет одаривать его своими драгоценными и ничем не заменимыми сокровищами.



1 Раздел

Травы

Природу невозможно представить себе без травы, без цветов. Будь то лесная опушка, степь, берег реки или луг – с ранней весны до поздней осени все сверкает, блестит голубыми, золотистыми или красными огоньками.

В этом разделе книги говорится не о всех (их около двадцати тысяч видов в нашей стране), а лишь о некоторых целебных травах. Здесь и поэтическое описание встреч со многими жильцами леса – от незаметной кислицы до красавца-ятрышника, и рассказы о целебных растениях. Можно, оказывается, использовать растения и в косметических целях. Можно принимать и травяные ванны.

А пробовали ли вы когда-либо травяные чаи? Многие из них по вкусу, цвету и аромату не уступают традиционным видам чая. Но травяные чаи, или, как говорили на Руси, взвары, обладают и целебными свойствами. Кроме того, в них нет веществ, возбуждающих нервную систему. Травы как профилактическое средство можно добавлять и в обычный чай. Можно у себя на садовом участке уделить несколько квадратных метров для выращивания тех лекарственных растений, которые вам необходимы. Из этого раздела читатель узнает о пряных растениях, которые с успехом могут соперничать с традиционными пряностями. Узнает читатель и о травах, которые раньше считались волшебными, таинственными. В раздел включены советы по сбору, сушке и хранению лекарственного сырья, а также рецепты приготовления съедобных трав.



Дары природы



О ТРАВЕ



В. Солоухин

Трава лесу как будто и не нужна. И правда, есть такие леса, вернее сказать, такие лесные места, где не растет никакой травы, настолько густа тень, настолько угрюмо, полутемно под густым хвойным, преимущественно еловым, пологом. А бывает еще бор-беломошник. Между высокими соснами сухая земля, покрытая белым хрустящим под ногой мхом. Так и стоит этот лес: коричневые, светло-коричневые стволы сосен и бугры, на которых они растут, словно откованные из серебра.

Да, но бывают ведь и лесные опушки, кипящие летним ярким разноцветьем, бывают и лесные поляны, пестрые, как ковры, бывают лесные овраги (буераки), сыроватые, мглистые, с ручейком, точащимся по дну буерака, с травами сочными, жирными, выше человеческого роста. Да и в самой чаще леса вокруг старого сухого пня столько возьмется и приживется разных цветов и травок, что одно загляденье. Да и в самых глухих чащобах, под самыми темными лесными пологами, пусть даже и соседствуя с белым мхом, все равно растет же какая-никакая трава. И не будем гадать, зачем она лесу и нужна ли она ему. Значит, нужна, если растет.

Однажды на Украине гостеприимные хозяева псказывали нам, московским гостям, опытную станцию Симиренко. Знаменитый сорт яблок Симиренко – превосходный, надо отметить, сорт создан был именно на этой станции, превращенной теперь в крупный садоводческий совхоз. Директор совхоза показывал нам свое хозяйство. Тут были десятки гектаров садов, питомники, водоемы, опытные участки ... В рассказах директора совхоза то и дело слышались центнеры и тонны, разные сорта яблок, саженцы и привои, удобрения и плодожорки. И вот, когда мы стояли в саду, где яблони росли бесконечными ровными рядами, земля между которыми была обработана, взрыхлена и осстравна, я спросил:

– В одних садах мы видим, что между рядами деревьев и под самими деревьями растет трава, в других садах, как вот здесь, травы нет. Так как же лучше – с травой или без травы?

– Проводим опыты и стараемся определить, как лучше, – ответил директор.

– И что говорят ваши опыты?

– Если между деревьями и под деревьями травы нет, а земля обработана и взрыхлена, то урожай яблок будет немного больше. Но там, где трава, яблоки вкуснее, окраска их ярче и хранятся они дольше.

– Значит, у деревьев с травой, растущей под ними, существует определенная связь?

– Бесспорная связь. Трава и ее свойства зависят от деревьев, с которыми она соседствует, а деревья испытывают влияние травы.

– Наверное, то же самое происходит и в лесу.

– Еще в большей степени. Лес ведь единый биологический организм, где все взаимосвязано и одно без другого не может существовать. Уж если искусственно посаженные яблони находят общий язык с искусственно посеянной травой, то естественное, веками сложившееся сожительство тем более плодотворно и прочно.

Тогда я вспомнил про валериану, эту замечательную и удивительную лесную траву.

... Тишина – вот самый большой дефицит сейчас на земном шаре. Рычание и тарахтение разнообразных моторов, движков, компрессоров, автомобилей, тракторов, мотоциклов, поездов, самолетов, лифтов, отбойных молотков и других механизмов, от шума которых современный человек не спасается даже в своем жилище, даже ночью, постоянно оглушают планету. Только величайшая невзыскательность и приспособляемость человека к обстановке, к среде, к условиям существования позволяют еще ему отправлять его не только биологические, но и общественные функции. Но это стоит нервов, нервов и нервов.

И сердца. И психики. Поэтому наряду с тишиной становится дефицитной на земном шаре и валериана.

Прибавьте к этому современные скорости, современное мелькание мира перед глазами, вечную спешку, вечную нехватку денег, переизбыток всевозможной информации, злоупотребление лекарствами, снотворными средствами, никотином, кофе и алкоголем, прибавьте к этому скученность людей в городах и вы поймете, почему в аптеке так трудно купить натуральный валериановый корень.

В каплях и таблетках валериана, слава богу, еще бывает. И хорошо, что бывает она в настойках, ибо чистое лекарственное вещество, извлеченное из растения, оказывается, – еще не все. И два течения в фармацевтике – парацельсовское и галеновое – до сих пор не решили спора. Парацельс считал, что достаточно извлечь из растения основной препарат и давать его в виде порошка и таблеток, сторонники Галена считают, что нужно применять настойки и вытяжки, в которых присутствует все, что есть в растении.



То есть полезнее выпить стакан валерианового чая, нежели съесть таблетку, содержащую экстрагированное лекарственное вещество. Но где же взять валериановый корень?

Научный сотрудник Всесоюзного института лекарственных растений мне сказал: „С валерианой вопрос решен. Мы ее будем выращивать, как капусту".

Так-то так и очень бы хорошо. Но вспомним другое чудо растительного мира, другое лесное растение, правда, водится оно не в каждом лесу, а только в дальневосточной уссурийской тайге, вспомним легендарный и таинственный женьшень. Не будем сейчас касаться всех его уже известных и еще неизвестных целебных и волшебных свойств, всего написанного и передающегося в изустных преданиях, отметим только, что находят его в тайге очень редко, особенно старые, зрелые корни, и что ценится женьшень на мировом рынке до пяти тысяч долларов за килограмм, а может быть, и дороже. И вот решили и научились выращивать его на плантациях, „как капусту". И выращивают то же самое



растение, тот же женьшень. Однако почему же килограмм такого выращенного, а не выросшего в тайге женьшеня стоит уже не пять тысяч, а всего лишь семь-восемь долларов? Чем-нибудь обусловлена такая разница?!

Вероятно, тут целый комплекс причин. Вероятно, семечко в естественных условиях прорастает там, где находит необходимые условия для растения, где есть в почве тот сложнейший комплекс веществ, который нужен, чтобы женьшень стал женьшенем, а валериана – валерианой. Японские ученые предполагают, например, что настоящий таежный женьшень выбирает места с повышенной радиоактивностью.

Недаром всякое растение на Земле знает свое место. Одно любит глину, другое растет на жирном черноземе, малина обожает древесную труху, ландыш расцветает в подзоле в еловой тени, кипрей – на горелых лесных местах, на открытых солнцу порубках.

Соседство других растений имеет не меньшее значение. Ромашка и василек в небольших количествах полезны для пшеницы и ржи, потому что их корни выделяют в почву нечто, что усваивают рядом растущие злаки.

Многие любители цветов, вероятно, замечали, что некоторые цветы нельзя соединять в одной вазе. Какой-нибудь один цветок быстро увядает, как бы задушенный, умерщвленный своим невольным соседом. Чтобы убедиться в этом, достаточно поставить в вазу пышноцветущие свежие розы и тюльпан. Увидите, как тюльпан расправится с розами.

Настоящие огородники знают, что иные огородные культуры хорошо соседствуют на грядках, а иные плохо и что есть так называемые бордюрные растения, которые хорошо разводить вокруг грядок и вдоль огородной тропинки.

Так что можно, можно выращивать валериану и на плантациях, „как капусту“. Но попробуйте, создайте валериане на своей плантации ту же в тонкостях почву, что и на сыроватой, низменной лесной поляне или на берегу лесного ручья, или в лесном буераке, окружите ее теми же травами и цветами, кустарником, раскиньте над ней черемуховые или ольховые ветви, создайте ей такое же соотношение солнца и тени, такую же влажность почвы и воздуха, поселите неподалеку крапиву и зонтичные, напускайте на нее своевременно прохладный белый туман, заставьте в росистые ночи петь над ней соловья, соблюдайте еще десятки неведомых нам условий, тогда, может быть, и на плантации вырастет та же самая валериана, что застенчиво розовеет на той волглой лесной поляне, где ей понравилось вырасти и расцвести.

Так что можно было бы дать добрый совет. Вместо того чтобы идти вам в аптеку и покупать там валериановые желтенькие таблетки в стеклянном пузыречке, отправляйтесь в лес, найдите там тенистый, заросший деревьями и высокими травами буерак или лесной ручей тоже с джунглями трав по берегам и отыщите там высокое стройное растение с бледно-розовыми соцветиями, собранными в крупные зонтики. Находки ваши будут редки, выкопанные корни будут значительно мельче, нежели на плантации, мельче, но драгоценнее. Ведь и лесная земляника во много раз мельче садовой, но кто же усомнится в том, что она драгоценнее?

Да, еще одна маленькая деталь. Выкапывать корень валерианы, как, впрочем, и другие целебные коренья, предпочтительнее в сумерки при ущербном или новорожденном месяце, но только не в полнолуние. Иначе сила у корня будет не та.

Похоже на мистику, но мистики никакой тут нет. Древние вавилоняне собирали целебные травы, например белену и дурман, только ночью. Плиний Старший в своей „Естественной истории“ упоминает, что дубы надо валить при убывающей луне.

Объясняется же все очень просто. Дело в том, что в полнолуние в растения всасывается больше воды, чем в другое время, и качество их ухудшается.

Ну а потом, когда корень будет уже очищен от земли, аккуратно и медленно высушен, когда уже зимой заварите себе на ночь стакан валерианового чая, вы, конечно, вспомните подлунную, обсыпанную росой, повитую белым туманцем лесную поляну, тишину ее, таинственность ее, чистоту ее, и сердце ваше начнет биться ровнее и спокойнее еще до того, как вы небольшими глоточками выпьете стакан целебного снадобья.

... Когда-то, когда мне было, быть может, четыре года, я впервые пришел в лес со своей старшей сестрой. Я уже слышал о том, что бывает такой цветок ландыш и захотел сам его найти и сорвать. Прежде чем отправиться за елку-другую, дальше, чем на десять шагов, меня бы не отпустили, я спросил у сестры: „Какие они, эти ландыши?“ Сестра ответила коротко и мудро: „Самые лучшие. Когда увидишь, не ошибешься.“

Но ведь можно было потянуться ручонками к любому другому цветку: майнику, грушанке, яркой купальнице, похожей на желтую розу, к синему колокольчику, к лиловому соцветию кипрея, да мало ли ...

У кого-то из писателей рассказано, как он, никогда не слышавший соловья, решил узнать его сам по голосу и как сначала принимал за соловьиную то одну, то другую птичью песенку. Но вдруг все пропало, исчезло, затихло и замерло: огромные золотые обручи покатились по благоговейно онемевшей земле – запел соловей.

Такое же чувство очевидной исключительности и непохожести ни на что другое должен испытать человек, когда, не соблазнившись другими цветами, остановится перед волшебной веточкой ландыша, расцветшего в зеленоватой еловой тени. Выдержав первый экзамен на чувство прекрасного, вынесете из леса на залитую солнцем опушку, пестреющую лиловыми, желтыми, синими, красными цветами, ве-

7
Адонис



7

точку как бы даже не солнечного, а лунного цветка.

А между тем (в это трудно поверить) ландыш – это вовсе подземное растение, и цветы ему, можно сказать, не нужны. Растение живет и размножается под землей, вегетативно, так что, если вы увидите целую полянку ландышей в лесу, нужно иметь в виду, что вы видите, быть может, одноединственное растение, один экземпляр, как если бы яблоню с многими листьями и цветами. Обратимся к более точному языку ботаники.

„Каждый знает, как много встречается в лесу ландышевых листьев, или, точнее, нецветущих стеблей, и как сравнительно редко встречаются стебли с изящными кистями цветов. Если подсчитать, какой процент стеблей ландыша цветет по отношению ко всем встречающимся на любом участке леса, то даже в самых урожайных на ландыши местах мы получим совершенно ничтожные цифры.

Окажется, что в лучшем случае один цветущий ландыш попадается на сотню нецветущих, а то и еще реже. Если же мы придем в лес осенью и посмотрим, сколько найдется в нем плодоносящих стеблей, несущих крупные оранжевые ягоды, то окажется, что их в лесу найти гораздо труднее, чем цветущие растения, и не потому что они малозаметны, значительная часть плодов опадает после цветения, не завязывая плодов ...

На что указывает этот факт? Очевидно, семенной способ размножения малонадежен для ландыша, и у него должен быть какой-то другой способ размножения, обеспечивающий ему возможность такого широкого распространения в лесу.

Раскопки вокруг стеблей ландыша легко убеждают в справедливости такого предположения. В поверхностном слое почвы на глубине 6–8 сантиметров расходятся во все стороны тонкие белые шнуры, местами дающие густые бороды белых корешков. Это – корневища ландыша, представляющие собой подземные стебли. Образуя под землей мощную сетку, они соединяют друг с другом довольно далеко отстоящие стебли, в результате чего большое количество ландышей оказывается в действительности одним сильно разросшимся экземпляром. Несомненно, что такой способ размножения является более надежным, чем семенное воспроизведение, особенно в условиях леса, где цветенье сильно подавлено и где молодым всходам приходится выдерживать суровое соревнование в борьбе за жизнь. Мы видим, таким образом, что ландыш ведет интересную подземную жизнь. Под землей целиком проходит первый год его жизни. Здесь же постоянно находятся его подземные стебли, живущие много лет подряд, в то время, как надземные побеги существуют лишь в течение нескольких летних месяцев“ (А. В. Кожевников „Весна и осень в жизни растений“).

– Значит, что же получается, – должен воскликнуть на этом месте всякий поэт, романтик, жрец красоты, – получается, что цветы для ландыша бесполезны, что его цветение лишено забот о потомстве, то есть по существу всяких забот, потому что других забот у растения и нет. Получается, что цветы для ландыша – чистое искусство! Не потому ли они так прекрасны?

Скажем, что цветы у ландыша не вовсе бесцельны, хотя ничего не случится, если в этом году они не дадут семян. Над ландышем, говоря современным языком, не каплет. Но время от времени находящееся под землей растение должно освежиться, обновиться, пройдя через грозную, ослепительную и радостную вспышку, по-нашему – любви, а по-научному – полового процесса.

Ландыш ядовит. Это общеизвестно. Но столь же общеизвестно, что вытяжка из него помогает работе человеческого сердца.

По-моему, не меньше вытяжки помогает работе человеческого сердца и сама красота его цветов, внушающих нам дополнительный стимул к жизни. Потому что среди многих вещей, которые в конце концов будет жалко покидать на Земле, найдет себе место и ландыш, раннелетний лесной цветок, прекрасный и совершенный образец вдохновенного творчества природы.

Впрочем, можно написать о ландыше и в более деловом тоне, например так, как в книге „Лекарственные растения“ А. Ф. Гаммермана, Г. Н. Кадаева и других авторов:

„Ландыш растет в тенистых хвойных, лиственных и смешанных лесах и между кустарниками почти по всей лесной зоне европейской части СССР до Урала, в Крыму, на Кавказе и на Дальнем Востоке ...

Заготавливают отдельно цветки, траву (цветки вместе с листьями) и листья ландыша. Цветки собирают в начале цветенья, когда они только что распустились и еще не пожелтели. Лучший сбор состоит из одних только цветков ... для второго сорта допустимо наличие кистей, срезанных на уровне 3 см от нижнего цветка ... Собранное сырье быстро доставляют к месту сушки, стараясь не мять его, для чего ландыш рыхло уклады-

вают в корзины. Сушат в тени, на открытом воздухе, на ветру, раскладывая тонким слоем ... Некоторые лечебные препараты лучше готовить из свежего ландыша, поэтому, где возможно, собранное сырье сразу консервируют спиртом ...

Во всех частях растения ландыша содержатся гликозиды сердечной группы, главный из них – конваллатоксин. Свежие цветки содержат следы эфирного масла, чем и объясняется их аромат; при высушивании эфирное масло испаряется, и сухие цветки уже не пахнут.

8
Багульник болотный

Препараты из ландыша применяют главным образом при неврозах сердца ... Цветки ландыша издавна применяли на Руси против различных заболеваний: водянки, заболеваний сердца, эпилепсии,



8



апоплексического удара, глазных болезней, от боли в животе, от лихорадки ...

Все растение ядовито. В естественных условиях отравления сельскохозяйственных животных редки, но известны отравления домашних животных и домашней птицы, съевших небрежно выброшенные букеты ландышей.

Эфирное масло ландышей очень ценится в парфюмерной промышленности. Из цветков его изготовляют эссенции, входящие в состав лучших духов мирового стандарта".

Некрасивых цветов на свете нет. И если, слившись в целую лесную поляну, они ласкают наш взгляд пестротой и свежестью сочных и ярких красок, то при разглядывании каждого цветка вы будете поражены сверхточной, идеальной формой каждого венчика, каждого лепестка и каждой прожилки на лепестке.

Вы пойдете по цветам, потому что по ним, оказывается, можно так запросто идти, можно мять и даже срывать, и будете уходить все дальше по золотому, розовому, лиловому, синему, голубому, белому, затененному, залитому солнцем, жужжащему пчелами и шмелями.

Невозможно идти и отделять цветок от цветка. Они сольются в общую картину, в поляну, в опушку, во многие, плывущие перед вашими глазами лесные поляны. И вдруг вы остановитесь, потому что вас остановит перед собой этот лесной цветок. Я не знаю, зачем ему это нужно, но он действительно остановит вас.

Кто-то из немецких ботаников воскликнул про тысячелистник: „Достаточно вам увидеть этот цветок, как вы поймете, что находитесь в хорошем обществе".

Ну, если так, то, увидев ночную фиалку, вы должны будете понять, что находитесь в обществе изысканном. Как если бы на прежнем деревенском гулянье, нарядном и разноцветном, появилась заезжая гостья в длинном белом платье и в белых перчатках до локтей.

Да, есть в ночной фиалке какой-то оттенок, нечто такое, что сразу выделяет ее из остальных цветов. Не мудрено было бы выделиться таким образом из всей лесной поляны гладиолусу, гвоздике, розе, другому садовому чуду, выведенному путем тысячелетнего отбора и скрещивания. Но, нет, условия равны. Речь идет о столь же диком, о столь же лесном цветке, как и все окружающие его соседи и соседки.

Вот повод посудачить цветкам-соседкам, когда разольет любка в полночь свой аромат и когда начнут слетаться к ней ночные бабочки: „Ишь, при луне с ночными бабочками свадьбу справляет! То ли дело мы – остальные цветы. Мы любим, чтобы солнышко и пчелы".

Ну и аромат. Конечно, ландыш тоже благоухает, но только, если поднести его к лицу и нарочно понюхать. Ну или, может быть, если очень уж обильные, цветущие заросли, да и то – едва ли. А здесь один единственный цветок, один единственный экземпляр может наполнить ароматом целую лесную поляну. Аромат начнет струиться, распространяясь все дальше из лунного света в лунную тень, за мохнатую ель, просочится через орешник, поднимется в воздух, где в лунном свете то вспыхивают, то погасают, перелетая из света в тень, беленькие, но теперь тоже зеленоватые ночные бабочки.

Дай вам бог каждому, кто читает эти строки, увидеть хоть раз в жизни, как расцветает в безмолвном и неподвижном лунном свете ночная фиалка, ночная красавица, ночница, любка, люби меня, не покинь, а по-научному любка двулистная.

Вы скажете, что видели эти цветы в городе у торговок, связанными в большие пучки. (К счастью, как я уже говорил, сейчас сбор этих цветков запрещен во многих местах.) И даже ставили в воду. И они стояли у вас, пока не пожелтели.

Тогда и я вам скажу, что видел сказочно красивых, ярких, как цветы, морских рыб – лежали в магазине в цинковом ящике. Видел я и тропических бабочек, приколотых к картону в зоомузее.

Но признаюсь, что не видел я ярких морских рыб, потому что я не видел их плавающими среди кораллов и водорослей, равно как не видел тропических бабочек, порхающих над тропическими цветами.

Не говорите же и вы, выбрасывая раскисший, осклизлый в воде пучок травянистого вещества, что имели счастье видеть любку двулистную, ночную фиалку, и что вдыхали ее аромат.

Теперь скажем прямо: любке двулистной, ночной фиалке, грозит полное уничтожение, если человек не возьмет ее под свою охрану. Но ведь человек же ее и уничтожает.

И откуда эта ненасытная жадность: хватать, хватать и хватать. Откуда у существа разумного эта тупость, не свойственная даже ни одному животному. Попробуйте произвести эксперимент. Привезите в погожий летний день к лесу целый автобус горожан и выпустите их в лес на один только час. Через час выйдут люди из леса с такими охапками цветов, что они едва уместятся в руках. Ну, увидел в лесу цветы, во-

10
Тысячелистник

11
Аир болотный

12
Валериана

первых, полюбуйся ими, ибо нигде цветок так не красив, как там, где он вырос. Ну, сорви несколько цветков, два, три, десять. Зачем же хватать и рвать десятки, сотни цветков, которые все равно очень скоро ающих в доме отдыха человек восемьсот. И вот я вижу картину. Из леса выходят вереницы, толпы людей, и каждый несет охапку этих нежных и хрупких подснежников. Зачем? А они, кто рвет, и сами не знают. Они живут тут же, в доме отдыха, приехали на двенадцать дней. Ходи каждый день в лес и любуйся. Нет, рвут, хватают охапками. Потом эти охапки подснежничков, очень быстро увядшие, валяются по всей территории дома отдыха. Невежество, тупость и бесхозяйственность – больше это никак не назовешь. А подснежничков в гагаринском

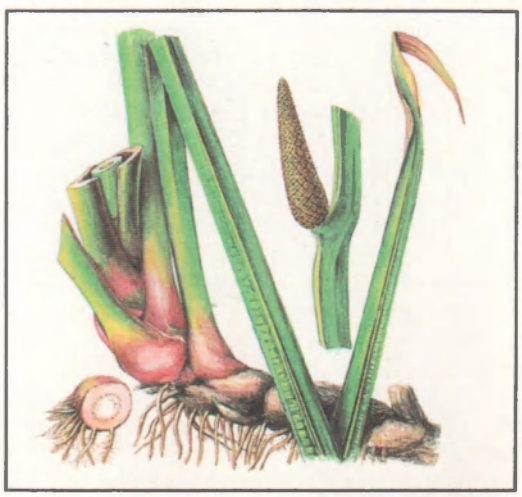
10



вянут. Они даже не доедут до города. К тому же два-три цветка в красивой вазочке или даже бокале всегда прекраснее, нежели плотный кургузый снопик тех же цветов, где каждый цветок в отдельности уже и не виден, а вот именно кургузый уродливый снопик.

Очень часто раннюю весну мне приходилось проводить в одном доме отдыха в ста пятнадцати километрах от Москвы. Этот дом отдыха устроен в бывшем имении князя Гагарина. Кое-как сохранился старинный, еще гагаринский парк. В этом парке в апреле, как только растает снег и немного обогреется земля, расцветает множество синеньких подснежников. Кажется, ботаники называют их пролеской. Отдыха-

11



парке с каждым годом все меньше и меньше ...

Хорошо ландышу, у него основная часть растения, как помним, находится под землей, и размножается он там, под землей, вегетативно. Люди зарятся на цветы и листья (тоже очень красивые) ландыша, до подземной же части растения им нет никакого дела. Любка двулистная, она же ночная фиалка, мало того что сама благородна и красива, мало того что благоухает неповторимо, у нее еще клубеньки. Маленькие такие клубеньки под землей, и о них, об этих клубеньках, древние слова: приворотное зелье, любовное снадобье. Отсюда и все вариации народных названий этого растения: любка, ночная красавица, люби меня, не покинь ... Если просто сорвать цветок, то можно еще надеяться, что останутся все же корни, и если растение не однолетнее, то на будущий год оно опять даст и стебель, и листья, и цветок. Если же выкопать его с корнем, то надежд никаких уж не останется. Недаром и словечко такое есть в русском языке – искоренить. Нет, люди, как бы ни велик был каждый раз со-



12

13
Вахта трехлистная

14
Горец птичий (спорыш)

блазн протянуть ручищу и схватить, как бы ни очевидны были наше безрассудство, наша безответственность, наше „природа не обеднеет“, „на наш век хватит“, нет, наряду с белым журавлем, исчезающим теперь с лица земли, наряду с десятками и сотнями видов животных и растений, занесенных уже в Красные книги, надо сохранить и это удивительное, прекрасное растение – любку двулистную, ночную фиалку, ночную красавицу, ночницу, люби меня, не покинь ...



13



14

Но остановиться человеку уже очень трудно, если вообще возможно. Я сейчас думаю о точке начала, о той пружине, которая дала первый толчок и подвинула человека на этот пагубный путь.

Лев, нападая на антилопу, убивает только одну. Сытый лев пропускает мимо себя стадо антилоп, не пошевелив ухом. Ястреб не будет заниматься бесцельным и кровожадным истреблением птиц, скажем, перепелят, если нападет на гнездо. Он схватит одного и улетит, чтобы утолить голод, утолить потребность в пище, запрограммированную в нем от века.

Но вот я разглядываю картинки в книге француза Ж. Дорста „До того, как умрет природа“. Люди расстреливают стадо бизонов с поезда. Тысячи туш остаются лежать и гнить в степи, потому что людям нужны были только шкуры. Врезавшись в одуревшее стадо бизонов на летящем поезде, люди стреляют, пока есть патроны либо пока есть бизоны.

Лежбище котиков. Люди ходят между беззащитными зверями и палками убивают их. Избиение продолжается до тех пор, пока есть силы или есть котики. Как можно больше убить, как можно больше схватить.

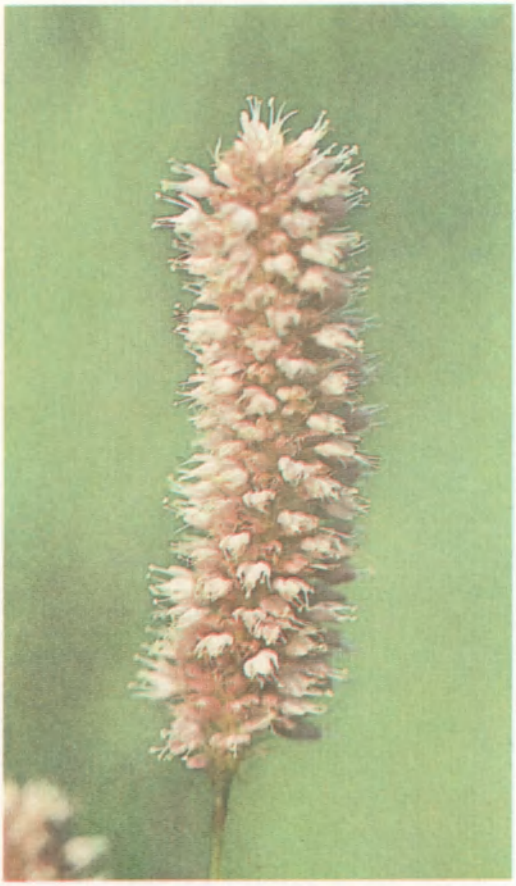
Истреблена морская корова, истреблена бескрылая гагарка, почти были истреблены зубры. Под угрозой истребления слоны, страусы, крокодилы, морские черепахи, носороги, многие виды зверей и птиц.

Бей, пока есть патроны, бей, пока видишь, бей, пока шевелится, бей, если можно убить и ... положить в карман гладкий холодный кружочек золота.

Да, как ни печально это осознавать, но неутомимая, ненасытная жадность была всегда присуща человеку.

Можно оскорбиться и обидеться в этом месте, но перешагните через уязвленное самолюбие, посмотрите внимательно на действия человека в разные эпохи и в разных условиях, проанализируйте его действия от охотника за жемчугом до Александра Македонского, от золотоискателя на Аляске до Наполеона, от собирателя грибов до собирателя миллионов, и вы увидите, что жадность была всегда, во все времена.

15



15, 16
Горец змеиный

Да что говорить, оказалось, что я и сам такой, и понял я это именно на любке двулистной.

Понадобилось мне некоторое количество клубеньков ночной фиалки. Я надеялся, что они окажут благотворное действие на здоровье одного человека. Все лесные поляны, где можно встретить этот цветок, я знал. Иной раз во время вечерней прогулки сделаешь большой крюк, чтобы в холодеющем уже воздухе вдохнуть непередаваемый аромат этого цветка.

Тем не менее задача моя оказалась не из легких. Дело в том, что клубеньки надо добывать только осенью, когда цветков уже нет и растение не выделяется среди других трав, не бросается в глаза за десять – пятнадцать шагов. Я думаю, если ползать по лесу на коленях, и то едва ли обнаружишь те два глянцевитых листочка, льнущих к земле, благодаря которым любка и называется двулистной.

Воображение во время охоты всегда работает на охотника. Идешь по грибы и заранее рисуешь себе, как под темной елью стоят шоколадные боровики. Или видишь наяву оранжевые блюдца рыжиков в зеленой траве. Говорят, такое охотницкое воображение помогает охотникам обнаружить тетерева, затаившегося в древесной кроне, любую другую дичь.

Так и теперь, собираясь на эту необыкно-

16



венную для меня охоту, я воображал, что как только приду на нужную поляну, так и увижу знакомые (разглядывал летом) листочки, под которыми в земле таятся два загадочных, таинственных клубенька, никогда мною не виданных.

Но уже сама сентябрьская поляна не походила на ту, которую я запомнил с июня. Все цвело и блистало здесь тогда. Ничего не стоило нарвать красивый букет. В который раз соблазнишься и колокольчиками, подивившись, как можно было, создавая цветок, оперировать столь тонким и нежным материалом. Соблазнишься напрасно, как известно, потому что, пока несешь до дома, колокольчики сникнут, словно детские воздушные шарики, из которых утекает воздух. Ничего, не заказано и на другой день прийти на ту же поляну и вновь увидеть ее все в том же летнем цвету.

Никаких цветов я не увидел теперь на сентябрьской поляне. Не сочный травостой по колено, а приземистая густая щетка



травы с торчащими там и сям сохлыми стеблями бывших цветов, не гуденье пчел и шмелей на жарком солнце, а сероватая тишина нахмурившегося денька.

Быстрыми шагами начал я ходить по поляне, надеясь тотчас обнаружить предмет охоты. Но перепутавшаяся трава казалась однообразной. Долго я бродил по поляне и даже чуть не ползал по ней, а два знакомых листа не попадались. Иногда попадались парные листья, как будто похожие на те, что я ищу. У меня не было никаких копательных орудий, кроме ножа, правда, острого, крепкого. Всадив его в землю, я вырезал по окружности землю вместе со своей находкой, подковыривал, и она вынималась бочоночком величиной с обыкновенный стакан. Я разминал землю, обнажал корешки и не находил ничего, кроме мочки густых, мелких корешков или одного стержневого корешка, похожего на тщедушную петрушку или, если хотите, на мышиный хвостик.

Да и бывают ли они, эти клубеньки? Не сказка ли, не фантазия ли они? ...

Однако уже через несколько минут я уди-



19
Девясил высокий

влялся, что мог какие-то шершавые, матовые, покрытые ворсинками, изборожденные прожилками листья принимать за листья ночной фиалки.

Но вот они – ее два листа! Из одной точки на черной земле они растут в строго противоположные стороны. Около самой земли они узкие, затем становятся все шире и в широком дальнем конце плавно округлены. Если бы перевернуть лист узкой частью кверху, он напомнил бы продолговатую каплю. Но я смотрел на листья сверху, и они напоминали мне крылья большой зеленой бабочки, которая, может, и улетела бы, если бы не корешки, вросшие в землю. Ах, зачем она не могла улететь!

Чистотой зеленого тона, глянцевитостью и четкостью формы листья произвели

19



на меня какое-то нездешнее, залетное впечатление. Правда, надо было еще убедиться, что я нашел именно то, что искал. Я все еще разглядывал листья, а клубеньки оставались в земле. Но я уже не сомневался, что это именно то.

Встав для удобства на колени (вот где понадобилось бы перекреститься, если бы на моем месте был настоящий знахарь, дед), я вонзил нож в землю в пяти сантиметрах от растения, и мне показалось, что листья вздрогнули. Осторожно стал я обрезать землю по окружности. Под ножом перерезались и трещали мелкие корешки и лопнул чей-то толстый корень, вероятно, протянувшийся от одного из молодых деревьев, которые росли тут во множестве. Подковырнув ножом и вынув земляной „бочоночек", я поставил его рядом с черной зияющей раной, которую я только что своими руками нанес земле.

Тут надо правильно понять мои ощущения.

Копаем землю заступами, бульдозерами, экскаваторами, роем карьеры, котлованы, открытые рудники, поднимаем взрывами миллионы тонн земли, срываем горы. А тут и всего-то ковырнул ножом, и вот уж называется это зияющей раной! Смешно! Тем не менее ощущение мое было точным. Я знал, что вместе с комком земли изъял живые клубеньки, из которых на будущий год выросла бы ночная фиалка.

Отойдя на несколько шагов, я решил запечатлеть в памяти микропейзаж. Небольшая тенистая елочка. Поодаль от нее толстый зеленый ствол осины. Сама осина где-то там, наверху, и нам теперь неважна. Между елочкой и осиной вторглась в наш интерьер и распростерлась вроде опахала ореховая лоза. Под ней-то, как под крышей, и расцвела бы на будущий год в зеленоватой тени белая ночная фиалка. Теперь уже не расцветет. Никогда. Я ее не просто сорвал, но искоренил.

Осторожно, ощупывая пальцами каждый тоненький корешок, я стал разминать землю. Вдруг мои пальцы нащупали твердые, гладкие и прохладные округлости, и мне показалось, что я прикоснулся к чему-то тайному, запретному, интимному. Земля вся обсыпалась наконец, и сахарно-белые, похожие на женские груди, клубеньки обнажились.

Один из них был сероватый и несколько дряблый, как будто кожица сделалась ему велика, другой был ядреный, крепкий и сочный.

Вниз от каждого клубенька тянулся тоненький хвостик, а от свежего клубня нацеливался вверх тупоконический росток.

20
Донник

Именно ему надлежало весной пробить крышу темницы, выгнать высокий прямой стебель, на котором и расцвели бы цветы. Уж с осени он приготовился к выполнению своей задачи.



20

Я держал на ладони белый клубенек с ростком и еще раз дивился великому чуду. Где-то хранились в нем будущие ночные фиалки с их очарованием, ароматом, семенами. Тянулась от этого клубенька цепочка фиалковых поколений назад на миллионы лет и вперед тоже на миллионы лет.

Но для этого именно экземпляра я прервал, перерезал ножом миллионолетнюю цепочку, уничтожив одним движением ножа результаты миллионолетних усилий природы.

Остались на земле другие экземпляры ночной фиалки. Конечно. Но принципиально от этого ничего не меняется. Кто-то убил последний экземпляр морской коровы, последний экземпляр гагарки. Кто-то убьет последний экземпляр кашалота и фламинго. Кто-то сорвет когда-нибудь последний экземпляр и этого растения ...

Мой охотничий азарт усугубился, видимо, тем, что долгие поиски были бес-





плодными, и я даже терял надежду. И вдруг золотая жила! Рука стала болеть, затекать, я намял мозоль, но был как в чаду. Каждая новая пара листьев казалась мне крупнее предыдущей (а значит, и клубеньки крупнее), и я полз на коленях все дальше и снова вонзал нож, резал, рвал, разминал землю, оголял клубенек, клал в сумку.

Ни о чем я теперь не думал, и неизвестно, сколько времени продолжалась бы эта „варфоломеевская ночь", но у меня сломался нож. Я с сожалением повертел его в руке, отбросил в сторону, распрямился и оглянулся назад. То, что я увидел, поразило меня, как громом. Исковерканная полоса земли тянулась за мной. Было похоже, что тут рылась свинья. Еще час назад на поляну было приятно смотреть. Она радовала глаз ровной зеленью, чистотой. Я увидел ее и в будущем июне, какой она была бы вся в цветущих фиалках и какой она будет теперь, когда я ее за один час совершенно обесцветил.

Бизоны, расстреливаемые с идущего поезда, котики, избиваемые палками, огромные кедры, срубаемые ради кедровых шишек ... Все, все припомнилось мне на обезображенной мной лесной поляне ...

А то, что мне снятся до сих пор то белые крепенькие клубеньки, то цветущие под луной ночные фиалки, это уж мое личное дело. Может быть, избивателям котиков тоже снятся потом их симпатичные недоуменные мордочки и их ничего не понимающие, с набежавшей слезой глаза, в которых наивная доверчивость граничит со смертельным ужасом.

Говоря о дарах леса – вот даже и магазины есть под названием „Дары леса", – люди имеют в виду прежде всего то, что можно съесть: многочисленные грибы, многочисленные ягоды, орехи. Когда же речь заходит о лесных травах, то в мире лесных трав мы съедобного найдем не так уж много. Точнее сказать, съедобного может быть и много, мало ли что можно съесть, но мало такого, что имело бы для человека заготовительно-промысловое значение. Ведь даже щавель – наиболее съедобная и наиболее употребляемая в пищу трава – растет не в лесу, это скорее луговое растение. Конечно, в лесу полно крапивы, но какой же любитель крапивных щей или крапивных салатов потащится за этой травой в лес, когда ее полно всюду – в деревнях, в садах около заборов, возле домов. Особенно теперь, когда во множестве исчезают деревенские дома, обильно плодится крапива по всем неоглядным российским просторам.

Или не считать же дарами леса кислицу. Это очень изящная изумрудно-зеленая травка с еще более изящными мелкими белыми цветочками.

Нарисуйте три сердечка и соедините их остриями в одной точке. Сделайте эти сердечки нежно-зелеными, посадите их на тонкий стебелек и вы получите кислицу, или заячью капустку, милое растеньице, украшающее тенистые, преимущественно хвойные, а еще преимущественнее еловые леса.

У других трав листья сидят на стебле по всей длине или расположены розеткой у земли, а здесь особенно. Стебелек гладкий, словно стеклянный, полупрозрачный, розоватый, а ближе к земле темно-розовый до красного. Нет на нем ни чешуйки, ни ворсинки. Он весь, как медная проволочка. Венчается же тремя листочками, о которых шла речь.

Листочки под воздействием загадочного механизма, нагнетающего в листья воду, а с ней упругость и силу, то распрямляются и держатся горизонтально, парят, то поникают и повисают вдоль стебелька.

Заросли непоникшей кислицы очень похожи на пруд, затянутый ряской, потому что все листочки держатся плоско, на одном уровне и образуют ровную зеленую гладь. Взяв за листочки, легко выдернуть растеньице вместе с длинным стебельком. Надергав несколько штук, свернешь их в комочек да и отправишь в рот, станешь жевать. Кислота щавеля покажется грубой по сравнению с тонкой, острой, с примесью явственной сластинки, кислотой заячьей капустки. Много не съешь, да, говорят, и не нужно есть ее в большом количестве, но все же, пусть и походя, не останавливаясь, когда уже набродился по лесу и, возможно, пересохло во рту от долгой ходьбы, все же и эта шепотка кислицы – разве не дар леса?

Конечно, это не черемша, которая теперь лежит тяжелыми маринованными пучками на московских базарах, пожалуй, единственная модная сейчас съедобная, имеющая это самое заготовительно-промысловое значение лесная трава.

Черемша – это дикий лесной чеснок. Конечно, сейчас вся книжная наука громко воскликнет, что это вовсе дикий лук. Но, во-первых, тут нет противоречия, ибо и чеснок с точки зрения науки тоже не более чем лук, а во-вторых, сами ученые пишут, что „черемша имеет резкий чесночный запах". Молодые листья черемши маринуют и едят как острую и пахучую приправу. Причем заготавливать ее можно в огромных количествах, жаль только, что в средней полосе России черемша практически не рас-

тет, а тяготеет к Сибири, Дальнему Востоку и к горам Кавказа.

Сейчас понемногу начала входить мода на употребление в пищу растения, которое и в голову никому бы не пришло заготавливать впрок, солить и есть. И мода эта пошла от японцев. Оказывается, они давно уж и в больших количествах импортируют от нас это растение. Ну, наши заготовительно-торговые организации медленно, с трудом, с раскачкой все же подумали: „Значит, находят японцы что-то такое в этом растении. А почему бы не попробовать и нам?“ Речь идет о папоротнике.

Ни в одной пока что книге о травах не найдете вы указания, что папоротник съедобен. Напротив, укажут: „Папоротник и

22
Зверобой



22

23
Коровяк

24
Рябчик русский – одно из немногих степных растений

его препараты ядовиты, поэтому их не следует использовать без рецепта и консультации врача". А препараты приготовляют с древности, со средних веков из корневищ папоротника и применяют „в качестве на-

23



дежного противоглистного средства". Какая проза! И как это далеко от гастрономических интересов, я бы даже сказал, противоположно им. Но вот японцы едят и, значит, находят в папоротнике что-то ценное с точки зрения еды, если даже импортируют его из-за границы, то есть от нас. Будто бы даже имеет эта еда целебные свойства, оказывает тонизирующее действие. Будто бы даже японцы смотрят на папоротник, как на деликатес.

Не знаю, не знаю. Я однажды купил в магазине „Кедр" Центросоюза молодые побеги папоротника в соленом виде. В крепкосоленом виде. „Живая соль", – сказала бы русская домохозяйка. И устно, и письменно тотчас снабдили мою покупку рецептом приготовления, вернее сказать, предварительной обработки. Это соленье надо было сутки вымачивать в холодной воде, несколько раз меняя воду, потом прокипятить, потом мелко порезать и на сковороде поджарить. По вкусу похоже будто бы не то на грибы, не то на капусту. Не знаю, не знаю. Съедобно, конечно, но, по-моему, и грибы и капуста вкуснее. Разве что польза. 24

Но вот лекарственные или просто вкусовые настойки ... Мы уже говорили о валериане, о ландыше, о любке двулистной. Можно сказать и о многих чаях из лесных трав. Одно растение так и называется по-народному иван-чай. Более книжное и научное название – кипрей. Там, где лес был вырублен или сгорел, разливаются вдруг целые озера лилово-розоватого цвета. На высоких, едва ли не в рост человека, стеблях расцветают эти лиловые соцветия, в то время как отдельный цветочек ни дать, ни взять миниатюрная двукрылая бабочка. Какая-то тут таинственная стадия, какое-то наглядное смыкание двух царств: флоры и фауны. Но дело не в стадии, а в том, что издавна это растение знали в народе как полезное и годное к употреблению, хотя бы вот в виде чая.

Как и в двух последующих случаях, я не могу привести подробного способа обработки листьев и превращения их в чай: способов предварительного провяливания, ферментации, сушки и т. д. Хотя способы эти, несомненно, в народе существовали, были известны два других случая: это – листья земляники и листья малины. Их тоже как-то особым способом ферментируют и сушат. Чай тот, другой и третий я пивал и могу сказать, что это действительно волшебный напиток. Причем, здесь речь идет о чае именно как вкусном (ну и в чем-то, наверное, полезном напитке), а не о тех лекарственных чаях и сборах, о которых можно вычитать в книгах о лекарственных растениях. Вот я открываю одну из таких книг и вижу семьдесят три рецепта разных сборов чаев. В этих многочисленных чаях участвуют многочисленные лесные травы и ягоды: черника, брусника, толокнянка, баранец, зверобой, душица, лапчатка, ландыш, валериана, дягиль, земляника, первоцвет, хмель и так далее и так далее.

Нет, у нас уклон все же более вкусовой и гастрономический, и наших чаев в чистом виде из кипрея, листьев земляники и листьев малины не найдешь ни в одном травнике.

Или возьмите осиновую кору. Осина не трава, конечно, но куда же ее отнести, рассказывая о лесе по трем направлениям: грибы, ягоды, травы? Все же более, чем к грибам и ягодам, осиновая кора приближается к траве.

Прежде всего надо сказать, что домашняя настойка – это чисто русский приоритет, хотя теперь культура домашних на-



стоек во многом утрачена. Теперь чаще всего, купив бутылку водки в магазине, тотчас торопятся поставить ее на стол в натуральном виде, разлить по стаканам и выпить, не подозревая, что через три-четыре дня она превратилась бы в совершенно другой напиток, если бы ее настоять.

В старину или, скажем, лет сто назад в России преобладали настойки не на ягодах, а на травах. Настоящий ценитель настойки всегда предпочитал малине, смородине, клюкве, вишне зубровку, зверобой, смородиновый лист, анис, тмин, калгановый корень ... Да, это все „классические", веками проверенные настойки. И как просто: кинуть в бутылку несколько стебельков травы зубровки или зверобоя ... Многие листьям черной смородины предпочитают ее же почки. В этом есть особенный смысл. Ведь почки черной смородины можно рвать зимой. Кругом снег, мороз, все растительное царство во сне, никаких живых ароматов и запахов. И вдруг среди этого стерильного пустого мороза живой аромат смородинного листа. На бутылку достаточно бросить с десяток почек, чтобы через три дня у вас получился напиток нежно-изумрудного цвета, непередаваемого аромата и вкуса. Но надо сразу же уточнить. Это, наверное, единственная настойка, которая не подлежит долгому хранению. То есть с самой водкой, конечно, ничего не случится, она не испортится, но изумрудный цвет настойка теряет и становится коричневой, а запах смородинового листа исчезает. Видимо, эфирные масла, создающие этот запах, настолько летучи, что их не может закрепить даже водка. Все остальные настойки чем дольше стоят, тем лучше.

Возможны разные изощрения. Олег Шестинский научил меня настаивать водку на нелущеных кедровых орешках. Сам я недавно научился делать настойку на хрене. В одном доме хозяин поставил на стол бутылку, в которую были напиханы укроп, петрушка, сельдерей, чеснок и перец! И ничего. Хорошо пошла. Ну, мята это уже банально, так же как и можжевеловые ягоды, и молодая еловая хвоя, и полынь – и все это мы говорим, дабы предать гласности новинку. Придумал ее мой друг Саша Косицын.

Он рассуждал просто: почему, если в лесу срубить осину и так оставить, многие звери набрасываются, чтобы глодать ее кору? Зайцы и лоси во всяком случае. Причем они обгладывают осиновое дерево с жадностью и дочиста. Значит, в осиновой коре есть какие-то весьма полезные и нужные вещества. Как же быть? Не глодать же осину подобно зайцу. А быть очень просто: настоять на осиновой коре водку.

Надо выбрать дерево с гладкой и яркозеленой корой и острым ножом настругать совсем немного этой коры. Остальное понятно. Горько, конечно. А что не горько? И хрен, и полынь, и перец, и чеснок ... И рябина горька, и мята горчит, и калина – не мед. Клюква не горька, так кисла. Нет, на осиновой коре получается превосходный напиток.

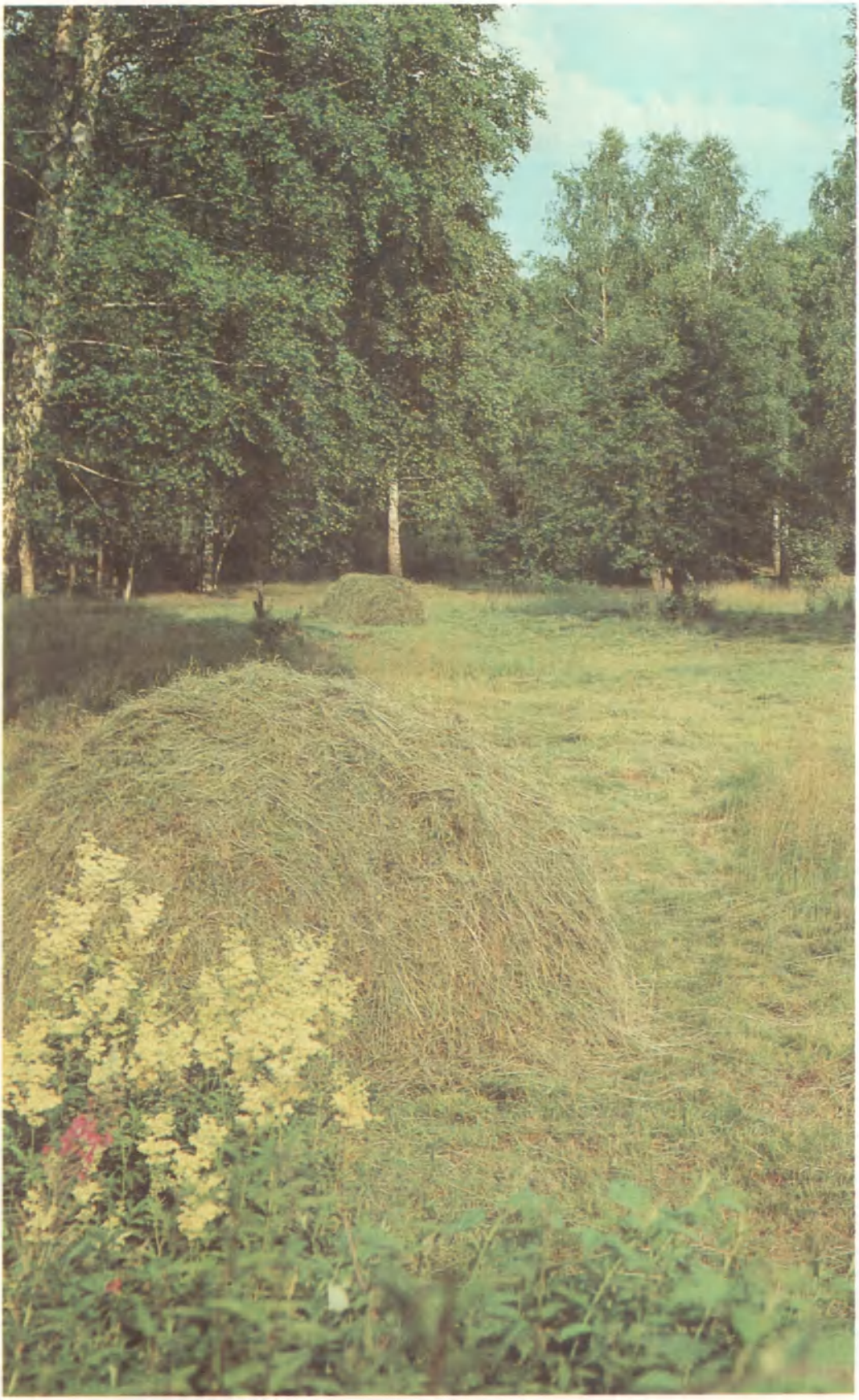
От настоек перейдем к напитку абсолютно трезвому, но, конечно, тоже прекрасному, широко известному, популярному, воспетому даже в песнях. Речь идет о березовом соке.

Популярный-то он популярный, но знают его больше по названию, понаслышке, а не потому, что сами пили. Теперь, правда, он продается иногда в магазинах (все в тех же „Дарах леса"), но это уже все-таки не березовый сок. То есть за основу приготовления этого продающегося напитка, может, и берется березовый сок, но потом его подслащивают, приноравливаясь к грубому вкусу потребителей, потом чем-нибудь его „закрепляют", „стабилизируют"; чтобы не очень быстро закис и помутнел ... Да и вообще столько времени находится он на свету в прозрачных стеклянных банках. Наверное, что-то в нем расщепляется под воздействием света и теряется навсегда.

Скажу хотя бы и про себя. Родился и вырос я в деревне и с детства знал о березовом соке. Мальчишками проковыривали мы в березе дырочки, делали надрезы ножом либо надрубы топором. И действительно брызгала береза прозрачным, прохладным соком, и мы припадали губами к этому месту, и по усам текло, и в рот попадало вместе с крошкой от надрубленной коры, и, таким образом, вкус березового сока был мне знаком. Да еще и срывали трубчатую прошлогоднюю травинку, если не оказывалось под рукой настоящей соломины, и через нее тянули березовый сок. Но скажу по совести, что по-настоящему я узнал, что такое березовый сок, совсем недавно.

Правда, в Белоруссии, в гостях у друзей, в избушке лесника стаканами пил квас из березового сока, но это уж квас, а не свежий березовый сок. Почему-то в наших местах не принято заготавливать сок в таких коли-

25



чествах и держать его в погребах в виде кваса.

Весну 1981 года я жил в подмосковном поселке неподалеку от моего друга Саши Косицына. Я-то жил там временно, а у него – дача. И вот он выбрал могучую старую березу на своем участке и просверлил в ней не очень большое отверстие. Пониже отверстия укрепил луночку из нержавеющей стали, а под луночку на пару кирпичей, на дощечку, положенную на эти кирпичи, поставил пятилитровую стеклянную банку из-под венгерских маринованных овощей. Из нержавеющей луночки в банку стали капать не очень частые, но полновесные капли. За сутки накапывало две банки. Обычно период березового сока длится не очень долго. Как только на березе развернутся листочки – так и конец. Но весна 1981 года была холодная и затяжная, так что почти целый месяц поила нас старая береза. Я держал там припрятанной в кустах пол-литровую пивную кружку. Ранним утром я шел первым делом к березе. Саша еще не выходил из дома. Банка была полна, и даже переливалось через край. И вот тут-то ранним утром натощак пилась первая кружка уникальнейшей, драгоценнейшей влаги. Ну, а потом в течение дня еще несколько раз наведаешься к заветному месту.

Таким образом мы как бы прошли курс лечения березовым соком, двадцатидневную сокотерапию. Благотворное освежение всего организма чувствовалось потом много месяцев.

Ну, а когда все кончилось, мы забили в отверстие березовый же кляп, замазали рану глиной. Летом я часто поглядывал на густую крону березы: не отразились ли на ней литры, выпитые нами. Ничего ей не сделалось. Стоит и благоденствует, как стояла и прежде.

В конце двадцатых годов советский ученый Борис Петрович Токин сделал открытие, которое по праву должно было бы называться открытием века. Он открыл фитонциды.

Каждое растение выделяет некие летучие вещества, которые либо благотворно, либо губительно влияют на окружающую растение среду, в первую очередь на микроорганизмы, витающие в воздухе, но и на соседние растения тоже. В то время как нам для того чтобы стерилизовать рану, нужно прибегать к йоду, к марганцовке, к борной кислоте или по крайней мере к кипяченой воде, раненый древесный лист сам окружает себя стерильной зоной, излучая фитонциды. Вареное яйцо, окруженное фитонцидами хрена, не протухает годами. Гектар можжевелового леса выделяет за сутки 30 килограммов летучих фитонцидов. Ну, с мешком, конечно, мы за фитонцидами в лес не пойдем и в магазине „Дары природы“ их, конечно, не купишь, однако это тоже лесной дар, и человек его с давних пор знает и сознательно или не сознательно им пользуется.

Во-первых, гуляя в лесу, сидя на пеньке, лежа в траве на лесной поляне, мы уже подвергаем наш организм воздействию фитонцидов, облучению фитонцидами. Во-вторых, возьмем тот же можжевельник и вспомним, что осенью, когда наступала пора квасить капусту, солить огурцы и грибы, русские крестьяне, чтобы продезинфицировать кадку, пользовались можжевельником. Это теперь называлось бы „продезинфицировать“, а тогда называлось „запарить кадку“. В нее наливали воду, клали можжевеловые, зеленые, колючие ветви и накрывали старым ватным одеялом. На огне раскаляли речные камни, булыжники. Раскаленные камни кидали в воду, приподняв на мгновение одеяло. Вода после этого под одеялом урчала, как отдаленный гром. Благодаря можжевельнику кадка „запаривалась“, дезинфицировалась. И пахла она потом между прочим не карболкой, а можжевельником.

Ну, а веник, с которым ходим мы в парную баню? Веник березовый, дубовый, можжевеловый. Теперь входят в моду привезенные с юга эвкалиптовые веники. Распаренный веник, распаренная кожа, температура в парилке около ста по Цельсию. Пусть эти веники уже мертвы, высушены, но не может быть, чтобы ничего, никакого там фитонцида либо другого полезного вещества не передавала листва нашей коже, нашему организму. Ведь когда запариваешь березовый веник, сразу дух идет на всю баню, ну, а коли дух, значит и фитонциды или всякие там эфирные вещества.

Сложен биологический организм под названием лес, многочисленны и разнообразны его составные части. Вы будете читать книги о полезных, целебных, лекарственных травах и цветах, и у вас начнут разбегаться глаза. И это бы неплохо попробовать, и это хорошо бы найти, и третье надо использовать, и от четвертого нельзя отказываться. Но за всем не угонишься. Займешься этим, забудешь про то. А ведь есть много такого в лесу, до чего вообще никогда не дойдут руки. Ну, скажем, ягоды калины вы соберете осенью и будете при помощи их регулировать свое кровяное давление, однако цветками калины вы заниматься не будете. А вдруг и в них скрываются целебные силы и тайны. Или вот в

апреле, когда в лесу после зимы еще черно и неприбрано, когда нет еще и зеленой травы, не говоря о цветах, ярко, сказочно, фантастично зацветает кустарничек волчье лыко. Это реликтовый кустарничек. Цветочки на нем похожи на цветы сирени, ни дать ни взять – сирень, только не кистями. Каждый отдельный цветочек, звездочка, сидит прямо на стебле. Так вот этими-то звездочками, очень яркими, особенно в черном-то ранневесеннем лесу, усеяны все стебли этого удивительного кустарничка. Волчье лыко – ядовитое растение. Его ягоды, которые будут прилеплены прямо к стеблям, как и цветы, ярко-красные красивые ягоды есть нельзя. Это смертельно. Но цветы?

Или вот, в то же примерно время, то есть когда лес черен и безлист, расцветает лесная ива. Как золотые фонари или огромные люстры, светят купы цветущих ив в черном лесу. А каких цветов не распустится потом в глухих буераках и на лесных болотах, в потайных лесных уголках! Нет, до всего руки не дойдут.

Все это я говорю к тому, чтобы предложить вам универсальный способ использования целебных богатств лесного царства. Способ этот надежен и прост. Надо вблизи леса, на опушке где-нибудь, на просторной светлой поляне расположить на все лето пасеку. Тогда вам не надо будет думать, что вы что-нибудь пропустили, забыли и не успели. Пчелы все сделают за вас. Они найдут каждый лесной цветок, они первыми узнают, что уже зацвела ранневесенняя ива. Они не облетят и волчье лыко, и уж они знают, что взять у него нужного и полезного, если даже в целом оно ядовито. Они не облетят ни цветочков брусники, ни земляники, ни грушанки, ни ландыша. С кипрея будет такой взяток, что можно говорить о кипрейном меде. Цветенье лесной малины, цветенье рябин, шиповника, жимолости, диких яблонь – все привнесет свою лепту в букет лесного меда. А потом уж начнется цветенье липы ...

И вы ничему не нанесете никакого вреда, никакого ущерба. Ни одно растение не нужно будет записывать в Красную книгу. Напротив, вы будете способствовать благоденствию родной природы, беря от нее самое ценное, потому что ничего не может быть ценнее хорошего меда. Вы будете способствовать благоденствию того, что теперь модно и принято называть окружающей средой, экологической средой, средой обитания.

Мир – не только руки, встретившиеся в рукопожатии, это даже не голубь, несущий в клюве оливковую ветвь. Мир – это пчела, сидящая на цветке.

ВОЗВРАЩЕНИЕ К ТРАВАМ



С. Ошанин

КРАСНАЯ КНИГА ЛЕСА

„Могущество страны не только в одном материальном богатстве, но и в духе народа. Чем шире, свободней эта душа, тем большего величия и силы достигает государство. А что воспитывает широту духа, как не эта удивительная природа. Потомки никогда не простят нам опустошения земли, надругательства над тем, что по праву принадлежит не только нам, но и им". С этой мыслью, высказанной нашим величайшим композитором Петром Ильичем Чайковским, нельзя не согласиться. Его слова так и западают в душу особенно сейчас, в эпоху научно-технического прогресса, когда природе в целом и каждому виду животных или растений в отдельности приходится выдерживать массированный натиск цивилизации.

К людям, жившим до нас, мы можем предъявить огромный счет. Где леса, некогда растущие по горам? Они почти все вырублены. В результате во многих местах земного шара, например, в странах Средиземноморья, иссякли реки, обеднела растительность.

Из лесов выбраны лучшие представители всех древесных пород. Оставшиеся множат хилое потомство. Практически исчезли целинные степи, выбиты многие виды животных, вырваны, уничтожены самые красивые и целебные растения.

Особенно страдает природа в наш век, на наших глазах. Безудержный рост промышленности, мелиорация, химизация сельского хозяйства – все это приводит к исчезновению или сокращению численности многих видов животных и растений.

Сейчас ежегодно выбрасывается в атмосферу Земли более 200 млн. тонн углекислого газа, около 50 млн. тонн углеводородов, 150 млн. тонн двуокиси серы, 200 млн. тонн золы, на поля планеты вносится более 100 млн. тонн ядохимикатов.

А нефть и мазут, покрывшие стойкой пленкой значительные акватории Мирового океана, а жидкие сбросы, превратившие многие реки в сточные канавы!

Короче говоря, давно во всем мире назрел вопрос не только об уменьшении влияния цивилизации на биосферу, но и об основательной чистке ее. И как тут не вспомнить ставшие уже хрестоматийными стихи Роберта Рождественского:

Кромсаем лед,
Меняем рек теченье,
Твердим, что дел у нас невпроворот,
Но мы еще придем просить прощения
У этих рек, барханов и болот,
У самого гигантского восхода,
У самого мельчайшего малька ...
Пока об этом думать неохота,
Сейчас нам не до этого ... пока.
Аэродромы, пирсы и перроны,
Леса без птиц,
И земли без воды ...
Все меньше окружающей природы,
Все больше окружающей среды.

Ученые и конструкторы во всех наиболее развитых странах мира уже давно создают, конструируют, разрабатывают, задумывают различные типы очистных сооружений, пылеуловителей, газоловушек ... Разработаны безотходные технологии для многих видов производств и получения энергии.

Биологи в свою очередь думают, как спасти животных и растения, которым грозит исчезновение. Так возникла идея создания Красных книг, в которые внесены виды, находящиеся под угрозой.

В нашей стране „Красная книга СССР" утверждена в 1974 году. Позже были созданы республиканские и даже областные Красные книги.

Особенно много уничтожалось растений лекарственных или красиво цветущих вокруг больших городов. Поэтому в конце семидесятых годов в Москве, Ленинграде, Ташкенте и ряде других городов, а также в Прибалтийских республиках были приняты специальные постановления, запрещающие сбор растений. В некоторых местах даже введены штрафы.

А ведь обычай дарить букетики лесных цветов возник на Руси сравнительно не-

давно, в самом конце XVIII века. Об этом свидетельствует Н. М. Карамзин, который в „Записках старого московского жителя“ писал: „Если докажут мне, что в шестидесятых годах хотя один сельский букет был куплен на московской улице, то соглашусь бросить перо в первый огонь, который разведу осенью в моем камине!“

Конечно, набрать букетик цветов всегда приятно, но обязательно нужно при этом помнить, что лесные травы быстро увядают и их приходится выбрасывать.

Задумайтесь над проблемами охраны природы. Ведь к ней причастны не только министры, директора заводов, фабрик, мелиораторы, специалисты по защите сельскохозяйственных растений. Бороться за охрану растений и животных должны все.

26
Ранней весной холмы и косогоры словно затянуты лиловыми шапками хохлаток. Только учтите – эти растеньица не годятся для букетов. Ими надо любоваться на месте. Сорванные цветки через два-три часа поникают, их приходится выбрасывать. Сейчас хохлатка во многих местах запрещена для сбора



26

27
Одна из первых в наших дубравах зацветает ветреница. Красуется цветок недолго – пока не поднимутся другие травы. То, что эти цветки распускаются чуть ли не из-под снега, для них оборачивалось злом – собирали их охапками. И уже во многих местах, особенно вокруг крупных городов, ветрениц становится все меньше и меньше. Их пришлось взять под охрану. Пусть и наши внуки любуются этим прелестным подснежником

Только тогда потомкам нашим мы оставим природу в лучшем состоянии, чем досталась она нам.

Мысль о бережном отношении к природе хотелось бы закончить мудрыми строками Самеда Вургуна в переводе Константина Симонова:

… Давай пройдемся медленно по лугу
И „здравствуй!“ скажем каждому цветку.
Я должен над цветами наклониться
Не для того, чтоб рвать или срезать,
А чтоб увидеть добрые их лица
И доброе лицо им показать.

27



ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА

Исстари на Руси пили травяные взвары. И россияне прекрасно знали целебные свойства растений. Если человек заболевал, его поили теми же взварами, только в большей концентрации.

Мы, живущие сейчас, настолько оторвались от природы, что не знаем названий даже самых обычных растений. Что уж говорить об умении их применять при кашле, простуде или при расстройстве желудка. Но вера в травы осталась. На всех рынках можно увидеть в продаже чудодейственные корешки и настойки, пучки трав. Тут же подробная консультация: как от чего принимать ... И если в осеннем лесу вы увидите искореженную почву, знайте – тут прошел „заготовитель здоровья".

Многие травы действительно целебны, полезны. Но при заготовке их и хранении надо точно знать их свойства и способы приготовления. Да и применять их надо разумно. Не будете же вы глотать горсть неизвестных вам таблеток, а травяные взвары часто пьют по совету друзей и знакомых. Помните, при приеме трав надо обязательно проконсультироваться с врачом.

Здесь мы расскажем о лекарственных травах, но только о тех, которых пока еще много, которые можно собирать и для себя, и для сдачи на заготовительные пункты или в аптеки.

Помните, что лекарственные растения часто действуют значительно мягче и надежнее, чем синтетические средства: ведь растения сродни нашему организму. Однако принимать травы надо длительное время. Только так можно добиться желаемого результата, только тогда будет польза.

Порядок описания трав может быть различным. Их можно сгруппировать по ботанической принадлежности или по медицинскому использованию. Можно по временам года, то есть по срокам их заготовок, можно и по местам обитания: травы лесные, полевые, луговые, водные. Однако, расположив травы в алфавитном порядке, мы думаем, их легче будет найти в книге. Ниже описываются травы или препараты из них, которые продаются в аптеке. А рецепты взваров и настоев даны по книге А. Д. Туровой и Э. Н. Сапожниковой „Лекарственные растения СССР и их применение", выпущенной издательством „Медицина" в 1982 году. Итак, травы ...

Адонис весенний часто за ярко-желтые цветки называют горицветом, а в просторечьи это заячья трава, заячий мак, мохнатик, стародубка, черная трава, черногорка. Встречается в средней полосе европейской части страны, на Украине, в Предкавказье, в Сибири. Это многолетнее травянистое растение, до 40 см высотой, с многоглавым корневищем, стеблей несколько. Собирают траву от начала цветения и до полного созревания семян. В растениях содержится широкий спектр сердечных гликозидов.

Лучше всего сдавать заготовленное сырье на приемные заготовительные пункты или в аптеки. Из травы готовят лекарства: „Экстракт горицвета сухой", таблетки „Адонис-бром", а также препарат „Адонизид".

Можно приготовить и настой. Для этого 6 граммов травы заливают стаканом кипятка. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день. Для детей в зависимости от возраста доза в два – четыре раза меньше. Нельзя принимать сразу более 1 грамма травы. Суточная доза – не выше 5 граммов. Применяется при различных заболеваниях сердца.

Аир болотный. Неизвестно точно, как попало это растение в наши места. По легендам, будто орды монголов бросали корни аира на стоянках, чтобы вода была чище. По другим предположениям аир попал к нам через ботанические сады. Как бы то ни было, это высокая, до 1,2 м, трава с мечевидными листьями заселила берега рек, озер, стариц на громадных площадях как в европейской, так и в азиатской частях нашей страны. Почти повсеместно бытует такое название, как ирный корень, реже аир называют гаиром, сабельником, татарским зельем.

„Сила" аира в его корневищах. В них находятся сложные эфирные масла, гликозиды, дубильные вещества, аскорбиновая кислота. Корневища собирают осенью и сушат при температуре не выше 35 °С.

Раньше корень аира применяли очень широко. Сейчас применяют только как горечь, особенно люди с пониженной кислотностью, для возбуждения аппетита, при гастритах, колитах, гепатитах и холециститах.

При приготовлении отвара на стакан воды надо положить 10 граммов измельченных корней, вскипятить, дать отстояться и пить.

Когда жарким летним днем входишь на болото, сразу чувствуешь одурманивающий камфарный запах. Это *багульник бо-*





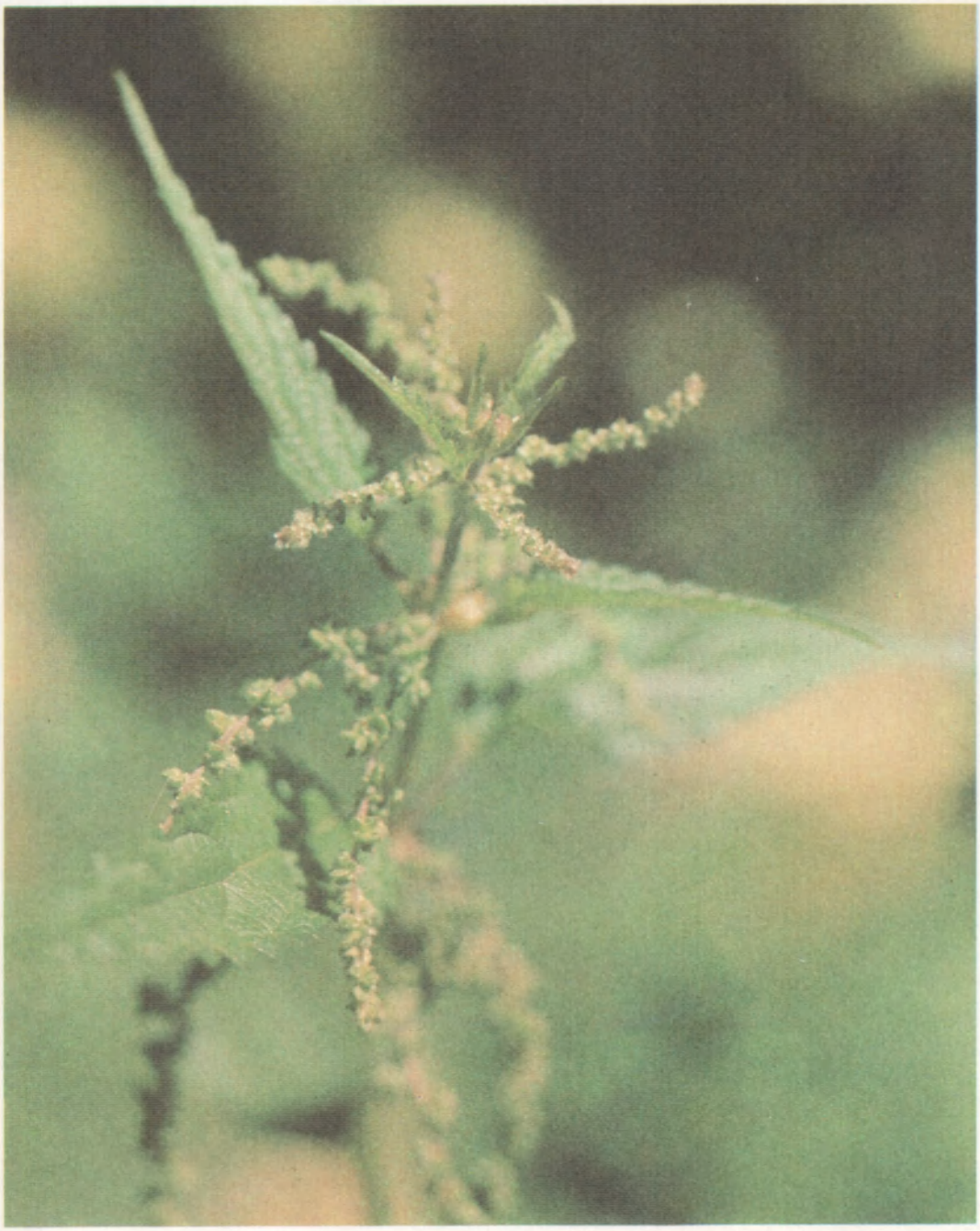
29
Крапива двудомная

30
Одно их красивейших растений – мордовник

лотный, он же багно, багун душистый, болотная одурь, болотник ... Встречается это растение почти на всех болотах лесной зоны страны и в тундре, часто образуя труднопроходимые заросли.

Надземная часть растения содержит эфирные масла сложного состава и другие соединения. Собирать его надо в фазе цветения, сушить в тени. Сбор надо хранить в хорошо закупоренной посуде. Основное применение – при заболевании органов дыхания. При этом столовую ложку измельченной травы заливают стаканом кипящей воды, кипятят 5 минут, настаивают и процеживают. Ежедневный прием – по 1 столовой ложке 3–4 раза в день. Только надо помнить: багульник – растение далеко не безвредное. Дозы превышать нельзя.

29



Бессмертник песчаный в средней полосе встречается редко – лишь на сухих кручах. Обычен по всей степной зоне. Растеньице само небольшое – до 35 см, многоветвистое. Желтые, солнечные корзиночки цветков собраны в пучок – так что травка видна издали. На ощупь все растение кажется сухим, но его сухость обманчива. После сбора цветки надо сушить в тени.

Народные названия ласковые: кошачьи лапки, золотистка, золото солнечное, сухоцвет. И действительно, высушенные растения годами не меняют ни формы, ни

вают на водяной бане, часто перемешивая. Затем охлаждают, процеживают и добавляют воды до одного стакана. Принимают по 1 столовой ложке 3–4 раза в день за четверть часа до еды.

Бессмертник входит и в состав желчегонных чаев. Готовят чай так: берут цветки бессмертника (4 части), листья вахты трехлистной (3), мяты (2), плоды кориандра (2). Чайную ложку смеси заливают 2 стаканами кипятка, настаивают 20 минут, процеживают, охлаждают и принимают по полстакана 3 раза в день за полчаса до еды.



30

цвета. Раньше их клали между рамами на зиму, чтобы вспоминать солнечное лето.

В цветках обнаружены эфирные масла, сахароза, смолы, стерины, дубильные вещества. Незаменимая травка при болезнях печени и желчных путей.

Медицинская промышленность выпускает „Экстракт бессмертника сухой". Но можно приготовить и отвар. Для этого 10 граммов цветков заливают стаканом холодной воды, закрывают крышкой и нагре-

Почти по всей стране, кроме пустынь и тундр, можно встретить *валериану лекарственную*. Она растет на прибрежных и пойменных лугах, в оврагах и степных колках.

Валериана успокаивающе действует на нервную систему, регулирует деятельность сердца, улучшает коронарное кровоснабжение, усиливает отделение желчи. И не случайно эта травка пользуется настолько большой популярностью, что стала во многих районах очень редка. Фармацевти-

31
Кровохлебка

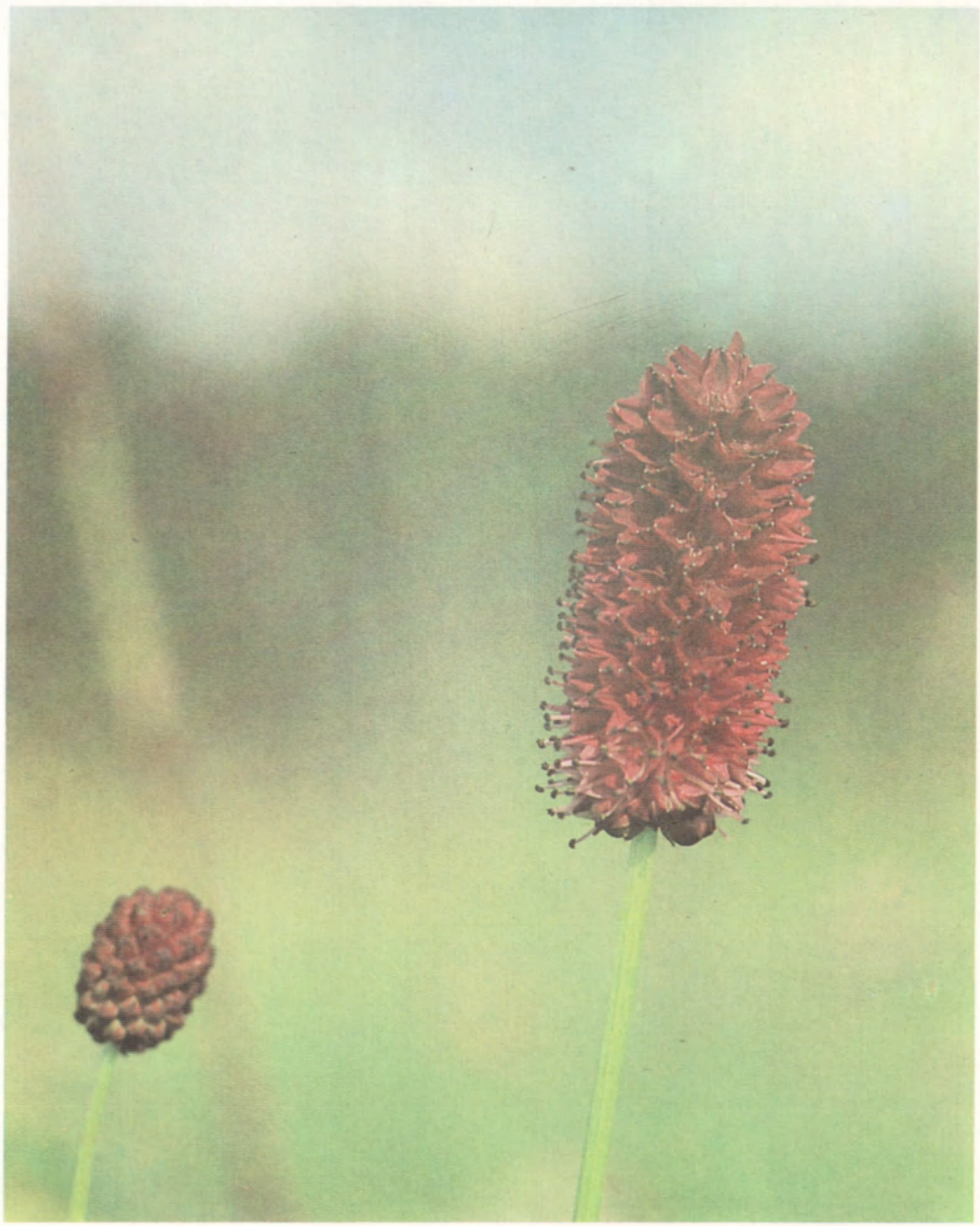
ческая промышленность готовит из корней этой травы настойки, экстракты, капли, микстуры.

Отвар можно приготовить и самим. Для этого 10 граммов измельченных корней заливают 300 граммами воды комнатной температуры, кипятят 15 минут и охлаждают. Ежедневный прием – по полстакана 3–4 раза в день.

Василек синий известен каждому. Чей взгляд не останавливали его прелестные цветки. Само растение – злостный сорняк, но и хлебороб раз в году, после уборки урожая, кланяется этому цветку. Таков обычай – венком из васильков награждают лучшего хлебороба.

Краевые цветки василька – ценнейшее лекарственное сырье. Правда, в нашей

31

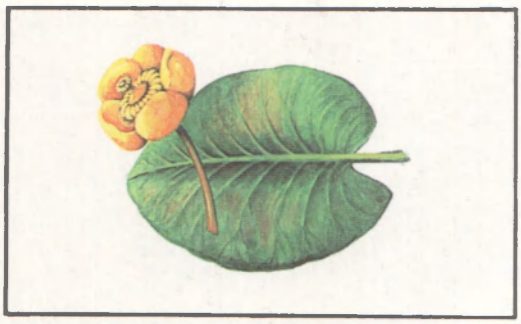


стране этот цветок не пользуется особой популярностью как лекарство. А зря. Настои василька применяют при болезнях печени и почек.

Приготовить настой просто: чайную ложку сухих цветков заливают стаканом кипятка, настаивают 20 минут. Принимать надо по 2 столовые ложки 3 раза в день за 15–20 минут до еды. Входят цветки василька и в состав мочегонных чаев.

Вахта трехлистная (трилистник водяной) встречается почти по всей лесной зоне страны. Предпочитает селиться на болотах, в затонах, в стоячей воде. В медицине применяют листья. Из них готовят препараты, которые действуют как горечь для возбуждения аппетита и усиления секреции желез желудочно-кишечного тракта при гастритах с пониженной кислотностью, а также как желчегонное средство.

32
Кубышка



33
Купена аптечная

Настой можно приготовить и самим. 1 столовую ложку травы заливают стаканом кипятка, кипятят 5 минут, настаивают 1–2 часа. Затем раствор надо процедить и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день за 5–10 минут до еды.

Эти травки знает каждый. Кто хоть раз прошелся сельской улицей, тот топтал травку-муравку. Но сколько ее ни топчи, ничего с ней не сделается. По-научному



34
Любка двулистная

35
Лапчатка прямостоячая (калган)

травка-муравка называется *горец птичий* или *спорыш*. Его невысокие, густопереплетенные стебельки цветут практически все лето.

Травка-муравка целебна. В ней содержатся дубильные вещества, аскорбиновая кислота, гликозиды, каротин, соединения кремниевой кислоты. Настои из спорыша обладают вяжущими свойствами, повышают свертываемость крови, способствуют сокращению матки, усиливают мочеиспускание. В современной медицине применяют в основном как вяжущее средство и при воспалении слизистых оболочек.

Из корней горца готовят отвар. На каждую часть измельченных корней берут десять частей воды, заливают водой, ставят на кипящую водяную баню на полчаса, от-

34



вар охлаждают и процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Настой из травы готовят так же, только сырье заливают кипятком, на водяной бане держат 5–10 минут и настаивают 1–2 часа. Принимают так же: по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

Ближайшие родственники спорыша – *горец змеиный* (раковые шейки) и *горец мясокрасный* – встречаются во влажных местах. Их корневища применяют при острых и хронических заболеваниях кишечника. Используются также для полоскания

35



полости рта при стоматитах. Медицинская промышленность выпускает „Экстракт змеевика жидкий", но можно приготовить и отвар. Готовится он так же, как и из корней спорыша.

Используются в медицине еще два вида горцев. Один из них *горец перечный,* или водяной, употребляется как кровоостанавливающее средство, обладает он и болеутоляющим действием. Второй – *почечуйный,* используется как средство, останавливающее маточные кровотечения, а также против геморроя.

В конце лета по влажным лугам, берегам рек и озер, в лиственных лесах распускаются желтые корзинки *девясила высокого.* Распространен он широко: от западных границ до Восточной Сибири, встречается на Кавказе и в Средней Азии.

В корнях и корневищах найдены эфирные масла, инулин, псевдоинулин, инуленин, уксусная и бензойная кислоты. Корни девясила используются как отхаркивающее средство. Кроме того, он обладает антисептическими свойствами, применяется и против глистов.

Рецепт простой: столовую ложку измельченных корней заливают стаканом воды и кипятят 10–15 минут. Пьют остуженный взвар по 1 столовой ложке каждые 2 часа.

По окраинам дорог, на пустошах, степных лугах, в поймах рек в начале лета цветет *донник лекарственный.* От своего белого собрата он отличается желтыми соцветиями. Собирают траву во время цветения. Свежее растение почти без запаха. Высушенное оно издает сильный запах кумарина, поэтому его добавляют в табачные изделия, мыло, используют и как фиксатор запахов в ликеро-водочной промышленности.

Кроме кумарина в траве содержатся дикумарол и метилотин. Препараты из травы применяются как наружное раздражающее средство и как мягчительное.

В народной медицине траву донника употребляли при заболевании дыхательных путей, как успокаивающее средство при бессоннице. Применяли и как пластырь при нарывах и фурункулах.

Трава *душицы обыкновенной* встречается на лугах, в разреженных лесах, на полях, опушках, на каменистых склонах гор. Растет почти повсюду, кроме Крайнего Севера. Собирают верхушки цветущих растений. Трава богата эфирными маслами, спиртами, дубильными веществами, аскорбиновой кислотой, семена содержат жирные масла.

Из травы душицы выпускаются препараты, которые используют при бессоннице, различных гастритах, атонии кишечника, как отхаркивающее средство и для возбуждения аппетита.

Но можно приготовить настой и самим. Для этого 2 чайные ложки мелко измельченной травы заливают стаканом кипятка и настаивают 20 минут. Затем процеживают и пьют по полстакана за полчаса до еды.

Хороши также ароматные ванны из этой травы.

Как только ни называют *зверобой продырявленный*: заячья кровь, зверобой дырявый и желтый, зверобойник, красная травица, кровавец, кровца, хворобой ... Любят у нас эту траву. И встречается она широко – почти по всей территории страны, кроме Крайнего Севера. Зверобой употребляют чуть ли не от всех болезней. Да и как пройти мимо желтых звездочек, густо обсыпавших веточки. Как не нарвать букетик цветущих растеньиц.

Состав зверобоя богат. Здесь есть и флавоновые соединения, рутин, кверцитрин,



36
Ландыш майский

эфирные масла, дубильные вещества, каротин, холин ... всего не перечислишь.

В медицинской практике трава зверобоя применяется как вяжущее, дезинфицирующее и противовоспалительное средство, рекомендуется при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, острых и хронических колитах небактериального характера, при стоматитах, циститах, желчнокаменной болезни.

Многие пьют зверобой как чай.

По лугам и лесным опушкам в средней и южной зонах, преимущественно на песчаных почвах можно встретить крупное, до 1,2 м, растение с характерным соцветием. Это *коровяк скипетровидный*. В медицинской практике применяют и другие виды коровяка: лекарственный (мохнатый), видный и обыкновенный.

Используются цветки, реже листья. Причем у коровяка каждый цветок увядает в течение суток. Собранное сырье сушат немедленно после сбора.

Цветки содержат слизь, сахара, сапонины, эфирные масла, камедь, кумарин, флавониды. В народной медицине коровяк издавна использовали как противовоспалительное и смягчающее средство при катарах верхних дыхательных путей, кашле, при желудочно-кишечных заболеваниях в качестве обволакивающего средства. Препараты коровяка предохраняют слизистую оболочку от раздражения, смягчают боли, снимают спазмы и отечность тканей.

Рецепты простые. Чайную ложку цветков заварить стаканом кипятка и пить как чай по 1–2 чашки в день (для взрослых).

Для детей готовят сироп. Цветки коровяка и 7,5 г корня алтея кипятят 15–20 минут в четверти литра воды, процеживают, добавляют 200 г сахара и вновь кипятят до густоты. Прием – несколько чайных ложек в сутки.

С *крапивой двудомной* знакомы все. И встретить ее можно практически в любом месте нашей страны, кроме пустынь и тундр. Многие пробовали крапивные щи, но мало кто использует эту жгучую траву как лекарство. Целебны ее листья. В них содержатся гликозиды, дубильные вещества, белки, муравьиная кислота, витамины.

Эту траву применяют при маточных кровотечениях. Экстракт крапивы ускоряет сокращение матки, нормализует менструальный цикл. Прием – 30–40 капель на полстакана воды 3–4 раза в день.

Можно приготовить и настой. Столовую ложку измельченных листьев заливают стаканом кипятка, настаивают 10 минут и пьют по столовой ложке 3 раза в день.

В европейской части страны, в Сибири, на Дальнем Востоке, в некоторых районах Средней Азии по лугам и лесным опушкам, среди кустарников можно встретить красные головчатые соцветия на длинных стебельках – это *кровохлебка лекарственная*. Цветет она практически все лето. Корневища собирают осенью и сдают в аптеки или на заготовительные пункты. Фармацевтическая промышленность выпускает экстракт, который применяют как вяжущее при поносах и кровоостанавливающее средство при кровохарканьи. Кроме того, экстракт применяют при лечении гингивитов и стоматитов.

При маточных кровотечениях дозировка – 1 чайная ложка 3 раза в день, при полосканиях – 30–50 капель на полстакана воды 4 раза в день.

Одно из великолепнейших украшений стоячих или медленно текущих вод *кубышка желтая*. Ее солнечные цветки можно видеть практически все лето. У кубышки желтой в медицине используются корневища, но заготавливать их можно лишь в тех местах, где этих растений много. К сожалению, слишком часто эти прекрасные цветки рвут на букеты, которые очень быстро увядают – красота уничтожается бесполезно.

Обращаться с этим растением надо осторожно. Известны случаи отравления детей, сопровождаемые сильной рвотой, поносом и длительным сном. Было установлено, что препараты кубышки в малых дозах вызывают сильное возбуждение, в больших – угнетение нервной системы.

Все заготовленное сырье надо сдавать государству. Фармацевтическая промышленность из корневищ выпускает препарат лютенурин.

Сейчас *купена аптечная* практически не используется фармацевтами, а ведь в ней находятся гликозиды конваллярин и конвалямарин, которых, однако, в купене аптечной гораздо меньше, чем в ландыше. Встречается она, к сожалению, куда реже своего знаменитого собрата. Редок стал этот лесной цветок – берегите его.

Ландыш майский один из первых зацветает в наших лесах. Белые, прелестные колокольчики свисают с цветоносов. Трава и цветки ландыша содержат богатый набор гликозидов, чем и объясняется его приме-

37
Мать-и-мачеха

нение для улучшения сердечнои деятельности и кровообращения. Из листьев и цветков ландыша готовят такие препараты, как „Капли Зеленина", „Коргликон" и другие. *Лапчатка прямостоячая* имеет несколько названий: калган, лапчатка, узик, дубровка. Бывает, идешь по лесу, и будто весь травяной покров усыпан золотистыми блестками. Отличить калган от других желтых цветков легко – у него четыре золотистых лепестка, у остальных по пять, а то и больше. Потянешь стебелек, найдешь его начало, подковырнешь почву, а там с палец толщиной короткое корневище или клубенек. В нем главная сила калгана. Он обладает вяжущим, бактерицидным, противовоспалительным и кровоостанавливающим свойствами.

37



Противовоспалительный эффект связан с дубильными веществами – они создают биологическую пленку, которая предохраняет ткани от различных воздействий. Понижается проницаемость капилляров, сужаются сосуды. Эти свойства лапчатки используются при воспаленных, покрасневших слизистых оболочках, при фарингитах, стоматитах, гингивитах, а также гастритах и энтеритах. Настой применяется для полоскания полости рта и горла. Нередко его применяют как компрессы при ожогах, экземах и других воспалениях кожи.

Для приготовления отвара 1 столовую ложку измельченных корней заливают стаканом воды и кипятят 10–15 минут. Затем охлаждают, процеживают и принимают по столовой ложке 3–4 раза в день за час-полтора до еды.

Едва только сойдет снег, как прямо из земли появляются желтые корзиночки цветков. Это *мать-и-мачеха.* Через некоторое время появляются листья. Сверху они гладкие, на вид жестковатые – это „мачеха". Перевернешь листок – он мягкий, покрытый шелковистыми волоконцами – „мать". Отсюда и название. Прозвищ у этого растения много: водяной лопух, камчужная трава, двоелистник, лапуха студеная, мать-трава, односторонник, царь-зелье ... Это растение встречается почти по всей стране, кроме северных районов.

Зрелые листья собирают в первой половине лета. В них содержатся гликозиды, сапонины, галловая, яблочная и винная кислоты, каротиноиды, аскорбиновая кислота, полисахариды.

Применяют как отхаркивающее средство при бронхитах, ларингитах, бронхоэктазах. В народной медицине издавна применяли при кашле в виде припарок.

Для приготовления настоя 1 столовую ложку измельченных листьев заливают стаканом кипятка, полчаса настаивают, процеживают и пьют по 1 столовой ложке 4–6 раз в день.

Листья мать-и-мачехи входят в состав грудных сборов.

Сборы заваривают так: 1 столовую ложку на 2–3 стакана воды и пьют как чай. Принимают по полстакана 2–3 раза в день.

Мяту по запаху узнает каждый. Мята и съедобное, и пряновкусовое, и лекарственное растение. В ее листьях содержатся ментол, эфирные масла, органические кислоты, каротин, различные микроэлементы. Особенно ценен ментол. На его основе приготавливают несколько лекарственных препаратов. Правда, для медицинских целей больше используют культурную мяту – перечную, но и ее лесная сестра почти не уступает ей по целебным свойствам.

Одуванчик вырастет везде, где есть хоть горстка подходящей почвы. Неприхотливый, он раскидывает розетку каемчатых листьев и гордо выносит наверх, к солнцу цветочные корзинки. Трудно искоренить эту траву на садовом участке, но ведь можно и с толком ее использовать. Листья, обваренные кипятком, годятся в салаты. А корни очень целебны, только заготавливай. Выкапывать их надо в августе–сентябре.

Корни используются как горечь для возбуждения аппетита, при анацидных гастритах, для повышения секреции пищеварительных желез, применяют их и как желчегонное средство.

Для приготовления отвара 3 столовых ложки измельченных корней заливают 2 стаканами кипятка, кипятят 15 минут, процеживают и пьют по стакану 2 раза в день за полчаса до еды.

Хорошо в лесу осенью, в грибную пору. Косые лучи солнца зайчиками бегают по деревьям, пням, травам. Среди последних выделяется *папоротник мужской* – щитовник. Неплохо бы в это время заготовить его корневища и сдать государству. Из них приготавливают препараты против ленточных глистов.

Этот сорняк, *пастушья сумка,* известен практически всем любителям природы. Кто же не знает невысокие стебельки с голубоватыми цветочками и трехгранными плодиками. Растет он повсюду, кроме Крайнего Севера. Трава растения, заготовленная в пору цветения, богата дубильными веществами, органическими кислотами.

Применяется главным образом при маточных кровотечениях после родов. Лучше использовать свежую траву.

Первоцвет весенний. Само название говорит, что эта травка – одна из самых ранних. Весной, когда мы ощущаем недостаток витаминов, его цветки и листочки весьма кстати. Заварите их как чай – витаминов А и С в них предостаточно. Для медицинских целей, помимо травы, используют и корни. Их выкапывают осенью.

Настои применяются для усиления действия бронхиальных желез. Чайную ложку измельченных корней заливают стаканом кипятка, кипятят 10–15 минут, остужают и процеживают. Прием – по 1 столовой ложке 3–4 раза в день.

Если натер ногу в пути, первое средство – лист *подорожника большого.* Его слегка мнут и кладут на больное место. Благо эта трава растет почти *по всей стране.* Листья

38, 39
Папоротник

подорожника собирают в течение всего лета. Это старинное народное средство применяется как отхаркивающее, при катарах желудка с пониженной кислотностью, энтеритах, колитах, при язвенной болезни.

и остриц. Дозировка назначается врачом. Во время беременности применять нельзя.

Пустырник сердечный и *пустырник пятилопастный* практически не отличаются по своему действию. Растут они в европейской части, Западной Сибири, на Кавказе, везде кроме Крайнего Севера.

Трава пустырника богата алкалоидами, сапонинами, дубильными, горькими и сахаристыми веществами, эфирными маслами, гликозидами. Собирают верхушки стеблей во время цветения в июле. Препараты пу-

38



Настой готовится просто: 1 часть травы заливают 15 частями кипятка, процеживают и пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день.

В последнее время все чаще можно встретить в аптеках „Сок подорожника". Его принимают по 1 столовой ложке (разведенной в четверти стакана воды) 3 раза в день за 15–20 минут до еды в течение месяца.

В жаркий день пустоши напоены пряными запахами. Один из них издает *пижма обыкновенная*, или *полевая рябинка*. Разотрите в руках листок или цветок – и вас обдаст неповторимым ароматом. Высокий, плотный куст с желтыми щитками соцветий. В народе применяется против моли. Медицинское значение выяснено не до конца, но доказано, что настой цветков пижмы изгоняет круглых глистов: аскарид

стырника обладают успокаивающим действием, понижают артериальное давление, замедляют ритм сердечных сокращений. Выпускаются „Экстракт пустырника" и „Настойка пустырника".

Но можно эту траву пить и как чай, только концентрация должна быть небольшой – слишком горько. Взвар готовят следующим образом. На стакан кипятка берут дозу от 0,5 до 1 чайной ложки измельченной травы, дают закипеть, настаивают, процеживают. Не забудьте добавить сахар.

Различных *ромашек* много. Все они показаны на рисунках. Медицинскими свойствами обладают лишь две: *аптечная* и *безлепестковая*, она же ромашковидная. Остальные годятся лишь для букетов. Встречаются лекарственные ромашки по-

чти по всей стране, за исключением северных районов. Аптечная ромашка возделывается на больших площадях почти во всех союзных республиках.

Собирают только корзинки в стадии полного цветения, когда лепестки горизонтальны. Цветочные корзинки содержат эфирные масла, терпены, органические кислоты и другие соединения.

Ромашка обладает дезинфицирующим противовоспалительным действием, способствует сокращению желудочно-кишечного тракта, возбуждает аппетит, усили-

39



вает отделение желчи. Кроме того, гликозиды ромашки расслабляют гладкую мускулатуру, устраняют спазмы органов брюшной полости. Целая аптека в одном цветке.

Настой приготовить легко: заварить 2 чайные ложки измельченных цветков на стакан воды и пить как чай.

Можно приготовить комбинированный взвар из ромашки (40 г), мяты (10 г) и корня валерианы (30 г). Столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка и пить в горячем виде по четверти или полстакана несколько раз в день.

Травка эта почти неизвестна любителям природы, да и в медицинском отношении изучена пока недостаточно. Однако выяснено, что *синюху голубую* можно применять как отхаркивающее средство при бронхитах, как успокаивающее и в сочетании с сушеницей болотной при язвенной болезни.

Встречается синюха в сырых местах, на лугах, по берегам рек, на лесных опушках и полянах в европейской части страны, в Сибири, на Кавказе и в Средней Азии.

Заготавливают корни и корневища. Их выкапывают в августе–сентябре, когда наземная часть растения отмирает. Состав еще выяснен недостаточно, но доказано, что это растение малотоксично и почти не вызывает побочных явлений.

Отвар корней и корневищ готовится следующим образом: измельченные сухие корни (не более 3 мм) помещают в фарфоровую или эмалированную посуду, заливают водой из расчета 6 г на стакан, закрывают крышкой и нагревают в течение получаса на водяной бане. Взвар охлаждают, процеживают, добавляют небольшое количество кипятка. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день.

При язвах и при холециститах, с нормальной и пониженной кислотностью применяют комбинированную микстуру. Корни синюхи (25 г), траву зверобоя (25 г), плоды шиповника (50 г) заливают 1,5 литра кипятка, настаивают и принимают по столовой ложке 4–5 раз в день после еды.

Солодка голая в тибетской медицине – трава номер один: она входит почти во все препараты. В нашей фармакологии солодка применяется реже – при заболевании верхних дыхательных путей, как отхаркивающее, смягчающее и противовоспалительное средство. Входит она и в состав мочегонных чаев.

У нас солодка, или, как ее еще называют, лакрица, распространена в южных степях и полупустынях. Используются корни. В них содержится глицирризиновая кислота (она-то и придает корням сладкий вкус), флавоновые гликозиды, глюкоза и другие вещества. Естественные запасы сейчас истощены, поэтому солодку голую возделывают на плантациях.

Медицинская промышленность выпускает несколько препаратов из лакричного корня. Но можно готовить и отвары: на стакан воды достаточно чайной ложки измельченного сырья.

Сушеницу топяную не сразу различишь среди разнотравья. Невысокая (до 25 сантиметров) серо-зеленая, будто присыпанная пылью травка. И цветочные корзинки невзрачные, светло-желтые, мелкие (2–3 миллиметра) расположены на концах побегов. Распространена почти по всей средней зоне страны. Предпочитает сырые, уплотненные почвы. Ее можно встретить и в понижениях полей, на мокрых дорогах, в канавах, на огородах. В сухие годы сушеница встречается довольно редко, во влажные, после весенних половодий появляется в огромном

количестве. Цветет с середины июня и до конца лета. Траву заготавливают во второй половине лета и начале осени.

В сушенице обнаружены дубильные вещества, эфирные масла, следы алкалоидов, каротин, тиамин и другие вещества.

Эту траву применяют при труднозаживающих ранах, язвах, ожогах, реже при лечении язвенной болезни, при начальных стадиях гипертонии.

Настоять сушеницу просто: 20 граммов измельченной травы залить 2 стаканами кипятка, кипятить 5 минут, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по полстакана 2–3 раза в день.

При варикозном расширении вен применяют ножные ванны из сушеницы. Для этого 100 граммов травы заливают 5 литрами кипятка, настаивают 8–10 часов. Продолжительность ванны 20–30 минут. Температура должна быть в теплое время года 32–35 °С, зимой – до 37 °С.

Для язвенных больных с высокой кислотностью пригоден следующий рецепт: плоды шиповника (50 г), трава пустырника (15 г), корень аира (15 г), трава зверобоя (15 г), трава сушеницы (15 г), листья мяты (15 г) заливаются 1,5 литра воды, доводятся до кипения, настаиваются 2–3 часа. В процеженный взвар нужно добавить по вкусу любой сироп. Принимать по полстакана 2–3 раза в день.

Тысячелистник обыкновенный обитает в лесной, лесостепной и степной зонах. Растет на суходольных лугах, луговых склонах гор, по залежам, окраинам полей.

В цветущих растениях обнаружены алкалоид ахиллеин, эфирные масла, сложные эфиры, муравьиная, уксусная и изовалентная кислоты, спирты и другие соединения.

Применяют при местных (носовых, зубных, мелкие раны, царапины) кровотечениях. Стерильный 0,5–0,75 %-ный настой применяют при легочных и маточных кровотечениях, фибромиомах, воспалительных процессах, метропатиях, геморрое, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта: колитах, язвенной болезни, рекомендуется при воспалении мочевыводящих путей.

Трава тысячелистника входит в состав желудочных, аппетитных и других микстур и сборов.

При воспалении мочевого пузыря применяют отвар из смеси следующих растений: 2 столовые ложки тысячелистника, 1 – корня аира, 1 – почек березы, 2 – листьев толокнянки. 2 столовых ложки смеси заливают двумя с половиной стаканами воды, кипятят 5–7 минут, настаивают полчаса и процеживают. Выпивают отвар в течение дня в четыре приема.

При метеоризме употребляют следующую смесь: 2 столовые ложки листьев тысячелистника, 2 – семян укропа, 3 – измельченной соломы овса, 1 – корня аира, 1–2 чайные ложки корня валерианы. Смесь тщательно перемешивают, 3 столовые ложки ее заливают 3 стаканами воды, кипятят 15 минут. Ежедневный прием – 3 стакана.

Кто не заметит среди травы *фиалку трехцветную*. Хоть и невелико растеньице, но приметное. Встречается почти повсюду в европейской части страны. Заготавливают травы в цветущем состоянии.

В растении содержатся гликозиды, алкалоиды, аскорбиновая кислота, сапонины, эфирные масла и другие вещества.

Применяют его как отхаркивающее и мочегонное средство, используют и при бронхитах.

Для приготовления настоя измельчают 20 граммов травы до размера не более 5 мм, заливают стаканом воды, кипятят 15 минут, настаивают 45 минут. Раствор процеживают, добавляют воды до 200 граммов и принимают по столовой ложке 3–4 раза в день.

Можно заварить и чай. Траву в соотношении 1:10 нагревают в течение 5 минут на водяной бане, не доводя до кипения, настаивают 15 минут и пьют.

У хвоща полевого заготавливают только бесплодные ветвистые зеленые стебельки. Встречается он на полях, лугах, песках по всей территории страны. Трава содержит алкалоиды, сапонин, органические кислоты, жирные и эфирные масла, кремниевую кислоту, горечи, дубильные вещества, смолы.

Применяется для усиления мочеотделения, обладает кровоостанавливающим и противовоспалительным свойствами, способствует выделению свинца из организма.

Для приготовления отвара траву измельчают, заливают водой в соотношении 1:10 (с учетом потери влаги при кипячении), полчаса кипятят, охлаждают, процеживают, отжимают и пьют по чайной ложке 2–3 раза в день.

Хмель – единственная лиана в лесах нашей средней полосы. Встречается он и на Кавказе, и в Сибири, и в Средней Азии.

Соплодия, или шишки, хмеля содержат горькое вещество лупулин, гумуленовую и валериановую кислоты, эфирные масла, желтый пигмент. Хмель (преимущественно его железки) ранее применялся в пилюлях и порошках как успокаивающее, болеуто-

ляющее и антисептическое средство, при циститах и частых позывах к мочеиспусканию и как горечь для повышения аппетита. Наружно – как компрессы и примочки, а также как ароматические ванны. Применяется хмель и сейчас.

Хорошо выпить на ночь две-три заваренные и настоенные шишки хмеля: снимается усталость, быстрее приходит сон.

На боровых песках южной и средней полосы европейской части страны, а также в Сибири можно встретить *чабрец*, или *тимьян ползучий*. Как только ни называют эту травку: богородская трава, боровой перец, верест, жадобник, лебюшка, лимонный душок, мухопал, фимиамник, чебарка и т. д. В знойный день аромат этой травы привлекает пчел и других насекомых, да и сама травка так душиста, что славно полежать на ней, вдыхая ароматный запах.

Настой травы применяют при простудных заболеваниях – способствует усилению секреции бронхов, обладает дезинфицирующими свойствами. В больших дозах применяют против ленточных глистов и власоглава, но проводить курс лечения можно только в условиях стационара.

Чабрец нельзя применять при декомпенсированной сердечной деятельности, болезнях печени и почек, при язвах и при беременности.

Заваривают его как чай. Достаточно всего нескольких листочков и соцветий, чтобы получился ароматный напиток.

Чага – грибной нарост на березах. Еще не так давно на него была мода. Считалось, что это растение – панацея от всех бед, но мода прошла, а чага как лекарственное средство осталась.

Настой применяют при анацидных гастритах и как общеукрепляющее средство.

Приготавливают настой следующим образом: гриб обмывают, замачивают кипяченой водой и настаивают 4–5 часов. Затем его трут на терке либо пропускают через мясорубку или толкут в ступке. Воду, в которой замачивался гриб, подогревают до 50 °С, опускают туда измельченный гриб, настаивают двое суток. Затем воду сливают, а остаток отжимают и доливают воды до первоначального объема. Прием – около 3 стаканов в течение суток.

Есть и ограничения. При приеме чаги нельзя внутривенно вводить глюкозу и пенициллин. Пища в это время должна быть преимущественно молочно-растительная.

Череда не очень заметна среди зеленых собратьев. Она цветет в середине лета, стелется вдоль дорог, по пустырям, на лугах.

40
Весной в степях можно встретить лиловые цветки сон-травы

В народной медицине с давних времен эта трава применялась как мочегонное, потогонное средство, при болезнях органов дыхания, золотухе, нарушении пищеварения, зубных болях, нарушении обмена веществ, при чесотке, лишаях. Многогранно используется череда и в тибетской, и в китайской медицине.

В фармакологическом отношении изучена слабо. В траве обнаружены следы эфирного масла, слизь, дубильные вещества, горечи, алкалоиды, аскорбиновая кислота и каротин.

Применяют для ванн и как настои. Для настоя 20 г травы измельчают до 5 мм, заливают стаканом воды, нагревают в течение 45 минут на водяной бане при частом помешивании, процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Щавель конский выделяется среди трав своим ростом. Его соцветия могут достигать полутораметровой высоты. Распространен в европейской части страны, в Сибири, Закавказье, в Уссурийском крае.

Заготавливают корневища, в которых обнаружен богатейший набор различных соединений. Применяется как вяжущее и закрепляющее или слабительное средство.

Отвар из конского щавеля готовят так же, как и все другие. Столовую ложку измельченного корня заливают 2 стаканами холодной воды, доводят до кипения, кипятят 10–15 минут, настаивают 2–4 часа, процеживают и пьют по 1 столовой ложке за 2 часа до еды.

Препараты щавеля противопоказаны при болезнях почек.

* * *

Здесь рассказано лишь о небольшой части наших лекарственных растений. Принцип выбора – наибольшее распространение. И задача ставилась не столько дать готовые рецепты, сколько заинтересовать людей нашими лекарственными растениями.

И еще раз напоминание. Травы – те же лекарства. Поэтому не надо употреблять их по наитию, необходимо всегда посоветоваться с лечащим врачом.



РАСТЕНИЯ И КОСМЕТИКА



А. Турова,
Э. Сапожникова

Всегда, во все времена люди, особенно женщины, хотели выглядеть привлекательнее, моложе. Для этого широко применялись растения, о чем свидетельствуют предания, летописи и рассказы древних Греции, Рима, Египта, Китая, Иудеи, Индии. У флорентинок, например, существовало до трехсот косметических рецептов.

В арсенале средств народной медицины были широко распространены наружные средства – мази, пластыри, примочки. Среди прочих была и маслотерапия. Использовалось главным образом оливковое масло. Медики средневековья пытались возвести косметику в ранг науки. А французский врач Андре Ле-Фурние написал трактат, изданный в Париже под названием „Украшение человеческой натуры и убранство женщин". Вот один из рецептов этой любопытнейшей книги: „Возьмите 12 свежих куриных яиц, отделите желтки и очистите от скорлупы, добавьте каплю корицы, все это должно быть смешано и перегнано через стеклянный куб вместе с дистиллированной водой, которой следует мыть лицо". Однако наряду с такими советами давались рецепты, где были использованы и богатый опыт прежних времен, и достижения зарождающейся науки. Долгим был путь косметики от примитивных до современных методов.

Знаменитый Гиппократ большое значение придавал косметическим притираниям, помогающим устранять дефекты кожи. Его ученик Диокл ввел в практику травяные ванны и массаж. Греческие древние врачи оставили нам в наследство множество косметических рецептов по уходу за волосами, за кожей лица, глазами, носом, зубами.

В России крестьяне пользовались травами для разных надобностей, горожане же предпочитали белила, румяна, сурьму ...

Но древние косметические средства ни в какое сравнение не идут с современными, созданными на основе достижений науки и техники. В наше время создано огромное количество высокоэффективных косметических препаратов.

Современная косметика поставлена на строго научную основу и применяет множество лекарственных препаратов, среди которых почетное место занимают растения. Лекарственные растения и препараты из них можно условно разделить на несколько групп.

РАСТЕНИЯ, СМЯГЧАЮЩИЕ КОЖУ

К старости вместе с организмом увядает и кожа. Она теряет упругость, бархатистость. Нарушается деятельность сальных и потовых желез, появляются морщины, отвисает подбородок. Кожа становится сухой и дряблой. Прежде всего это объясняется потерей воды организмом. Кожа ребенка содержит 90% воды, а у человека в шестидесятилетнем возрасте количество влаги в коже уменьшается в два раза. Вот почему необходимо следить за состоянием кожи с ранних лет: принимать гигиенические ванны, различные души, применять обтирания, компрессы, примочки и, конечно, заниматься физкультурой. А начиная с 25-30-летнего возраста, когда кожа шеи, рук, лица начинает увядать, нужно увлажнять ее кремами, масками, примочками, приготовленными на основе растительных масел.

Растительные масла могут быть высыхающие, то есть густеющие на воздухе (льняное, ореховое, конопляное, хлопковое, подсолнечное), и невысыхающие (оливковое, или прованское, персиковое, кунжутное, миндальное, кокосовое, розовое, касторовое). Эти масла применяются для ухода за кожей, а также при изготовлении мыла, лосьонов, кремов и различных мазей.

Касторовое масло в косметической практике используется как растворитель салициловой кислоты и как основа мазей для волос. Его применяют для лечения жирной себореи волосистой части головы. Это

41
Первоцвет весенний

42
Пастушья сумка

43
Подорожник

44
Житель сфагновых болот – росянка. Присмотритесь внимательно к капелькам прикорневых листьев: с их помощью растение ловит насекомых

ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ РАСТЕНИЯ

Корень алтея, содержащий много слизи, оказывает лечебное действие при себорейном дерматите лица и воспаленных угрях. Применяют его как настой из 6 граммов на стакан холодной воды.

Листья шалфея лекарственного используют в виде настоя для лечения кожи с широкими порами, при угревой сыпи, себорейных дерматитах. Чайную ложку листьев заливают стаканом крутого кипятка, ста-

41



масло, добавленное в мыло, делает его мягким, повышает образование пены. В настоящее время в косметологии стали применять гидрированное касторовое масло, оно действует намного мягче.

Оливковое масло применяют для ухода за кожей и при изготовлении дорогих сортов мыла и кремов. Но, к сожалению, это масло быстро становится прогорклым.

Кокосовое масло употребляется для изготовления хорошего туалетного мыла, великолепно действующего на кожу.

Розовое масло, содержащееся в лосьоне „Розовая вода“, очищает и смягчает кожу.

В лосьоне содержатся небольшие количества борной кислоты и глицерина.

Для смягчения кожи, особенно сухой, применяют растительные масла: льняное, ореховое, конопляное, хлопковое, подсолнечное. Берут каплю масла и тщательно растирают пальцы и кисти рук снизу вверх терпеливо в течение 15–30 минут. Этот рецепт был давно известен в народе.

42



вят на слабый огонь на 3–5 минут. Теплый раствор применяют как примочки.

Календула (ноготки) содержит салициловую и яблочную кислоты, каротин, фитонциды, календулин, обладает ярко выраженным антисептическим (противомикробным) действием. Особенно эффективна при лечении угревой сыпи. Успокаивает раздражение кожи и десен. Применяется при выпадении волос и жирной себорее. Готовят настой на 40%-ном спирте в отношении 1:10 и употребляют 1 чайную ложку на стакан воды в виде примочки или питья.

Огуречный сок используется в качестве общедоступного косметического средства при угревой сыпи. С этой целью из измельченных свежих огурцов с кожицей готовят настой: 4 столовые ложки массы заливают двумя стаканами кипятка, настаивают 4 часа и накладывают маску.

Усниновую кислоту получают из лишайников. Кристаллический порошок бледно-лимонного цвета обладает антимикробными свойствами. Применяют как раствор (примочки) для лечения вульгарных угрей, ожогов II и III степеней, при послеопера-

43



44



ционных ранах, особенно с дефектом ткани, а также с профилактическими целями после косметических операций. Раствор готовят следующим образом: 10–20 граммов усниновой кислоты растворяют в одном литре 90–96%-ного спирта. Перед употреблением 1 часть исходного раствора разводят 3–4 частями однопроцентного растворенного в воде новокаина.

Сок свежего картофеля можно использовать как противовоспалительное средство для лечения экземы, ожогов, трофических

45
Пижма

46
Пустырник





язв, пиодермий, болезненных мозолей, острых дерматитов, флегмонозных угрей.

Сырой картофель тщательно обмывают, очищают от кожуры и трут на мелкой терке. Полученную массу кладут в сложенную в несколько слоев марлевую салфетку толщиной 0,5–1 сантиметр и фиксируют ее бинтом к пораженному участку кожи. Через 2 часа картофельную массу осторожно снимают и заменяют новой.

Трава череды обладает антиаллергическими свойствами. Применяют при зудящих дерматозах в виде ванн, особенно для детей, и в виде примочек при жирной коже лица, себорейном дерматите, воспалении кожи после бритья.

Зверобой содержит около 10% дубильных веществ, витамины РР, С, провитамин А (каротин), а также азулен. Обладает дезинфицирующим и вяжущим свойствами. В виде настоя (1:5) оказывает лечебный эффект при жирной себорее лица и угревой сыпи, успокаивает раздражение кожи, способствует скорому заживлению при гнойных воспалительных процессах кожи.

Хвощ полевой содержит большое количество кремниевой кислоты, яблочную, аскорбиновую кислоты, каротин, витамин С и сильные летучие фитонциды. Настой хвоща полевого (1:10) применяют как примочки при жирной пористой коже лица, при себорейном дерматите. Вводится в средства для лечения волос.

Корневище лапчатки (калгана) содержит около 25% дубильных веществ. Применяют в качестве вяжущего средства в виде отвара (10 граммов на стакан кипятка) и примочек при лечении жирной себореи лица и дерматитов.

Отвар дубовой коры (1:5) наносят на кожу при дисгидрозе, жирной себорее, при ожогах, в качестве вяжущего средства. При потливости ног применяют ванны из отвара дубовой коры (1:10). Температура ванны 37–38 °С, продолжительность процедуры – 15–20 минут, курс лечения в зависимости от эффекта – 10–15 дней.

Ромашка аптечная в числе других активных веществ содержит эфирные масла, основой которых является азулен. Из-

вестна как болеутоляющее, противовоспалительное средство. Настой ромашки аптечной благотворно действует при ожогах солнцем и опрелостях кожи.

РАСТЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ДЛЯ УХОДА ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА

Условно различают сухой, нормальный и жирный виды кожи. При сухой коже рекомендуются маски из липового цвета, цветков ромашки аптечной, листьев мяты перечной, лепестков розы или шиповника. Растения эти обладают мягчительными и дезинфицирующими свойствами.

При жирной коже лица рекомендуются: трава зверобоя, лист щавеля, цветочные корзинки календулы, листья мать-и-мачехи как дезинфицирующие и противовоспалительные средства.

С возрастом, а также у людей, перенесших тяжелые заболевания, начинается увядание кожи. Этот процесс можно замедлить и даже приостановить с помощью масок, примочек, втираний настоев следующих растений: шишек хмеля, сока алоэ, настоя овса (1:10), корня алтея, листьев березы, листьев подорожника большого. Растения эти улучшают обменные процессы в коже, тонизируют ее.

Маску из травы готовят следующим образом: мелко измельченные или истолченные части растений заливают кипящей водой (1:3), доводят до кипения, кипятят еще 2–3 минуты, слегка остужают и в теплом виде ровным слоем накладывают на подготовленную заранее маску (с вырезанными отверстиями для глаз и рта) из фланели, нескольких слоев марли или холщовой материи. Маску держат на лице 15–20 минут. К этому времени растительная масса остывает и перестает действовать, поэтому дольше ее держать не следует. Маску снимают, лицо моют теплой водой. Процедуру повторяют через день в течение трех недель.

Для маски можно приготовить концентрированный настой (1:3 и 1:5). Настоем смачивают марлю или другую ткань. Чтобы маска не так быстро остывала и хорошо держалась, на нее нашивают слой пленки. Наложение такой маски значительно экономит время, она проще в употреблении. Настой же может храниться в холодильнике 3–5 дней.

Хорошо освежает кожу, предохраняет от возникновения морщин петрушка огородная. Берут 1 столовую ложку измельченных корешков и зелени петрушки на 2 стакана воды, кипятят на слабом огне в течение 15–30 минут. Отвар фильтруют через полотняный или бумажный фильтр и используют для протирания лица, рук и шеи утром и вечером.

Морковь огородная (в ней содержится много провитамина А) повышает сопротивляемость кожи по отношению к неблагоприятным условиям внешней среды. Корнеплод трут на мелкой терке, тщательно смешивают с одним желтком, добавляют по 2–3 капли свежевыжатого сока лимона и растительного масла. Доводят до консистенции сметаны и накладывают эту кашицу на лицо на 15–20 минут. Затем снимают и обмывают лицо теплой водой.

Два последних рецепта широко применялись в народной медицине.

РАСТЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ДЛЯ ОБЕСЦВЕЧИВАНИЯ ВЕСНУШЕК

Веснушки чаще появляются у светловолосых людей. Их появление можно предупредить, если избегать длительного солнечного облучения лица и рук. Применяют также защитные кремы, составленные на основе растительных экстрактов.

Применяют от загара и появления веснушек настойку огуречного семени. Приготавливают ее на водке или на 40%-ном спирте (1:10), настаивают две недели и процеживают. Перед употреблением настой разводят водой 1:10 и ежедневно протирают лицо до получения желаемого эффекта или делают маску из этого же состава в течение 5–10 минут.

Если веснушки уже появились, можно обратиться к старому народному способу: утром и вечером протирать лицо соком репчатого лука, уксусом или взбитым белком пополам с лимонным соком, избегая прикосновения к ресницам и глазам.

А вот еще два рецепта, которыми издавна широко пользовались в народе.

От веснушек протирали кожу лимонным соком, разведенным пополам с водой, соком мякоти свежих огурцов.

Достаточными отбеливающими свойствами обладают ягоды клубники, лесной земляники, черной смородины. Предварительно ягоды нужно истолочь и наложить на лицо маску. Через 20–30 минут смыть теплой водой.

Для улучшения цвета лица и удаления веснушек нередко пользуются соком лимона пополам со сметаной, а также свежевыжатым соком хрена. Сок тщательно смешивают со сметаной (1:1). Смесь накладывают на лицо в виде маски: с соком лимона



на 15–20 минут, а с соком хрена на 5 минут, избегая прикосновения маски к глазам и ресницам.

48
Ромашки безлепестковая и аптечная обладают лекарственными свойствами

РАСТЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ И РОСТА ВОЛОС

Красивые, блестящие и густые волосы во все времена и у всех народов считались лучшим украшением внешности человека. Однако для того чтобы как можно дольше сохранить их красоту и не допустить их выпадения, за волосами нужно ухаживать. Волосы выпадают по разным причинам: при неврастении, после перенесенных истощающих заболеваний, но могут выпадать и у практически здоровых людей при недостаточном уходе за ними и кожей головы. Правильный гигиенический уход за волосами с детства и забота об общем укреплении организма позволяют надолго сохранить волосы красивыми и здоровыми.

Для ухода за волосами применяют микстуру, в состав которой входят подорожник, ромашка, шалфей, крапива, душица, взятые поровну. Столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка, настаивают в течение часа, процеживают, добавляют черный хлеб до получения кашицы. Теплую смесь втирают в кожу головы, завязывают платком или полиэтиленовой пленкой и держат 2 часа. Затем волосы споласкивают, не употребляя мыла, высушивают на воздухе или феном.

Против выпадения волос и придания им русого оттенка применяют микстуру, приготовленную следующим образом: берут поровну смесь коры дуба и шелухи репчатого лука. Стакан смеси заливают литром кипятка, держат на огне 1 час, остужают и смачивают волосы. Затем завязывают голову теплым платком, держат в течение часа. Повязку снимают, высушивают волосы феном или на воздухе, не вытирая их полотенцем.



48

Дарминол – это эфирное масло, получаемое из цветков цитварной полыни. Обладает местным раздражающим, сосудорасширяющим и дезинфицирующим свойствами. Рекомендуется как средство, способствующее укреплению и росту волос при сухой себорее.

Перец стручковый красный содержит алкалоид капсаицин. По содержанию витаминов он занимает первое место среди овощных растений. Применяют настойку плодов, которая в сильно разбавленном виде вызывает прилив крови к коже и этим улучшает ее питание. Настойку втирают в кожу волосистой части головы для усиления роста волос, ссобенно когда они выпадают пучками.

Аир обыкновенный применяют при выпадении волос в виде примочек и втираний. Отвар делают из измельченных корней и корневищ, заливая 1 столовую ложку корней 1 стаканом крутого кипятка и настаивая его 30 минут.

При уходе за волосами применяются и другие растения. Из них готовятся микстуры и настойки. Для этого корни и корневища измельчают и кипятят 10–15 минут, затем к отвару добавляют цветки и листья и кипятят еще 5 минут. Микстуру обычно применяют в свежем виде или хранят в холодильнике не более 3–4 дней. Рекомендуем несколько рецептов этих микстур.

1. Корневища и корни лопуха (4 части), цветочные корзинки ноготков (4 части), шишки хмеля (3 части). Пять ложек смеси отваривают в литре воды, втирают в голову два раза в неделю.

2. Корневища аира (1 часть), корневища и корни лопуха (1 часть), шишки хмеля (4 части). Шесть столовых ложек смеси отваривают в литре воды и в этом отваре споласкивают волосы три раза в неделю.

3. Кора ивы (1 часть), корневища и корни лопуха (1 часть). Четыре столовые ложки смеси отваривают в литре воды и в этом отваре споласкивают волосы три раза в неделю.

4. Трава вереска (2 части), трава крапивы жгучей (2 части), корневища и корни лопуха (2 части), шишки хмеля (1 часть). Семь столовых ложек смеси отваривают в литре воды и этот отвар втирают в корни волос три раза в неделю.

5. Листья крапивы (3 части), листья мать-и-мачехи (3 части). Шесть столовых ложек смеси отваривают в литре воды и втирают в кожу головы три раза в неделю.

Лавзония – многолетнее травянистое растение семейства дербенниковых. Возделывается в Азербайджане с середины августа до половины октября. В косметической практике используют краску из лавзонии – хну. В листьях лавзонии содержатся два красящих вещества – зеленый хлорофилл и желто-красный лавзон. Цветки лавзонии содержат эфирное масло. Хна применяется для укрепления волос и для окраски их. 25 граммов хны заливают горячей водой (70 °С), размешивают до состояния кашицы и равномерно наносят ее в горячем виде на чуть влажные волосы. Через 15–40 минут (в зависимости от желаемого цвета) волосы промывают теплой водой без мыла. Для лучшего гигиенического эффекта порошок хны рекомендуется смешивать с басмой (1:1). Хранят хну и басму в темном прохладном месте в течение года.

В шелухе лука содержится нафтохиноновое соединение – кверцетин, обладающее красящими свойствами. 30–50 граммов луковой шелухи заливают стаканом воды и кипятят 15–20 минут. Отвар процеживают и смачивают им чистые сухие волосы. Затем, не вытирая полотенцем, волосы высушивают феном или на воздухе.

Настоем из цветков ромашки споласкивают чисто вымытые волосы. Они становятся мягкими и блестящими, золотисто-желтого цвета. Настой готовят следующим образом: 25 граммов цветков ромашки заливают ¾ стакана воды, настаивают в течение часа, процеживают и смачивают волосы. Второй рецепт таков: берется 100 граммов цветков ромашки для светлых волос или вдвое большая доза для темных волос. Цветки ромашки заливают 0,5 л кипятка и настаивают около часа. Чисто вымытые волосы споласкивают, массируя кожу и стараясь втирать настой в корни волос. Волосы высушивают феном или на воздухе.

РАСТЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ДЛЯ УДАЛЕНИЯ МОЗОЛЕЙ

Как правило, мозолям предшествуют трещины на коже. Мозоли – это чрезмерное ороговение поверхностных слоев кожи. Причиной их возникновения могут быть общее заболевание, нарушение обмена веществ, авитаминозы, но чаще всего это результат ношения неудобной, тесной обуви. При появлении трещин и мозолей рекомендуется регулярно не реже одного раза в неделю применять горячие мыльно-содовые ножные ванны с добавлением настоя ромашки (1:10) в течение 10–20 минут. Настой готовят из расчета одной столовой ложки питьевой соды на 3 литра воды. Перед ванной осторожно растирают подошву пемзой. Для удаления мозолей и трещин обычно достаточно 6–10 процедур. Если же мозоль проникла в глубокие слои кожи и возникло воспаление, необходимо обратиться к врачу.

Измельченные цветки ноготков прикладывают к мозолям в виде припарок. Эту процедуру проводят 10–12 раз, и мозоль смягчается. Если же отказаться от неудобной обуви, мозоль исчезнет совсем.

А вот народный способ сведения мозоли. Сок чеснока дикого и огородного тоже прикладывают к мозоли после предварительного распаривания ее содовой водой. Процедуру проводят вечером перед сном. Повторяют ее 12–15 раз.

ВАННЫ КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ



Г. Свиридонов

Применение растений с косметической целью восходит к глубокой древности. В Египте косметика была известна за 2000 лет до нашей эры. В папирусе Эберса, датированном 1570 годом до нашей эры, даются советы по косметике и приводятся названия трав, при этом применяемых. Древняя косметика была развита у народов разных стран, и основу ее составляли те или иные части растений в виде различных косметических средств (мазей, благовоний и масел).

Целесообразность применения растений с косметическими целями была подтверждена в XIX веке научно, когда были открыты в растениях различные группы физиологически активных веществ. В настоящее время интерес к растениям как косметическим средствам отнюдь не ослабевает, а, напротив, постоянно растет. Объясняется это исключительно высокой физиологической ценностью растений для организма человека, содержащих витамины, дубильные, пахучие вещества, фитонциды и другие физиологически активные вещества, которые не вызывают, как правило, никаких побочных явлений. Являясь практически безвредными для организма человека, они оказывают благоприятное физиологическое воздействие на обмен веществ в организме, повышают уровень резистентности организма и его адаптационных возможностей. А это в свою очередь оказывает благотворное влияние на состояние кожи, волос и т. д. Оздоравливая организм в целом, они определяют вместе с тем здоровый, цветущий внешний вид человека.

Огромную оздоравливающую и косметическую роль играют общие и местные ванны, приготавливаемые с настоями различных растений. В связи с возможностью их широкого применения в быту остановимся на этом важном вопросе подробнее.

Человек издавна пользуется ваннами с оздоравливающей и лечебной целью. Гиппократ и Авиценна считали ванны наряду с гимнастикой, массажем и лечебным голоданием важнейшим оздоравливающим средством и широко рекомендовали их своим пациентам. В XVIII веке водолечение прочно укоренилось в Западной Европе. Его поборниками были известные немецкие врачи Присниц и Кнейп, доказавшие важность приема водных процедур как для больного, так и здорового организма.

Эффективное применение водных процедур с гигиенической и лечебной целью объясняется прежде всего той огромной ролью, которую играет кожа в обмене веществ и жизнедеятельности организма человека. Она выполняет защитные функции (защита от вредных внешних воздействий – механических и химических, от проникновения микроорганизмов), выделительные функции (выделение продуктов обмена, токсинов, микробов, некоторых медикаментов), обеспечивает осязание, теплорегуляцию и газообмен, эндокринные и иммунобиологические функции. Вот почему нужно, чтобы наша кожа была чистой и функционировала нормально, а этому способствует прием гигиенических ванн.

Остановимся подробнее на общих гигиенических и лечебных ваннах, которые можно приготовить из отвара размельченных дикорастущих пищевых и лекарственных растений, употребляемых современной медициной.

ВАННЫ КРАСОТЫ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Красота – мечта каждой женщины. А чтобы этой мечте стать реальностью, требуется немногое. Достаточно принимать ванны. Для этого необходимо иметь небольшой запас всего лишь нескольких видов растений, например ромашки, хвоща, крапивы, спорыша (травки-муравки), череды или шалфея. Однако, если есть больший выбор растений, можно приготовить

49
Поповник, пупавка и трехреберник лекарственными свойствами не обладают

50
Синюха голубая

следующие смеси (цифры обозначают весовое соотношение частей компонентов):

Сбор-1. Душица обыкновенная (трава) – 1, крапива двудомная (лист и стебель) – 5, ромашка пахучая (трава) – 3, смородина черная (лист) – 2, тимьян ползучий (трава) – 2, череда трехраздельная (трава) – 5.

Сбор-2. Береза (лист) – 4, клевер луговой (лист, цветки) – 4, ромашка аптечная (трава) – 4, малина (лист) – 4, мята перечная или полевая (трава) – 2.

Эти настои имеют золотисто-оранжевый цвет, обладают приятным запахом. Они великолепно очищают кожу, придают ей эластичность, упругость, устраняют неприятный запах. Кроме того, успокаивающе действуют на организм, улучшают обмен веществ.

ВАННЫ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Быстро растущий организм ребенка требует тщательного ухода за кожей. Такой уход возможен благодаря ваннам с настоем различных трав. Ванны могут применяться уже с первых месяцев жизни ребенка (вместо бытующих ванн с марганцовкой). Наряду с дезинфицирующим действием настой из растений оказывает многогранное влияние на кожу, а через нее и на весь организм ребенка. Ванна с настоем соответствующим образом подобранных трав устраняет патогенную микрофлору, восстанавливая нормальное функционирование кожного покрова. Особо важно действие настоя из трав для интенсивного выделения кожей продуктов обмена, токсинов и других вредных для организма веществ, что часто наблюдается при различных ал-

49



лергических заболеваниях у детей, в частности при диатезах.

Общеукрепляющие детские ванны могут включать небольшое число растительных компонентов. Так, можно делать ванны из отвара череды, ромашки, тимьяна (чабреца), крапивы, овса (в цвету) и других растений, взятых порознь. Но лучше их комбинировать, смешивать.

Если выбор трав больше, состав сборов можно усложнить.

Сбор-3. Береза (лист) – 3, душица (трава) – 3, крапива двудомная (лист) – 5, черная (лист) – 3, спорыш (трава) – 5, тимьян ползучий (трава) – 2.

Наряду с обеззараживающим действием настой этих растений оказывает умеренно успокаивающее, общеукрепляющее, стимулирующее обмен веществ действие.

Сбор-5. Душица обыкновенная (трава) – 2, крапива двудомная (лист) – 5, ромашка пахучая (трава) – 4, спорыш (трава) – 3, череда (трава) – 4, тимьян ползучий (трава) – 4, хвощ полевой (трава) – 4. Ванны из настоя указанных растений оказывают успокаивающее действие на организм.



50

лапчатка гусиная (трава) – 5, череда (трава) – 5, медуница обыкновенная (трава) – 5.

Сбор-4. Пырей ползучий (корневище) – 5, ромашка пахучая (трава) – 5, смородина

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ И ЛЕЧЕБНЫЕ ВАННЫ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

Сбор-6. Береза (веточки, лист), крапива двудомная (трава), лапчатка гусиная

(трава), лопух большой (корневище, молодые листья), овес (цветущее растение), одуванчик (все растение), череда (трава), душица (трава) – всего поровну. Для приготовления настоя нужно взять 250–300 г смеси указанных трав и столько же сенной трухи. Ванна оказывает общеукрепляющее действие, регулирует и стимулирует обмен веществ в организме.

Сбор-7. Пырей ползучий (корневище), ромашка пахучая (трава), горец птичий (трава), хвощ полевой (трава), пустырник (трава), тимьян, или чабрец (трава) – всего поровну. Как и для приготовления предыдущего сбора, берется 250–300 г смеси трав и столько же сенной трухи. Ванна оказывает успокаивающее, общеукрепляющее действие, стимулирует обменные процессы. Оба сбора можно применять при лечении ожирения.

Сбор-8. Ромашка пахучая (трава) – 4, облепиха (ветви, лист) – 5, калина (ветви) – 3, горец птичий (трава) – 3, хвощ полевой

51



52



(трава) – 3, хвоя (мелкие веточки-лапки) кедра, пихты или сосны – 12. Ванна общеукрепляющего действия, стимулирует обмен веществ в организме, благотворно действует при лечении некоторых кожных заболеваний.

Сбор-9. Душица обыкновенная (трава) – 3, крапива двудомная (трава) – 4, пустырник сердечный (трава) – 5, ромашка пахучая (трава) – 3, горец птичий (трава) – 5, хмель обыкновенный (шишки) – 4. Действие ванны успокаивающее и укрепляющее. Показана при различных нервных заболеваниях.

51, 52
Солодка голая

53
Сушеница

Сбор-10. При отсутствии других компонентов для сбора можно ограничиться сенной трухой. На ванну требуется 500–600 граммов трухи. Действие ванны успокаивающее, общеукрепляющее.

53



Сбор-11. Береза (лист) – 5, крапива двудомная (трава) – 5, лопух большой (лист, корень) – 6, ромашка душистая (трава) – 5, горец птичий (трава) – 5, хвощ полевой (трава) – 4, чистотел (трава) – 6. Ванна оказывает общеукрепляющее действие, стимулирует обмен веществ и благоприятно действует при некоторых кожных заболеваниях.

КАК ГОТОВИТЬ И ПРИНИМАТЬ ВАННЫ

Необходимо помнить, что для приготовления ванн с настоем трав пригодна лишь эмалированная, а не пластмассовая или оцинкованная ванна. Температура воды обычная – 36–38 °С. Продолжительность процедуры – от 5 до 20 минут.

Для приготовления настоя требуется 100 г сухой или 600 граммов сырой травы на 20–30 л воды (доза травы для ванн лечебных, как детских, так и взрослых, может быть увеличена в каждом конкретном случае). Траву положить в холодную воду, довести до кипения (корни, ветви, крупные стебли кипятить 10–15 минут), настоять в течение 40–50 минут, процедить и влить в ванну. А затем количество воды в ней довести до нужного объема.

Лечебные ванны принимаются два-три раза в неделю до наступления терапевтического эффекта. Гигиенические можно принимать один-два раза в неделю.

Принимают лечебные ванны под наблюдением врача, который в каждом конкретном случае определяет температуру, периодичность и продолжительность процедур.

Гигиенические ванны следует принимать, когда кожа чистая. Мылом пользоваться не следует. После ванны не нужно споласкиваться водой.

Широкое применение этих ванн диктуется современными условиями жизни, когда большая часть населения живет в благоустроенных квартирах, где имеются эмалированные ванны, необходимые для принятия таких процедур. Однако для этих целей они мало используются. А ведь травяные ванны – это домашний курорт. Удобно, дешево и эффективно!

Такие ванны доступны всем. Травы для их приготовления можно приобрести в аптеке, а лучше заготовить самому во время прогулки в лесу, в поле. Для сбора пригодны грубые, обычно не употребляемые для приема внутрь части лекарственных растений: вся надземная часть ромашки аптечной, валерианы, крапивы, пустырника и многих других. При приготовлении настоя для ванн с лечебной целью можно употреблять ветви, молодые стволики, кору и корни облепихи, ивы, калины, малины, смородины, шиповника, а также листья березы, хвою сосны, кедра и др.

Ванны могут быть применены в стационарных и амбулаторных условиях при лечении многих хронических заболеваний как внутренних, так и наружных органов.

Целебные травяные ванны – источник здоровья и красоты, великолепное средство для повышения защитных сил организма, его устойчивости к неблагоприятным воздействиям.

ЛЕСНЫЕ ЧАИ



Г. Свиридонов,
С. Ошанин

Сейчас основная часть населения сосредоточена в городах и поселках, большинство людей не знает, как называются и какими свойствами обладают растения, которые они видят во время воскресных прогулок. По нескольку раз в день горожане пьют ставшие традиционными чай, кофе, какао, а когда заболевают, то покупают в аптеке, как правило, таблетки, настойки, вытяжки. Однако значительная часть их приготовлена из целебных трав.

Можно смело утверждать, что по вкусу, цвету и аромату лесные взвары не уступают традиционным чаям лучших сортов.

Но не вкус, не аромат главное в лесных чаях. В них нет кофеина, будоражащего нервы, зато в травах – масса биологически активных веществ: витаминов, ферментов, микроэлементов, фитонцидов, органических кислот, пектинов и других веществ, благотворно влияющих на организм человека.

Более того, многие травы, употребляемые регулярно, предохраняют, а часто и лечат от некоторых заболеваний. Поэтому травяные чаи желательно пить всем. Травы можно заготовить самому, можно купить в аптеке.

СБОР, ПЕРЕРАБОТКА, ХРАНЕНИЕ

Заготавливать травы надо умеючи. Первое правило – нельзя вырывать все подряд, оставляя голое место. Листья земляники и костяники, например, лучше срезать ножницами. У некоторых растений (зверобой, мята, душица, чабрец) собирают лишь олиственную цветущую часть стебля.

Цветки таких растений, как шиповник, липа, жасмин, собирают лишь полностью распустившимися. Листья смородины, ежевики, малины, морошки, костяники, кипрея собирают, только когда они „дошли до кондиции“, то есть полностью развернулись. Плоды срывают созревшими.

Собирать травы лучше в сухую погоду, утром, как только сошла роса.

Сушилку для трав сделать нетрудно. Из деревянных реек или дюралевых уголков делается рама, размеры которой не должны превышать 500 × 500 мм. Большая рама неудобна в работе. В рейках просверливаются отверстия на расстоянии 30–40 мм. В отверстия продевается капроновая леска толщиной 0,5 мм, и таким образом получается сетка.

В деревянных рамках по углам из гвоздей 50–70 мм делаются ушки, в дюралевых уголках просверливаются отверстия 5 мм для двух веревок. С их помощью сушилку можно повесить на стену или на дерево.

Технология сушки проста. На сетку кладется марля, на нее травы, которые сверху также закрываются марлей. Два раза в день травы надо перемешивать.

Плоды сушатся в полуостывшей печи (50–60 °С) или духовке.

Высушенную траву лучше хранить в стеклянной, металлической, керамической или эмалированной посуде с плотно закрывающейся крышкой. Особо душистые травы лучше держать подальше от основного сбора. Закупоривать их надо особенно тщательно.

ДЕРЕВЬЯ, КУСТАРНИКИ, ТРАВЫ

Растений, из которых можно приготовить взвары, очень много – в нашей стране их больше сотни. Не будем останавливаться на лечебных чаях: их производит фармацевтическая промышленность. Расскажем лишь о самых распространенных растениях, которые можно употреблять ежедневно.

Прежде всего все растения, пригодные для приготовления взваров, разделим на группы в зависимости от того, какую часть растения – цветки, листья, стебли, корневища – мы употребляем.

1. Чаи из цветков розы, шиповника, таволги, жасмина, липы.

2. Чаи из листьев зверобоя, мяты, кипрея, трифоли, подорожника, брусники.

3. Чаи из ягод шиповника, рябины, черемухи, боярышника, брусники, черники, голубики.

4. Чаи из корней, корневищ и клубней цикория, калгана, солодки, ириса.

Чай готовят следующим образом. Цветки заваривают в большом фарфоровом чайнике. Их кладут в чайник и заливают крутым кипятком. Ягоды перед заваркой надо раздавить, а если они сухие – раздробить. Листья обычно кладут в кипяток и кипятят 3–5 минут или заливают кипятком и настаивают 15–20 минут. Корни, стебли и другие грубые части растений кла-

54
Кипрей (иван-чай)



54

ТАБЛИЦА ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЧАЙНОГО БАЛЬЗАМА

(цифры обозначают количество столовых ложек сухой травы или ягод на стакан чая)

Виды заболеваний	Зверобой	Мята	Чабрец	Толокнянка	Валериана	Пустырник	Барбарис	Шиповник	Мать-и-мачеха	Душица
	трава	листья	трава	листья	корень	трава	ягоды	плоды (шт.)	листья	трава
Болезни желудочно-кишечного тракта	2	2	1	1						
Болезни сердечно-сосудистые		2			1	2	1	4 (измельчить)		
Болезни легких	2		1						2	2
Болезни почек	2			2				3 (измельчить)		
Болезни нервной системы		2			1	2				2
Для профилактики простудных заболеваний	2	2	1		1					

дут в холодную воду, доводят до кипения на медленном огне и кипятят 10 минут.

Все чаи настаивают в фарфоровом чайнике или эмалированной посуде в течение 15–20 минут.

А теперь конкретно о некоторых растениях, взвары из которых употребляются чаще всего.

Шиповник – одно из самых изученных человеком растений. В нашей стране известно около 100 видов шиповника. Все знают, что шиповник – это кладовая витаминов, а по содержанию аскорбиновой кислоты, например, плоды этого кустарника превосходят во много раз цитрусовые, смородину, крыжовник, клубнику, яблоки.

Плоды шиповника применяются в современной медицине, но в быту, к сожалению, их употребляют довольно редко.

Взвары можно приготовить из цветков, плодов, листьев, молодых веточек шиповника. Очень просто готовится настой из плодов: пять – семь размятых ягод заливают стаканом холодной воды, доводят до кипения и настаивают 15–20 минут. Хорошо в этот взвар добавить сухие лепестки цветков шиповника. По вкусу и аромату этот напиток может соперничать с любым из стандартных чаев.

Земляника – одна из любимых нами лесных ягод. Но, собирая плоды, мы забываем, что и листья можно прекрасно использовать как в свежем, так и в сушеном виде. Лучше брать осенние, покрасневшие листочки: от них навар гуще цветом, нежнее ароматом. Взвары из садовых форм земляники тоже хороши, они лишь немного уступают своим диким сородичам. В земляничные чаи можно добавлять и плоды свежие или сухие. Вспомним, что на Руси земляника исстари считалась универсальным медицинским средством: противовоспалительным, заживляющим раны, потогонным, мочегонным, кровоостанавливающим, вяжущим ... Всего не перечислишь ...

Малина и *ежевика*. Чай из их листьев, цветков и облиственных веточек очень хорош, ароматен, с тонким, нежным запахом. В народной медицине самых разных стран эти кустарники были универсальным лечебным средством. Так, еще древнегреческий врач Диоскорид предписывал отвар листьев ежевики как полоскание при воспалениях десен и полости рта, а из листьев – наружные компрессы при кожных заболеваниях. В народе и до сих пор считается, что малиново-ежевичные чаи хорошо утоляют жажду в жару и регулируют деятельность желудочно-кишечного тракта. При приготовлении взваров можно добавлять и ягоды: они улучшают свойства напитков.

Костяника и *морошка* очень близки по своим целебным свойствам к ежевике и малине, и с точки зрения ботаники они близ-

ТАБЛИЦА СОСТАВЛЕНА ЗАСЛУЖЕННЫМ ВРАЧОМ РСФСР ДОКТОРОМ МЕДИЦИНСКИХ НАУК Р. Н. ХОДАНОВОЙ

Эвкалипт	Анис	Алтей	Подорожник	Брусника	Можжевельник	Береза	Василек	Кукуруза	Хмель	Шалфей	Ромашка
листья	плоды (шт.)	корни	листья	листья	ягоды	почки, листья	цветки	рыльца	шишки	листья	цветки
										2	1
											1
1/2	2	2	2	2	1 (измельчить)	1	2	1		2	
		2							1 (измельчить)		2

кие родственники. Костяника встречается в наших лесах повсеместно, морошка – в северных районах. Особенно вкусен взвар из свежих листьев костяники. На стакан воды достаточно трех-четырех трехлопастных листочков.

Бадан – одно из древнейших „напиточных" растений. Из старых, почерневших листьев бадана толстолистного приготовляется чагирский, или монгольский, чай. Природа будто нарочно придумала горькие, сильновяжущие листья этого растения для приготовления чудесного напитка. Бадан обладает удивительной особенностью. Отмирая, листья его не опадают, а остаются висеть на материнском растении. Дождь и снег, жара и мороз, многократно вымачивая и вновь высушивая листья, удаляют из них излишки горечи и танидов. И вот висят они на скалах, эти гирлянды черных и коричневых сморщенных листьев, отмерших десятки лет назад. Когда их собираешь, они рассыпаются в руках. Возникает мысль – не здесь ли люди подсмотрели тайну ферментации чая.

В Сибири и Монголии бадановый чай по праву считается отличным жаждоутоляющим напитком. Он красивого темно-коричневого цвета, слегка вяжущего вкуса, с одним лишь ему присущим ароматом кедровой тайги. И хотя бадан растет в естественных условиях лишь в Южной Сибири, введенный в культуру, он может быть распространен значительно шире. Бадан стал обычным растением парков Москвы, прекрасно себя чувствует он и на наших садовых участках. Корневища бадана используются современной медициной.

Липа, пожалуй, и сейчас пользуется известностью и заслуженной любовью народа. Желтоватый, с медовым привкусом, с прекрасным ароматом липовый цвет можно пить и просто как чай, и при простуде, когда надо хорошенько пропотеть.

Кипрей, или *иван-чай*. Само название этого растения говорит о возможности его применения. Распространено оно повсеместно, особенно любит селиться на гарях, вырубках, на полянах и пустошах. Когда-то на Руси копорский чай был повседневным напитком, более того, сотнями пудов его вывозили за границу. Собирают растение в пору его цветения. Берут и листья, и соцветия. Заготавливать их можно вместе и по отдельности. Раньше листья ферментировали, но можно использовать и подсушенные в тени.

Зверобой – одно из наиболее распространенных и до сих пор применяемых в народе растений. Из высушенных верхушек стеблей, собранных в пору цветения, получается чудесный напиток красноватого цвета, приятный на вкус, обладающий большой целительной силой. Зверобой и сегодня признан медициной. Его рекомендуют при простудах, на ночь пьют как мо-

чегонное, используют как противовоспалительное и ранозаживляющее средство.

Смородина черная – кустарник, широко распространенный в садах на большей части нашей страны. Листья, заваренные кипятком, – прекрасный напиток с неповторимым, только ему свойственным вкусом и ароматом. В дело идут и почки. Когда вы осенью или ранней весной прореживаете кусты черной смородины, не поленитесь, соберите почки и высушите их. Зимой они будут великолепной, ароматной заваркой и напомнят вам о прекрасных летних днях.

Мята и *душица* – родственники, но растущие в несколько различных условиях и обладающие неодинаковыми медицинскими свойствами.

Мята предпочитает тень лесного полога, душица – поляны. И по вкусу они несколько разнятся. Чаи с добавлением мяты освежают в жаркий летний день. Мяту применяют в основном для улучшения работы кишечника.

Душица применяется от кашля, а также входит в состав грудных и потогонных сборов.

Мята и душица – признанные в медицине растения.

Тимьян, или *чабрец* – очень красивое многолетнее душистое растение с мелкими розоватыми цветками, собранными в головчатые соцветия на конце тонкого невысокого стебля. Применяют чабрец как успокаивающее средство, а также при кашле и коклюше. Чай из засушенных верхних частей цветущих растений очень ароматен, со специфическим запахом и вкусом.

Таволга еще не так давно заваривалась как чай жителями Сибири и европейской части страны. Вкусен чай из листьев, но еще лучше чай, приготовленный из соцветий. Это один из приятнейших чаев, вобравший в себя и лесной аромат, и привкус меда.

* * *

Мы рассказали лишь о нескольких растениях. Хочется еще раз напомнить: при сборе растений будьте бережливы и осторожны, не вырывайте их с корнем, а аккуратно срывайте или еще лучше срезайте цветки и листочки. Помните всегда, что природа – это не достояние одного человека, это богатство всего народа, всей страны. И было бы очень хорошо, если бы садоводы выделили на своих участках хоть немного места для растений, чаи из которых всю зиму будут напоминать о прошедшем лете.

Когда вы идете в лес, возьмите полиэтиленовый пакет. Здесь вы сорвали несколько листочков брусники, черники или малины, там сняли гроздь ягод рябины или боярышника и так далее. Заварите этот сбор, попробуйте. Мы уверены – такой сбор вам понравится и пойдет на пользу.

55
Бадан толстолистный



55

КОМБИНИРОВАННЫЕ ВЗВАРЫ

Взвар, приготовленный из одного растения, хорош. Он имеет лишь одному ему присущие цвет, вкус, аромат, целебные свойства. Но комбинированные чаи, на наш взгляд, лучше. Они обладают лучшим „букетом“, большим набором витаминов, ферментов, более широким спектром физиологического действия. Предлагаем несколько рецептов. Цифры в скобках (здесь и далее) указывают количество частей.

1. Плоды шиповника (5), листья смородины черной (1).

2. Плоды: шиповника (3–4), рябины обыкновенной или сибирской (1).

3. Листья: земляники (1), ежевики (1), кипрея (1), смородины черной (1), чабреца (0,5), плоды шиповника (2).

4. Листья: малины (1), таволги (1), смородины черной (1), душицы (1).

5. Сушеное растение земляники, сорван-

ной в цветущем состоянии (3), листья ежевики (2), плоды шиповника (2–3).

Норму заварки каждый устанавливает для себя сам. Но правило заварки таково: измельченные плоды заливают холодной водой, доводят до кипения, кипятят 3–5 минут, затем добавляют листья и снимают с огня. Взвар настаивают в фарфоровой или эмалированной посуде.

К предложенным рецептам не надо относиться как к чему-то обязательному, непреложному. Здесь дано лишь несколько общих рецептов, в которые входят наиболее распространенные растения. В каждом же районе нашей необъятной страны растут свои травы. И всякий может разработать рецепты для себя, в соответствии со своим вкусом.

Попробуйте травяные взвары, и, может быть, вы откажетесь от традиционных чаев.

56
Касатик (ирис водяной) – некогда обычный обитатель мелководных водоемов



О ЧАЙНОМ БАЛЬЗАМЕ

В последние годы получил широкое распространение чайный бальзам – смесь чая с определенным набором трав. Основное его назначение – профилактическое предупреждение заболеваний. В приведенной таблице показано, какое количество столовых ложек (5–6 г) сухой травы надо добавлять на 250 граммов чая, можно смеси черного и зеленого.

Чайный бальзам испытан во многих санаториях и больницах. Он завоевывает все большую популярность. Бальзам вкуснее обычного чая, ароматнее, а главное, значительно полезнее!

ПРЯНЫЕ ТРАВЫ



С. Ошанин

О вкусах не принято спорить. Но когда речь заходит о пище человека, почти все соглашаются, что с возрастом вкусы меняются и меняются в совершенно определенную сторону – к разнообразию вкусовой гаммы. С возрастом мы начинаем разбираться в тонкостях посола груздочков, горьковатых подливок к жареному мясу, освежающей и подбадривающей остроте салатов из пряных травок, до хрипоты спорим „о степени горчинки" в паштете из дичи. Уже не говоря о вермутах, бальзамах и прочих горьких или горьковатых настоях на травках.

Пряные добавки! Их бесконечное множество. Но спросите любого человека, и он назовет вам пять, в лучшем случае пятнадцать пряностей, кулинар – более двадцати. Но и кулинары, как правило, не всегда точно знают, куда класть имбирь, кардамон, бадьян, майоран, иссоп ...

Между тем большое разнообразие существующих пряностей, разумеется, при их умеренном потреблении поможет сделать завтраки, обеды и ужины, если хотите, более праздничными даже в будни.

Не будем останавливаться на общеизвестных пряных растениях: укропе, петрушке, кардамоне, лавровом листе, красном и черном перцах. От весны до осени практически в любом уголке нашей страны можно пользоваться пряными дарами природы. Их общее число приближается к пятистам. Возьмем, к примеру, среднюю полосу: лесную и лесостепную зоны. Здесь можно насчитать около сотни пряных растений. Назовем только некоторые из тех, что растут в лесах и на огородах: хрен, горчица, петрушка, смородина черная, хмель, тмин, анис ... Вычеркнем из списка растения редкие, нуждающиеся в охране, и травы, считающиеся условно-ядовитыми. Теперь остается выбрать лишь принцип изложения. Предлагается летний обед: салат, первое, второе и третье. И опять предупреждение об умеренности: пряные растения – это не основа пищи, это лишь микродобавки, придающие блюдам особую пикантность.

ТРАВЫ САЛАТНЫЕ

Чистяк весенний растет в сырых местах: по лесным опушкам, на лугах, реже на полях. В европейской части страны и в Западной Сибири встречается почти повсеместно. В салат идут молодые побеги. В Западной Европе цветочные почки маринуют и употребляют как каперсы. В Закавказье и Средней Азии встречается близкий вид – чистяк пучковатый. Сочные листья, имеющие жгучий вкус, местное население употребляет как приправу.

Жеруха лекарственная растет в канавах и вдоль берегов рек в западной части европейской зоны страны, в Крыму, на Кавказе, в Средней Азии. Молодые растения пряные, с острым запахом и горьковатым вкусом. Хорошая приправа к пресным салатам. Содержат много минеральных солей: кальция, калия, хлора, серы, натрия, фосфора, магния, железа и меди.

Ярутка полевая – известное сорное растение. В молодых листьях содержится много протеина и аскорбиновой кислоты.

Черноголовник кровохлебковый обычен на склонах холмов и каменистых местах средней полосы европейской части, в Крыму и на Кавказе. Листья, имеющие приятный огуречный запах, местные жители добавляют в салаты, супы, прохладительные напитки. Вареные корни используются как приправа к мясу.

В южных районах, на Кавказе и Средней Азии обитает *черноголовник многобрачный*. Используется так же, как черноголовник кровохлебковый. Листья, кроме того, заготавливают впрок, провяливая.

Бедренец-камнеломка растет на лугах и по склонам оврагов. Кроме Средней Азии, встречается повсеместно. Листья его можно использовать в салатах, корень упо-

требляют как приправу к различным блюдам, семена – вместо аниса. В Крыму растет его родственник – *бедренец крымский*, на Кавказе и в Средней Азии – *бедренец близкий*.

Используются они так же, как бедренец-камнеломка.

Хороший салат нужно поперчить, поэтому перечислим перечные растения здесь, хотя их добавляют и в супы, и в мясо, и в рыбу.

Горец водяной встречается везде, где постоянно стоит вода: в болотах, в канавах, вдоль берегов, на отмелях. Все части растения очень горькие, с явным вкусом перца.

Дескураиния София растет на осолоненных и сорных местах, по лугам и склонам холмов, почти повсеместно в более южных районах. Семена обладают жгучим вкусом, напоминающим горчицу.

Сердечник луговой – обычное растение сырых мест европейской части, Сибири и Дальнего Востока. Перечным вкусом обладают листья.

Клоповник крупковидный – полевое растение. Пряные семена напоминают вкусом душистый перец. На юге встречается близкий вид – *клоповник полевой*. Его листья ранней весной употребляют как салат. Листья клоповников широколистного и лировидного, растущих на Кавказе, весной можно использовать в салатах. Близкий родственник клоповников – *кресс-салат* одичал и встречается сейчас во многих районах средней и южной полосы.

ТРАВЫ К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ

Свербига восточная – известное сорное растение. Его молодые листья, по вкусу напоминающие бобы, – хорошая приправа к супам.

Очиток отогнутый растет в западных районах европейской части: в сосновых лесах, на песчаных и каменистых осыпях. В Западной Европе возделывается ради молодых, еще нецветущих побегов, служащих приправой для супов.

Донник лекарственный – одна из известнейших наших трав. Сухие листья и соцветия обладают сильным специфическим (кумариновым) запахом.

Добавляются в супы, иногда в салаты и компоты.

Ноготки. Несколько неожиданно, но эти широкоизвестные бордюрные цветки можно употреблять в пищу. Свежие и сухие цветки – приправа к супам, салатам, мясным блюдам.

57
Чабрец (тимьян ползучий)

ТРАВЫ КО ВТОРЫМ БЛЮДАМ

Исконно русские пряные добавки к мясным блюдам – тысячелистник, пижма и



различные полыни растут в оврагах, на пустырях и пустошах, в степях и разреженных лесах. Каждая травка в отдельности придает мясу, дичи или рыбе свою, неповторимую „горчинку", все вместе – букет. Только не надо класть много травы – для непривычного желудка слишком горько. Молодые листья пижмы и тысячелистника можно добавлять в салаты. Любые из этих трав, но тоже понемногу можно класть в супы. Листья в сушеном виде можно использовать всю зиму.

Ягоды можжевельника – любимая пряность охотников. Придает дичи и мясу слабый смолистый привкус. Перед употреблением ягоды лучше раздавить. Ягоды можжевельника можно добавлять в супы и прохладительные напитки.

Березовые почки, слегка раздавленные и ошпаренные кипятком, придают мясу или бульону чуть ощутимую горчинку. В сухом виде они могут храниться долго.

Настурция большая – изящный садовый

цветок. Свежие листья настурции, твердые цветочные почки и недозрелые семена – изысканнейшая приправа к овощным и мясным блюдам, а также салатам. Имеют приятный острый вкус. Цветочные бутоны и зрелые плоды можно мариновать и использовать как каперсы.

ПРЯНОСТИ ДЛЯ ТРЕТЬИХ БЛЮД И КУДА УГОДНО

Гравилат городской распространен почти повсеместно в сырых местах: на опушках, вдоль дорог, в садах, в зарослях кустарников. Высушенные корни своим запахом напоминают и гвоздику, и корицу.



Аир болотный – обычное для нашей страны водное растение. Высушенные корневища имеют пряно-горьковатый вкус и ароматный запах. Используется для приготовления различных напитков.

Зубровка душистая селится на полях, лугах, по берегам рек. Сушить можно все части растений – они обладают сильным пряным запахом кумарина. Используется для приготовления различных напитков.

Дубовый мох – это лишайник. Селится на лиственных и хвойных деревьях почти повсеместно. Сухое слоевище имеет слабый приятный ароматный запах. Используется для различных напитков.

И наконец, самые пряные из наших пряных трав. Это *мяты* и *тимьяны*. Первые (их в нашей стране шесть видов) предпочитают селиться во влажных местах, вторые (пять видов) – на суходолах. И мяты, и тимьяны имеют свой специфический запах, но все их можно употреблять и в салаты, и в супы и добавлять ко вторым блюдам. А мятный квас и мятные пряники – исконно русское угощение. *Чабрец*, или *богородская трава*, – известнейший из тимьянов, самая душистая трава сухих холмов. В какие только напитки его не добавляют.

Попробуйте разнообразить свой стол – сдобрите щепоткой душистых русских пряностей салат, щи, жареное мясо или обычный хлебный квас.

УЗЕЛКИ НА ПАМЯТЬ ОХОТНИКУ ЗА ТРАВАМИ



Б. Андрест

Казалось бы, что собирать лекарственные травы просто. Оказывается, не так-то просто: здесь есть свои законы, и, если их не соблюдать, можно свести на нет все труды по сбору, сушке и хранению.

Первая заповедь сборщика – знать сроки сбора. Например, листья ландыша, собранные за 2–3 недели до начала цветения, оказываются почти в два раза богаче гликозидами, чем собранные во время цветения.

Вторая заповедь – нельзя вырывать растения целиком, надо собирать лишь те его части, которые необходимы.

Самым лучшим временем сбора почек считается та фаза их развития, когда они тронулись в рост, набухли, но не распустились. В это время почки наиболее богаты бальзамическими и смолистыми веществами.

Сбор листьев следует начинать тогда, когда они вполне развернулись и достигли своего нормального развития – лучше всего, когда растение только-только начинает цвести.

Во время цветения, кроме цветков, часто собирают и другие части растения: листья, стебли, траву. Некоторые травы, например золототысячник, водяной перец, рекомендуется собирать в начале цветения; зверобой, росянку – во время полного цветения.

Корневища, корни, клубни и луковицы собирают только после созревания и осыпания семян, в период увядания надземных частей растений, когда подземные части по своей структуре становятся предельно мясистыми. Весной и во время цветения подземные части обычно легковесны и дряблы.

Начало весеннего движения сока является лучшим сроком сбора коры. В это время она легко отделяется от древесины.

Большое значение имеют условия и время сбора трав. Существует правило: собирать растения только в сухую погоду. Если утром выпала роса или прошел дождь, нужно подождать, пока растения не обсохнут, так как собранные влажными, они дольше сохнут, легко самосогреваются, портятся и теряют свои качества.

Нельзя собирать сильно запыленные или загрязненные растения (вблизи дорог с интенсивным движением транспорта). Не собирают травы и на тех местах, где было проведено опыление ядохимикатами. И конечно, не подлежат сбору растения, поврежденные болезнями и вредителями.

Любовь к природе должна выражаться прежде всего в заботе о ее охране и воспроизводстве биологически возобновимых ресурсов. Интенсивный и бесхозяйственный сбор растений может привести к их истреблению. Чтобы предотвратить это при заготовке цветков и соцветий, особенно однолетних и двухлетних растений, надо оставлять на квадратном метре площади несколько экземпляров. Тогда растение не исчезнет, на будущий год появится новая поросль. Корни, клубни и луковицы выкапывают выборочно, оставляя молодые экземпляры для восстановления зарослей.

Чтобы не нанести вред растению и не погубить его, рекомендуется оставлять часть листьев на концах побегов. Заготовка коры должна производиться в основном со срубленных или срезанных веток на лесных вырубках, во время санитарных рубок и т. п.

Растения после сбора подвергают первичной обработке, то есть очистке от посторонних примесей, удалению дефектных и потерявших естественную окраску частей. Чем быстрее будет проведена такая обработка, тем меньше будет потерь и высушенное сырье будет лучшего качества.

Собранное сырье нельзя хранить в таре более 3–4 часов (а цветки боярышника, листья бузины – более 1–2 часов), так как оно слеживается, самосогревается и портится.

Различные виды растений и их частей требуют разных режимов сушки: травы, содержащие эфирные масла (душица, чабрец), сушат при температуре не выше

59
Бессмертник песчаный

30–35 °С, а содержащие витамин С – при 80–90 °С. Растения, содержащие гликозиды (горицвет, ландыш), сушат при температуре 55–60 °С. При этой температуре быстро прекращается деятельность ферментов, сопровождающих и разрушающих гликозиды.

Температура выше 50 °С может быть только в русской печке, духовке или различного типа сушилках.

На солнце можно сушить лишь немногие растения, в которых ценные вещества не разрушаются под действием прямых солнечных лучей (корневища аира и валерианы, корни алтея). Сырье раскладывают тонким слоем на брезентах (или других тканях), а на ночь накрывают брезентом, защищая от росы и тумана. Площадка для сушки должна быть расположена вдали от дорог, чтобы сырье не запылилось.

Лучше всего сушить под открытыми навесами. При этом обеспечивается хорошая вентиляция, а крыша предохраняет сырье от солнечных лучей и дождей. Этот способ практически годен для всех видов лекарственного сырья.

Но чаще сушат сырье в закрытых хорошо проветриваемых помещениях. Это

59



прежде всего чердаки под железной или шиферной крышей, где в солнечные дни температура поднимается до 40–50 °С. Растения здесь сохнут быстрее (за несколько дней), полностью сохраняя присущие им качества.

Чердак, где будет сушиться трава, необходимо тщательно очистить от посторонних вещей, мусора, паутины. На пол, накрытый брезентом, тканью, бумагой, укладывают собранное сырье слоем не более 10 сантиметров. Если сбор большой, можно сделать стеллажи в несколько ярусов, туго натянув на специально изготовленные рамы марлю, мешковину или сетку.

При сушке на чердаке сырье получается лучшего качества. На чердаке можно сушить все виды трав.

В холодное время лекарственное сырье, особенно сочные плоды, корни и корневища, приходится сушить в различного типа сушилках. Можно сушить и в русской печке, можно и в духовке. Печь предварительно хорошо выметают и, когда температура в ней снизится до 40–60 °С, на листах или в решетах расстилают сырье слоем 5–7 сантиметров и закрывают наполовину трубу. На следующий день сырье вынимают. Если же оно не досохло, его закладывают еще раз, предварительно протопив печь.

Сухие травы, цветки, корни очень легко впитывают влагу. Поэтому хранить их надо в сухом месте. Для хранения годятся бумажные пакеты, коробки, выстланные бумагой, стеклянные банки. Травы легко впитывают посторонние запахи, поэтому их нельзя хранить вместе с продуктами питания, с химическими и другими сильно пахнущими веществами. Даже душистые травы, такие, как мята, чабрец, лучше хранить отдельно.

Заготовкой лекарственного сырья в нашей стране занимаются несколько организаций и ведомств. Основной является Центросоюз. Организации потребительской кооперации повсеместно ведут закупку сырья у населения через приемные пункты районных заготовительных контор. Ежегодные заготовки составляют 18–20 тысяч тонн лекарственного и технического сырья.

В несколько меньших объемах ведет заготовку дикорастущих лекарственных растений Всесоюзное объединение „Союзлекраспром" Министерства медицинской промышленности СССР. Правда, основной задачей этого объединения является выращивание наиболее дефицитных видов растений, которых в природе недостаточно.

Министерство здравоохранения СССР организует закупку дикорастущих лекарственных растений у населения через аптеки.

В небольших объемах и в основном при проведении лесохозяйственных работ заготовку ведет Гослесхоз СССР и Главохота РСФСР.

В Конституции СССР, Основном Законе нашего государства, подчеркнута необходимость мер для охраны и воспроизводства природных ресурсов и улучшения окружающей среды.

В 1974 году Министерством сельского хозяйства СССР была учреждена „Красная книга СССР". В нее внесены все находящиеся под угрозой исчезновения, редкие растения. Сам по себе акт этот означает: взять под охрану государства данные виды растений, а сбор их запретить или резко ограничить. В книге предусмотрены и меры охраны. Одной из важных мер по охране ресурсов дикорастущих и лекарственных растений является соблюдение правил их сбора.

Сейчас уже почти во всех областях, краях и республиках приняты меры по усилению охраны природы и улучшению использования природных растительных ресурсов. Они обязательны для всех заготовительных организаций и, конечно, для населения, участвующего в сборе лекарственных трав.

Так, например, в „Красную книгу Украинской ССР" внесены арника горная и горицвет весенний, заготовка которых в республике полностью запрещена. Взяты под охрану бессмертник, валериана, зверобой, ландыш и многие другие виды. В республике созданы заказники лекарственных растений, площадь которых более 50 тысяч гектаров. Вокруг городов и поселков городского типа создана зеленая зона, где сбор лекарственных трав запрещен.

Решением Ленинградского облисполкома сбор ландыша, калгана, толокнянки, плодов рябины, листа брусники разрешен только за пределами лесопаркового защитного пояса Ленинграда. Взято под охрану 15 видов растений. Подобные постановления приняты во многих областях и республиках страны.

Все эти меры, безусловно, будут способствовать охране природы и вместе с тем увеличению ресурсов и заготовок растительного сырья для народного хозяйства.

АПТЕКА НА ГРЯДКАХ



А. Стрижев

Из века в век люди пользовались природной кладовой лекарственных растений. Дикая флора поставляла сотни видов сначала для народной, а затем и научной медицины. Сейчас установлено: из 21000 низших и высших растений, обитающих на территории нашей страны, аптечными свойствами обладают 2500 трав, деревьев, кустарников. Десятая часть этого числа признана Государственной фармакопеей – сводом обязательных стандартов и положений, нормирующих качество лекарственного сырья. Это документ законодательной силы, его требования обязательны для предприятий и учреждений, имеющих отношение к изготовлению, хранению и применению лекарственных средств, в том числе растительного происхождения.

Уже в давние времена люди научились выращивать лекарственные растения. Их возделывали на так называемых аптекарских огородах, подобно тому как выращивают сельскохозяйственные культуры. Было замечено, что введенные в культуры виды из „флоры здоровья“ не только не уступают по своим лечебным свойствам дикорастущим, взятым из леса и с лугов, но зачастую превосходят их по содержанию действующих веществ. Оно и понятно: в природе лекарственный вид может находиться в самых разнообразных условиях – в тени, на солнце, возле воды и на суходоле. В зависимости от места обитания растения будут обладать неодинаковой целебной силой. Когда же человек со знанием дела возьмется возделывать лекарственную траву, он может создать для нее наилучшие условия.

Так зародилась отрасль сельскохозяйственного производства, занимающаяся возделыванием эфиромасличных и лекарственных растений. Во многих республиках нашей страны создана широкая сеть специализированных хозяйств. Так, в РСФСР выращивают валериану лекарственную, дурман обыкновенный, белену черную, ноготки лекарственные, ромашку аптечную, пустырник, спорынью, череду трехраздельную, облепиху и др. На Украине – наперстянку, подорожник, стальник, мяту перечную и ромашку аптечную. В Молдавии – алтей, тимьян, шалфей, ромашку далматскую. На среднеазиатских и казахстанских плантациях, мастера целебных гряд снимают хороший урожай паслена дольчатого, кассии остролистной и полыни цитварной. Грузия поставляет аптечным предприятиям культивируемые ею лекарственные растения – эвкалипт, почечный чай, алоэ. Белоруссия и Литва выращивают ревень тангутский, валериану, ромашку аптечную и спорынью. Сельскохозяйственные предприятия страны выращивают уже пятьдесят видов лекарственных и эфиромасличных растений! И это, конечно же, не предел.

Посильно возделывать лекарственные растения и садоводам-любителям. Это избавит знатоков зеленой кладовой от поисков целебного сырья в живой природе. Завести аптеку на грядках – значит заинтересоваться полезным делом, помочь сберечь дикорастущий фонд растений, многие виды которого сильно страдают от черствых рук или вообще находятся на грани истребления. Травы можно использовать и для себя, и сдавать в аптеку.

Прежде чем обзавестись целебными грядками, надо внимательно присмотреться к местной флоре. Почти везде в средней полосе в изобилии такие лекарственные травы, как мать-и-мачеха, одуванчик, пырей, крапива, пастушья сумка, подорожник, спорыш, щавель конский. Разумеется, их возделывать не надо. Если кто все же решит выращивать эти травы, должен помнить: разводят их семенами, собранными по мере поспевания. Высевают сразу же, как это бывает и в природе. Семена либо разбрасывают по почве, либо заделывают поверхностно. Места для диких растений отводят приблизительно такие же, как они „выбирают“ на воле.

Где бережливо относятся к дарам при-

роды, там она исправно снабжает людей зверобоем, пустырником, ландышем, душицей. К сожалению, эта группа растений-целителей в последнее время сильно пострадала от натиска всякого рода заготовителей. Потому и редки они стали даже там, где встречались значительными зарослями.

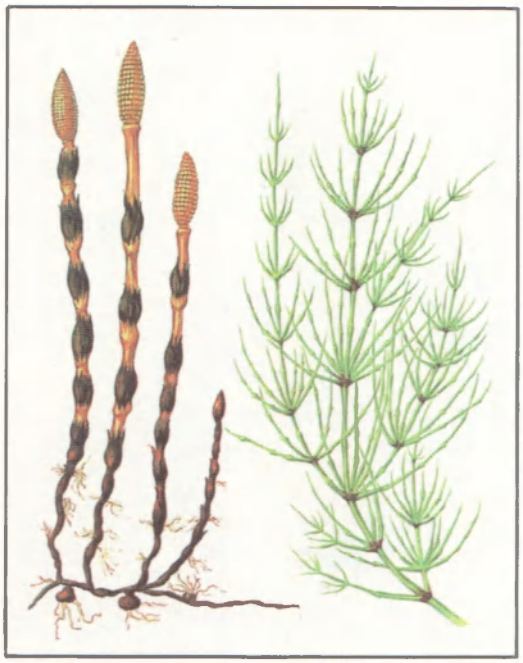
Так, при заготовке зверобоя вместо того чтобы срезать лишь верхушки стеблей, некоторые сборщики вырывают растения целиком, с корнями. В результате многолетняя заросль редеет или вовсе исчезает.

60
Хвощ полевой

62
Череда

61
Хмель

60



62



61



Ущерб от такого „сбора" велик. В естественных условиях зверобой растет по сухим лугам, лесным полянам и вырубкам, среди кустарников, но встречается он и на окраинах полей. Подобные условия можно подыскать в саду. Разводят зверобой семенами, собранными с сильных экземпляров во второй половине лета.

Семенами же разводят пустырник, душицу, мяту и землянику. Пустырник нуждается в почвах жирных, недаром он относится к рудеральным (мусорным) растениям. Душицу, мяту и землянику размножают на обычных овощных грядках. Семена сеют осенью.

Ландыш легче всего приживается, если его посадить поделенным корневищем. От нескольких растений в скором времени получится целая куртина: корневища нарастают, ветвятся, дают жизнь новым стеблям. Ландыш сажают на влажных и затененных участках. Почвы подбирают подзолистые либо торфяно-болотные, но обязательно плодородные. Реакция почвы должна быть нейтральная или слабощелочная. Корневища берут от садовых форм, используемых в цветоводстве. Эти декоративные формы по целебности не уступают лесному собрату, а нередко и превосходят его. Корневища сажают осенью или весной, глубина заделки – 3–4 сантиметра. При семенном размножении ландыш развивается слишком медленно.

63
Щавель конский

Весьма популярна в медицине *череда трехраздельная*. Растение это однолетнее, корень имеет стержневой, разветвленный. Стебель высокий – до полутора метров. Листья трехраздельные, каждая долька вытянутая, с зубчиками по краям. Расположены листья супротивно, крепятся короткими черешками. Цветки череды мелкие, желтые, собраны на концах стебля и ветвей. Цветет долго – с конца июня до сентября. Плод череды – плоская семянка с двумя загнутыми назад зубчиками. Семянки эти так цепки, что в народе их не зря называют „собачками". В чем бы ни прошел по зарослям – прицепятся, не освободишься сразу.

Череда любит селиться возле ручьев и рек, по сырым лугам и заброшенным усадьбам. Почвы предпочитает легкие, влажные. Размножают череду семенами, которые не теряют всхожести 5–7 лет. Свежие семена обладают наиболее высокой всхожестью (до 90%). Сеют под зиму, за две недели до устойчивого похолодания. Глубина заделки семян – 1 сантиметр. В первые весенние месяцы череда растет медленно. Чтобы посев не забился сорняками, всходы постоянно пропалывают. В середине июня растение быстро входит в силу: набирает крепкий стебель с ветвями и листьями и приступает к цветению.

Для аптечных нужд берут верхушки стеблей. Именно в траве череды, убранной в фазе бутонизации, обнаружены дубильные вещества, органические кислоты, каротин, слизи и горечь. Лекарственный сбор можно использовать не только для домашнего лечения, но и сдавать в аптеку, которая закупает целебное сырье по заготовительным ценам. Сбор сушат в тени – под навесом или на чердаке. Сушеные стебли не сгибаются, а ломаются. Хранят лекарственный сбор в ящике, выстланном изнутри бумагой. Срок хранения – два года.

На аптечных грядках можно выращивать и такое растение, как *валериана лекарственная*. Ботанический род валерианы многочисленный – насчитывает свыше 200 видов. Распространено это растение в Андах Южной Америки и повсеместно в Евразии. У нас в стране встречается достаточно большое число видов валерианы – около тридцати. Поскольку спрос на валериану большой, а естественные запасы ее ограничены, растение это уже несколько десятилетий возделывают на полях. И результаты получаются неплохие. Сухого корня валерианы получают до 18 центнеров с гектара.

Разводят целебное растение семенами. Высевают свежие семена, поскольку они имеют наибольшую энергию прорастания. Сеют их весной в самые ранние сроки, как только поспеет почва для обработки. Посев занимает почву один сезон, осенью корни выкапывают и участок освобождается. В



63

южных районах страны семена валерианы лучше высевать под зиму. Уход за растением сводится к рыхлениям междурядий, прополкам, подкормкам, удалению цветоносных побегов (вершкованию), борьбе с вредителями и болезнями. В сентябре корни выкапывают, моют, затем подвяливают в проветриваемом помещении. Подвяленный корень измельчают, сушат. Заготовленное сырье ссыпают в мешки.

Размножают валериану и рассадой, вы-

ращенной в открытом грунте. Осенью рассаду высаживают на постоянное место. Такой способ размножения аптечной травы целесообразен в южных районах, где климатические условия позволяют собрать урожай корней в середине следующего года.

Есть еще один способ размножения валерианы – вегетативный, с помощью поделенных многолетних корней. Но этим способом чаще пользуются при селекционном размножении растения.

Надо сказать, что валериана отзывчива на удобрения. Причем она не „отказывается" ни от органических, ни от минеральных удобрений. Семена сердечной травы созревают далеко не одновременно: на стебле они попадаются вместе с цветками и бутонами. Важно успеть снять созревшие семена, чтобы они не осыпались. Для этого желтовато-зеленые цветоносы срезают невысоко от земли, дают им время подсохнуть, потом обмолачивают.

Хорошо приживается на грядках *ромашка аптечная*. Растение это широко представлено в районах с умеренным климатом. К почвам оно невзыскательно, развивается как на супесях, так и на суглинках. Не годятся под ромашку лишь тяжелые глинистые грунты. Не переносит она и чрезмерную влажность почвы. Светлый, теплый участок для нее самый подходящий. Разводят целебное растение семенами, полученными от спелых корзинок. Сев проводят в конце августа – начале сентября с расчетом, чтобы всходы до устойчивых холодов успели развиться и окрепнуть. Слабые всходы перезимовывают плохо. Уход за ромашкой сводится к прополкам, рыхлениям и поливам в период затяжной засухи.

Ромашка аптечная – однолетник. Она успевает за год вырасти и дать семена. Лекарственным действием у нее обладают корзинки, которые обрывают в начале цветения. Именно в эту пору эфирное масло, содержащееся в ромашке, наиболее богато целебными веществами, главное из которых – хамазулен. Выделенный в чистом виде хамазулен представляет собой густую синюю жидкость, почти не растворимую в воде. Под действием солнечного света вещество буреет, свойства его ухудшаются. Цветочные корзинки ромашки срывают солнечным утром, когда сойдет роса. Сушат сбор в тени, рассыпая его нетолстым слоем.

Отечественным цветоводам давно знакомы *ноготки*, или *календула лекарственная*. Растут ноготки одно лето. Корень имеют стержневой, ветвистый, стебель невысокий, но крепкий. Лекарственная сила ноготков заключена в цветках, собранных в крупные корзинки (у махровых форм их размер достигает 8 см). В соцветии имеются краевые, бесплодные цветки и срединные, из которых образуются семена. Семянки ноготков изогнутые, крючками. Поспевают в конце лета.

Для лекарственных целей лучше выращивать махровые ноготки. Размножение семенное, сеют календулу весной, через полтора месяца после всходов растение зацветает. Срывают корзинки в начале цветения. Сбор повторяют через каждые 2–3 дня. Поскольку ноготки цветут продолжительное время, за сезон сбор повторяют 15–20 раз. Сушат календулу, как и другие цветы, в проветриваемом помещении. Сбор считается сухим, когда сжатый цветок легко распадается. Из цветочных корзинок ноготков аптечные предприятия делают настойки календулы для полоскания полости рта и горла при ангине и стоматите.

Конечно, на аптечных грядках можно выращивать и другие растения. Географические условия в разных районах страны различные, и в каждом отдельном случае можно привлечь местные виды из „флоры здоровья".

Обратите также внимание на садовые кустарники, такие, как барбарис, актинидия, боярышник, облепиха, калина, рябина, крушина, шиповник, плоды которых обладают удивительными целебными свойствами. Обязательно вырастите эти кустарники на своих садовых участках.

Возделывая аптечные грядки, вы не только избавите себя от нелегких походов за целебными травами, но окажете услугу и местным заготовителям лекарственных растений. Продукцию лекарственных растений сдавайте по договоренности в местные аптеки или на заготовительные пункты потребкооперации. Небольшую же часть плодов оставляйте на ветках: пусть пернатые зимовщики полакомятся. Целебные травы и кустарники, выращенные вами, помогут сберечь природные кладовые от опустошения. Ведь не зря говорят: природа щедра лишь для тех, кто ее бережет.

ТРАВЫ И ЛЕГЕНДЫ



А. Стрижев

„Что ж ты молчишь, старик? Али нет у тебя зелья, али корня какого приворотить ее? Говори, высчитывай, какие есть чародейные травы? Да говори же, колдун!

– ... Всякие есть травы. Есть клюка-трава, сбирается в Петров пост. Обкуришь ею стрелу, промаху не дашь. Есть тирличтрава, на Лысой горе под Киевом растет. Кто ее носит на себе, на того ввек царского гнева не будет. Есть еще плакун-трава, вырежешь из корня крест да повесишь на шею, все тебя будут как огня бояться! ...

– Есть еще адамова голова, коло болот растет, разрешает роды и подарки приносит. Есть голубец болотный; коли хочешь идти на медведя, выпей взвару голубца, и никакой медведь тебя не тронет. Есть ревенка-трава; когда станешь из земли выдергивать, она стонет и ревет, словно человек, а наденешь на себя, никогда в воде не утонешь.

– А боле нет других?

– Как не быть, батюшка, есть еще кочедыжник, или папоротник; кому удастся сорвать цвет его, тот всеми кладами владеет. Есть иван-да-марья; кто знает, как за нее взяться, тот на первой кляче от лучшего коня удерет.

– А такой травы, чтобы молодушка полюбила постылого, не знаешь?

Мельник замялся.

– Не знаю, батюшка, не гневайся, родимый, видит бог, не знаю!

– А такой, чтобы любовь свою перемочь, не знаешь?

– И такой не знаю, батюшка; а вот есть разрыв-трава: когда дотронешься ею до замка али до двери железной, так и разорвет на куски!

– Пропадай ты со своими травами! – гневно сказал Вяземский и устремил мрачный взор свой на мельника."

А. К. Толстой
„Князь Серебряный"

Добрые и злые травы ... Сколько о них сложено сказаний, легенд и песен! Добрые названы ласково: травушка-муравушка, мурава духовитая, трава шелковая; злые – враждебно: лихие травы, лютые коренья, отрава. Растения-целители, которыми врачевали от недугов и хвори, исстари почитались особо, и „зеленая аптека" многие столетия была главным поставщиком лекарств. Услугами ее и сейчас пользуется медицина. Знатоков лекарственных растений, разумеется, нельзя отождествлять с суеверами-ворожеями, которые одурманивали народ, заставляли поверить людей в колдовские свойства растений.

Надо сказать, зерна врачебной мудрости нередко и в умелых руках оказывались вперемежку с плевелами суеверных представлений. Получалось так, что и знатоки народной медицины, и ведуны старались заручиться одними и теми же пособиями, скажем, травниками. Что это за руководства? До нашего времени травников сохранилось мало. Этнографы смогли собрать лишь небольшую часть письменных источников. Исследования показали: самые древние сохранившиеся до наших дней травники (старше 300 лет) были польского происхождения, более поздние к нам попали из Германии. При переписке травники дополнялись переписчиками, среди которых были люди как сведущие, так и несведущие.

В лечебнике, хранившемся в Соловецком монастыре, прямо говорилось, что он „сочинен из дохтурских наук преосвященным Кир Афанасием, архиепископом Холмогорским и Вожским" (1669 год).

Лечебникам давались изощренные названия: „Трава-врач", „Зельник", „Жизненник", „Цветник". Встречались и более причудливые: „Ковчежец медицейский", „Прохладный Вертоград" и т. п. Лечебник „Прохладный Вертоград" переведен с немецкого в 1672 году, состоит он из 340 параграфов.

Лекарственные свойства одних трав под-

64
Так в средние века изображали знахарей за их „темным" занятием

верждены современной наукой, другие травы отвергнуты. Но как отголоски седой старины сохранились на Руси легенды о девяти волшебных травах: плакуне, цветущем папоротнике, разрыв-траве, тирличе, одолень-траве, адамовой голове, орхилине, прикрыше и нечуй-ветре. При научном анализе сведений об этих растениях, упоминаемых в заговорах, заклинаниях, старинных травниках, в легендах, открывается одна интересная сторона: у волшебных трав есть реальные прообразы, зачастую это самые обычные обитатели лугов, лесов и берегов рек. Попробуем сравнить сведения о волшебных травах, почерпнутые из бытовавших поверий, с данными современной науки о тех же растениях и их свойствах. Это сопоставление срывает покрывало таинственности со многих легенд.



ВСЕМ ТРАВАМ МАТИ

... Человек, сутулясь, проник в храм, встал с пучком травы лицом на восток и зашептал: „Плакун, плакун! Плакал ты долго и много, а выплакал мало. Не катись твои слезы по чисту полю, не разносись твой вой по синю морю. Будь ты страшен злым бесам, полубесам, старым ведьмам киевским. А не дадут тебе покорища, утопи их в слезах; а убегут от твоего позорища, замкни в ямы преисподние. Будь мое слово при тебе крепко и твердо. Век веком!"

Человек творил заговор на плакун-траву. Наговорная трава в представлении суевера приобретала свойства устрашать нечистую силу, заставляла плакать бесов и ведьм.

Взглянув на такую траву глазами ботаника, заметим, что это всего лишь дербенник иволистый, прозванный в народе плакун-травой. Растет дербенник по сырым местам, по берегам рек и прудов, а также среди зарослей ольшаника и на влажных заливных лугах. Цветет с июня до сентября. Растение содержит дубильные вещества, скотом не поедается. Род дербенниковых „литрум" получил название из-за темно-красных цветков. Происхождение латинского наименования восходит к греческому „лудрон" – кровь.

Дербенник иволистый лекарственными достоинствами, как выяснила современная наука, не отличается. Но в поверьях плакун-трава – всем травам мати. Знахари приготовляли из нее порошки и настойки, которыми пользовали от многих болезней. Когда-то в пермских деревнях отвар из корня плакуна прописывали при грыжах, от болей в желудке и даже „от тоски". В народе дербенником иволистым называли еще дикие васильки, дубник, подбережник, твердяк, тройчак, кровавницу, вербу-траву.

Откроем старинный травник на странице, где описано это растение. Читаем: „Есть трава плакун, а растет при озерах, высока, в стрелу, цвет багров и та трава вельми добра; держи в чистоте, давай скоту, который вертится, или которые ребята не спят, клади в головы, а крест из нее вырезать и носить при себе вельми добро".

В приведенном описании правдиво лишь то, что плакун-трава растет при озерах, все остальное надумано.

ПЕРУНОВ ОГНЕЦВЕТ

В ночь на Ивана Купалу, по утверждению суеверов, совершаются невероятные чудеса. Расцветает всем цветам цветок папоротник, показывается разрыв-трава, цветущая так недолго, что еле успеешь прочесть молитвы: „Отче наш", „Богородицу" и „Верую". Колдуны в Иванову ночь ходили за тирлич-травой и орхилином. В ночь под Иванов день затевались игрища, зажигались купальские огни, люди умывались росой.

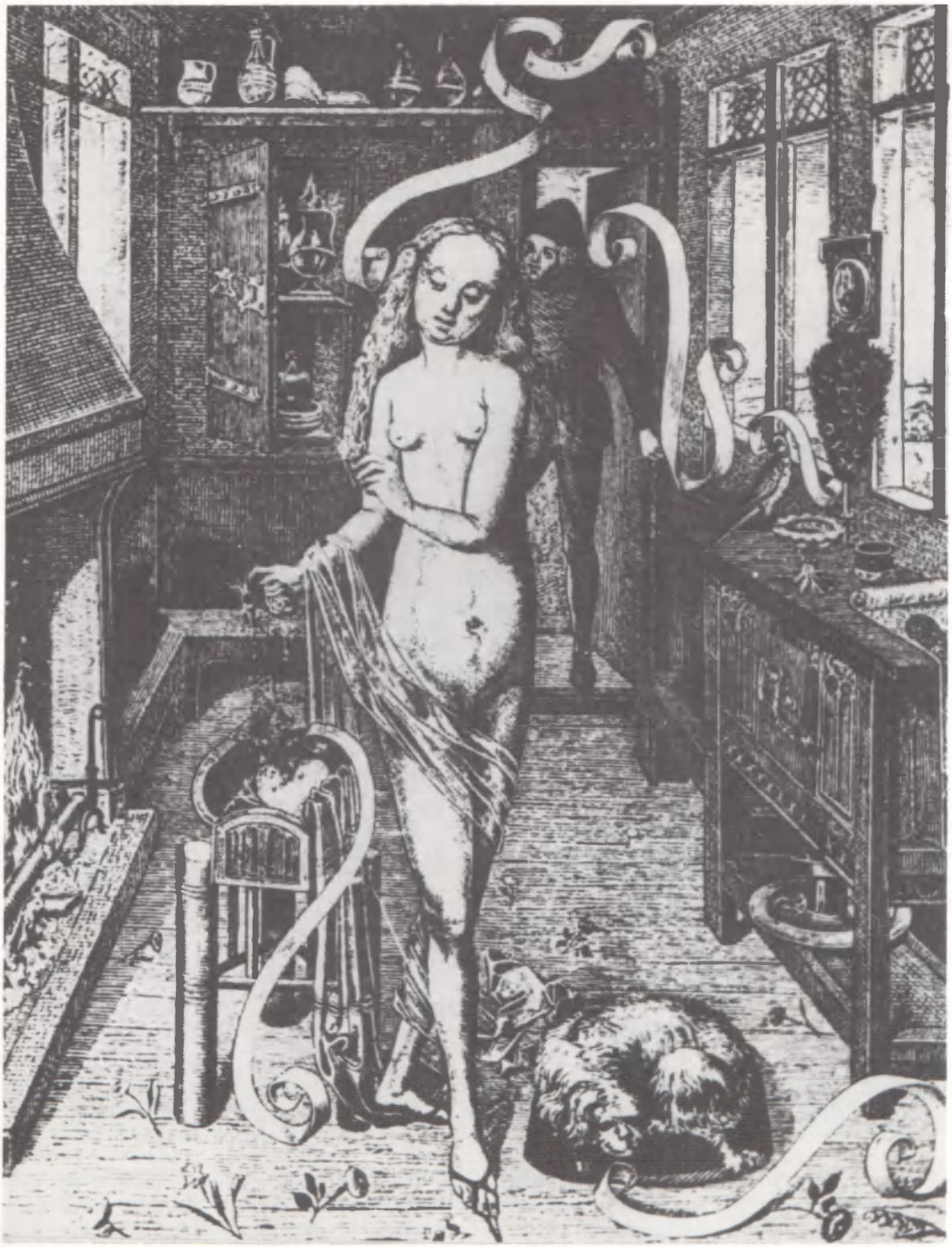
65
Аллегорическое изображение целительной силы снадобий. (Средневековая гравюра)

Иван Купала ... В этом имени слились христианские и языческие верования. Иван – Иоанн Креститель, который „купал", крестил Христа, и Купало – языческий идол, которому в далекие времена „благодарения и жертвы в начале жатв приносиху".

Сказание гласит, что папоротник, или, как его еще называли, перунов огнецвет, жар-цвет, кочедыжник, цветет только в ночь под Ивана Купалу. Происходит будто бы так. Между листьями, похожими на крылья орла, поднимается, как светящийся уголек, цветочная почка. Она движется, прыгает и к тому же щебечет. В полночь почка с треском раскрывается, появляется огненный цветок, озаряющий все вокруг. Некоторые добавляют, что при этом раздается гром и сотрясается земля. Смельчак, отважившийся обрести цветок папоротника, должен прийти в лес, найти подходящее место, зачураться, очертить себя кругом и ждать, пока появится цветок. Как только он покажется, нечистая сила будет что есть мочи стараться испугать смельчака. Но пугаться нельзя: нечисть (нечистая сила) цветком овладеет, а поддавшегося на страх одурачит на всю жизнь.

Согласно легенде сорванный цветок надо вложить в рану на ладони, после чего, не оглядываясь, бежать домой. По дороге нечисть пуще прежнего будет соблазнять и одолевать страхом, но цветок отдавать нельзя. Овладевшему цветком папоротника подвластны все тайны и чары. Такова легенда.

Наукой достоверно установлено, что папоротник никогда не цветет. Принадлежа к тайнобрачным, растение размножается спорами, созревающими на обратных сторонах листьев. Если это так, то откуда пошло поверье о цветущем папоротнике, была ли для такой легенды основа? На



65

этот вопрос ответим позже, в рассказе о „волшебной“ разрыв-траве. А сейчас добавим лишь, что современная медицина использует папоротник для лечения некоторых болезней. Правда, пригоден только щитовник мужской. Приготовленные из него препараты применяют против ленточных глистов.

Заметим, кстати, что папоротник давно известен как глистогонное средство. Однако в средние века из-за неумелого приготовления лекарств слава его померкла. Славу ему как лекарственному растению возродили позже. Получилось так, что вдова швейцарского врача Нуффера оказалась обладательницей глистогонного рецепта, состав которого держала в секрете. Французский король Людовик XVI в 1775 году выкупил этот рецепт за большие деньги и обнародовал. С тех пор папоротник вошел во все европейские фармакопеи.

РАЗРЫВ-ТРАВА

По преданию разрыв-трава достается лишь тому, кто имеет цветок папоротника и корень плакуна. О разрыв-траве мечтали воры и кладоискатели, ведь она якобы разрывает запоры тюрем и превозмогает сатанинскую силу, стерегущую клады. Разрыв-траву называли еще скакун и прыгун, так как цветок ее будто бы в Иванову ночь скачет, прыгает. Известна она еще под именем ключ-травы. Утверждалось также, что, если бросить разрыв-траву в кузницу, кузнец работать не сможет. Узнают ее так: на которой траве в Иванову ночь коса переломится, та и есть разрыв-трава.

Но вот что интересно. В народных сказаниях встречаются упоминания, что разрыв-трава – все тот же папоротник или очень похожа на него. Ботаники проверили подоплеку поверий, и оказалось, что разрыв-травой действительно именовали два папоротника: ужовник (в латинском звучании – офиоглоссум, что в переводе означает змееязычный) и гроздовник (в латинском произношении – ботрихиум).

У этих папоротников имеется нечто похожее на кисть цветков. Если внимательно присмотреться к такой „кисти", то окажется, что это всего лишь вытянутая часть листа с бутончиками-спорангиями, открывающимися в сухую погоду. С виду измененная часть листа напоминает стрелку с кистью цветков (не зря ужовник получил название змееязычник: от его листьев отходит вырост, напоминающий узкий язык змеи).

ВЕДЬМИНО ЗЕЛЬЕ

Сказания гласят: накануне Иванова дня ведьмы отправляются на Лысую гору за травой тирлич. „Тирлич да жабья костка смиряют гнев властей". Траву эту называли еще стародубкой и бешеной травой. Волшебная трава тирлич, судя по указаниям этнографов, принадлежит к семейству горечавковых. Есть и более точные указания: тирлич – золототысячник.

Золототысячник признается медициной как средство, повышающее аппетит, способствующее лучшему пищеварению. Встречается по сухим местам, кустарникам и на полянах. Цветет с середины июня до сентября.

ОДОЛЕНЬ-ТРАВА

В заговоре на путь-дороженьку сказано: „Еду я из поля в поле, в зеленые луга, в дольние места, по утренним и вечерним зорям; умываюсь медвяною росою, утираюсь солнцем, облекаюсь облаками, опоясываюсь чистыми звездами. Еду я во чистом поле, а во чистом поле растет одолень-трава. Одолень-трава! Не я тебя поливал, не я тебя породил; породила мать сыра земля, поливали тебя девки простоволосые, бабы-самокрутки. Одолень-трава! Одолей ты злых людей: лихо бы на нас не думали, скверного не мыслили. Отгони ты чародея, ябедника. Одолень-трава! Одолей мне горы высокие, долы низкие, озера синие, берега крутые, леса темные, пеньки и колоды ... Спрячу я тебя, одолень-трава, у ретивого сердца, во всем пути и во всей дороженьке".

Таким образом, одолень-трава наделена свойствами охранять людей, едущих в иные земли, от разных бед и напастей. Ее вкладывали в ладанку и носили как амулет. Что же это за растение?

Оказывается, всего-навсего кувшинка – обитательница прудов, медленно текущих вод, заливов и стариц. Белые лепестки, серо-желтые рыльца и тычинки делают кувшинку заметной на водной глади. Кувшинку когда-то еще называли русалочьим цветком. В старинном травнике записано: „Одолень растет при реках, ростом в локоть, цвет рудожелт, листочки белые. И та трава добра, коли человека окормят; и, дав ту траву, скоро пойдет низом и верхом. И корень травы добр от зубной болезни, и пастуху, чтобы стадо не расходилось, или кто тебя не любить станет и хочешь его присушить, – дай ясти корень".

Внешний облик кувшинки нарисован правильно, правда, лепестки названы листочками. Цветок „рудожелт", то есть красно-желтый. Согласно этому отрывку одолень-травой можно „присушить", приворотить. Как тут не вспомнить картину замечательного русского художника М. В. Нестерова „За приворотным зельем". Молодуха, огорченная любовной неудачей, пришла просить совета знахаря-колдуна. Жалобно смотрит она на появление чародея. Дремучий, кондовый „избавитель" обводит ее мутным взглядом. Человек попал в сети суеверия ...

За приворотное зелье когда-то слыла также трава симтарин. Что под ней подразумевалось, выяснить не удалось. Эта трава будто бы имеет четыре листочка: „первый синь, другой червлен, третий желт, а четвертый багров". До введения двойной номенклатуры в названиях растений царила такая неразбериха и путаница, что по старому наименованию не всегда удается выяснить, какое у растения современное на-

звание. Травознаям выгодно было засекречивать один и тот же вид растений множеством наименований. Это делало их познания непостижимыми.

66
М. В. Нестеров. За приворотным зельем

ЦАРЬ ВО ВСЕХ ТРАВАХ

„А кто хощет диавола видеть или еретика, и тот корень возьми водой освяти, и положи на престол и незамай 40 дней, и те дни пройдут – носи при себе – узришь водяных и воздушных демонов ... А когда снаряжение, оно приобретает удачливость. Но адамова голова в нашей стране не попадалась, поэтому чародей вместо царя во всех травах давал суеверу что-нибудь иное. Из пяти видов, составляющих род мандра-



66

кто ранен или сечен – приложи к ране, в три дня заживет!“ Речь идет о легендарной мандрагоре, известной под названиями: адамова голова, мужской корень, покрик, сонное зелье.

Корень „царя во всех травах“ похож на редьку с причудливыми выростами. Этот замысловатый корень пользовался большим почетом на Западе. К нам легенда о волшебной мандрагоре пришла из Западной Европы, и проникла она больше в письменные источники, чем в народные предания.

Говорилось, что, если-де окурить в „великий четверток“ мандрагорой охотничье

гор, три произрастают исключительно в Средиземноморье, один в Гималаях и один, недавно найденный, в горах Копет-Дага, в Туркмении. Кстати, последний оказался очень податливым, легко переносит неволю – искусственное выращивание. За мандрагору часто принимали солодкий корень – скополию корниолийскую, принадлежащую тоже к семейству пасленовых, но входящую в другой род. Народные названия адамовой головы: черный осот, пупочник, шишкарник, шелобольник, кукушкины сапожки.

В средневековье бытовало много россказней о смертельном риске, которому под-



вергает себя ризотом (корнеискатель) при выкапывании мандрагоры. Молва предписывала ему повернуться лицом к западу, очертить троекратно ножом место с заветным растением, привязать мандрагору к хвосту черной собаки и заставить выдернуть корень. Выдергиваясь, адамова голова будто бы издавала страшный крик. Вот почему мандрагора названа еще трава-покрик. Если же вырывать ее самому, без собаки – найдешь погибель.

Выдумки о мандрагоре столь нелепы, что никакой научной критики не выдерживают. Волшебства в этом растении не более, чем в любом другом.

И ПРОЧАЯ

В послании игумена Памфила псковскому наместнику (XVI век) о сборе трав и кореньев сказано так: „Егда приходит великий праздник Рождества Предтечева, исходят огньницы, мужие и жены чаровицы по лугам и по болотам, и в пустыни, и в дубровы, ищущи смертные отравы и приветрочрева ...“ Вот в эту-то пору и ходили травознаи за орхилином, растущим у больших рек. Срывать орхилин полагалось через серебряную гривну (шейный обруч). Орхилин будто бы охранял от дурного глаза и порчи.

Трава прикрыш называлась еще волкобой, омег, блекот, дегтярка, недоспелка, копеечный чистяк, овечье рунишко, черное зелье, одномесячник. По-научному – борец шерстистоустый из семейства лютиковых. Цветет с половины июня до августа. Попадается в лесу и закустарненных лугах.

Чародеями трава собиралась осенью „в великоденский мясоед“, употреблялась она против свадебных наговоров. Делалось это так. Когда невесту везли в дом жениха, знахарь забегал вперед, клал траву-прикрыш под порог. Предупрежденная родными о проделке чародея, невеста, входя в дом, должна была перепрыгнуть через порог, не наступив на траву. Ежели невеста этого не сделает, то наговоры злых людей „возымеют силу“ и молодая не обретет счастья.

Нелепейшая легенда и о волшебной траве нечуй-ветре, растущей по берегам рек и озер. Собирают ее в глухозимье, под новогодний вечер. Причем найти нечуй-ветер могли лишь слепцы. Наступая на сказочную траву, слепцы-де чувствуют, как она колет их незрячие глаза. Если нашедший возьмет нечуй-ветер не руками, а ртом, он обретет способность останавливать ветер, а также ловить рыбу без невода.

За рассказами о девяти волшебных травах стояли не менее нелепые выдумки и о других растениях. Так, о чертополохе говорили, что он отгоняет чертей, преследующих человека. Стоит только стать, где растет эта трава, и бросить в нечисть шишки чертополоха, как она отстанет. Если пригнуть чертополох и пришпилить его к земле, приговаривая: „Сгони червей с моей скотины – отпущу“, – напасть со скотины сойдет. Считалось, что черви (правильнее сказать – личинки оводов) сродни темным силам.

Густой завесой суеверий окутано растение „петров крест“. Известно, что произрастает оно в широколиственных лесах, но обнаружить его можно только в пору цветения, в апреле – мае. Затем надземная часть – соцветие – отмирает.

Петров крест живет за счет растения-хозяина – орешника или ольхи, паразитируя на их корнях. Стебель петрова креста под землей, там он ветвится, образуя фигуры, напоминающие крест, что и дало происхождение видовому названию. Растение беловатое, вместо листьев покрыто чешуями.

КАК ВОЗНИКАЮТ ЛЕГЕНДЫ

Как появились легенды о травах, почему некоторым растениям приписаны сверхъестественные свойства? Чтобы ответить на эти вопросы, вспомним, что к познанию окружающего мира люди шли не прямым, а окольным путем. Всякому загадочному, непонятному явлению приписывалась потусторонняя сила. Нецветковое растение папоротник, например, поражало пылкое воображение суевера своим видом и необычным способом размножения. Все растения цветут, а это не цветет, значит, оно особенное, отмечено тайной. Так вокруг папоротника начинают возникать легенды. В них-то обитатель лесов и наделен теми свойствами, которых человек наяву у него не наблюдал: папоротник расцветает, но не просто, а по-сказочному, волшебно.

Толчком к появлению легенды могли стать растения необычные и мало встречающиеся, недоступные. Ужовник и гроздовник уникальны в нашей флоре, попадаются чрезвычайно редко. Низенький папоротничек с „кистью цветков“ – разве не диво? Разрыв-травой его назвали потом, когда он прослыл таинственным.

Не посвященный в травознайство человек не мог найти редкого растения, а чародею-травоискателю оно иногда попадалось. Находку он старался сбыть повыгоднее. Обыкновенный человек – бедный, много за траву не даст, а вот кто промышлял темным делом или искал клады, не скупился, лишь бы заручиться помощью

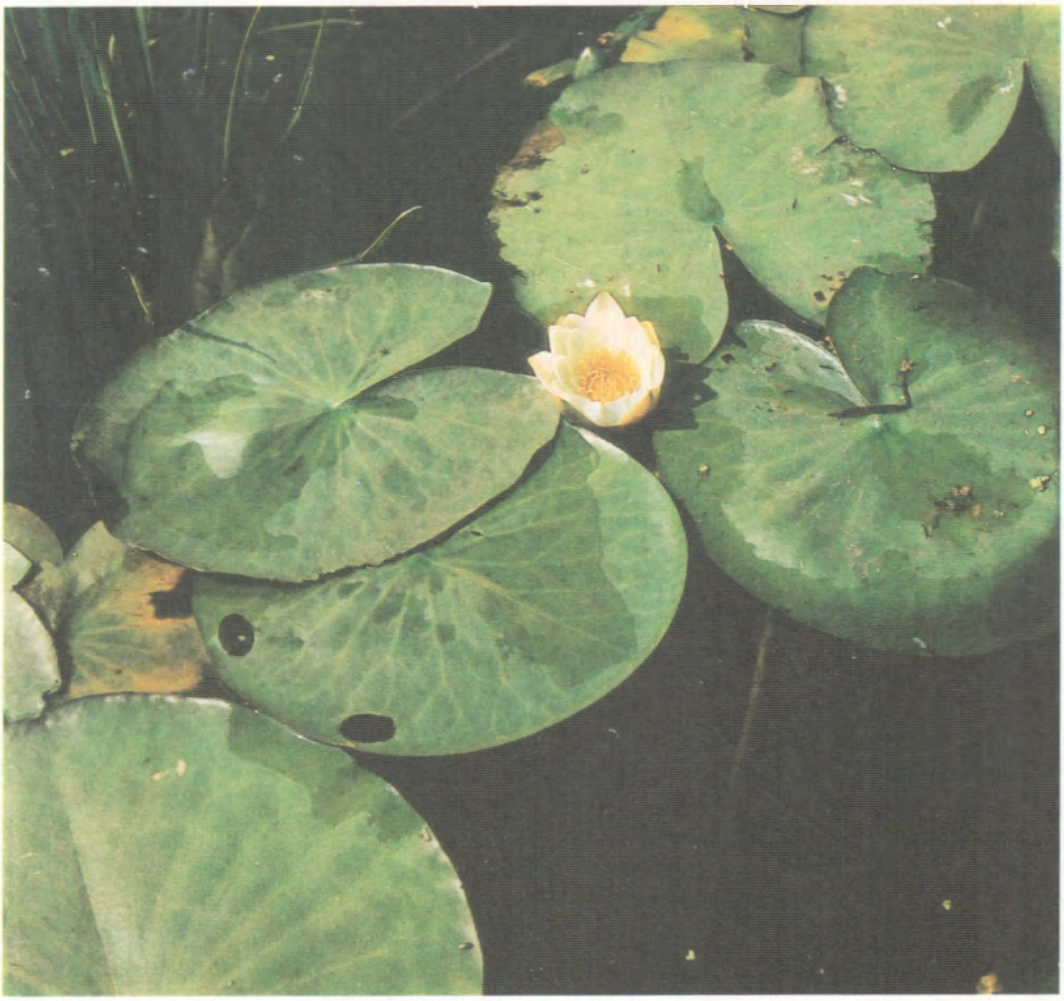
68
Кувшинка чисто-белая

сказочной силы. По легенде, если кладоискатель натрет глаза разрыв-травой, то земля перед ним расступится и клады сами откроются. Кто-то, наверное, попробовал так искать клады и, конечно, не находил их, но легенду опровергать не осмеливался. Все сваливал на проделки нечисти, которая якобы помешала ему.

Удивительные особенности растений – один из главных поводов к возникновению легенд. Так, петров крест, развивающийся в основном под землей и внешне похожий на крест, не мог не попасть в число легендарных растений. И он стал легендарным. Кувшинка – цветок водоемов, тоже не как другие: ведь пруды и бочажки – обители всякой нечисти, значит, и цветок там не без тайн. И его называли русалочьим.

Истоки легенд реже восходят к преувеличению свойств, которыми обладает растение. Это относится главным образом к лекарственной флоре. Мандрагора и золототысячник относятся как раз к такому роду. На Востоке – женьшень, на Западе – мандрагора, у обоих растений свойства, которыми они обладают, преувеличены до сказочных размеров. И поэтому путь преданий об этих травах от были к легенде оказался весьма недолгим.

68



Происхождение поверий о фантастическом нечуй-ветре восходит к мечтаниям человека возвыситься над стихией, например останавливать ветер. Подобным фантазиям не было предела.

Современная наука открыла много полезных свойств, которыми обладают те или иные растения. Не обнаружены только сверхъестественные, потому что их просто нет и быть не может.

НАСТОЙКИ И НАЛИВКИ РОССИЙСКИЕ



С. Ошанин

Шедрость, гостеприимство всегда были отличительными свойствами русского народа. И поныне на наших столах почетное место занимают квашеная капуста, хрустящие огурчики, грибки соленые и маринованные, редька тертая со сметаной ... А вот напитки сменились, точнее, сменилась мода на них. Хозяева рады, если у них на столе красуются французский коньяк и итальянский вермут, венгерский токай и португальский портвейн, виски и джины, различные коктейли, а из легких напитков „Фанта", „Пепси-Кола" ... Задумаемся! Ведь мы утрачиваем часть истории культуры и быта наших предков, забываем чудесные напитки, которые некогда удивляли иностранцев: сбитни и квасы, медовухи и водки, настойки и наливки. Вспомним, как наш знаменитый писатель Александр Иванович Куприн, большой знаток русского застолья, писал в романе „Юнкера": „А для легкости прохода в нутро каждый блин поливается разнообразными водками сорока сортов и сорока настоев. Тут и классическая, на смородинных почках, благоухающая садом, и тминная, и полынная, и анисовая, и немецкий доппель-кюммель, и всеисцеляющий зверобой, и зубровка, настойка на березовых почках и на тополевых, и лимонная, и перцовка, и ... всех не перечислишь".

К этому списку можно добавить еще много настоек и наливок из растений. Но некоторые растения, и, пожалуй, самые лучшие, либо редки и попали на страницы „Красной книги СССР", либо не часто встречаются в отдельных районах. Поэтому добавим лишь корневища калгана, корни девясила, укроп, перегородки грецкого ореха или сухие ягоды черники, боярышника, жимолости съедобной.

Настойки лучше всего готовить следующим образом. Сначала делают затравку. Для этого измельченные корни или траву кладут в большую (не менее 0,75 л) бутылку или банку, заполняя примерно наполовину, и заливают 70%-ным спиртом или водкой. Через несколько дней затравка готова, и вы ее, процеживая, добавляете по вкусу в водку. Если же делать настойку прямо в бутылке с водкой, то настойка может оказаться мутной.

Можно делать и „настойки-аквариумы". Лучше всего для этого подходит зверобой. Цветущее растеньице обрезают по высоте чуть ниже широкой части бутылки, обрывают испорченные листочки, ополаскивают и аккуратно опускают в бутылку. Сюда же хорошо добавить 1–2 корневища калгана, обмытые и разрезанные на дольки. Этикетку с бутылки, конечно, надо снять. Такая бутылка хорошо смотрится на столе.

Вот еще один вариант. Берут петрушку, листву обмывают, а кожицу с корешка счищают ножом, надрезают корешок на четыре дольки и опускают в бутылку. Туда же добавляют маленький красный острый перчик и одну-две дольки чеснока. Эта настойка не может храниться более суток – надо употреблять ее сразу, через 3–4 часа.

Приведем и несколько старых рецептов. Чтобы приготовить „Водку московскую", надо взять по 12 золотников (1 золотник равен 4,266 грамма) имбиря, шалфея, перечной мяты и калгана. Настаивать на одном штофе (штоф равен двум водочным бутылкам, равен десяти чаркам, равен 1,23 литра) хорошо очищенного винного спирта. Поставить на несколько дней в теплое место. Взбалтывать надо ежедневно. Затем процедить и добавить $^1/_4$ штофа воды.

А вот рецепт знаменитого „ерофеича". На ведро водки положить 1 фунт (фунт равен 409,5 грамма) перечной мяты, 1 фунт аниса, $^1/_2$ фунта толченых померанцевых (они же мускатные) орехов, дать настояться в теплом месте две недели, ежедневно взбалтывая, и профильтровать.

Водка „зорная" (из листьев любистока), полынная, мятная и другие готовились следующим образом: на ведро водки клали

1 фунт свежих листьев и настаивали две недели.

Анисовую водку готовили, либо настаивая семена аниса, либо к простой водке добавляли анисовое масло.

Готовили водку и из дубовой коры. Для этого 50 граммов крупного порошка коры настаивали две недели на 1 литре 70%-ного спирта, затем фильтровали.

А вот рецепт и водки сладкой липовой: „Наложить полную банку липового цвета и налить полную банку спирта в 90°, хорошо обвязать пузырем, сделать несколько отверстий (иглой) и поставить на два месяца в теплое место. Потом цвет слегка выжать, жидкость процедить и на каждый штоф этой жидкости прибавить $^1/_2$ фунта сахару, разведенного в $^1/_2$ фунта воды. Водка эта очень приятного запаха и вкуса".

Но довольно о настойках. Надо сказать несколько слов и о наливках. Их можно разделить на крепкие и слабые. Первые готовятся на спирте, вторые – на водке. Рецепт приготовления простой. Практически любые ягоды (черника, голубика, жимолость, малина, морошка, терн, ежевика, боярышник ...) накладывают в банки, заливают водкой или спиртом и ставят в теплое место. Чем дольше настаиваются ягоды, тем вкуснее, ароматнее наливка. Но можно употреблять ее и через день-другой. При желании наливки можно и подсластить.

Есть и более простой рецепт: сок или ягодный сироп разбавляют водкой или спиртом, сахар кладут по вкусу.

А теперь два старых рецепта.

Чтобы приготовить черемуховую наливку, бутыль наполняют спелыми, провяленными ягодами, заливают водкой и настаивают в теплом месте два месяца. Сахар добавляют по вкусу.

Можно приготовить и рябиновую наливку. Для этого надо набрать самой спелой рябины, испечь ее в печи на досках, чтобы провяла, затем насыпать в бутыль на $^2/_3$ и настоять на водке до тех пор, пока получится настой темно-янтарного цвета. Подсластить.

Попробуйте совместить на вашем столе русские закуски и русские напитки!

РЕЦЕПТЫ

СУШКА СЪЕДОБНЫХ ТРАВ

Травы перебрать, промыть проточной водой в корзинах, затем разбросать на фанерах или досках на 3–4 часа до увядания, периодически их переворачивая. Затем положить на противни и поставить в печку или духовку при температуре 50–60 °С на 15–20 минут. Первые 3–5 минут дверцы плотно не закрывать.

ЗАСОЛКА ПЕРЕМОЛОТОГО ЩАВЕЛЯ

Щавель промыть, дать воде стечь, пропустить через мясорубку или мелко порезать, посолить (на 1 кг щавеля 30 г соли). Наполнить щавелем стеклянные банки, предварительно простерилизовав их. При наполнении банку встряхивать, чтобы щавель ложился плотнее. Наполненную щавелем банку простерилизовать и закатать крышкой.

МАРИНОВАНИЕ СТЕБЛЕЙ СНЫТИ

Отобрать стебли сныти без листьев, промыть, опустить в уксус, положить соль, перец, прокипятить и дать остынуть. Стебли вынуть из уксуса, сложить в банку или кадушку и залить маринадом, в котором варились стебли. Накрыть марлей, положить круг, плотно прилегающий к стенкам кадки, и камень, чтобы рассол стоял поверх круга.
Стеблей – 1 кг, уксуса 2,5–3%-ного – 500 г, соли – 40 г.
Подается как гарнир к мясным и рыбным блюдам.

ТРАВЫ ЛЕБЕДЫ, СНЫТИ И МАЛЬВЫ В МАРИНАДЕ

Траву промыть, дать воде стечь. 2–3%-ный уксус вскипятить вместе с лавровым листом, гвоздикой, корицей, солью, сахаром. Опустить в него траву и кипятить: сныть и мальву 20 минут, а лебеду 10 минут. Затем траву вынуть из маринада и плотно уложить горячей в горячую банку, а затем залить маринадом, в котором варилась трава. Банку и крышку предварительно простерилизовать.
Травы – 1 кг, уксуса 2–3%-ного – 700 г, сахара – 50 г, душистого перца – 1 г, лаврового листа – 0,5 г, соли – 15 г, корицы – 5 г, гвоздики – 2 г.

КВАШЕНИЕ СЪЕДОБНЫХ ТРАВ

Для квашения используют листья сныти, лебеды, крапивы, борщевика, мальвы, щавеля. Листья промыть, дать воде стечь. Обварить кипятком, снова дать воде стечь (щавель не обваривать). Дно кадки посыпают солью, слоями в 5–6 см укладывают траву, пересыпая солью (на 1 кг травы берут 40 г соли, на 1 кг щавеля – 30 г). Каждый слой травы в кадке утрамбовывают до выделения сока, а затем продолжают заполнять кадку. Наполненную кадку накрывают ветошью или марлей, кладут круг, плотно прилегающий к стенкам кадки, а на него – тяжелый камень, чтобы рассол стоял на кружке. Держать на холоде.

ГАРНИР ИЗ ТРАВ К МЯСУ

Траву (сныть, крапиву, лебеду, листья мальвы) промыть, тонко нашинковать и тушить со сливочным маслом 20–25 минут. Положить нашинкованный лук, сметану, соль и тушить до мягкости, заправить томатом и мукой, довести до кипения.
Листьев травы – 1 кг, масла – 100 г, сметаны – 200 г, лука – 100 г, томата – 100 г, муки – 50 г, соли – 10 г.



2 Раздел

Ягоды

Летние леса – привольные, шедрые ... Ярким июльским солнцем с пригретых лесных луговин веет сладким ягодным духом – это созрела земляника.

А в тенистой прохладе леса, под пологом широколиственных деревьев – малина. Чуть позже, в августе, созревает голубика и черника, а еще позже – брусника и клюква. И бывает этих ягод столько, хоть совком собирай. Хорошо в лесу осенью. Идешь – и вдруг перед тобой громадный куст, а то и дерево, обсыпанное гроздьями красных ягод. Это наша красавица – рябина. Ягодные кусты к осени будто надевают разноцветные сарафаны. В похожих одежках стоят боярышники, жимолости съедобные, шиповники. Но когда все деревья и кусты сбросят листву, то на их фоне еще более красивой оказывается калина. Тяжелые, сочные кисти, отливающие лаком упругой кожицы, выделяют куст, делают его живым самоцветом.

В этом разделе рассказывается о поэзии ягодного промысла, дается красочное описание нашего ягодного богатства. Не менее полутора десятков видов ягод встречается в наших лесах. И каждая хороша по-своему, у каждой свои особенности, свои целебные свойства. А варенья, компоты, соки, джемы, приготовленные из лесных гостинцев! Они великолепно украсят стол в любое время года. Ягодные богатства лесов нашей страны можно значительно увеличить, переселив в новые районы такие ценнейшие дары природы, как облепиха, жимолость, лимонник, актинидия. С этими ягодами ученые-селекционеры ведут сейчас интенсивную работу.

Но есть ягоды и коварные, ядовитые. И о них рассказано в этом разделе.

Дары природы



ПОЭЗИЯ ЯГОДНОГО ПРОМЫСЛА



В. Солоухин

Травы все – лекарственные, съедобные, для настоек, для приправ, все эти тмины, тысячелистники, ромашки, зверобои, подорожники, одуванчики, пижмы и спорыши, васильки и козлобородники, сурепки и чистотелы – все это преимущественно в полях и лугах, по открытым оврагам, на привольных косогорах, по берегам маленьких речек, вдоль тропинок и дорог, около человеческого жилья, на деревенских зеленых улицах, а всевозможные ягоды, не считая садовых, все – в лесу. В самом деле, я смогу, пожалуй, назвать только одну дикую ягоду, которая водится не в лесу, а в поле и которая в наших местах так и называется „полевая клубника", а то и просто клубника, потому что никакой другой клубники в наших местах никогда не было, а когда стала появляться садовая клубника, то долгое время называли ее викторией.

Если быть точным, то наша полевая клубника водится не просто в поле, не среди ржи и овса, горохов и гречихи, но по травянистым, цветочным полевым межам. Раньше, в моем детстве, когда поля были маленькими и многочисленными, межа была на земле полноправной и непременной частью ландшафта. Ведь каждое поле от другого поля, как бы малы они ни были, отделялось межой. Там росли особые, межевые цветы и травы, и среди них, прячась в этих цветах и травах, полевая клубника. Теперь при колхозно-совхозных массивах межи практически исчезли, а если и сохранилась где-нибудь травянистая полоска земли между распаханными плоскостями, то, как правило, она припылена, припудрена (трактор, автомобиль и комбайн поднимают больше пыли, нежели лошаденка), а то и посыпана разными там гербицидами да химическими веществами, которыми опыляют поля. Но все-таки есть еще места, где можно найти и попробовать полевую клубнику. Это края оврагов, особенно примыкающих к лесу. Обычно дно такого оврага сыроватое, „потное". Там, может быть, даже постоянно сочится вода, а если и нет, все равно там растут такие влаголюбивые травы, как осока и таволга. Склоны оврага пестрят разноцветьем и необыкновенно красивы. Крупные ромашки, или поповник, лиловые гвоздички, тысячелистник, горец – да все травы, свойственные сухим лугам, вырастают и расцветают здесь. Поднимаешься по склону оврага вверх и вот – угол, где земля становится ровной, там, по краю оврага, но на ровной уже плоскости как бы бордюром стоят совсем другие травы, нежели на дне оврага или на его склонах. Там преимущественно пижма, которая в середине лета не обозначена еще своими желтыми, как бы рябиновыми кистями цветов (почему ее и называют часто рябинником), но лишь темной и тяжеловатой листвой. Там-то по краю оврага и водится обыкновенно полевая клубника.

Ее резные листья и белые о пяти лепестках цветы очень похожи на земляничные, разве что покрупнее, но сама ягода устроена странно. Если земляничина своим белым нижним пятнышком (разумеется, его увидишь, когда ягода уже сорвана) прикреплена к чашелистнику, развернутому до плоскости, и готова скатиться с чашелистника при малейшем прикосновении к ней, то у полевой клубники зеленые листочки чашелистника не развернуты, а образуют как бы глубокое гнездо, в котором и сидит ягода, высовываясь наружу лишь своей верхней расширенной частью. Можно было бы сравнить, скажем, с ромовой бабой, находящейся в той металлической формочке, в которой ее сажают в печь.

При поспевании ягода из зеленой становится сначала белой, потом розовой и только очень уж спелая-переспелая – темно-розовой. У нее свой аромат, отнюдь не земляничный, и свой вкус. Причем уже, как теперь принято говорить, на стадии белой спелости она вполне съедобна, то есть и достаточно сладка, и достаточно ароматна. Растет полевая клубника довольно обильно, но я не помню, чтобы у нас ее со-

69
Малина

бирали помногу, приносили домой и заготавливали впрок в виде варенья или еще как-нибудь. Уйти на полдня туда, где есть полевые овраги, нагуляться, надышаться там среди летних трав и цветов, наесться вдоволь полевой клубники, домой принести в виде букетика, а чтобы собирать в посуду – в кузовок, кувшин, стеклянную банку, как-то в наших местах это не принято. Тут только лакомство, а не промысел, только полевая прогулка, а не заготовка, только развлечение, а не корысть ...

Однако мы несколько отвлеклись от той мысли, что все полезные травы преимущественно в полях и лугах, а все ягоды – в лесу.

На первое место нужно поставить земля-

69





нику. Я думаю, согласятся все, что это самая вкусная из всех лесных ягод. Ни по оттенкам вкуса, ни по аромату ей нет равных. Когда придешь из леса с полным кувшином (впрочем, теперь пошли все больше трехлитровые стеклянные банки) и высыплешь этот кувшин на большое плоское блюдо, сразу по всему дому поплывет единственный в мире земляничный аромат. Вспоминаю насчет земляничного аромата у Леонида Леонова: „Да и теперь еще в грозу, как поразойдутся, как заскрипят с ветром в обнимку онежские-то боры, как дохнут раскаленным июльским маревом, так даже подушки три ночи подряд пахнут горячим настоем земляники и хвои".

В детстве мы набирали букетики земляники, которые, право, по красоте не уступают букетикам самых ярких цветов. Ели ее с черным хлебом. Чтобы ягода не скатывалась с куска мягкого и тоже по-своему душистого хлеба, мы немного вдавливали каждую ягодку в хлебную мякоть и съедали, прихлебывая молоко.

Но лучше всего есть землянику так: налить в тарелку холодного молока, крепко его подсластить сахарным песком, терпеливо размешивая, пока не растает, а потом уж и сыпать в молоко землянику, по желанию или исходя из того, сколько собрано. Но как можно больше. Некоторые предпочитают давить землянику в молоке ложкой. Этого делать ни в коем случае не нужно, потому что молоко, хотя и порозовеет, но свернется хлопьями.

Первая волна земляники поспевает на порубках, то есть там, где стоял сосновый или еловый лес и где его вырубили, оставив только пни, из которых вытапливаются на солнце медовые липкие капли ароматной смолы. Вокруг этих пней обыкновенно заводится земляника. А так как порубка открыта солнцу, то земляника поспевает там в первую очередь, особенно если вырубленное место представляет собой склон горы или оврага, обращенный к югу. К припору, как говорят в наших местах, ягоды на таких порубках поспевают гораздо раньше лесных, прячущихся в густой траве и подлеске.

На порубках ягоды бывают помельче, чем в лесу, но слаще. Некоторые порубки так и не зарастают больше, поэтому из года в год на них можно собирать раннюю ягоду. На некоторых порубках, напротив, начинает подниматься густой молодняк, но уже не сосенки и не елочки, а осинки. Поднимается там и трава. Земляника из суховатой „порубочной" превращается в крупную, сочную лесную ягоду.

Когда на порубках все обобрано, нужно углубляться в лес. Конечно, где попало земляника в лесу не растет. Под плотным пологом леса бывает, что нет вовсе никакой травы, не только земляники. Значит, нужно искать открытые земляничные поляны или изреженный лес, где солнце достигает земли, хотя бы и пробиваясь сквозь кроны, сквозь ореховый подлесок, сквозь высокую лесную траву. В траве в таких местах вызревают ягоды, право же, по наперстку. Налитые, сочные, прохладные, они чуточку кислее своих соплеменниц, растущих на пригорках, но, увидав такую ягоду, не променяешь ее на десяток других.

Отправляясь за ягодами, нужно всегда иметь основную большую посуду (кузовок, бидон, трехлитровую банку, а то и ведро), которая может стоять в сторонке, и небольшую, скажем, пол-литровую банку. Эту банку сначала привязывают на шнурок, а шнурком обвязываются вокруг поясницы, чтобы банка болталась спереди на животе, а руки были свободны. Часто земляничина падает из руки в лесную траву. Первое желание – поднять ее и спасти. Но этого делать не следует, потому что ее не сразу ухватишь в траве, а пока подбираешь, она вся изомнется, изрежется о траву. За это время можно собрать десяток новых ягод. Но вообще-то я не знаю, отчего зависит успех, в чем состоит проворство. Стараешься, не разгибаешь спины, не отвлекаешься на постороннее, беспрерывно работаешь обеими руками, в рот не кладешь ни одной ягоды, а все в банку да в банку, но деревенская женщина все равно наберет в два раза больше тебя.

Ночью же, когда начнешь засыпать, ягоды, ягоды, ягоды перед глазами в лесной траве. И совсем уж уснул, но вот опять проступают сквозь пустую темноту полусна ягоды, ягоды, ягоды. Красные ягоды в зеленой лесной траве.

Что касается полезности земляники, то лучше всего предоставить слово известному украинскому травнику, которого я назвал бы знахарем с высшим образованием. В своей книге о лекарственных травах Михаил Андреевич Носаль пишет о землянике так:

„При чтении перечня болезней, которые лечат ягодами и листьями, а также стеблями земляники, собранными в цвету, у читателя невольно возникает вопрос: почему же так полезна земляника? Ответом на этот вопрос в известной степени может служить ознакомление с богатым химическим составом, которым обладает невинная дикая ароматная ягода. Как свидетельствует ряд источников, в составе земляники прежде всего известны:

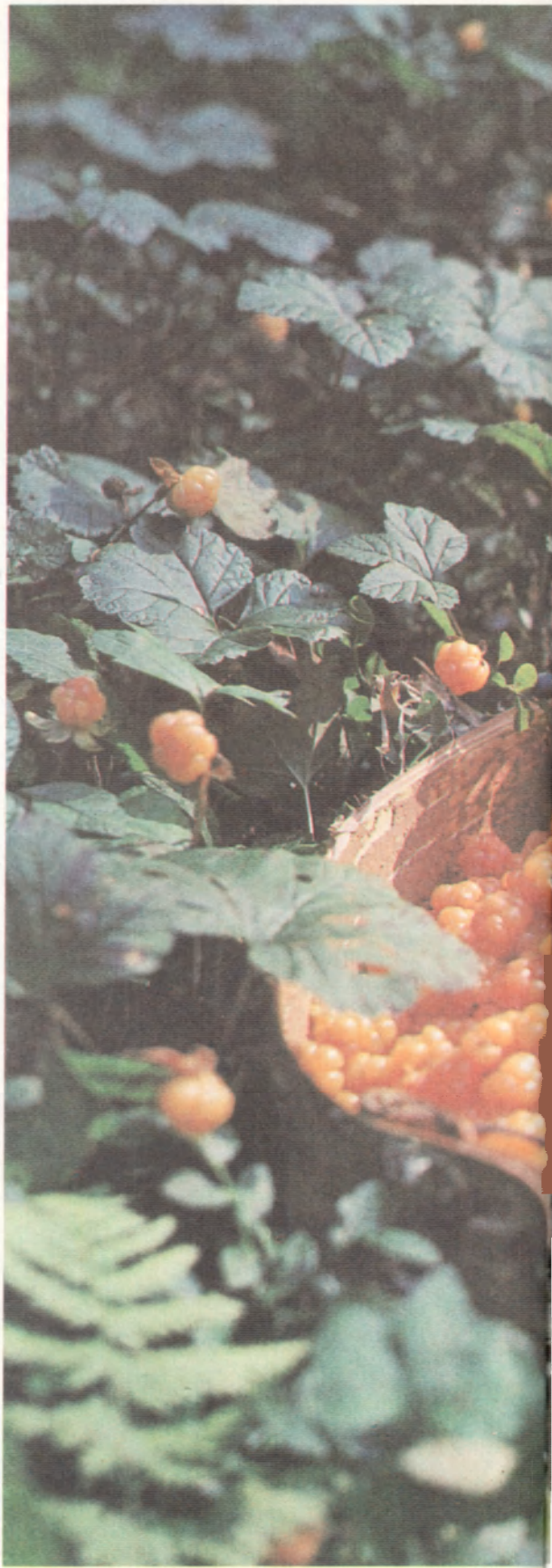
1. Многие натроны и кислоты (яблочная, лимонная, хинная). 2. Дубильные вещества. 3. Салицил. 4. Пигменты, или красящие вещества. 5. Летучие масла. 6. Сахары. И наконец: 7. Витамины, особенно витамин С. Из всех известных мне дикорастущих лекарственных растений я не знаю более богатого, пожалуй, по химическому составу растения, чем наша земляника. В землянике, я уверен, имеются и другие, еще не изученные лечебные вещества. Вот почему она так полезна.

Земляничный сезон обыкновенно продолжается от 3 до 4 недель. Если бы мы правильно использовали этот сезон несколько лет кряду (года 2–3), мы бы реже нуждались в курортах... На курорты раньше имели возможность ездить не все

71
Под осень тундра будто усыпана янтарными клубочками – это поспела морошка



71



72
Морошка – ягода нежная, пикантная. Совком ее не соберешь, приходится срывать по одной. Но дело движется столь споро, что кузовок полон за полчаса

больные. Однако приходилось наблюдать, что и без курортов больные вылечивались земляникой. Лечение земляникой в народе популярно.

Многие в народе знают, что такое земляника, пользуются ею, и от нее получают исцеление.

При лечении земляникой просто едят ее сырой, но не вареной или сушеной. Едят одну или с молоком, сливками, молодой сметаной, с сахаром (иногда с вином). Из личной практики и наблюдений над самим собой прихожу к заключению, что ее можно и нужно есть так много, чтобы на третьей неделе она настолько надоела, что нужно заставлять себя есть ее. Давайте ее детям, давайте много. Не жалейте средств на приобретение земляники. Не считайте ее баловством или роскошью, а считайте ее необходимой, как хлеб, крупу, картофель ...

Не умаляя достоинства чая, как общеизвестного напитка, скажу одно, что, если бы прижился такой же напиток из листьев земляники, как чай, здоровье людей при этом только бы выиграло ...

По действию на организм похожа на землянику еще одна ягода – черника. Кнейт по поводу этих двух ягод оставил нам такой афоризм: „В том доме, где едят землянику и чернику, врачу нечего делать".

При таких рекомендациях знающего человека возникает вопрос: целесообразно ли эту ягоду переводить на варенье? Конечно, всякая хозяйка, всякий человек, хоть немного понимающий в вареньях, считает его вареньем номер один. Насколько я знаю, других видов заготовки этой ягоды не существует. Сушить ее – только портить, в маринад она не годится, настоек на ней не делают, домашних вин тоже. Разве что пастила. Но пастила, по-моему, лишь ухудшенный вариант варенья.

По правде сказать, я противник всякой заготовки этой ягоды. Исходя из особенной полезности этой ягоды для человека, я полностью присоединяюсь к рекомендациям Михаила Андреевича Носаля – есть землянику свежей и есть ее как можно больше. Хорошо бы в разгар сезона съедать по полной тарелке земляники ежедневно, притом земляники первой свежести, не потерявшей не только своих полезных

72



свойств, но и ни капельки аромата и не только своего аромата, но и аромата окружающего соснового и елового леса.

Конечно, если земляники много, излишки, не выбрасывать же ее, нужно варить варенье. Я против того лишь, чтобы, отказывая себе в свежей ягодке, всю, всю, всю ее переводить на варенье. Правда, теперь с развитием морозильной техники все больше входит еще один способ консервирования свежих ягод, фруктов и овощей: быстрая и сильная заморозка. Но я вот что скажу: есть наподобие биологических часов внутри нас некая сезонность в восприятии плодов земных. Почему в начале лета цены нет свежему огурцу, а в августе вы непременно предпочтете огурец малосольный? Почему летом вы не хотите квашеной капусты, а зимой едите ее с удовольствием? Почему зимой вы не получаете такой радости даже и от арбуза, как в конце лета. Есть поговорка: „Ну, это как земляника в январе". Да земляники в январе вовсе и не хочется! В январе лучше, действительно, ложка земляничного варенья с крепким горячим чаем.

Землянику, как и другие лесные ягоды, человек вынес из леса, приблизил к себе или даже ввел в культуру. Но крайне знаменательно, что растение, лишившись привычной и необходимой среды обитания, лишается и многих своих качеств, свойств. Я помню, когда маленькими мы собирали лесную землянику, то мечтали: вот бы попалась ягода, чтобы была большая, чтобы можно было есть, откусывая от нее, как от яблока. И что же? Оказывается, такая крупная земляника существует.

Культивируя и постепенно изменяя ягоду в желательных направлениях – крупнее, сочнее, кислее, слаще, человек вывел многие сорта садовой земляники разного размера, разной сладости, разных оттенков вкуса, разных оттенков аромата. Попадаются ведь садовые ягоды и, правда, ничуть не меньше яблока средней величины. Откусывай, ешь, захлебываясь соком! Отчего же тогда на базаре, скажем, в одном и том же ряду, в трех шагах друг от дружки мелкая лесная земляника ценится в несколько раз дороже, чем ее гипертрофированная соплеменница? И берут ее, отмеряя стаканом, как драгоценность, а ту вторую – килограммами, килограммами ... Да потому что, культивируя и направляя, выводя и разводя, человек не смог сохранить в ягоде ее особенных, тонких и тайных, свойств, которые зависят в одинаковой степени как от неприкосновенности генетического кода, так и сложнейших внешних условий обитания, воссоздать которые искусственным образом невозможно.

То же самое произошло и с другой лесной ягодой, которая, на мой взгляд, мало чем уступает землянике, как по своему аромату, вкусу, так и по целебным и полезным ее свойствам. Разве что тем она и отличается, что можно собирать ее в больших количествах (если уж водится в этих местах), да еще тем, что человек окультурил ее раньше, нежели землянику, и в садовых условиях она растет уже, вероятно, многие века, и ее садовый вариант менее отличается от лесного, нежели в случае с земляникой. Впрочем, это на поверхностный взгляд. А имеем в виду мы лесную малину.

Она любит лесные овраги с плоским дном, но растет и на ровных местах, но все же, как бы это сказать, подзамусоренных что ли. Недаром садоводы удобряют землю под малину древесными гнилушками, а то и опилками. Почти всегда малина соседствует с крапивой.

Если вспомнить, что стебли самой малины покрыты мелкими, но остренькими колючками, этакими колючими волосками (а ведь невозможно не браться за них, обирая ягоды), да если вспомнить к тому же, что созревание малины приходится на жаркое июльское время, то понятно, почему собиранье малины – занятие не из самых легких и доставляющих удовольствие. Отправляясь в лес за малиной, нужно одеваться так, чтобы ноги не жгла крапива, а рукава были длинными и плотными, да была бы куртка погрубее, чтобы защищала и бока, и живот. Правда, такая „панцирная" одежда жарка для июльского душного (а в малиннике всегда душно), гудящего, жалящего слепнями и комарами дня. Но в конце концов сладость ягоды и ее аромат искупают все.

Лесная малина по сравнению с садовой очень мелка. Она, пожалуй, не крупнее той же земляники. Может быть, она во много раз мельче иных сортов садовой малины, но зато во столько же раз душистее, слаще и, вероятно, полезнее, а точнее сказать – целебнее. Причем в отличие от земляники, которую, как помним, надо есть целый сезон, а лучше два-три сезона, помногу, тарелками, килограммами, и тогда произойдет общее оздоровление организма, лесная малина целебна одноразово, как хорошее, сильное лекарство.

Возможно, рекомендация Михаила Андреевича Носаля годилась бы и для лесной малины, и если бы есть ее по этой рекомендации много и долго, то не может быть, чтобы не принесла она никакой пользы для

организма. Вреда уж во всяком случае не произошло бы. Но вот случай, когда такое употребление малины может показаться расточительством, вот случай, когда варенье из ягоды драгоценнее и целебнее свежей ягоды. Тем более что, как и всякое лекарство, малиновое варенье необходимо не каждый день, не как профилактическое и общеоздоровительное средство, а в тот момент, когда человек заболеет. Вернее сказать, когда простудится. Вот уже становится как-то неуютно, голова тяжелеет, появляется озноб, кажется, как ни укрывайся, хоть тремя одеялами, все равно не согреешься, зубы стучат о зубы, кожа пошла пупырышками, и до нее больно дотрагиваться, в гортани сухо и жестко ... Одним словом, кто простужался, тот понимает, о

73
Сфагновое болото. Всюду стоит камфарный запах багульника. И прямо на моховых подушках будто рассыпаны красные ягоды клюквы. Тоненькая веточка и узкие зеленые лаковые листочки незаметны. Собирают клюкву осенью. Клюкву можно собирать и весной, как только начнет таять снег



73

чем идет речь. В это время нужно вскипятить большой чайник, а в меньшем – заварка и открыть банку с вареньем из лесной малины. Оно чистого гранатового цвета и непередаваемого аромата. Пять, семь, десять чашек с малиновым вареньем (и тут уж не жалея его) до тех пор, пока в организме не появится мягкость и пот не польется ручьями, так что придется непрерывно утираться полотенцем, а потом уж хорошо бы на печку, на горячие кирпичи, под тулуп, но хорошо и в теплую постель под несколько теплых одеял, чтобы всю ночь лишь успевать менять мокрые рубашки ...

Само собой разумеется, малину можно заготовлять сушеной, а потом, зимой, во время простуды заваривать, как чай, и пить тоже в большом количестве. Но зачем пить кисленькую водичку вместо ароматного чая с ароматным малиновым вареньем?

... Легко можно вообразить, как было сначала с яблонями. Ведь и сейчас в любом смешанном лесу можно встретить дикую яблоньку. Все осинки, березки, орешник, бересклет, бузина, калина, рябинки и вдруг среди дикого леса – яблонька! Ну, правда, тоже дикая. Лешовка, как называют ее в народе, имея в виду, что яблоки эти есть под силу только лешему, то есть хозяину леса. Горьки, кислы, вяжущи, одним словом, несъедобны, но все же – яблоки. И тут выделим главное, характерное: лешовки-то они лешовки, эти лесные, дикие яблоньки, но все разные. Одна горька, другая еще горче, одна кисла, другая еще кислее, но ведь может попасться и послаще. То есть уже тут, на самых первых порах возможен направленный отбор. И однажды, когда я продирался через лесную чащу, дабы выйти на то место, где водятся белые грибы, в лесной глуши увидел яблоню, покрытую всю белыми крупными яблоками. Они были не только съедобны, но походили на яровую антоновку, и если бы тут оказался садовод, хотя бы и любитель, то, наверное, не удержался бы от соблазна развести эти яблоки у себя в саду. Я ограничился тем, что вместо корзины грибов принес домой корзину белых хороших яблок. На другой год сколько ни искал эту яблоню, не мог найти – как сквозь землю провалилась или как приснилась во сне. Но ведь с такого-то случая и могло когда-нибудь все начаться. И пошли множиться разнообразные сорта яблок: антоновка, грушовка, белый налив, анисовка, коричная и разные там пепин-шафраны и штрифели ...

Лешовка давно как бы просилась в культуру, чего и добилась в конце концов.

Точно так же стучится в наши двери, просится в наш мир, в наше измерение и другое лесное дерево и частично уже преуспело





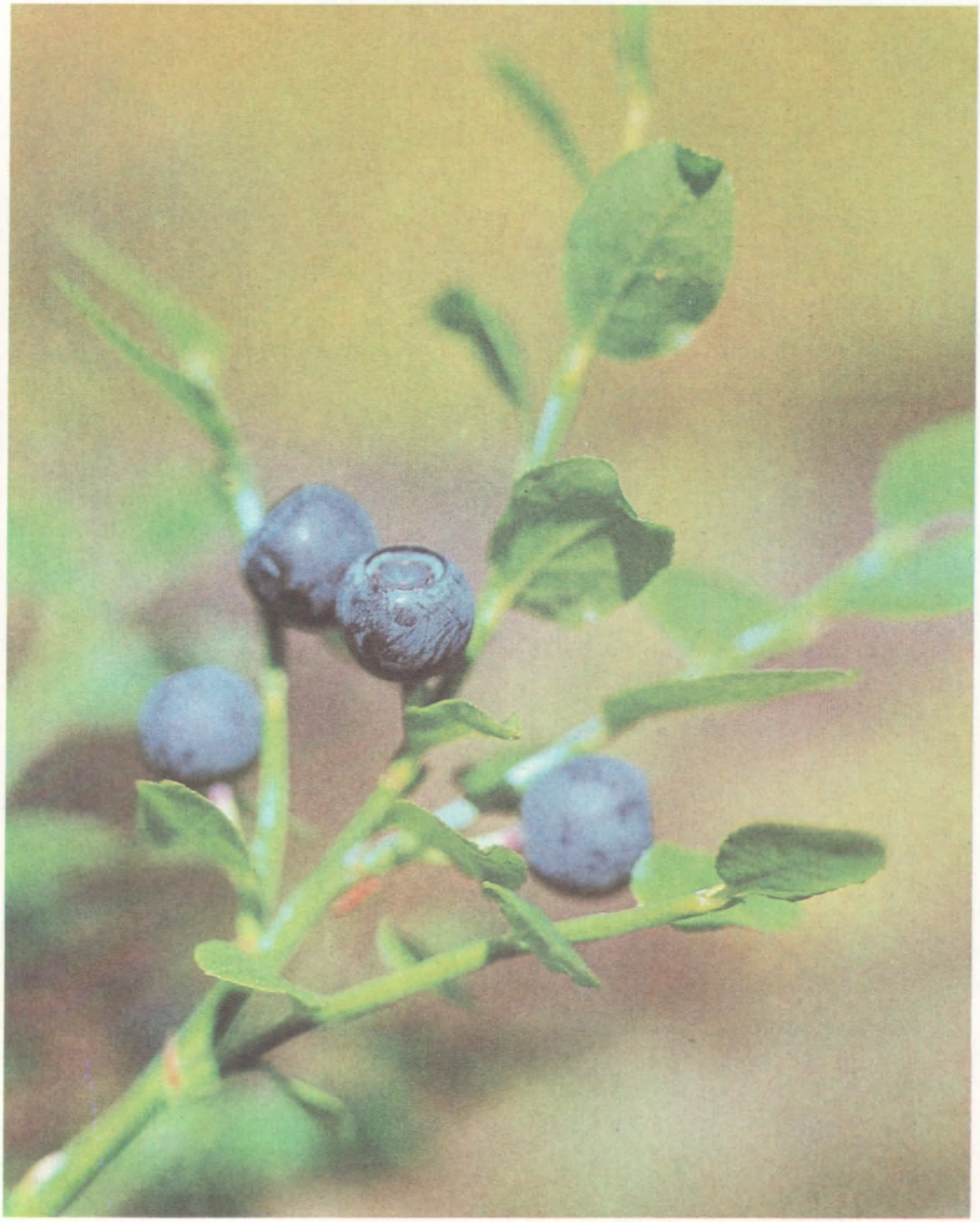
75
Черника – не только прекрасная ягода, но и великолепное лекарство. Хороша и полезна эта ягода свежей, но и зимои черничные кисели, сиропы, варенье богаты витаминами

в своих стремлениях, хотя пока и не так, как яблоня.

Скажем, во-первых, что, пожалуй, ни одно лесное дерево не приблизил человек к себе, к своему жилищу так же, как рябину. Или скажем точнее: наряду с другими деревьями. Потому что и березу любим мы посадить перед окнами, и липу, а то и просто ветлу. Но разве можно вообразить российскую деревеньку под серењким осенним дождичком без ярких рябин?

„В саду горит костер рябины красной, но никого не может он согреть“, „что стоишь, качаясь, тонкая рябина, головой склоняясь до самого тына“, „кисти ярко-красные вянущих рябин“, „графин на белой скатерти – рябины сто кистей“ ... Кстати сказать, может быть, эти и многие другие поэтиче-

75



ские строки о рябине тоже надо считать драгоценными дарами русского леса?

Рябина – дерево лесное и в смешанных лесах встречается повсеместно и во множестве, но в том-то и дело, что все эти лесные рябины, как правило, разные. У одной ягода несколько сплющенная и ярко-красная, у другой тоже сплющенная, но оранжевая, у третьей ягода продолговатая и оранжевая. Более мелкая и более крупная, с многоягодными кистями и с малоягодными кистями разных оттенков от алой до желтой, не говоря уже о том, что разных вкусовых оттенков. И вот однажды примерно так же, как я напал на яблоньку с белыми и сладкими плодами, пастух, притом считавшийся дурачком, из деревни Невежино Владимирской губернии по фамилии Щелкунов наткнулся в лесу на рябину со сладкими ягодами. Дурачок-то дурачок, но все же не совсем дурачок, если он принес в село молодые отростки этой рябины, и с тех пор в России укоренился особый сорт рябины, которую называют сладкоплодной, а по месту ее происхождения – невежинской. Так и говорят: невежинская рябина.

О названии долгое время шли кривотолки и споры. Даже и мы детьми иногда спорили между собой. Один уверяли, что правильно говорить – рябина нежинская, другие – невежинская.

Одни ученые утверждали, что в окрестностях города Нежина издавна культивируется сладкая нежинская рябина, из плодов которой приготовляется довольно вкусная настойка под названием „Нежинская рябиновка". Другие ученые писали, что „в пределах Владимирской, Ивановской областей распространена так называемая невежинская сладкоплодная рябина, получившая свое название от села Невежино Небыловского района Владимирской области, которое считается родиной этой рябины".

В город Нежин выезжала ученая комиссия во главе с кандидатом сельскохозяйственных наук Е. М. Петровым. Вот что пишет сам Е. М. Петров: „Чтобы внести ясность в этот вопрос, мы в 1938 году предприняли специальную поездку в г. Нежин. С представителями районного земельного отдела и научными работниками опорного пункта плодово-ягодных культур мы установили на месте, что в Нежинском районе и вообще в Черниговской области никакой сладкоплодной рябины не разводилось и не разводится ... Позже через колхозников села Невежина и лиц, работавших заготовителями невежинской рябины у известного в свое время московского виноторговца Смирнова, выснилось, что последний, желая скрыть от своих конкурентов истинные источники заготовки сырья, переименовал невежинскую рябину в нежинскую и адресовал тем самым конкурентов за сырьем в город Нежин. Приготовляемой же из плодов невежинской рябины на своих заводах настойке он дал более благозвучное название „Нежинская рябиновка" вместо правильного „Невежинская рябиновка". Впрочем, в Нежин можно было и не ездить.

У видного владимирского статистика Антиповича в книге, изданной в 1910 году, находим о невежинской рябине: „В прежние годы ее тысячами пудов вывозили из Владимирской губернии в Москву на водочные заводы, но с изобретением различных эссенций, в том числе и рябиновой, сбыт в Москву ее сильно уменьшился, хотя эта убыль в значительной степени восполняется увеличением спроса на местных базарах, где ее охотно покупают хозяйки для варенья и наливок, платя 6–8 копеек за фунт".

Ради справедливости нужно сказать, что в современной книге „О вкусной и здоровой пище" рябина эта называется правильно – „невежинская".

Да и в некоторых позднейших пособиях по сбору и заготовке дикорастущих плодов и ягод она уже выделяется если не в отдельный вид, то во всяком случае в разновидность. Ну, скажем, в книге Н. А. Рыбицкого и И. С. Гаврилова „Дикорастущие плоды и ягоды" читаем: „Невежинская рябина – разновидность рябины обыкновенной. Отличается высокой зимостойкостью, долговечностью и урожайностью. Деревья этого сорта мощные, до 8 м высотой, с шаровидной кроной, дают урожай до 100 кг плодов с одного дерева. Плоды крупные, кисло-сладкие, без горечи, пригодны для потребления в свежем и переработанном виде. Получила свое название от села Невежино Владимирской области, где культивируется более 100 лет.

Распространены три основных сорта невежинской рябины: кубовая, желтая и красная. Культура этой рябины получила большое развитие во Владимирской, Ивановской, Кировской, Московской и Ярославской областях".

Объективности ради должен сказать, что название „сладкоплодная", которое применяется к невежинской рябине, не совсем точно выражает дело. Сладка малина, сладка черешня, сладка земляника, сладки груша и абрикос, сладки арбуз и дыня. Рябину же, будь она хоть семь раз невежинская, сладкой не назовешь. Но что правда то правда, эта разновидность рябины лишена классической рябиновой горечи. Остатки горечи есть, и они чувствуются, иначе это была бы уж не рябина, но остатки эти

чувствуются лишь как оттенки вкуса, а не как сам вкус. Все-таки не думаю, что кто-нибудь взял бы и с жадностью съел целую кисть или целую горсть рябины невежинской, точно так же, как едва ли кто съест с жадностью горсть свежей клюквы.

Да, сладость „сладкоплодной" невежинской рябины относительна, но то, что она лишена обыкновенной рябиновой горечи, дает возможность употреблять ее в разных видах, из которых я в первую очередь рекомендовал бы три. Причем для первого способа приготовления, который мы сейчас приведем, лесная рябина, „лешовка", не годится совсем. Для второго ... В общем-то тоже почти не годится, хотя можно бы и попробовать, а для третьего – неизвестно еще, какая рябина предпочтительнее. Дело вкуса.

76
Совок для сбора ягод



Во-первых, рябиновое варенье. Для варенья годится только невежинская рябина. Варят рябиновое варенье обыкновенно, как из любой другой ягоды, разве что сахару кладут немного побольше и побольше добавляют воды, потому что по сравнению с вишней, смородиной, малиной, крыжовником и другими ягодами рябина – ягода довольно „сухомясая“. Да, еще лучше ягоду рябины перед варкой накалывать, то есть проделывать в ней дырочки, чтобы она не сморщивалась во время варки, а, напротив, наливалась сиропом, отдавая тому же сиропу все свои вкусовые особенности. Может показаться, что накалывать рябину – каторжный труд. Попробуй проколи каждую ягодку! Но делается это очень просто. Ягоды, отделенные от веток, насыпаются в глубокую посуду толстым слоем. Берется длинная игла. Как ткнешь этой иглой в ягоды, так сразу на нее нанижется три – пять штук. Сбрасываешь их в другую посуду. Ловкая хозяйка очень быстро переместит все ягоды из первой посуды во вторую, и все они окажутся уже проколотыми. Варенье получается замечательного янтарного цвета, замечательного аромата и вкуса.



Во-вторых, невежинскую рябину можно мариновать. В этом случае не надо ягоду отделять от кистей, но надо удалить только с каждой кисти все сухие, мелкие, почерневшие и другие неполноценные ягоды, а оставить только здоровые, крупные, налитые. Эти кисти хорошо промыть и уложить в стеклянную или эмалированную емкость. Отдельно приготовить маринад: вода, немного уксуса, сахар (соли не нужно), корица, гвоздика, душистый горошек, лавровый лист – все это по вкусу. Маринад кипятится, затем остужается. Холодным маринадом заливаются кисти невежинской рябины. Кистями же она и подается потом к столу. Что она такое на столе: закуска, гарнир к мясным блюдам или десерт? И то, и другое, и третье, как, скажем, моченые яблоки или моченая морошка. Одно могу сказать – хороша и вкусна!

В-третьих, знаменитая рябиновая наливка. Как помним, виноторговец Смирнов даже нарочно замаскировал свой источник сырья, назвав наливку „Нежинской“. И тут спору нет: для наливки годится только наша сладкоплодная невежинская рябина. Однако, если говорить о настойке, притом не о государственно-заводской, магазинной настойке, а о настойке домашней, любительской, то еще неизвестно, что предпочесть – сладкоплодную невежинскую или лесную, горькую рябину, „лешовку“. Есть в ее горечи, в букете ее вкуса, в ее дополнительных и сложных ароматах и привкусах такая прелесть, что настоящий любитель должен, в рассуждении домашней настойки, предпочесть ее пусть более сладкой, пусть менее горькой, но и менее интересной в этом смысле невежинской сладкоплодной рябине.

Уж если хороша для настойки осиновая кора, если годятся для настойки хрен, перец, чеснок, то рябина, пусть самая лесная, самая „лешовка“ – тем более. К тому же у нее в настойках проявляется одно особенное качество как бы замедленного действия: вкус ее чувствуешь не вдруг, не сразу. Человек, по-

нимающий в этом деле, выпивает рюмку и не торопится закусить, потому что только секунды через три-четыре распространится во рту весь сложный вкусовой комплекс, весь непередаваемый букет рябиновой домашней настойки.

Есть еще один великолепный способ употребления рябины (кроме общераспространенных и общепринятых, как то: компот из рябины, рябина в сахаре, рябина на меду, желе из рябины, мармелад из рябины, повидло из рябины, рябина сушеная ...). Я имею в виду заготовку на зиму натурального рябинового сока. Как мы уже говорили, ягода рябины „сухомясая", поэтому приготовление сока из нее механическим путем, то есть выжиманием, не годится (этот способ хорош для более сочной черноплодной рябины, но она в лесу в диком виде не встречается, и поэтому мы о ней не говорим). Пишущий эти строки заготавливал сок лесной рябины в соковарке, закатывал его потом в стеклянные банки или герметично закрывал в бутылках, а потом зимой, перед завтраком, наливал себе с полстакана. Нельзя сказать, что это было очень вкусно, но какое настоящее лекарство приятно пить, кроме разве капель, которые в пору моего детства назывались „каплями датского короля". Зато скажем, забегая вперед, что сок, приготовленный таким же способом из калины, очень вкусен и его не надо проглатывать, чуть ли не зажмурясь, но можно даже и смаковать. Конечно, при горячем способе производства сока кое-что, вероятно, утрачивается из полезно-целебных свойств, но кое-что, безусловно, остается. Ведь и пастеризация свежего сока, нагревание его, пусть хоть и до 85 °С, что-нибудь да уносит, а иначе сок не сохранишь в течение всей зимы.

Я думаю, что на Руси на протяжении веков, не мудрствуя лукаво, знали один главный способ употребления рябины. Рвали ее поздней осенью, клали на подволоку (на чердак) и давали замерзнуть, а потом, схваченную морозом, вносили в избу, оттаивали и ели, вспоминая красное лето, золотую осень и пополняя свой организм витаминами, столь необходимыми особенно в северных районах, не щедрых на яркое солнце.

Рябина украшает нашу землю поздней осенью, а черемуха – в мае. Рябина украшает землю плодами, а черемуха – цветами. И цветет-то она всего лишь несколько дней, а в сознании, в памяти человека остается это цветенье на всю жизнь. Одно дело, что само по себе красиво, когда дерево все белое, как невеста в подвенечном платье, когда много черемухи растет по берегам маленькой

77
Кузовок земляники

речки с затененной черной водой, то получается целое белое царство, глядящееся в черную глянцевитую воду. Все это красиво, незабываемо, но все же не пронзало бы нас цветение черемухи так сильно, если бы не аромат ее цветов, единственный в мире, ни с чем не сравнимый аромат цветущей черемухи.

Даже в человеческий обиход, в сферу человеческих отношений перешло понятие „черемуха", „с черемухой", „без черемухи", и подразумевают под этим красоту в человеческих, любовных отношениях, красоту духовную, чистую, когда еще вздыхают и томятся, когда еще говорят разные красивые слова, когда еще любуются, когда еще страдают, когда еще восторгаются, когда еще дарят цветы ...

Однажды, когда я сажал черемуху у себя в саду, как раз перед застекленной террасой, сосед-кузнец удивился:

– В саду-то хорошо бы вишенье или сливы, или яблоню.

– А когда зацветет, красиво же ...

– Красиво-то красиво, да ведь это три дня в году, а потом дерево как дерево, никакого проку ... А ягоды? ... Ну съешь их от силы десяток ...

Но все же я дождался цветенья своей черемухи и надышался им (пусть три дня), и даже сочинилось стихотворение, первая половина которого с участием кузнеца уже пересказана, а вторая звучит так:

Пыланье белого огня
В чуть золотистый час рассвета! ...
О, три черемуховых дня,
Пусть остальные – просто лето.

Вы не обманете меня,
Чуди, капризничай погода ...
О, три черемуховых дня
За остальные будни года!

И расцветая и звеня,
И ты, красивая, прости мне,
Что – три черемуховых дня,
А остальные все простые.

То утро в памяти храня,
Прошу у жизни, как награды:
Дай три черемуховых дня,
А остальных уже не надо!

77



Впрочем, насчет проку сосед был не совсем прав. Известно, что к концу лета черемуховое дерево все обсыпано черными, глянцевитыми ягодами, собранными в продолговатые кисти. Ягода устроена так: черная глянцевитая кожица, под ней ярко-зеленая сочная мякоть, а в середине беленькая косточка, составляющая чуть ли не три четверти ягоды. Во всяком случае этот зеленый сочный слой собственно ягоды, обволакивающий косточку, очень тонок. И действительно, в наших местах (тут кузнец прав) как-то получилось, что никогда никакого проку в черемуховых ягодах люди не находили, лишь ребятишки лакомятся ею. Мы, дети, наломаем, бывало, веник черемуховых веток, обсыпанных ягодами, и едим. Ягоды черемухи сильно вяжут во рту, язык покрывается толстым зеленым налетом, так что можно соскабливать ногтями. Действительно, много не съешь.

Ну еще насушит иная рачительная запасливая хозяйка несколько горсток, чтобы зимой, если у кого-нибудь из семьи расстроится желудок, заварить в виде чая и напоить больного этим сильно закрепляющим снадобьем.

Но, оказывается, в других местах, особенно в Сибири, наверное, там и черемухи больше, чем у нас, обращаются с ней иначе.

„Плоды (ягоды) черемухи употребляют в свежем и переработанном виде, в ликерно-водочном и кондитерском производствах. На Урале и в Сибири высушенные и смолотые вместе с косточками плоды используют для начинки пирогов", – читаем мы в книге „Дикорастущие плоды и ягоды" Н. А. Рыбицкого и И. С. Гаврилова. Тут же приведен способ приготовления черемуховой наливки: „Собирают зрелые ягоды, рассыпают их редко на чистой тряпке и оставляют на три дня. Потом ягоды кладут в решето или на доску, ставят в печь (духовку), следя за тем, чтобы они не запеклись, а только бы провяли. Вынув из печи, ягоды хорошо толкут, насыпают в бутыль по плечики, заливают чистой водой и настаивают 6 недель. Затем сливают, подслащивают по вкусу (100–300 г сахара на бутыль наливки). Наливка получается очень вкусной, похожей на вишневку с истолченными косточками".

Как говорится, за что купил, за то и продал. Но ведь это же не наливка, скорее ягодный квас или морс. Я бы лично, насыпав бутыль „по плечики", залил бы ее не чистой водой, а чистой водкой, а потом бы уж и подсластил согласно рецепту.

Принести дерево из лесу и посадить его около дома – это еще не значит ввести в культуру, как приручить одного-единственного зверька – это еще не значит одомашнить вид.

Но все же черемуха, видимо, поддается культивированию, отбору во всяком случае. У моего деда в саду, а он был неплохим садоводом и пчеловодом, росло несколько огромных черемуховых деревьев, родивших необыкновенно крупные и необыкновенно сладкие ягоды. Мы так и говорили тогда: „садовая черемуха". А откуда она взялась у деда, я не знаю.

... К середине августа в лесах и перелесках среднерусской полосы поспевают орехи. В наших лесах очень много орешника, но не всегда выпадает урожайный год. Я не знаю, от чего это зависит. То ли от неблагоприятной для орехов весны, то ли еще от каких причин.

Известно, что орешник цветет самым первым, раньше даже ольхи. У пчеловодов, которым важно знать, когда что цветет, цветение орешника служит своеобразным эталоном, или, скажем, началом шкалы, вроде нуля на термометре или вроде первого января в календаре. В пчеловодческих календарях, если хотят указать, когда цветет то или иное растение (а ведь весна может быть то ранней, то поздней, и тогда все цветенья передвигаются в ту или другую сторону), обозначают количество дней после цветенья орешника. Например, липа зацветает на семьдесят второй день. Ранней и еще голодной для пчел весной пчелы берут от орешника пыльцу, и как белковый корм она идет на развитие пчелиной семьи. А самому орешнику в отличие от других цветов нет от пчел никакой пользы, потому что он опыляется ветром.

Стоит тряхнуть ветвь цветущего орешника, как тотчас в прозрачном и еще безлистом, ранневесеннем лесу возникает светло-золотое, чуть зеленоватое облако – из сережек высыпается пыльца. Облако будет тихо расширяться в воздухе, если он неподвижен, и оседать, или, может быть, его развеет ветерком, или оно благодаря легкому движению воздуха поплывет в одном направлении. Так или иначе пыльца попадет на женские цветы, ждущие оплодотворения (если можно назвать цветами те мельчайшие чешуйки, из которых состоит сережка орешника).

Орешник, в некоторых местах его называют лещиной, – широколиственный кустарник, который выгоняет иногда свои стебли до вышины деревьев. Куст растет из компактного основания, то есть все стебли около земли собраны в тесный пучок, но дальше, вернее выше, они развешиваются в разные стороны, занимая много про-

странства под солнцем и принимая не последнее участие в образовании плотного полога леса. Листья у орешника шершавые, а сами стебли, напротив, очень ровны и гладки. Молодые ореховые побеги – прутья светлого цвета. Длинные, тонкие и гибкие, они очень хороши для плетения корзин и верш. А более старые, более толстые и менее гибкие идут на удилища, на плетни, на розвальни (теперь уж нет розвальней) и на всевозможные деревенские поделки, где нужно какое-нибудь грубое плетение. Если нужна очень прямая и крепкая палка, вы ни из чего ее не вырежете лучше, чем из орехового куста. Если же нужна палка с тяжелым утолщением на конце (дубинка), то нужно срезать ее не над землей, а пониже – там, под листвой, под самым верхним слоем почвы прячется это утолщение ореховой палки.

На этих-то кустах в августе созревают орехи. Каждый орех упакован в зеленое гнездышко, у основания очень плотное, а далее расходящееся бахромой. Эти гнездышки срастаются друг с другом, так что редко увидишь на ветке одиночный орех. Чаще попадаются парные, а то и по три, по четыре, по пять орехов в одном ... Не знаю, как сказать. Конечно, по существу это гроздья, так и надо бы говорить. Но у нас почему-то говорят: „гроно", „гронья", „большое гроно попалось", „гронья в этом году мелкие". Как бы там ни было, орехи растут, соединившись друг с другом своими зелеными гнездышками.

В августе, когда охотники до орехов устремляются в лес, а орехи еще только начали созревать, каждый орех сидит в гнездышке очень крепко, не вылущивается. Можно вылущить его зубами, раздавливая сочное гнездо. Однако эта зеленая масса очень кислая. Если очистить несколько орехов, начинает драть губы и десны, в особенности уголки губ.

В эту пору, когда разгрызаешь орех, увидишь ядрышко, еще не заполнившее все свое помещеньице. Оно лежит, очень нежное, сочное и сладкое, в белой вате, как в яйце лежит желток в окружении белка. Постепенно ядро достигает стенок ореха, а затем и „черствеет", то есть становится тем самым вкусным ядром, ради которого срывают орех.

Орехи очень ловко прячутся в шершавой крупной листве. И разглядеть их довольно трудно. Целеустремленность в это время такова, что, может быть, топчешь прекрасные грибы или ягоды, но нет до них никакого дела. Смотришь только вверх, в густоту ветвей, испестривших синее августовское небо. И вообще я замечал это странное устройство психологии: только вчера собирал в лесу ягоды, попадались грибы, но на них не смотрел, все было направлено на землянику. Через день придешь в этот же лес по грибы, не сорвешь ни одной ягоды.

В деревне орехов постепенно нанашивают мешок и больше. Вылущить такое количество орехов – не легкий труд. Но делают так. Кладут орехи в кадку, придавливают тяжелым гнетом и оставляют на неделю или на две. После этого орехи вылущиваются очень легко. Остается их немного подкалить для вкуса. И тогда в какой-нибудь осенний праздник усядутся бабы на лавочке перед домом и одна перед другой будут щелкать орехи.

Как бы мы ни восхищались лесной земляникой, как бы ни ставили ее на первое место среди всех лесных ягод и по полезности, целебности и по аромату и вкусу, как бы ни воспевали мы ее, как бы ни воспевал ее и Михаил Андреевич Носаль, как бы ни рекомендовал он нам ежегодно проводить в сезон нечто вроде курса лечения земляникой, съедая ее ежедневно по стольку, сколько можно съесть и даже сверх того, принуждая себя, все же даже и земляника частично померкнет в сравнении с другой, как будто более простой лесной ягодой, имеющей, однако, многие бесценные преимущества.

Во-первых, прав М. А. Носаль – что касается земляники, нужно ловить сезон. Две-три недели – и все кончается. Заготавливать ее впрок можно, только сварив варенье. Но при этом она теряет почти все полезные свойства. Ягода, о которой мы теперь хотим сказать, уж тем одним драгоценна, что сезон употребления ее в свежем, в свежайшем виде может длиться всю зиму, практически до нового урожая. Речь идет о бруснике.

Набрали вы, допустим, трехлитровую банку лесной земляники и принесли домой. Тотчас перед вами встанет проблема: что с ней делать, как ее сохранить хотя бы в течение нескольких дней, как не дать ей пропасть. Будете рассыпать ее в меньшую посуду, в тарелки, в блюда, будете ставить эти тарелки и блюда в холодильник – ничего не поможет. Через два-три дня она слежится, слипнется, отводенеет, потеряет вид, начнет закисать, а то и плесневеть. Землянику надо съедать сразу. Или варить варенье.

Брусника собирается не в таких количествах, как земляника. Смешно идти за брусникой с трехлитровой банкой. Если уж родится она в лесу, бруснику собирают не банками, а ведрами, большими корзинами, десятками килограммов. Мы не говорим сейчас об организованных заготовках, где сбор исчисляется сотнями тонн. Каждую земляничину надо взять руками, пальцами, притом нежненько, чтобы не размять, брус-

нику собирают специальными гребками. Этакий лоток, гребенчатый на конце. Как проведешь по ярко-зеленому брусничнику – в лотке ярко-красные ягоды. Пусть хоть иногда и с белым бочком ягода, все равно она хороша. Брусника, поспевая, становится из зеленой сначала белой, а потом уж краснеет. Она и белая уже съедобна, если же пополам с красной, то вполне.

Брусника, как и ее родная сестра клюква (обе из семейства брусничных, обе – вечнозеленый кустарничек), обладает удивительным свойством: самосохранением, самоконсервацией. Достаточно положить бруснику в чистую подобающую емкость да залить водой, и будет стоять она в сохранности всю зиму, не закиснет, не загниет, не заплесневеет, не изменит вкуса и цвета. Еще лучше залить ее брусничным же соком, надавив его из остатков непоместившейся в емкость ягоды.

В ней тоже, как и в землянике, бездна полезных, целебных свойств, а есть даже и такие, которыми не обладает земляника. Но вот это ее свойство – сохраняться свежей в течение целого года – делает бруснику поистине уникальной и драгоценной ягодой.

Конечно, специальное книжное пособие нарекомендует вам уйму способов употребления брусники, как то: сок из брусники, компот из брусники, брусника в сиропе, брусника в сахаре, брусника с морковью и сахаром, желе из брусники на меду, мармелад из брусники, пастила из брусники, брусничный суп, брусника к мясу, варенье из брусники, варенье из брусники с яблоками, варенье из брусники с грушами, сироп брусничный, брусника протертая стерилизованная, брусника молотая стерилизованная, брусничный кисель, варенье из брусники с клюквой, конфитюр из брусники, мусс брусничный, соус брусничный, суп из брусники и яблок, брусничный суп с сухарями, морс брусничный, брусничный напиток и, наконец, брусника моченая.

Все это так и все это, конечно, возможно. Только, спрашивается, зачем же портить и переводить столь драгоценную ягоду на супы и кисели, на повидло и муссы, когда можно употреблять ее свежей в течение года. Как будто уж не из чего сварить суп или приготовить кисель да мусс, мармелад и компот. Ну в крайнем случае пусть будет уж брусника моченая. Это когда вместо того чтобы залить ее в бочке, в эмалированном баке или эмалированном ведре чистой водой, заливают водой подслащенной с добавлением специй вроде корицы и гвоздики. Да и то ... Одно дело, когда зимой, в пору разных там авитаминозов или просто, если есть в этом потребность организма, вы нальете, нацедите полстакана подслащенного сиропа со специями, а другое дело – те же полстакана ярко-красного, как кровь, натурального, чистейшего брусничного сока.

Все сказанное о бруснике слово в слово можно бы сказать и о клюкве, за исключением того, что брусника все-таки не так кисла, она слаще, у нее свой особенный вкус, и говорят, что брусника все-таки в некоторых отношениях нужнее и полезнее для человеческого организма, нежели клюква, пусть тоже превосходная, тоже необходимая ягода.

ЛЕСНЫЕ ГОСТИНЦЫ



А. Стрижев

ЗАВЕТНАЯ ЯГОДА

Она любит солнечные опушки, светлые вырубки и поляны. Попадается и в редколесье, куда проникает солнце. Заветный гостинец Берендея раскидывается плотными зарослями у подножия вековечных деревьев. Спрашивай адрес земляники еще у муравейников, они тоже располагаются на сухих землях да на легком солнцепеке. Ярким июльским полднем с пригретых лесных луговин веет сладким ягодным духом, пряной испариной свежей земляничной листвы. Эта пора и есть лучшая в году – зенит лета.

Недолог земляничный сезон, ягода держится всего каких-нибудь три-четыре недели. Успеть насладиться ею, а при случае и заготовить хоть немного впрок – все равно что вовремя позаботиться о своем здоровье. Ведь земляника целебна, природа щедро наделила ее ягоды питательными и живительными веществами. Да и продукт этот для человека изначальный: известен людям с глубочайшей древности. Так, семена земляники находят в постройках каменного века. А уж как вкусна красная ягода – знает всякий! На лесной скатерти-самобранке у нее поистине нет соперниц. Наверное, потому-то при слове „ягода“ сразу же возникает образ земляники. Кстати, во многих местах ее так и называют. Приглашая в лес, скажут: „Пошли по ягоду“, имея в виду землянику.

Эту ягоду справедливо величают самой лучшей. О ней и в загадке сказано: „Стоит Егорка в красной ермолке, кто ни пройдет, всяк поклон подает“. Такую прелесть обыкновенно не пропустит никто. В народных говорах земляника запечатлена под самыми разными прозвищами. Вот некоторые из них: листвняк, пазобник (это забытое слово означает „заедка“, „закуска“), пазменка, полунишник, суница.

Тройчатые прикорневые листья на длинных черешках, скученные белые цветки, приподнятые на стебельке, – таков майский облик земляники. Цветет растение недолго, опавшие лепестки сразу же обнажают мелкую зеленую завязь. Но вот световой день достиг предельной долготы, наступила жара – и завязь разрослась в мягкую, румяную ягоду, легко снимающуюся с плодоножки.

Необыкновенно богата земляника важными питательными и лекарственными веществами. В ее сахаристых ягодах содержатся ценные кислоты (яблочная, лимонная и фолиевая), а также витамины, дубители, летучие масла, марганец. Целебные свойства ягод известны давно. Свежий сок из них, применяемый натощак по 4–6 столовых ложек, хорошо помогает при наличии камней в почках и желчном пузыре. Водный настой из свежей или сухой земляники избавляет от кишечных недугов, в частности приостанавливает воспаления желудочно-кишечного тракта, а, значит, помогает при гастритах и колите. Применяется он и как мочегонное средство. Готовить лечебный настой просто: две столовые ложки сухих ягод завари-вают стаканом кипятка, процеживают и настаивают. Настой употребляют в два приема.

Ягоды земляники – испытанное средство при экземе. К больному месту прикладывают толстый слой растертой спелой земляники, нанесенный на чистую льняную тряпку. Такое прикладывание уже в первые три-четыре дня очищает от струпьев и даже несколько подсушивает больное место. Затем пользуются земляничными примочками, которые, по народному выражению, вытягивают жар. Окончательно залечивают экзему специальными мазями.

Избавляются с помощью земляники еще от веснушек и угрей. Поступают, как в прежнем случае, прикладывая тряпочку, смазанную ягодной кашицей. Очищают лицо и с помощью маски, приготовленной из смеси земляничного сока с яичным белком (на чайную ложку сока берут один белок).

В старинных сведениях о землянике упоминается, что ягодами можно изгнать солитера. Указывался даже рецепт. Больному предписывалось сперва поесть селедку с лу-

78
Земляника

ком, потом взяться за спелую землянику. Кишечный паразит будто бы не выдерживает такого меню хозяина. Этим же угощением освобождались от круглых глистов и власоглавов.

Лесная земляника поправляет здоровье и тем, у кого упадок сил или общая слабость после хвори. Она одинаково полезна как молодым, так и старым, но всего полезнее, конечно, детям. Вот почему важно, чтобы летом ребята сами ходили по ягоду, ведь даже небогатый лес не отпускает своих посетителей без удивительного подарка. Всего несколько горсточек ягод окажутся весьма кстати для растущего организма.

А теперь о земляничной траве. Многие видят толк лишь в ягодах. Но и листья, оказывается, очень полезны. Вот несколько

78



тому примеров. Отвар из сушеных земляничных листьев (3 грамма листьев на 2 стакана кипятка) помогает при желчнокаменной болезни, гастрите, бронхиальной астме, бессоннице, ночных потах; улучшает пищеварение и аппетит. Пьют его маленькими глотками. Молодые сушеные листья вполне могут заменять заварку. По отзывам знатоков, земляничный чай и вкусен, и ароматен. Настой из листьев – хорошее наружное средство от нагноений и язв, применяют его также при сыпях, прыщах, лишаях и золотухе.

Рвут листья в пору цветения травы. Сушат на чердаке с жестяной крышей или под хорошо продуваемым навесом. Расстилают листья на материи тонким слоем, иначе сушка затянется даже при частом перемешивании. Сушеные листья земляники – голубовато-зеленые пластинки без черешков (их отрывают еще при сборе). Запах сухой травы слабый, вкус ее вяжущий. Хранят листья в деревянном ящике, выложенном изнутри бумагой. Для сушеных ягод подходящей будет жестяная коробка.

Интересно, что до широкого распространения крупноплодных земляник садоводы охотно занимались разведением диких форм этой ягоды. Было известно не менее тридцати сортов, отобранных в естественном произрастании. Некоторые из них отличались непрерывным плодоношением в течение всего лета. Кроме лесной земляники особым почетом пользуется мускатная клубника. Растет она среди высоких луговых трав и под пологом леса. Отличить эти два вида диких земляник легко: кустики клубники более рослые, ягоды крупные и круглые, „клубочками", чаще всего зеленовато-белые и только с одного бока краснеющие. У лесной, или, как ее раньше называли, месячной, земляники ягоды продолговатые, поспевают дружно, окрашиваются сплошь, мелкие желтоватые семена ее выступают из мякоти плода.

Хорошо бы снова пустить обитательниц опушек и лугов в сад, уступив им там однудве грядки. Эти травы одомашнивают делением куста или же с помощью так называемых усов и, конечно, семенами. Получают семена от переспелых отборной величины ягод. Для этого их давят на тарелке и сушат мякоть на воздухе до тех пор, пока от нее не отделятся семена. Полагают, что на семена лучше брать ягоды августовского сбора, хотя высевают их лишь следующей весной. Чтобы успешно вырастить сеянцы земляники в то же лето, берут ягоды раннего сбора, июньского.

Почву под посев отводят бросовую, памятуя только о требовательности лесной земляники к свету и относительной сухости почвы, а клубники – к условиям противоположным. Высеянные на разделанную почву семена слегка присыпают землей, перемешанной с песком, затем поливают из лейки с ситечком. Прорастают семена недели через две-три, причем неодновременно. При весеннем высеве у сеянцев в тот же год появляются цветоножки, которые надо обрывать, иначе они ослабят растение. Урожай будет на следующее лето. Куст, перенесенный из леса весной, плодоносит в тот же год. Держат кустики года четыре, затем ягодник обновляют, в противном случае плодоношение резко сбавится.

Рассказывая о том, как хороша земляника, заметим, однако, что не все могут безнаказанно ею наслаждаться. У некоторых людей эта ягода вызывает „крапивницу": кожа покрывается сыпью, а то и волдырями, ощущается зуд, головокружение и позывы к рвоте. Бывает, что такого человека тошнит уже при одном взгляде на землянику. К счастью, такое встречается чрезвычайно редко.

Отправляются за земляникой с небольшим лукошком или берестяным туеском. Берут только спелые, вполне съедобные ягоды. Собирать землянику надо утром, как сойдет роса, или ближе к вечеру, когда спадет зной, так как ягоды, собранные при утренней росе, раскисают, а снятые в полдневный зной – быстро вянут.

Подсчитано, что в русских лесах лишь за один сезон можно собрать до двух тысяч тонн этой удивительной ягоды. Собирают же совсем ничтожную часть урожая.

СЕВЕРНЫЙ ГРАНАТ

Тенистый лес с его прохладой и ароматами – кому ж он не по душе в июльскую пору? Войдешь в это царство берез, дубков, кленов, осин – и словно зачарованный делаешься. Лесные дива на каждом шагу! Судите сами, пошел за грибами, а набрал и ягод: крупных, красных, с костянками внутри. Костяника, как и грибы, – дитя тени, растет под пологом широколиственных деревьев. Потому и немудрено грибнику стать ягодником – чего больше отыскалось, тем и запасся.

А попадается костяника плотными зарослями, до 20 и более кустов на квадратном метре. Были случаи, когда на такой площади обнаруживалось до 70 кустов. Это ли не берендеев ягодник? Щедр сказочно. Маленькая дикая грядка подарит кило-

79
Костяника

80
Княженика

граммов ягод с приятной, освежающей кислинкой вроде граната. И в каждой ягодке спрятано по крупной косточке. В размолотом виде косточки тоже съедобны – используют их как приправу ко вторым блюдам (то же делается и с косточками граната). Соплодие костяники состоит из нескольких сплюснутых ягод-костяночек, обычно их не более шести. Костяночки эти едва касаются одна другой, и когда срываешь щепотку ягод, они горошинами перекатываются на ладони, каждая отдельно.

Костяника – многолетняя трава из семейства розовых. Плодоносящие стебли невысокие, прямые, снизу одеты чешуйчатыми листьями, а приблизительно с половины стебля – настоящими, тройчатыми, на длинных черешках. Листья эти с обеих

79





80

сторон зеленые, волосистые. Оканчиваются стебли верхушечным белым соцветием в виде кисти или зонтика, дающим позже сборные костяночки. Бесплодные побеги однолетние, тонкие, распростертые, растут они быстро, достигая порядочной длины. Эти побеги осенью ветвятся и нередко укореняются верхушкой.

Цветет костяника в самом начале июня, цветки обоеполые, небольшие, в них любят заглядывать пчелы. Ягоды созревают в середине лета. Собирают их осторожно и только в твердую тару – лукошки, поставцы, набирухи, коробы. В разного рода пакетах, мешочках и сумках нежная ягода раскисает, портится. Собирать костянику споро и весело, с куста берешь не по одному плодику, а полную щепоть. „Краснеет кучками зрелая костяника“, – писал С. Т. Аксаков в „Записках ружейного охотника“. И вправду, костяника кучна, только искать ее не ленись.

Отыщется костяника не в одних тенистых лесах, но и на каменистых склонах, а в горах – на утесах. В Арктике она попадается на болотах. И пусть костяника по вкусовым качествам уступает некоторым ягодам (из-за этого ею кое-где пренебрегают), все же у нее есть приверженцы. Не собирают костянику либо в местах, где в изобилии другие дикие ягоды, например на Кавказе, либо по незнанию. Но кто поклонился ей и набрал хоть раз лукошко мягких рубиновых ягод, тот, несомненно, оценит костянику, пристрастится к охоте за северным гранатом.

Из ягод лесной дикарки готовят квас, морс, сироп, кисель и, конечно, отменное варенье. Можно и насушить ягод впрок, и засахарить их свежими, ведь сахар отлично консервирует кислые плоды. Только что сорванную с куста костянику съесть полезно и приятно.

Для любителей заготовок впрок мы рекомендуем простые рецепты переработки костяники. Тому, кто пожелает сделать сок из этой ягоды, надо собранную костянику очистить от сорных примесей, сполоснуть в холодной воде, затем растереть в миске, выложить в стеклянные банки и оставить растертую ягоду на двое суток. Затем костяничный сок процедить и разлить в бутылки. Хранят его как обычный ягодный сок.

Очень вкусно желе из костяники. Чтобы его приготовить, ягоды перебирают, моют, заливают водой, потом ставят на огонь и варят до тех пор, пока они не полопаются. Сок сцеживают, сдабривают сахаром (в равных весовых соотношениях), затем варят до готовности.

Компот и варенье из костяники готовят подобно тому, как это делается из брусники или черники. В старое время костяничное варенье было в большом почете. Вот что писал С. Т. Аксаков в „Семейной хронике“: „В каждом ящичке было варенье: малиновое, клубничное, вишенное, смородинное трех сортов и костяничное“. Ценилось оно наравне с самыми лучшими вареньями.

Ягоды костяники благодаря насыщенности витаминами, органическими кислотами, минеральными и другими веществами обладают целебными свойствами. Народная медицина применяла их при малокровии, простудных заболеваниях и воспалении суставов. Се́верный гранат полезен и детям, любящим кислые плоды. Разыскать костянику совсем нетрудно – растет она не только в лесу, но и в кустарниках, и по склонам оврагов, куда обычно заносится птицами. Интересно, что птицы, склевывая эту ягоду, переваривают одну мякоть плода, не нарушая косточки, из которой впоследствии вырастет новый кустик костяники.

А косточка у костяники крупная, из-за нее она так и называется „костяника“. Все прозвища северной ягоды указывают на присутствие косточки внутри плода. Костянига, костика, костянка, костяница, кострица – вот некоторые из этих прозвищ. Называли ее еще каменной малиной, каменикой: хоть вкусная, но твердая. В научном обиходе обыкновенная костяника получила видовую помету „каменистая“, чтобы не смешивали с другими костяниками, которых только в нашей стране насчитывается несколько видов.

После каменистой самый известный вид костяники – костяника арктическая, или по-другому княженика, поленика, мамура. „Заходит“ княженика далеко на Север, вплоть до зоны тундр, поселяясь на болотах, сырых лугах и в редколесье. Ягоды ее темно-красные, душистые, вкусные. Плодики соединены между собой и отделяются нелегко. Внутри каждого плодика спрятана гладкая косточка. Стебли арктической костяники стелющиеся, высотой от 5 до 20 сантиметров, снабжены небольшим числом сложных листьев. Плоды мамуры хороши для варенья и наливок. За великолепный вкус и аромат она попала в разряд перспективных ягодников, вводимых в культуру. Такие попытки уже предприняты селекционерами, и надо надеяться, что при регулируемых водных условиях скоро появятся плантации арктической костяники. Печора, Двина, Верхняя Волга – вот где должны раскинуться поля плодоносящей мамуры. Кстати, в этих местах произрастает разновидность арктической костяники, лишенной ползучих побегов. Цветы ее крупные, плоды хорошо развиты. Считается, что эта гибридная форма произошла от скрещивания арктической и каменистой костяники.

Весьма похожа на мамуру костяника звездчатая, с крупными пурпурными лепестками (у мамуры они темно-розовые, у каменистой костяники – белые). Растет в тундре на холмах и склонах. В Сибири и на Дальнем Востоке попадается еще один вид этого ягодника – костяника хмелелистная. Селится она на сфагновых болотах, в хвойных лесах и среди кустарников. Цветки хмелелистной костяники тоже верхушечные, преимущественно одиночные, поникающие. Листья трехнадрезные, как у хмеля: отсюда и видовое название. Даже по плодам легко отличить эту костянику от ее ближайшего родственника – внутри плода

спрятана не гладкая, а сетчато-морщинистая косточка.

Вот как много костяник в нашем крае. Цените северный гранат, не топчите в лесах заросли этих трав. Пусть они всегда будут свежими, щедрыми, как о том сказал М. М. Пришвин: „В глухих местах встречается костяника, красно-рубиновая ягода кисточкой, и каждый рубинчик в зеленой оправе".

Кстати, северный гранат вполне можно разводить в тенистых уголках сада и в дубравах, где хорошо уживаются лесные травы – ландыш, майник, вороний глаз, любка двулистная, копытень, кислица и грушанка. Все они любят рассеянный свет. Костяника быстро распространяется вегетативным путем, с помощью побегов – усов. Растут они исключительно быстро.

Костяника – живой барометр. В сухую погоду ее листья сворачиваются в трубочку. К перемене погоды, перед дождем, они начинают расправляться, разглаживая свои пушистые пластинки. Пронаблюдайте эту особенность скромного ягодника.

ГОЛУБЕЕ ГОЛУБЯ

Августовское солнце порой бывает жарче среднелетнего – июльского. Жжет так, что воздух над большаком струится от марева. Пахнет сомлевшим разнотравьем, сжатой соломой, а в садах – спеющими яблоками. Природа в это время щедра, как никогда в году. Хлебная жатва и обмолот, сеноуборка, сбор грибов, ягод и лекарственных растений – всем знатен август, всего вволю. Даже болота и те одарят знатока природы вкусным, незабываемым яством. Взгляните на приземистые кустики голубики, до чего же они густо унизаны сизыми плодами! Голубым дымком стелется ягодник средь зеленых подушек мха, по зарослям вечнозеленого багульника. А где багульник, там держится угарный запах. Пьянит он, нагоняет головную боль, отчего и соседку багульника – голубику прозвали пьяникой. Еще в старину заметили крестьяне: пойдешь за голубикой, надышишься тяжелым духом. Думали, что от ягодника угорают.

Споро, весело собирать голубику. Особенно когда снимаешь ягоды „гребенкой" – гребенчатым совком. Подденешь голубые кисти проволочными зубьями – и сразу горсть крупных, продолговатых плодов скатится в совок. Узкие листья проскальзывают между зубьями, так что сорная примесь почти не попадает в лукошко. Дома голубику сортируют, отделяя незрелые мятые ягоды, а также листья и кусочки стеблей. Отборные плоды имеют основание темно-синего цвета, сохранившее восковой налет. Ягоды со стертым налетом замокают, хранятся хуже. Особенно важно следить за сохранностью сизого налета для ягод, которым предстоит перевозка. Для этого необходимо как бережно снимать ягоды, так и плотно их упаковывать, не позволяя плодам перекатываться внутри тары.

Едят голубику в самых разнообразных кушаньях – в киселях, варенье, компотах и, разумеется, свежую. Ягода эта наделена прозрачным соком и в отличие от черники не пачкает рот. Мякоть ее зеленоватая, содержит множество мелких семян. Голубика так нежна и вкусна, что и в свежем виде считается великолепным лакомством. И полезна к тому же: в ягодах накоплены сахара, органические кислоты, соли железа, дубильные и красящие вещества, живительные витамины. Настоящая копилка здоровья! Голубичный сок или отвар из сушеных ягод – испытанное жаропонижающее средство. Сушеными ягодами запастись впрок несложно. Для этого отборные плоды рассыпают на противни нетолстым слоем, сушат в духовом шкафу или в остывающей печи.

Варенье из голубики готовят так. Зрелые плоды перебирают, отделяя плодоножки, листочки и веточки. Затем ягоды моют, откидывают на дуршлаг, чтобы стекла вода, затем опускают в горячий 70%-ный сахарный сироп. Варят на медленном огне до готовности.

Голубичный компот готовят тоже из отборных ягод. Ополоснув в холодной воде и откинув на решето или дуршлаг, ягоды насыпают в простерилизованные банки, причем насыпают их возможно плотнее. Затем голубику заливают 45%-ным горячим сахарным сиропом. Компот будет еще вкуснее, если сироп готовят не на воде, а на голубичном соке, отжатом из выбракованных, мятых ягод. Наполненные банки стерилизуют.

Весьма приятной на вкус получается и голубика, протертая с сахаром. Для этого ягодное пюре перемешивают с сахарным песком из расчета на килограмм пюре полкилограмма сахара. Смесь подогревают, раскладывают в горячие простерилизованные стеклянные банки, затем стерилизуют в кипящей воде, выдерживая пол-литровые банки 18, а литровые – 25 минут.

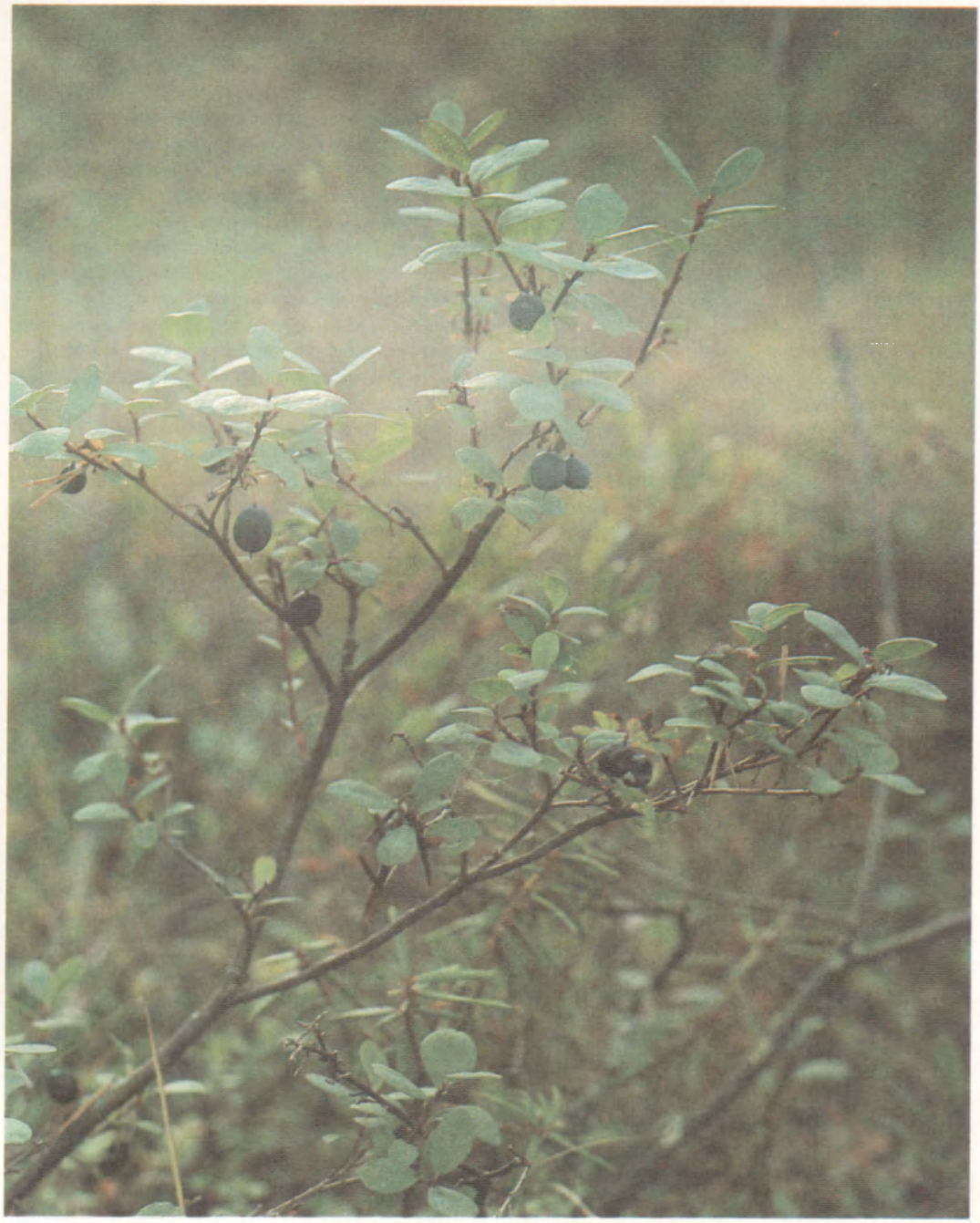
Любители ягодных лакомств заготовляют впрок и голубику натуральную. Отсортированные и вымытые ягоды закладывают в горячие банки, заливают кипяченой

81
Голубика

водой, стерилизуют (пол-литровые банки выдерживают 10 минут). После стерилизации банку закатывают и переворачивают на крышку или кладут на бок, крышку и банку предварительно кипятят. Голубика натуральная сохраняет вкус свежеи ягоды. Банка этого лесного гостинца будет изысканным угощеньем за новогодним столом.

Голубика – низкий, сильноветвистый кустарничек. Его средний рост – 35–40 сантиметров. Живет ягодник долго, до ста лет. Поэтому, собирая ягоды, надо относиться к нему бережно, не повреждая стеблей и корневищ. Часть ягод надо оставлять на кустах – ими питаются птицы и лисы. Они же и расселяют голубику по болотам, лесам и заглохшим балкам. Ведь семена,

81





пройдя желудочный тракт птиц и зверей, не только не теряют всхожести, но и лучше прорастают. Приходилось иногда собирать голубику в совершенно неожиданных местах, скажем, по склонам затравянелых оврагов, на старых залежах. Оказывается, голубика может расти как на сырых, так и на обычных почвах.

В США и Канаде голубику вообще возделывают в поле. И плодоносит она многие десятилетия. Посадки поначалу растут медленно, впоследствии захватывают все большую и большую площадь. Некоторые клоны (группы кустов, развившихся из одного материнского растения) достигают в поперечнике несколько метров. Известен столетний клон, достигший уникального размера – 800 метров в поперечнике! Разводят голубику семенами, но сеют их не в поле, а в ящики. И делают это с учетом физиологических особенностей голубики. Дело в том, что семена очень быстро впадают в покой, для нарушения которого потребуется два года. Чтобы не допустить этого, поступают следующим образом: свежесобранные ягоды помещают на несколько дней в холодильник для промораживания, которое выводит семенной материал из состояния покоя. С промороженных ягод снимают кожицу, а мякоть вместе с семенами высаживают в ящики, наполненные смесью песка и торфа. Заделка посевного материала неглубокая – 6 миллиметров.

Когда всходы дадут по второму листу, сеянцы отделяют один от другого, затем пересаживают в другой ящик. Как скоро и там сеянцам станет тесно, их снова рассаживают. За зиму рассада получается хорошо развитой и окрепшей. По весне ее переносят из помещения на плантацию. Разводят голубику с помощью корневищ. Для этого разросшийся клон разделяют на куски и, отряхнув почву с корней, нарезают черенки длиной 7,5 сантиметра каждый. В питомнике черенки укладывают в бороздки верхним концом кверху. Дело в том, что корни голубики подобно стеблям обладают полярностью: часть черенка, находящаяся ближе к материнскому растению, образует корни, а верхушка растет вверх. Уложенные в бороздки черенки пересыпают песчаной почвой слоем 5–7,5 сантиметра. В питомнике саженцы воспитываются до двух лет, затем их высаживают на постоянное место. Можно черенки укоренять не в питомнике, а в разводочных парниках, набитых измельченным торфом. Плодоносящую плантацию по весне выжигают, достигая при этом двух целей: выжигание заменяет обрезку и оно достаточно губительно для сорняков и вредителей. Но длительное выжигание голубичника заметно истощает почву, чего допускать, конечно, нельзя. Вот почему на протяжении 60 лет, пока хорошо плодоносит ягодная плантация, ее омолаживают и очищают самыми разными способами, вплоть до ручных.

В США возделывают в основном два вида голубики – низкую и высокую. Низкая голубика не так уж и низка – ее кусты достигают полутора метров в высоту, и к тому же они крепкие, ветвистые. Сами ветки голубые, бородавчатые. Ягоды синие, с восковым налетом. Недостаток низкой голубики – измельчение ягод по мере старения растений. Высокая голубика – кустарник выше рослого человека. Листья его овальные, цветки собраны в короткие кисти. В диком состоянии встречается по сырым закустаренным лесам. Вид введен в культуру еще в конце прошлого века, обладает высоким содержанием сахаров и уникальной витаминностью. Из культурных сортов наиболее известен Рюбель. Это высокий кустарник с крепкими серыми ветвями. Кора молодых побегов зимой красная. Плодоносит кустарник поздно, зато обильно, и ягоды его красивые, синие, размером с вишню. Ранним плодоношением обладает другой сорт голубики высокой – Кабот. Кустарник разрастается обширным, приземистым, стебли его светло-красные или зеленоватые. Размножают высокую голубику окорененными черенками. Ягоды собирают вручную.

О „приручении" североамериканских голубик давно подумывают и наши селекционеры. Еще в середине 30-х годов ставился вопрос об освоении этой новой ягодной культуры. Но военные и послевоенные годы отодвинули решение этого вопроса. Снова возник он лишь в последнее время. Ученые Лесотехнической академии признали разведение голубики перспективным делом. Возможно, в недалеком будущем этот щедрый кустарник появится и в любительских садах нашей страны. Кому не по душе вкусные синие ягоды? Тем более что заокеанская голубика неприхотлива: любит солнце, но растет и в тени. Да и почвы она предпочитает кислые, весьма распространенные. Это растение прохладного и влажного климата.

Голубика, голубица, голубень, гонобобель, синика – как только не зовут обитательницу русского леса! Наша дикорастущая голубика голубее голубя, ее осенние кустики дымком стелются по замшелым кочкам, а также средь еловых и сосновых зарослей. Богаты этой ягодой леса Сибири

и Дальнего Востока. Поражают обилием голубики арктические острова Колгуев, Вайгач, Новая Земля. Так что естественные запасы этой ягоды в нашей стране огромны. Надо только умело наладить ее сбор и транспортировку. Обычно на пунктах потребкооперации голубику упаковывают в бочонки, решетчатые ящики, а также в решета и корзины из шпон. Перед упаковкой ягоды очищают от мусора, подобно тому, как это делается при сортировке брусники, черники или клюквы – на покатом столе, застланном парусиной. Цельные ягоды скатываются по столу в подставленные решета, а листья, обломки веток и мятые плоды остаются на парусине.

Крупна, вкусна, нарядна голубика. На кустах она держится подолгу – остаток лета и сентябрь. Ходят по голубику в сухую погоду, когда сойдет роса. Берут с куста лишь зрелые ягоды.

КИСТИ ЧЕРНЫЕ, КАК СМОЛЬ

„Когда цветет черемуха, всегда живет холод", – наставляет давняя примета. Разумеется, „черемухины холода" – всего лишь возвратные погодные невзгоды, никоим образом не связанные с самим цветением милого деревца. Но в представлении деревенского жителя эти два разнородные явления неотделимы: зацвела черемуха – ожидай холода. И хотя год на год не приходится, случается, что и в пору благоухающей черемухи устанавливается прочное тепло. Тогда особенно пышно преображаются сады и мелколесье, где обычно и селится душистое деревце.

Но вот черемуха отцвела, померкла. Вместо роскоши лепестков на ветках видны теперь крупинки зеленой завязи. „Платье потерялось, пуговки остались", – подумается о новом облике черемухи. Медленно наливаются ее плоды, оставаясь до конца июля твердыми, непривлекательными. Совсем простенькими выглядят и листья. Вместо клейких, душистых уголочков, какими они были в пору цветенья, на ветках трепещут дырявые, а то и беловатые листья. Свежесть морщинистых пластинок утрачена не только с возрастом, но и от нашествия насекомых. В черемушнике летом вьется множество различных мошек, будто и не обладают ветки отпугивающими веществами – фитонцидами. Обладать-то обладают, да не в той мере, как по весне, когда листья только что развернулись. Вот и паразитируют на них насекомые.

Зато ягоды редко бывают попорчены. Ровные, как на подбор, и черные-черные лоснятся они на ветках. Каждая кисть – пригоршня спелых чистых ягод. Поспевает черемуха в конце июля. Срывай тогда грузные кисти в лукошко, запасайся лакомством.

Бережный съем плодов – непременное условие любого ягодного сбора, но когда собирают черемуху, это условие особенно соблюдают. Ведь черемухе за душистые, красивые цветы уже досталось от разного рода расхитителей. И если не беречь плодоносящую черемуху, то роскошное деревце превратится в жалкую уродину. Зато там, где берегут черемуху, она щедро отзывается на заботу. Заросли этой дикарки бывают так великолепны и дородны, что собирать плоды в них не составляет большого труда – ветки буквально сплошь унизаны кистями и расположены они невысоко. Такая заросль называется уремой. Где ягод много, там и сбор их, разумеется, легок. Сложнее собирать черемуху в искалеченных зарослях. Рассудительные люди, конечно же, не ломают, не портят ягодное угодье.

Подолгу хранятся свежие плоды, переложенные листвой. Ящик или решето, наполненные кистями черемухи, ставят в прохладное место, лучше всего в погреб. Берут по мере надобности, до осени. Позже ягоды начинают раскисать, теряют свой сладкокислый вкус. Чтобы черемуха не переводилась в доме, ее лучше всего посушить. Для сушки отбирают лишь спелые плоды и берут их с плодоножками. Сушить ягоды можно на солнце и в печи. Раскладывают ягоды тонким слоем, иначе они слипнутся, закиснут. Если сушку ведут в духовке, то начальная температура не должна превышать 50 °С, а конечная – 60–65 °С. Усыхает черемуха в два с половиной раза, то есть из десяти килограммов сырых ягод получается четыре сухих. Когда плоды высохнут, их перетирают, освобождая от плодоножек. Посторонние примеси тоже удаляют. Хранят высушенные ягоды в холщовом мешке или в ящике, выложенном изнутри бумагой. Сушеная черемуха не теряет своих свойств до пяти лет. Если хранить ягоды дольше, они становятся сероватыми – от выступившего сахара.

Неплохо сушеные ягоды истолочь или размолоть. Мука из черемухи – оригинальная начинка для пирогов. Добавляют такую муку и в тесто для выпечки печенья. Из свежей черемухи варят мусс, готовят вкусную наливку. Для наливки зрелые плоды рассыпают на чистой тряпке, оставляя их так на три дня. Затем черемуху пересыпают в решето и ставят в нежаркую

83



83
Черемуха

печь или в духовку. Провяленные ягоды толкут, засыпают в бутыль по „плечики", заливают чистой водой и настаивают шесть недель. После этого жидкость сливают, подсахаривают, и наливка готова. По вкусу она похожа на вишневку с истолченной косточкой.

Черемуха – растение целебное. Отвары и настои из ее плодов и листьев не уступают чернике – испытанному вяжущему желудочному средству. Ведь в мякоти плодов содержатся дубильные вещества, ценные органические кислоты, а в косточках – гликозид амигдалин. Хорошее средство при расстройстве желудка – кисель, приготовленный из размолотых плодов. Таким же закрепляющим действием обладает чай из черемуховых листьев.

Вообще-то черемуха – одно из древнейших пищевых и лекарственных растений. Неспроста же косточки плодов этого дерева находят при раскопках свайных построек, относящихся к каменному и бронзовому векам. Находила исстари применение в хозяйстве и вязкая черемуховая древесина: из нее гнули дуги для упряжи, фигурные заготовки для мебели; толстые прутья шли на обручи для кадок. Из коры получали прочные краски – зеленую и бурую. В наше время отжившие свой век стволы черемух пускают на токарные поделки, ведь эта древесина твердая, упругая с красивым буровато-желтым ядром.

Польза от черемухи еще и та, что с ее цветков пчелы берут щедрую дань в виде нектара и пыльцы. Когда появляются в саду роскошные белые кисти, душистый, ни с чем не сравнимый их запах привлекает множество пчел.

Черемуха неприхотлива. Конечно, на плодородных почвах ей особенно привольно, но она мирится и с бедными суглинками. Лишь бы неглубоко залегали грунтовые воды, до которых черемуха большая любительница. Потому-то роскошнее, чем где-либо, черемушники разрастаются вдоль речек и на прирусловых поймах. Хороши заросли этой древесной породы в сыром малозатененном мелколесье, по оврагам и вдоль пойменных лугов. Помимо невзыскательности к почвам, черемуха к тому же весьма зимостойка. На что уж лютые зимы в Сибири, но и там она распространяется вплоть до Енисея. За Енисеем во всей Восточной Сибири произрастает черемуха восточная, которая ни в чем не уступает обыкновенной: и обликом, и хозяйственной пользой, и целебными свойствами. На Севере черемуха „поднимается" до самых высоких широт, до тундры.

Размножается деревце семенами и отводками. Если вы захотите размножить у себя черемуху в саду, не обязательно пересаживать молодые деревца из леса. Черемуху можно разводить и семенами, но сеять их надо осенью. На следующий год весной появятся всходы, которые надо огородить, чтобы их не вытаптывали. Кто обзаведется семенами поздно, скажем зимой, должен семена стратифицировать. Делается это следующим образом: семена погружают в чистый влажный песок, насыпанный в ящик или в глиняный горшок, и ставят его в прохладное место, в погреб или подвал. А в феврале, когда семена начнут наклевываться, ящик выносят наружу и ставят в снег. Спустя два месяца семена высевают в грунт. Всходы появятся в мае. И если черемухе не мешают расти, она за три года вырастет до полутора метров. Первые плоды деревце завяжет в пятилетнем возрасте. Уход за черемухой сводится к поливу в сухое лето и к подкормкам.

Размножается черемуха и черенками. Срезают их весной, в пору сокодвижения. В лесу черемуха размножается корневыми отпрысками, порослью от пня, а также при помощи корневищ. Эту способность черемухи захватывать новую территорию неплохо бы использовать при облесении оврагов и берегов рек: корни дерева будут хорошо защищать грунт от размывания.

Где растет черемуха, там воздух чистый и здоровый. Ведь это душистое растение обладает бактерицидными свойствами – убивает вредную микрофлору. В садах черемуха отпугивает мух и других надоедливых насекомых, придавая усадебному участку уют и привлекательность. Между прочим, отварами из ее коры можно согнать насекомых с других плодовых насаждений – с крыжовника, малины, смородины. В коре черемухи, как и в ее цветках, содержится много активных фитонцидов – растительных ядов. Они-то и убивают вредных насекомых. Кстати, кто ломает черемуху и приносит цветущие веники в дом, несомненно, вредит не только деревцу, но и себе. Эти букеты-веники источают в комнате так много фитонцидов, что присутствующие чувствуют головокружение, а то и более тяжкое недомогание. Черемуха хороша лишь на свежем воздухе.

РОВЕСНИЦА ДУБА

На опушке душного бора, у самого подножья смолистых стволов раскинулась плотная заросль брусники. Полукустарничек этот мелкий, неветвистый, но выглядит всегда опрятно, бодро. Особенно пригож он в конце августа, когда зарумянятся ягоды.

Брусника поспела! Какая это радость собирать красные ягоды в лукошко! Споро брать бруснику с каждого кустика по щепотке, а в щепотке и три и пять ягод. Проворные сборщики отправляются по бруснику с гребешком в виде совочка – им-то и счесывают плоды с кустиков. Правда, в совок попадают и недозрелые ягоды, так называемая белобочка, но беды в том никакой нет. Белобочку легко отсортировать дома. Правда, это делать не обязательно, так как она дозревает в искусственных условиях. Для этого ягоды помещают рядом с яблоками или красными помидорами, которые выделяют газ этилен, стимулирующий покраснение брусники. На плодово-ягодных базах незрелую бруснику обрабатывают в газовых камерах – дозаривают.

Брусника, брусница, брусена, бруска – вот как называют в народе этот лесной гостинец. Ягоду едят свежую, моченую, в киселях и варенье. А брусничные соки, сиропы, пастила и карамельные начинки – во всех яствах хороша нашего бора ягодка! Брусника богата сахаром, органическими кислотами, среди них лимонная, яблочная, бензойная, а также дубильными и пектиновыми веществами. Обнаружен в ягоде и витамин С, но брусника им сравнительно бедна. Она уступает в этом отношении таким витаминным чемпионам, как лесная земляника, калина, рябина и шиповник. В бруснике витамина С приблизительно столько же, сколько в клюкве, лесной малине или чернике. Причем биохимический состав ягоды меняется в зависимости от мест произрастания. Особенно хороша брусника, собранная на старых вырубках, в сосняках, на дерново-подзолистых почвах, а также в чернично-хвощовых борах. И хороша собой, и отменна на вкус.

Брусника в отличие от других ягод может храниться длительное время, не теряя своих целебных и пищевых свойств. Стоит ее замочить в воде, и она уже законсервирована! Этой особенностью брусника обладает благодаря бензойной кислоте, не допускающей гнилостные процессы в продукте. Нашего бора ягода содержит бензойную кислоту свободную и связанную в форме гликозида вакцинина. На высокую сохранность ягод от порчи, а брусничного сока – от сбраживания благотворно влияет лишь свободная бензойная кислота. Мочат бруснику просто: ягоды перебирают, удаляя незрелые и мятые, плодоножки отрывают. Отборную ягоду моют в холодной кипяченой воде, откидывают на решето, после чего плотно укладывают в бочку или в банки, затем заливают раствором. Готовят его заранее. Для этого на десять килограммов брусники берут 4–5 литров кипяченой и охлажденной воды, в которой растворено 500 граммов сахара или меда. По желанию к бруснике добавляют корицу, гвоздику и нарезанные яблоки (лучше антоновку, она придает аромат и особенный вкус). Замоченная ягода два дня стоит в комнате, потом ее выносят в погреб или подвал. Брусника будет готова к столу приблизительно через месяц.

А как готовят брусничный морс? Для этого в литр горячей воды кладут два стакана перебранной, вымытой и размятой брусники, ставят смесь на огонь, доводят ее до кипения, затем снимают с огня и процеживают. Отвар охлаждают, сдабривают сахаром и пьют как прохладительный напиток. Такой морс в старину называли брусничной водой. Вспомним пушкинскую строчку из „Евгения Онегина“: „Боюсь: брусничная вода мне не наделала б вреда ...“ Но вреда от вкусного напитка, конечно же, никакого не было, а польза ощущалась явная. Можно приготовить брусничный напиток и по-другому. Отборную, вымытую и размятую бруснику засыпают сахаром – на полтора стакана брусники полстакана сахара. Через 2–3 часа в банке получится сироп, который сливают в отдельную посуду, а оставшиеся выжимки выкладывают в кастрюлю, заливают водой (около литра) и кипятят 5–7 минут. Отвар снимают с огня, процеживают, охлаждают. Перед подачей на стол в напиток добавляют полученный ранее сироп и немного лимонной кислоты по вкусу. Напиток этот приятный и легкий. Ему и название дано – „Брусничка“.

Кто пробовал брусничное варенье, надолго запомнит это великолепное лакомство. Делают его так: на килограмм ягод берут полстакана воды и 500 граммов сахара. Варят на медленном огне. Но из брусники приготавливают не только сладости. Делают из этого гостинца Берендея приправы к салатам, винегретам, мясу, рыбе, птице и дичи. Вяжуще-кислый, несколько горьковатый привкус брусники придает этим блюдам пикантный, острый оттенок.

Не одними ягодами полезна брусника. Высоким фармацевтическим достоинством обладают листья этого полукустарничка. В быту его называют вечнозеленым: он не роняет листьев к зиме. На самом деле листья у брусники опадают, только постепенно и не все сразу. Такие растения ботаники снабжают пометой: зимнезеленые. Они обычно наделены грубыми, кожистыми листьями, с лицевой стороны глянцевитыми, будто вырезаны из зеленого сафьяна. За брусничными листьями отправляются в лес осенью или весной, до отцветения растения. Ощипывают осторожно, чтобы не ломать пластинок и не губить самого брусничника. Сушат в темном помещении. При промышленном сборе часть кустиков срезают и листья обрывают на стационаре. Листья, скрученные и красные, попорченные грибком, не берут. Вовремя собранный и высушенный лист остается зеленым, с бурыми точками по низу и сетчатыми прожилками. Листья, сорванные летом, чернеют и целебными свойствами не обладают.

Какие же недуги лечат с помощью брусничного листа? Таких болезней много, но в основном брусничные настои и отвары применяют как мочегонное и вяжущее средство. Лечатся этой травой также при желчных и почечных камнях и подагре. Народная медицина находит брусничный лист лучшим средством от ревматизма. Полезно таким отваром полоскать горло при простуде.

Доказано, что главное лекарственное вещество в брусничных листьях – арбутин. Кроме арбутина, в них также обнаружены дубители (таниды), органические кислоты, гликозид вакцинин, сахара, каротин и летучие фитонциды. Брусника будто бы напиталась целебными лесными соками и здоровым привольным воздухом. Особенно целебны листья, принесенные с освещенных полян, вырубок и гарей. Если вы собираете их по лесным увалам, то лучше срывать с кустиков, растущих на нижней части склона. Иногда брусничные листья заготовляют для дубления кож, в этом случае лучший сбор из сосняка: там почва суше и лист богаче танидами. Сушеный лист, заготовленный для лекарственных целей, хранят в склянках с притертыми пробками или в холщовом мешке. Срок хранения 3–4 года.

Как лекарственное средство применяют и ягоды. Брусничный сок из ягод пьют, чтобы снять повышенное кровяное давление. Отвары из сушеной брусники помогают при простудах, ревматизме и подагре. Можно лечить эти недуги также свежей или моченой ягодой, съедая до трех стаканов брусники в день. Брусничная вода утоляет жажду и улучшает общее состояние при гриппе и ангине, когда держится высокая температура.

Брусника – долгожительница леса. Ее кустики – ровесники дуба: живут до ста, а по некоторым сведениям – до трехсот лет! Так что их надо беречь и защищать. По возможности лесным ягодникам помочь неплохо было бы: очистить их от валежника, вырубить лишний подрост, удобрить почву, а в засуху и полить водой. Стебли брусники прямостоячие, маловетвистые. В сосняках зеленомошных и на окраине болота они крупнее, чем на вырубках и гарях. В березняке, а в Сибири – в лиственничниках этот полукустарничек тоже неказист, и чем мельче, тем ветвистей. Растет брусника куртинами, иногда весьма обширными, особенно в среднесомкнутых сосняках и лиственничниках. На болотах брусника растет лишь по облесенным окраинам. Ее родные сестры – черника и голубика (входят в один ботанический род) требуют почв более влажных и плодородных, потому и не так часто они встречаются. Зимостойкость брусники исключительная. Это растение прекрасно выживает даже в тундре, где коврами стелется на больших пространствах, предоставляя питательный корм птицам и зверю. Правда, тундровая форма брусники (та, что встречается на гольцах и в горных районах) наделена очень мелкими листочками и ягодами.

В лесной зоне брусника цветет в начале июня. Ее колокольчатые венчики бледно-розовые, душистые, по-своему красивые. Цветки, числом до восьми, собраны в однобокую поникшую кисть. В цветущую бруснику – медонос – любят заглядывать пчелы. Подрастают кустики в основном в фазе цветения. Когда завяжутся плоды, все жизненные силы кустика будут употреблены на формирование этих чудесных лесных ягод. По румяную бруснику ходят с лукошками, поставцами, набирухами и березовыми туесками.

СИЗАЯ ЯГОДА

На склоне лета, в самый разгар жатвы, ягодная скатерть-самобранка щедра и многоцветна. Садовые кустарники угощают крыжовником самых разнообразных расцветок и размеров; смородиной – красной, белой и черной; земляникой непрерывного плодоношения и, само собой, малиной. Еще великолепнее набор лесных гостинцев.

Брусника, голубика, черемуха, костяника, лох, барбарис ... В этом ряду нельзя не назвать отменное лакомство – сизую ежевику.

Кусты ежевики усеяны шипами, которые делают заросль труднопроходимой. Но будьте настойчивы, внимательны – и наградой вам станут душистые, сочные, исключительно вкусные ягоды. Внешне ягода ежевики похожа на малину, только значительно крупнее и цветом более темная. Поначалу она кажется вообще черной, но черного цвета, как известно, в живом растительном мире не бывает. Черные цветы (скажем, у гладиолусов) или черные ягоды ежевики не более как фиолетовые, только насыщенность этой краски интенсивная, густая.

Ежевика бывает осыпная: ягод на ветках больше, чем листьев. Каждая ягода представляет собой сложную костянку, состоящую из достаточно крупных костяночек. Срывают ежевику, когда ямочки в центре каждого плода выравниваются. Спелая ягода приобретает сизый налет. На вкус она кисло-сладкая, обладает душистым запахом. Ходят по ежевику утром, в солнечные часы, собирают в коробки, мелкие лукошки, берестянки. Ягода эта нежная, совершенно нележкая, и едят ее сразу же в свежем виде или перерабатывают. Только в охлажденном состоянии при температуре 0 °С сорванная ежевика хранится с неделю, в обычных же условиях она быстро раскисает.

Где больше всего таится этой ягоды? На сыроватых опушках и вырубках, на веселых солнечных полянах, по берегам рек и ручьев, в зарослях кустарников. Но бывает много ежевики и по заросшим балкам, на пологих склонах оврагов. В средней полосе России чаще всего встречается ежевика сизая, весьма морозостойкая и неприхотливая. Корневище у нее живет много лет, а надземные побеги – всего два года: отплодоносив два года, они отмирают. На смену им вырастают новые побеги, такие же колючие и щедрые.

Диких ежевик у нас много. На Кавказе произрастает ежевика кавказская, в Крыму, Закавказье и Средней Азии – ежевика кровавая, обладающая крупными, чрезвычайно вкусными плодами. А всего видов этого растения в пределах нашей страны насчитывается не менее пятидесяти.

Ягоды ежевики содержат большой набор питательных и целебных веществ, среди них сахара, органические кислоты, в частности яблочная, витамины, соли калия и микроэлементы. Ценны черные плоды и тем, что в них накоплены пектиновые, ду-





бильные и ароматические вещества. Истари настои на сушеных ягодах ежевики применяли как потогонное и мочегонное средство. Но, оказывается, целебным действием у этого растения обладают не только ягоды, но и листья. Отвар листьев применяют при желудочных кровоизлияниях и поносах. Воспалительное состояние кишечника лечат напаром из листьев ежевики в смеси с цветками ноготков (соотношение частей 2:1). Народная медицина успешно лечила измельченными листьями, или примочками, кожные заболевания – лишаи, экземы, застарелые гнойные раны. Бактерицидные свойства ежевики, видимо, связаны с наличием в ней активных фитонцидов.

Много у ежевики местных прозвищ. Куманихой, ежикой, дерезой, ожиной, росяникой называют ее в селах и деревнях. Обилие прозвищ – признак того, что лесное лакомство это давно известно ягодникам. Да и как же пройти мимо такой находки – ведь ежевика вполне может соперничать с малиной. И не только свежая, но и в заготовках. Что же можно приготовить из нее?

Ежевичный сок. Для приготовления сока ягоды перебирают, ссыпают в глиняный горшок, который затем погружают в кастрюлю с водой. Кастрюлю держат на огне несколько часов. Образующийся в горшке сок сливают в особую посуду и варят с сахаром, снимая пену. Густой сок охлаждают, заливают в бутылки, закупоривают пробками и ставят на хранение в погреб или подвал.

Для приготовления компота из ежевики ягоды также перебирают, откидывая незрелые, очищают от сора, раскладывают в банки, заливают теплым сиропом. После непродолжительной стерилизации (15–20 мин) банки закручивают и переворачивают на крышку. На килограмм ягод требуется 300 граммов сахара.

Оригинальная сладость – мармелад из ежевики. Приготовить его несложно. Спелую ягоду после переборки и очистки перетирают через сито. Полученный таким образом сок выпаривают в кастрюле наполовину и, добавив в него сахар, кипятят полчаса, после чего укладывают в банки. На килограмм ежевики требуется 350 граммов сахара.

Пастилу из ежевики готовят так: спелые чистые ягоды закладывают в закрытую кастрюлю, которую затем ставят в печь или духовку до полного пропаривания содержимого. Пропаренные ягоды перетирают через сито, смешивают с сахаром (на стакан пюре полстакана сахара), после чего смесь уваривают до густоты желе, раскладывают ее по формам и запекают. Охлажденную пастилу посыпают сахаром, хранят в прохладном месте.

Для ежевичного киселя ягоды отбирают, очищают, моют и протирают через сито. Затем в кастрюлю с водой кладут сахар, кипятят, заваривают картофельной мукой, предварительно разведенной в небольшом количестве воды, доводят до кипения, кладут подготовленное пюре и хорошо размешивают. Едят кисель охлажденным.

Хороша и сушеная ежевика, заготовленная впрок. Сушат ее, как и чернику, на солнце в течение 2–3 дней. Если ягоды сушат в печи, то начальная температура не должна превышать 75 °С, потом 50–45 °С. Чай со спелой ежевикой обладает слабительным действием, а с недозрелой – закрепляющим. Сушат на зиму для заварки и ежевичный лист. Сначала его туго скручивают на доске и складывают в посуду, чтобы завял и почернел. После ферментации (брожения) лист вынимают, раскладывают на противнях и сушат в тени. Такая заварка мало отличается от чайной и вкусом, и цветом, зато она намного полезнее.

Ежевика – перспективный ягодник. И селекционеры многих стран работают над созданием ее продуктивных сортов. В США, например, уже введено в культуру не менее тридцати сортов ежевики. В отличие от диких видов эти сорта могут плодоносить в более ранние сроки, причем период плодоношения растягивается на длительное время. Ягоды крупные и плотные, хранятся неплохо даже в свежем состоянии. Особенно удачны сорта Бойзен и Янг, разводимые в штатах Оклахома, Арканзас и Теннесси. Всего под ежевику в США отведено 16 тысяч гектаров плантаций, с которых ежегодно собирают не менее 34 тысяч тонн ягод в год.

А ведь было время, когда культурные сорта с трудом пробивались на поля. Людям казалось, что дикой ежевики вполне достаточно кругом, только не ленись ходить по зарослям и лесам. Но те фермеры, которые обзавелись сортовой ежевикой, не пожалели: привлекательный и вкусный продукт начал пользоваться устойчивым спросом. Затраты же на выращивание и сбор ягод с лихвой окупаются.

Культивируют в США как стелющиеся формы, так и прямостоячие. Стелющаяся ежевика распластывает свои побеги по земле или перевивает опоры. Характерная ее особенность – способность укореняться верхушками, тогда как прямостоячие размножаются отпрысками. Стелющаяся еже-



вика поспевает раньше, ягодные кисти ее мелкие и рыхлые. Эта форма и была поначалу приручена американцами. Пионер гибридов сорт Эвгрин „конструировался" на основе европейского экотипа ежевики. Впоследствии селекционеры стали использовать местные дикие формы, в результате чего получили вкуснейшие сорта ягод. Сорта Янг и Бойзен надолго сделались ведущими гибридами стелющейся ежевики. Их родительские формы были завезены с Тихоокеанского побережья.

Сорт Янг раннеспелый, плодовитый, дает крупные, темно-вишневого цвета ягоды, обладающие высокой сахаристостью, но без запаха. Свежезамороженные ягоды подолгу не теряют своих полезных качеств. Часть сбора идет на приготовление варенья. Сорт выведен в 1905 году, но в производстве был освоен лишь два десятилетия спустя. Сорт Бойзен – тоже стелющаяся ежевика, но кусты еще более мощные, чем у Янга. Каждый плод с мелкое куриное яйцо. Окраска плодов черная, консистенция мягкая, зато сладкая и душистая. Поверху ягоды как бы присыпаны пыльцой (у Янга плоды блестящие). Плодоложе у Бойзена толстое, но менее сладкое, чем у Янга. Этот сорт популярен в Калифорнии, где дает особенно большой урожай. Освоен он фермерами в 1935 году и с той поры соперничает с самыми выдающимися гибридами.

Интересно, что в Америке получены и бесшипные гибриды ежевики (некоторые рассматривают их как химеры). Правда, эти гибриды все же имеют шипы, только не снаружи побегов и корней, а внутри их тканей. Чтобы бесшипность передавалась потомству, ежевику размножают с помощью укоренения верхушек. Отпрыски, пущенные корнями, дают колючие кусты. Стоит корневище разрезать или просто повредить – и оно пустит шиповатые побеги.

Как дикую, так и культурную ежевику могут поражать вредители и болезни. Чаще всего ягодник страдает от оранжевой ржавчины. Заболевшие растения распускают мелкие, искривленные листья, со вздутиями на нижней стороне. Такие кусты не выздоравливают и на следующий год, поэтому надо, не дожидаясь плодоношения, удалять их из зарослей вместе с корнями. Среди вредителей ежевики опаснее других ежевичный клещ. Он так мал, что без увеличительного стекла едва различим. Но вредит ягоднику весьма ощутимо. Где завелся клещ, там плоды лишаются своей естественной окраски, приобретая несвойственную им красноту, и к тому же затвердевают. Плод может поражаться целиком или частично, вплоть до одной маленькой костяночки: вся ягода черная, но одна ее частичка красноватая. Пораженные плоды, конечно, выбраковывают и перерабатывают особо.

Собирая плоды, не оставляйте их на солнце, иначе они приобретут горький привкус и заметно покраснеют. Вовремя и правильно собранная ежевика порадует вас и летом, и зимой.

ЖИВЫЕ ЛЕДЕНЦЫ

Как ни колоритны краски золотой осени, а кусту барбариса не затеряться в них, будь то на лесной поляне или в саду. Пурпурная листва, плотно кутающая тонкие побеги, красные кисти плодов, свисающие роскошными монистами, выделяют барбарис среди нарядных подружек. Залюбуешься таким кустиком, а раз остановился – попробуешь и его ягод. Из лесных гостинцев, пожалуй, только плоды барбариса можно назвать живыми леденцами: кислят, сладят, холодят. И много же их на ветках, не куст – картинка!

Барбарис – обладатель острых шипов. Они торчат гладкоотточенными трезубцами. Так что обращаются с ним деликатно, не то уколет за неосторожность. Шипы барбариса не что иное, как видоизмененные листья, из пазух которых вырастают пучки настоящих листьев – тонких, перепончатых, по краям зубчатых, длиной в мизинец. Пурпурными листья становятся лишь под осень, а до того они зеленые. Кора побегов тоже нарядная – рыжевато-серая. Цветет кустарник в самом начале лета. Цветки желтые, душистые, собраны в повисшие кисти. В этих кистях любят паломничать пчелы: барбарис – отменный медонос. Обычно кустарник селится по затененным опушкам, на песчаных холмах, вдоль речек, особенно по склонам, и среди кустарников. Стойкий к морозам, он не боится зимы и неприхотлив к почвам. В насаждениях барбарис обыкновенный встречается вплоть до Архангельска, но дико или в одичавшем виде растет в основном в Крыму и на Кавказе, хотя попадается и в средней полосе России.

Ягоды барбариса особенно вкусны после первого осеннего заморозка. Едят их как свежими, так и после переработки. Из них готовят соки, квас (почему и местное прозвище кустарника – квасница), варят варенье, джем, мармелад и конфетную начинку. На Кавказе из ягод барбариса делают приправу к шашлыку и овощным блюдам: заменяют каперсы. Для этого по осени сры-

вают плоды целыми веточками, укладывают их в банки, затем заливают кипяченой соленой водой (на 3 стакана воды требуется 100 граммов соли). Банки закрывают, хранят в прохладном месте.

Варенье из барбариса готовят так. Собранные ягоды очищают, замачивают в теплой воде, после чего вынимают косточки (можно и не вынимать) и варят в сахарном сиропе минут тридцать. Сироп делается просто: на килограмм плодов берут шесть стаканов воды, в которой растворяют около двух килограммов сахара. Барбарисовое варенье отличается приятной кислинкой.

Весьма аппетитен мармелад из барбариса. Чтобы его приготовить, спелые ягоды очищают, моют, затем варят. Разваренные плоды откидывают на решето, а когда вода стечет, их протирают через сито, массу смешивают с сахаром (750 граммов сахара на 1 килограмм массы), после чего ее уваривают до готовности.

Молодые листья барбариса тоже съедобны, их употребляют вместо щавеля. Они содержат яблочную кислоту и жизненно важные витамины. Из свежих листьев готовят салаты и разного рода маринады. Листья обладают противоцинготными свойствами. Незрелые ягоды, кора, листья и даже корни барбариса богаты алкалоидом берберином, способным останавливать кровь, усиливать работу сердца и понижать кровяное давление. Берберин помогает оттоку желчи, снимает острые боли при воспалении печени и желчного пузыря. Препараты, содержащие берберин, нельзя принимать при беременности.

Целительные свойства барбариса известны людям с глубокой древности. В средние века это растение применяли даже при желтухе и малярии. Барбарисовый сок



– легкое слабительное средство. При недостатке витамина С можно очистить даже веточки барбариса и пососать их. Корни и кора барбариса, как уже упоминалось, тоже обладают лекарственной силой: их вытяжками полоскают рот при воспалении десен. Лечат этой вытяжкой и кожные экземы. Водную вытяжку готовят просто: в кипяток кладут измельченную сушеную кору или измельченный корень (из расчета половина чайной ложки на стакан воды), после некоторой выдержки настой пьют по полстакана 3–4 раза в день.

Листья барбариса срывают сразу же после цветения кустарника (в первой половине июня). Собранные листья сушат под навесом или на чердаке. Высушенные в

тени листья сохраняют зеленый цвет и своеобразный запах, на вкус они кисловатые. Внешне они скрученные, при сгибании легко ломаются. Хранят листья в упаковке в проветриваемом помещении. Корни этого кустарника копают весной или осенью. Сушат их после того, как промоют и разрежут на куски. Сушеные корни снаружи бурые, внутри желтоватые, кора с продольными морщинками. Разумеется, где барбариса мало, его нельзя выкапывать. Для лекарственных нужд можно этот кустарник разводить в садах (размножают семенами или вегетативно-укорененными отпрысками). Выкапывают барбарис и на обочинах хлебных полей, где он может оказаться вредным: на нем развивается грибок – возбудитель линейной ржавчины злаков.

Ягоды берут зрелыми, сухими, с восковым налетом. Собранные с росой или в дождь, они быстро раскисают и ни для заготовок впрок, ни для изготовления лекарственных препаратов не годятся. В жаркий осенний день барбарис собирают утром, как сойдет роса, или вечером. Лучшим справедливо считается утренний сбор – эти ягоды выдерживают даже дальнюю перевозку. Сушат их, как всякие ягоды, на солнце или в духовке при невысокой температуре. Свежие ягоды великолепно возбуждают аппетит и утоляют жажду.

Барбарис – один из лучших кустарников для живых изгородей. Его колючие заросли совершенно непроницаемы для домашнего скота. Посаженный вокруг сада в смеси с акацией, боярышником и дикой розой – шиповником, он будет многие годы охранять культурные растения. К тому же барбарис – известный медонос. Где его много, там быстрей тяжелеют ульи. Древесина этого ветвистого, рослого кустарника (достигает иногда трехметровой высоты) крепкая, как кость, цветом она желтая, но с бурым ядром. Может быть использована для мелких токарных поделок. Барбарисовый сок с квасцами окрашивает ткани в розовый цвет. С помощью корней когда-то окрашивали кожу, при этом желтый колер получался ярким, прочным.

Барбарисов в нашей стране двенадцать видов. Из них наиболее распространен барбарис обыкновенный, тот, что встречается как одичавший в лесной зоне и как обычный в лесостепи, в Крыму и на Кавказе. Он же приручен и садоводами. На Дальнем Востоке встречается барбарис амурский, обладающий такими же целительными свойствами, как и его обыкновенный собрат. Да и внешне они похожи, разве что листья у барбариса амурского длиннее (до 10 см), да по краям у них зубчики колючие. Растет в Приморском и Хабаровском краях среди кустарников, на опушках и галечниках. Из ягод амурского барбариса также готовят морсы, карамели, варенье, желе и напитки. Очень интересны среднеазиатские барбарисы – их плоды черные, вроде плодов черемухи, только продолговатые. Как и красноплодные, содержат активное вещество берберин.

Кого же не обрадует в сентябрьский знойный полдень горсточка живых леденцов барбариса! Они кислее лимона и прохладительнее кваса. Берега рек, каменистые холмы, заглохшие овраги, взлелеявшие эти ягоды, будто напитали их соками душистых трав и свежестью степных рассветов. Продолговатые ягоды с двумя крепкими косточками доставят удовольствие и путнику, и землепашцу, и охотнику. Срывая плоды с куста, помните: часть урожая надо оставить птицам. Они любят кислянку и растаскивают семена ягодника в разные стороны. Выходит, пернатые сеятели, питаясь, дают пользу растениям. Несорванные плоды остаются на прутиках барбариса до весны, сочнея и подслащиваясь от морозов. Стойкостью к зимним невзгодам барбарис напоминает калину и облепиху – сибирский ананас. Своим изяществом, своей миловидностью он соперничает с гортензией, чубушником и спиреей.

КУБЫШКИ ВИТАМИНОВ

Шиповник так примечателен, что его не спутаешь ни с каким другим кустарником: колюч, как ежик, и красив, как роза. Впрочем, шиповник и есть роза, только дикая. Именно он подарил людям свою младшую дочь, ставшую царицей цветов. Старшие же его дети колючим характером и всем обликом в родителя – такие же шиповники. Их много в различных районах нашей страны, произрастающих дико и разводимых в садах. В начале лета они дружно украшаются крупными розанами цветов, а в первоосенье прихорашиваются зрелыми бусинами ягод. Красные, оранжевые, желтые – все расцветки сердолика присущи этим спелым ягодам.

Но только ли красотой славится шиповник? Издавна его величали лекарством от сорока болезней. Шипшина – плоды шиповника – остается в чести у современных медиков, как она когда-то была в чести у народных лекарей. Потребность в целебном сырье настолько велика, что плоды дикой розы собирают повсеместно. Особенно

ценятся высоковитаминные шиповники. Ведь в них витамина С в 10 раз больше, чем в прославленной черной смородине и в 100 раз больше, чем в яблоках! Два плода дикой розы обеспечат человека этим витамином здоровья и бодрости на целый день. Но так щедр лишь вовремя и правильно собранный шиповник. И, конечно, правильно высушенный.

Собирают плоды шиповника осенью, до заморозков. Промороженная шипшина при оттаивании теряет свои целебные свойства, такой продукт годится лишь для соков и сиропа. Срывают плоды в плотных перчатках или брезентовых рукавицах, с голыми руками к клыкастому кустарнику не подступиться. Складывают оранжево-красные бусины в корзины, берестяные коробки, в ведра. Плоды нельзя мять, с них нельзя обрывать чашелистики, торчащие спереди. Без чашелистиков сбор быстро плесневеет, портится. Собранные плоды немедленно надо сушить, если вы задумали заготовить их впрок. Для сушки шипшину раскладывают на решета и ставят в протопленную печь. Температура воздуха в ней должна быть 80–90 °С. „Измеряют" ее с помощью бумажки: если бумажка не тлеет и не сильно желтеет в печи, то можно приступать к сушке плодов. Первые час-два трубу в печи не закрывают, затем ее закрывают наполовину, к концу сушки трубу закрывают полностью. На юге страны плоды шиповника сушат на солнце.

Правильно высушенные плоды не перетираются в порошок, они лишь разламываются в пальцах. Сушеную шипшину очищают от чашелистиков. У лекарственных видов шиповника, где был чашелистик, обнажается круглое отверстие. У нелекарственного, собачьего, шиповника плод запечатан пятиугольным диском. Окраска сушеных плодов оранжево-красная или буроватая. Стенки их хрупкие, морщинистые, изнутри выстланы щетинками. Нормально высушенная шипшина содержит до 5 % витамина С, каротин, сахара, дубильные вещества, пектины, лимонную кислоту и соли калия. Из микроэлементов в плодах содержится железо, марганец, фосфор, кальций и магний. Из шиповника готовят витаминные препараты – водные настойки, сиропы, порошки и таблетки.

Свежие плоды употребляют для обогащения витаминами разнообразных кулинарных и кондитерских изделий. Весьма полезен сок шиповника, который сохраняется несколько дней. Витаминный чай готовят из смеси шиповника с черной смородиной или с ягодами рябины. Смесь заливают кипятком и настаивают около часа. Затем настой процеживают через марлю, подслащивают сахаром. Настои и чаи из шиповника укрепляют организм против инфекций и вредных воздействий загрязненной среды. Витамины возвращают силу истощенному организму, лечат малокровие и атеросклероз.

Сироп из шиповника готовят так. Промытые плоды заливают горячей водой, после чего кастрюлю ставят на огонь и кипятят, помешивая, 20 минут. Затем массу отжимают через два-три слоя марли и полученный сок отстаивают сутки. Прозрачный слой сока сливают, сдабривают его сахаром (в соотношении 1:1,5) и варят, пока не получится густой сироп. Горячим сиропом наполняют чистые бутылки, закупоривают их и ставят в подвал или погреб.

Чтобы приготовить кисель из шиповника, сушеные плоды сначала толкут в ступке и в виде порошка сыплют в кипящую воду. Кипятят 20 минут, затем отвар процеживают через три слоя марли, чтобы не проникли волоски плодов, добавляют необходимое количество кипятка, сахара и немного уксуса. Смесь нагревают до кипения, после чего в нее добавляют разведенный в холодной воде крахмал. Такой кисель – вкусное диетическое блюдо. Съедобны и лепестки цветков шиповника. Из них получается нежное варенье, не похожее ни на какое другое. Используют лепестки также для отдушки вин, наливок и чая.

Плоды шиповника собачьего исстари применяют как желчегонное средство. Народная медицина врачевала ими при желтухе и камнях в желчных протоках, а также при болезнях почек и мочевыводящих путей. Отварами лечились от простуды. Находили целебными и листья: водный настой на них будто бы помогает при желудочно-кишечных расстройствах, а сироп из листьев с медом избавляет от язв в полости рта. Приложенные к коже листья помогают при экземах. Научная медицина признает лекарственные свойства шиповника собачьего. Его жидкий экстракт прописывают для лечения воспаленной печени и желчного пузыря. Растет шиповник собачий в основном в степных районах страны, но попадается и в более северной полосе.

А сколько всего видов шиповника у нас в стране? Ботаники считают – шестьдесят. Многие из них – настоящие фабрики витаминов. Один из самых распространенных высоковитаминных видов шиповника – роза коричная. Это невысокий кустарник, приблизительно в рост человека. Ветви его блестящие, красно-бурые. Цветоносные побеги снабжены парными шипами, загнутыми книзу. Шипы отходят от основания

листьев. На листоносных побегах шипы более тонкие. Молодые ветки всегда усеяны шипами гуще, чем старые, зато на последних они значительно крупнее. Цветки коричного шиповника одиночные, крупные и весьма привлекательные: на зеленом бархате листвы пылают темно-красные розаны с отметинами из многочисленных тычинок и пестиков. Плоды круглые или несколько удлиненные, оболочка их оранжево-красная. Каждая такая кубышечка как бы наполнена витаминами. Под сочной, кисло-сладкой оболочкой заключено мно-

87
От времени и камень травой обрастает

стам и лесным опушкам, а также на вырубках и в оврагах. Обширные заросли этого витаминного чемпиона попадаются в Поволжье и в Приуралье. Распространен он в лесной и лесостепной зонах страны, в Си-



жество желтоватых орешков – это семена шиповника. Плоды не осыпаются с кустов до прихода настоящей зимы.

Роза коричная селится на речных поймах, заливных лугах, по закустаренным мебири доходит до Байкала. В приусадебном саду шиповник коричный – растение излюбленное. Еще в старину свороборина, как тогда называли дикую розу, снискала к себе уважение и любовь садоводов.

Она приятна для глаза, полезна для здоровья.

Несомненную ценность представляют кубышки витаминов иглистого шиповника. Ветви этой розы буроватые, усеяны тонкими прямыми шипами. Плоды с конечный сустав мизинца. Растет шиповник от западных до восточных границ нашей страны, доставляя ценителям прекрасного большую радость.

Еще один шиповник – роза даурская. Ветви ее черно-пурпурные или темные с краснинкой, шипы желтовато-серые, оттопыренные, несколько изогнутые, расположены попарно у основания веток и листьев. Расцветает шиповник темно-розовыми цветами, плоды дает разнообразных форм – круглые, яйцевидные, продолговатые. Даурская роза прочно обосновалась на юге Восточной Сибири и на Дальнем Востоке.

Лекарственными свойствами обладает роза Беггера, с сизоватыми ветвями и крупными изогнутыми шипами. Цветки, как снег, белые, да и расположены они не поодиночке, а в метелках. Плоды мелкие, круглые, окраска их может быть красной или черноватой. Чашелистик с верхушки плода облетает еще до съема кубышек. Шиповник Беггера растет в горах Тянь-Шаня, Памиро-Алая и Джунгарского Алатау. Места эти малодоступные, поэтому сборщикам шипшины достается лишь незначительная часть урожая. В тех же гористых местах попадается и роза Федченко – огромный кустарник с крупными, прямыми шипами. У него-то уж цветы с чайную чашку, но защищены они железистыми щетинками, обметавшими цветоножки: не сорвешь, не подденешь пальцами. У богатырского шиповника и плоды гигантские – до 5 см длиной. Они имеют продолговатую форму, наверху вытянуты в шейку. Иногда попадаются, как мячики, круглые. Роза Федченко растет в Средней Азии, Западном Тянь-Шане и на Памиро-Алае.

Менее экзотична роза морщинистая, хотя и ее рост не мал – достигает двух метров. Но что удивляет, так это толщина побегов – с толстую палку. Шипы сильно рассеяны на ветвях. Прозвище „морщинистая" роза получила из-за листьев: они у нее морщинистые, по форме округлые. Цветки красные, реже белые и тоже крупные, с ладонь. Плоды морщинистого шиповника в форме пышечки, мясистые, ярко-красные. Распространен этот сорт на Дальнем Востоке, на Сахалине и Камчатке. Его много встречается по морскому побережью. Благодаря мясистым плодам эта кубышка витаминов вводится в культуру.

Крупноплодные виды шиповника вообще представляют интерес для широкого освоения. Ведь дикая роза от природы наделена полезнейшими свойствами.

КРАСНЫЙ ГАРУС РЯБИН

Рябина в саду, под окном, на улице – везде оказывается кстати. В селе и в городе она одинаково красива и полезна. Мы любуемся ею так же, как любовались наши предки много лет, много веков назад. Рябина воспета в песнях, о ней сложены стихи и загадки. В одной из загадок, бывшей в обиходе у пензенских крестьян, о рябине сказано: „Под ярусом, ярусом висит зипун с красным гарусом".

Из восьмидесяти видов рябин, встречаемых на земном шаре, тридцать четыре произрастают в пределах нашей страны. Среди них есть как высоченные деревья – под 30 метров, так и стелющиеся виды, а также плакучие формы. И плоды диких рябин не одинаковы: одни настолько горьки и терпки, что их свежими едят только с мороза, когда они становятся слаще, другие и без подмораживания сладкие.

Почему после осенних морозов рябина слаще?

Потому что ее плоды приобретают дополнительную сахаристость, становятся менее горькими и терпкими. Биохимические изменения, вызванные промораживанием, сводятся главным образом к гидролизу на глюкозу и фруктозу. Фруктоза – плодовый сахар – придает плодам сладость. Кроме того, плоды рябины (как и других семечковых) содержат некоторое количество крахмала, который на холоде осахаривается. Мороз изменяет также соотношение пектиновых веществ: количество растворимого пектина возрастает, а нерастворимого (протопектина) – падает. Плоды размягчаются. Не остаются безучастными яблочная кислота и дубильные вещества, их содержание уменьшается. Снимают плоды рябины кистями (с плодоножками и несколькими листьями), но делают это осторожно, чтобы не повредить замещающие почки, которые пойдут в рост на будущий год. Конечно, сборщику урожая необходима стремянка. Хранят рябиновые кисти на чердаке, в сенях или погребе.

Из сладкоплодных рябин самая замечательная, пожалуй, невежинская, названная так по названию владимирской деревни Невежино, где, как полагают, она была впервые найдена и размножена. Невежинская рябина интересна во многих отноше-

ниях. Ее плоды имеют до 9% сахаров – почти столько же, сколько и у черноплодной рябины, листья и кора обладают фитонцидными свойствами, губительно действующими на вредные микроорганизмы. Древесина этой рябины – ценный поделочный материал. Раньше из нее охотно резали посуду и токарные изделия. Дерево невежинской рябины живет 100 и более лет, достигая 30 сантиметров в поперечнике. Невысокая ростом, она не затрудняет сбор урожая. А урожай значителен: 80–100 килограммов с хорошо развитой кроны.

Когда-то невежинскую рябину в больших количествах заготовляли для производства винных наливок, названных для благозвучия „нежинскими". В наше время плоды рябины также пользуются промышленным спросом. Но особенно много их идет на домашние приготовления: варенье, кисели, сиропы. При сноровке удачно получается моченая рябина. Все эти продукты неповторимо украшают стол. Они питательны, тонизирующе действуют на организм.

Красный гарус рябиновых плодов все чаще стал появляться на деревенских и поселковых улицах. Думается, что природолюбы распространят на него свое особое покровительство.

„СТОИТ ДЕРЕВО КУДРЯВО ..."

О боярышнике в русской загадке говорится: „Стоит дерево кудряво, а когти волчьи". Кто обнесет сад боярышником, может забором не обзаводиться. Ни домашний скот, ни зайцы, ни озорники мальчишки в такой сад не проникнут. Причем зеленая защита будет служить исправно не одну человеческую жизнь. Деревце это – долгожитель, попадаются стволы 400-летнего возраста.

Но какую пользу дает боярышник?

В его кудрявых колючих ветвях каждую весну поселяются певчие птицы. Только здесь их не тронет хищник, будь то остроглазый ястреб или коварная кошка. Беспощадные жала шипов отобьют охоту нырять и лазить в крону любому злоумышленнику. Вот и щебечут беспечно тут певчие пташки со своими выводками. А ведь где мелких птиц много, насекомые не портят посадок и посевов. Не приходится там опрыскивать химикатами сад, а с огородов недобирать сочных овощей. Пернатая стража надежно блюдет интересы хозяина.

И только ли этим хорош боярышник? Разумеется, нет. Цветы боярки – как еще называют когтистый кустарник – „утешают нервы", излечивают сердечно-сосудистые расстройства. Целящая сила боярышника так велика, что его цветки входят в непременный фармакопейный сбор, назначенный для пополнения аптекарского сырья. Яблочки кудрявого деревца съедобны, их срывают для киселей и варенья, а высушенные и размолотые, они исстари считаются подспорьем хлебу. Боярышниковая мука придает тесту приятный фруктовый привкус. „Хлебницей" уважительно называют крестьяне боярку. При недороде пособит, а когда всего вдосталь – полакомит. Кора боярки употреблялась для окраски тканей в веселый красный цвет.

Древесина боярки, прочная, вязкая, радужная, годится на разного рода столярные поделки. Из нее вырезают игрушки и художественную посуду.

Боярышников в нашей стране много, почти пятьдесят видов. И растут они всюду, кроме Крайнего Севера. Зеленые сторожа садов и питомников – это их обычное назначение. Но с волчьими когтями кустарники еще укрощают сухие ветра в полезащитных полосах, цепко держат горловины оврагов, не допуская размыва почв, украшают опушки и поляны, зеленые побережья рек и горные склоны. В городе боярышник „сдружился" с решетками скверов и оградами, в парках и на площадях он как бы замер на карауле вокруг газонов. Подстриженный боярышник выглядит всегда опрятно и привлекательно.

Самый интересный вид боярышника из тех, что растут у нас дико или в одичавшем виде, – боярышник багряный, с кровяно-красными плодами. Из-за окраски плодов его зачастую так и называют – „боярышник кровяно-красный". Встречается он не только по опушкам светлых лиственных лесов, но и возле рек, заросших плотной кустарниковой растительностью, и на склонах гор, нередко сильно выжженных солнцем и только кое-где украшенных вихрами колючих кустов. Особенно много кровяно-красного кустарника в садах и парках, где приручен он с давних времен как дополнение к фруктовым деревьям и ягодникам. Собой этот боярышник статен, но невысок, разрастается кустарником или маленьким деревцем, высотой до 3–5 метров. В одичавшем состоянии его много восточнее Волги, в Сибири, а также в среднеазиатских городах и поселках. Окультуренные формы расселены повсеместно. Великолепно себя чувствует и хорошо плодоносит боярышник багряный в среднем ярусе леса, но не чуждается и открытых мест.

Цветет багряный боярышник поздно, оттого что просыпается чуть ли не позже дру-

88
Боярышник

гих кустарников. Уже весна на исходе, а он все стоит голый, невзрачный. Но вот наконец ветки принарядились в цветки, повеселели, и круглые щитки соцветий заслонили голую арматуру кроны. По мере цветения разрастаются и листья, каждая пластинка – ромб, неровный по краям. В мелких душистых цветках и подрастающих листочках боярка состязается по красоте с цветущей рябиной и даже с сиренью, благоухающих в ту же пору. Цветки боярышника собирают вполне раскрытыми, в бутонах они плохо сушатся и буреют. Правильно высушенный цветочный сбор состоит из желтовато-белых венчиков и зеленоватой чашечки. Цветоножки допускаются не длиннее ногтя. Сбор обладает слабым запахом и горьковат на вкус. Хранят суше-



88

ный цвет в ящике, выложенном изнутри бумагой.

Летом боярышник исподволь набирает плоды. Румянцем они нальются лишь в сентябре, а до того времени окраской неотличимы от листвы. Краснеют ягоды, краснеет и листва. В октябре кустарник сбрасывает свои листья-ромбы и ветки остаются сплошь облепленными роскошными кистями. В каждой кисти горсточка мелких яблочек. Бывают они и круглые, вроде крупных горошин, и продолговатые, как семена фасоли. Есть свежими эти плоды вряд ли кто отважится – не сладки и мучнисты. Но запасти их впрок полезно. Плоды боярки богаты кислотами – яблочной и лимонной, в них содержатся сахара, дубильные вещества, эфирное масло и витамины. Недаром этот продукт с давних времен подлежит заготовке: годится для выработки фруктовых чаев и суррогата кофе. Прессованные кирпичики ягодного чая „малинка" с добавлением плодов боярышника дают хороший настой напитка, обладают приятным вкусом, к тому же питательны и полезны.

А вот как делают домашние заготовки из боярышника.

Для джема отобранные и вымытые плоды кладут в кастрюлю, затем добавляют туда полстакана воды и ставят на огонь. Варят до размягчения ягод. Отвар сливают в отдельную посуду, а плоды протирают через дуршлаг. При протирке плодов семена и кожицу боярки отделяют от мякоти и удаляют, а протертую массу смешивают с сахаром и ранее слитым отваром. После чего смесь опять варят, доводят ее до густоты сметаны. Вкус джема улучшится, если в процессе приготовления добавить в него немного лимонной кислоты или несколько кислых ягод.

Оригинальной среди домашних припасов окажется банка боярышника, протертого с сахаром. Для этого протертую мякоть плодов смешивают с сахаром (на килограмм пюре – полкилограмма сахара), после чего раскладывают в горячие банки. Наполненные банки стерилизуют 20–25 минут и закатывают крышками.

И все же основная часть урожая багряного боярышника употребляется не в пищу, а для аптекарских целей. Из этих плодов фармацевты получают целебные настои и экстракты, применяемые при гипертонии и сердечных заболеваниях. Боярышник обрывают до заморозков, в начале октября. Плоды срывают в кистях, после чего плодоножки удаляют. Заодно отбрасывают и недозрелые ягоды. Плоды сушат в печах или на открытом воздухе. При частом перемешивании они не слипаются в комки. Усыхает боярышник по весу в четыре раза. Готовый целебный продукт состоит из морщинистых темно-красных плодов, содержащих влаги не более 14%. Только хорошо высушенный сбор может храниться. А срок хранения лекарственному продукту определен немалый – до восьми лет.

Кроме багряной боярки с кровяно-красными плодами и блестящей коричневой корой нередок в насаждениях и боярышник обыкновенный, обладающий тонкими прямыми колючками до 2,5 сантиметров длины (у багряного они вдвое длиннее). Листья его разделены на лопасти (от 3 до 5), цветки белые или розоватые, плоды круглые. Дикий боярышник обыкновенный растет в Закарпатье, разводится по всему югу страны. Размножают его, как и другие боярышники, либо семенами, либо порослью от пня, но можно размножать и корневыми отпрысками, и отводками. Плодоносить начинает с десятилетнего возраста. А живет так же долго, как дуб. К почвам невзыскателен, но отзывчив на плодородные. Любит, как и все боярышники, освещенные участки.

На Кавказе и в Крыму в диком виде встречается боярышник восточный. Он дает сплющенные плоды-пышечки. Окрашены они в красно-оранжевый цвет, на вкус „пышечки" сладкие, с приятной кислинкой. Кусты формируются мощные, иногда они выглядят небольшими деревцами. Еще мощнее боярышник понтийский, его стволы достигают в высоту 10 метров. Колючками не обладает, зато яблочки наливает самые сладкие и, пожалуй, самые крупные. Окраской они зеленовато-желтые, консистенция их сочная.

Оригинальнейший вид боярышника – петушья шпора. Его шипы так велики, что в природе редко такие и увидишь. Представьте себе: на ветках они достигают 12, а на стволах 20 сантиметров! Не шипы, а длинные шила. Петушья шпора грозно оберегает свое богатство. А оно у боярышника в продолговатых цельных листьях и, конечно, в плодах. Кстати, плоды у него зеленоватые, иногда тускло-красные, поверху подернуты сизым налетом.

Можно было бы и еще рассказать о некоторых боярышниках, в каждом из них есть что-либо интересное. Взять, к примеру, боярышник однопестичный. Его отличительная особенность – двухцветные листья – сразу бросается в глаза: сверху лист темно-оливковый и блестящий, снизу – светло-зеленый и беловатый от воскового налета. Колючки однопестичного боярышника

мелкие, плоды с одной косточкой, съедобные.

Подчеркивая каждый раз съедобные и целебные свойства боярышников, мы хотим предупредить читателей, что есть среди боярышников ягоды с ядовитыми плодами. Таков боярышник сомнительный, ягоды его опасны для человека.

Современная аптека все больший упор делает на приготовление лекарств из растений. Только растительного происхождения медицинские препараты не обладают вредными последствиями, не наносят ущерб здоровью побочными осложнениями. В ряду прославленных поставщиков целебных веществ, облегчающих людям недуги, уже много лет находятся и когтистые кустарники – боярышник багряный и боярышник колючий. Именно их цветки и плоды дают экстракт, который входит в состав кардиовалена – препарата, хорошо известного сердечникам.

Так что, несмотря на волчьи когти, кустарник этот по-своему добр к человеку, нуждается в его присмотре и помощи. Не вырубайте птичью обитель, не губите ягодное приволье!

„ХВАЛИЛА СЕБЯ КАЛИНА ...“

Дважды в году калина бывает ярче своих напарниц – в начале лета и глубокой осенью. Действительно, кто в начале июня равнодушно пройдет мимо душистого калинового куста, разукрашенного кипенно-белыми цветами. Будто венчальная фата прикрыла роскошные кудри – так выглядит калина при цветах и листьях. А как опадут лепестки и завяжутся дробинки плодов, кустик совсем сделается простеньким, обычным. Разве что зеленое платьице у него будет приметнее – крупные, трехлопастные листья с зазубринами по краям придают калине дородность и пышность.

Зреет лето, разрастаются, полнеют ягоды. Когда осень справит свое новоселье, они нальются терпким, горьковатым соком и к тому же зардеются, будто раскалятся на последних жарких деньках. Зеленый куст опятнается красными кистями, вроде наденет разноцветный сарафан. Но в таком наряде он еще не самый яркий в лесу: в похожих сарафанах стоят рябины, боярышники, барбарисы, бузина. И только листопад выявит, чьи ветки красивее. Когда все деревья и кусты сбросят листву, калина одна оказывается еще более красивой. Тяжелые, сочные кисти, отливающие лаком упругой кожицы, выделяют куст, делают его живым самоцветом. Рдеющий яшмовый лист, слетая, освобождает киноварные краски ягод, предоставляет им полную игру света и тени. Между тем, как и у всех других ярких ягодников, листва уносит с собой и некоторую прелесть.

„Хвалила себя калина, что она с медом хороша“, – полушутя замечает пословица. Да и с каким же яством калине соперничать без меда, если ягоды так кислы и горьки, что сводят рот? Впрочем, если приноровиться ... Понравится и станет просто лакомством промороженная калина. Повисят кисти на морозе недельку-другую, прозябнут, провянут так, что отшибется лишняя горечь и даже подсластится чуть запашистая ягода. Вот когда ее снимать с кустов или с жердей, где сберегали до срока! Ешь теперь – хочешь свежую, парочка горстей не помешает, хочешь пареную, вроде каши, или в пирогах-калинниках. Положит, бывало, бабушка щепоть калины в ржаное тесто, завернет пирожком, расправит, затем запеленает сухим капустным листом – и на противень. А там уже пирогов таких целая дюжина. Поставит противень в печь на вольный дух, пусть потомятся и зажарятся. А как хлебом потянет, как запахнет лакомством – открывай заслонку, вынимай готовые калинники. Лист капустный отрясется, и вот он, пирог, с кислинкой, с сладинкой, с лесным душком!

Начиняют калиной и ватрушки. Для этого ягоды распаривают и немного сдабривают сахаром. Из дикуши лесной и мармелад, и пастилу, и кисель приготовить можно. Во всех яствах калина – ягода отменная. Умельцы ягодных заготовок заливают калину сахарным сиропом. Плоды предварительно перебирают, моют, укладывают в подготовленные горячие стеклянные банки, затем заливают крепким сахарным сиропом. Пол-литровые банки стерилизуют 15 минут.

Вкусна и полезна калина, протертая с сахаром. Ее пикантный запах и горчинка будут особенно приятны зимой. Но есть лакомство, которое по вкусу всем. Это калина в сахаре. Покрытая корочкой из сахарной пудры, она выглядит весьма привлекательно – чистый сахарный шарик. Положишь в рот – тает, раскусишь – обдаст освежающей кислинкой. Сколько ни угощайся, все кажется мало. И стар, и мал любят калину в сахаре, едят да похваливают. Перед тем как обвалять ягоды в пудре, их смачивают, а уж потом вскруживают в плотной посуде. Хранятся такие конфеты достаточно долго.

Калина – старинное лекарственное растение. Промороженные свежие ягоды помогают при язве желудка, колитах и других

89
Калина

желудочных недомоганиях. Полезна лесная дикарка и тем, кто нуждается в общеукрепляющем, витаминозном средстве. Зимой калину хранят в снегу: кисти складывают в ящик и закапывают в сугроб. Не испортится ягода и в леднике, и просто в неотапливаемом помещении.

Полезными свойствами у калины обладают по существу все части растения. Скажем, настой на ее цветах принимают против сыпей и золотухи, а отвар из корней – от простуды и удушья. Но самая целебная часть деревца – кора. Она содержит обширный набор органических кислот, а также гликозид вибуринин, дубильные вещества и смолы. Для медицинских целей заготовляют кору лишь с разрешения лесника и только в тех местах, где изобилие калино-

89



вых зарослей. Причем кору снимают не кольцами, а полосками, чтобы побеги не погибали. Делают это в пору сокодвижения. Сушеная кора покрывается морщинками и очень редко остается гладкой. Цвет ее поверхности сероватый с заметными чечевичками. Запах заготовленного сырья слабый, на вкус оно горьковато-вяжущее. Сушат его на открытом воздухе в тени.

Препараты из коры калины обладают кровоостанавливающим действием, почему и применяются в медицине против внутренних кровотечений. Народная медицина использовала кору калины как целительное средство при нервных расстройствах и от бессонницы. Ветеринары применяют ее для лечения органов дыхания у коров и коз.

Мировая флора насчитывает до двухсот видов калины, из которых десять произрастают в нашей стране. Самая известная и самая распространенная – калина обыкновенная, крупный, раскидистый кустарник, воспетый в народных песнях и сказаниях. Цветущие веточки этой калины ставили на свадебном пиру в знак счастья. А в задушевных песнях, звучавших на свадьбе, самым любимым припевом был: „Калина моя, малина моя". И уж непременно на калиновом мосту бился богатырь с семиглавым чудовищем ...

Калина – близкая родственница жимолости, и, подобно жимолости, она вырастает в довольно крупный кустарник. Попадаются особи до пяти метров высоты, а это для кустарника совсем не мало. Живой ствол покрыт зеленовато-серой корой, которая с возрастом буреет. Листья расположены на ветках супротивно, каждая пластинка разрезана на три, а то и на пять лопастей. По краям лопастей видны крупные зубчики. Поверхность листьев сверху кажется голой, но понизу она явно обметана пушком. Летом одежда ветвей зеленая, в начале осени – желтая, а как обожгут морозные утренники – листва становится пурпуровой. В листопад круглый куст красуется яркими плодами и яркими листьями. Не куст – загляденье!

Помимо обыкновенной калины славится у нас также городовина. Этот вид калины отличается блестящими черными плодами, созревающими в начале осени. Листья городовины тоже супротивные, но по форме не в виде трезубцев, а овальные, снизу затянуты серым войлочком. Плоды съедобные, но берут их редко, поскольку городовина произрастает на Кавказе, в Крыму и Западной Украине, где осенью и без того богатый сбор ягод.

Жителям Приморья хорошо знакома калина буреинская. Ее плоды, как и у городовины, черные. Листья с зубчатым краем, опушены лишь вдоль нижних жилок. Еще одна интересная калина – вильчатая. Растет на Сахалине и Курилах. Там попадается и калина Райта – с ярко-красными, сочными ягодами. Плоды всех этих калин собирают в пору полной зрелости, лучше после промораживания. Кисти срезают ножом и укладывают в корзины. Дома их развешивают пучками на чердаке или сушат в печи. Сухие кисти обминают, отделяя ягоды от плодоножек. Сушеные ягоды морщинистые, с впалыми бочками, но поверхность их кожицы остается блестящей, как у свежих плодов. Запах сушеной калины слабый, вкус горьковато-кислый. Если разжевать такую ягоду, внутри ее окажется плоская косточка. Интересно, что по содержанию витаминов наша калинушка превосходит даже экзотический лимон.

Плодоносит калина весьма обильно, причем каждый год. На что уж недавняя зима была суровой, но и она не погубила плодовых почек славной калинушки. А ведь сильно подмерзли не только садовые культуры – яблони, крыжовник, вишни, но даже лесные обитатели, такие, как дуб, рябина и терн, заметно пострадали. Одна калина выдержала необычные для средней полосы морозы и стоит перегруженная тяжелыми кистями. Вот уж есть чем птицам подкормиться! А часть урожая, разумеется, пойдет в награду любителям лесных гостинцев. Угощайтесь, лакомки, да не забывайте про живые кусты, охраняйте их, помогайте им!

Говорят калине свое спасибо и пасечники, чьи ульи заметно тяжелеют в пору цветения этого кустарника. Между прочим, декоративная калина – снежный шар (научное название – бульденеж), хоть и цветет истово, но плодов не завязывает, нектаром и пыльцой пчел не угощает. Потому такая калина и разводится лишь в парках да городских садах, где нужна она просто как декорация. Но исконная обитательница русского леса и красотой знатна, и немалую пользу приносит. Например, древесина ее, твердая и вязкая, когда-то употреблялась на сапожные гвозди. Калиновый гвоздь чуть ли не соперничал с медной шпилькой.

И еще одно великолепное свойство обыкновенной калины – она легко свыкается с городской обстановкой. Городские дворы вполне могут „зазывать к себе" лесную дикарку. Ничего, что и тени там много окажется, только бы влага была: калина не терпит безводья. На воле она так и представляется растущей у ручья. Значит, в го-

роде калина потребует подобных условий. В саду калина великолепна в роли зеленой защиты – сажают ее по краям участка. Разводят порослью, отводками, делением куста и зелеными черенками.

ЕГО ЗОВУТ – ТЕРНОВНИК

В шедром августовском лесу много всяких гостинцев. И грибами он одаривает, и ягодами – только искать умей, только бережливым будь! В пряной листве терновника тоже припасен гостинец – темно-лиловые с краснинкой сливины. Срывай сочные, наливные плоды, в каждом из них и кислинка, и сладинка, и холодок. Только шипов берегись, терн умеет постоять за себя. Каждая его ветка клыкаста, колюча, того и гляди вонзится в протянутую руку. Терновник из-за шипов так и называют в научном мире – слива колючая. Терн, тернии – колючки, значит.

Растет этот кустарник в смешанном лесу, по опушкам, оврагам и вдоль побережий рек. Особенно его много в степи и лесостепи. Именно здесь можно отыскать непроходимые заросли дикой сливы. Кому доводилось бывать в Карпатах и на Кавказе, тот, наверное, заметил, что терновник там поднимается высоко в горы, набираясь на скудной почве какой-то особенной терпкости и даже горечи. При изобилии садовых слив южане почти не берут терна, предоставляя его урожай в распоряжение четвероногих и пернатых. Но кто хоть раз пробовал варенье из колючей сливы, тот не погнушается подношеньем сурового кустарника, с благодарностью примет этот скромный дар природы, даже когда других ягод бывает много.

Плоды терновника богаты глюкозой и фруктозой, содержат они также свободные органические кислоты, пектиновые и дубильные вещества, придающие продукту вязкость и терпкость. Имеется в дикой сливе и витамин С. В ядрах косточек накапливается до 37 % жира. Из них можно изготавливать горькоминдальное масло. Терновые ядрышки несъедобны, как несъедобны они и у алычи, абрикосов и у сливы: в них находится ядовитый гликозид амигдалин.

Косточки дикого терна плохо отделяются от мякоти. Форма плодов варьирует от овальной до шаровидной. Плодоносит деревце ежегодно.

Собирают терн для еды после заморозков, когда содержание дубильных веществ снижается и плоды делаются вкуснее. Лежкость плодов отменная, хранятся свежими до трех недель. Из терна, кроме варенья, готовят сок, мармелад, повидло, а также наливки и компоты. В промышленном производстве колючая слива в чести у виноделов: плоды перерабатываются на плодовое вино, уксус, из них готовят также настойку-терновку.

В народной медицинской практике отвары плодов и цветков терна применяют как кровоочистительное средство. Пьют этот отвар также от кашля, при охриплости и для улучшения пищеварения. Водный настой на цветках считается мягким слабительным препаратом и назначается даже детям (на стакан воды берут две чайные ложки сушеных цветков, настаивают 8 часов). Цветки колючего кустарника собирают в мае, до появления листьев. Сушат цветки в тени, раскладывая на бумаге нетолстым слоем. Биохимики обнаружили в них эфирные масла, дубители и горечи.

Еще древние врачеватели использовали сгущенный сок, полученный из плодов терна, для лечения дизентерии. Тем же действием обладает и жидкий экстракт из плодов. Его надо принимать по столовой ложке три раза в день. Молодые листья терновника тоже целебны – их настой употребляют как мочегонное средство и как средство, улучшающее обмен веществ. Издавна известна в народе и целебная сила корней и коры терна. Отвары корней обладают потогонным действием, а отвары коры – жаропонижающим: помогают человеку при заболеваниях, сопровождающихся высокой температурой. Готовят на коре и примочки при рожистых воспалениях. Листья терна, смешанные с чайной заваркой, придают напитку приятный аромат и своеобразный привкус.

Отечественные терновники обладают хорошей засухоустойчивостью и морозостойкостью, к тому же они солевыносливы, и эти их свойства давно привлекают селекционеров. Путем скрещивания дикого терна с садовой сливой были выведены интересные гибриды, так называемые тернослив. Популярны селекционные сорта тернослив: Терн десертный, Терн сладкий и Ренклод терновый. Их красивые, крупные, лежкие плоды превосходны по вкусу, питательны и целебны. Темно-фиолетовые сливины с сизым налетом буквально облепляют гибкие ветки, ежегодно давая хороший урожай. Мякоть тернослив зеленая, легко отделяется от косточки. Плоды тернослив, как и плоды терна, хороши для варенья, повидла, маринадов, киселей и даже годятся для маринования. Маринованный терн вполне может соперничать с маслинами. Кто припасет да насушит дикого или окультуренного терна, тот обога-

тит компотную смесь оригинальным продуктом. Из семян дикого терновника готовят суррогатный кофе: после обжаривания ядра косточек становятся безвредными.

Терн – перспективный плодовый кустарник. Он уже признан в Поволжье. Но некоторые садоводы им все-таки пренебрегают. А ведь терновнику даже садовой земли не требуется, достаточно посадить его в саду по соседству с боярышником, иргой, акацией и спиреей, которые образуют живую изгородь, непроходимую для скота и зайцев. На этом месте терн окажется не только зеленым сторожем, но и верным хранителем почвы, защищая ее от смыва полыми и дождевыми водами.

Размножают дикую сливу семенами и корневыми отпрысками. Сажают ее вдоль солнечной стороны сада, поскольку растение светолюбивое.

Взрослый кустарник достигает трехметровой высоты. Иногда это еще небольшое деревце имеет уже красивую крону – шатром. Побеги тонкие, желтоватые, а то и красно-бурые. Их кожица поверху усеяна светлыми точками. Укороченные ветки оканчиваются крепким шипом. Листья терна, как у вишни, кожистые, продолговатые, по краю они с зазубринами. Окраска листа темно-зеленая. Цветки терновника распускаются раньше листьев, и бывает их так много, что крона становится сплошь белой, необыкновенно красивой. Душисто веет со стороны терновых зарослей, нежный запах разносится далеко-далеко, привлекая пчел. Выходит, терновник не только красив, но и полезен по весне.

В диком состоянии у нас обитает семь видов слив. Их плоды съедобны, в пищу могут употребляться как свежими, так и после переработки. Некоторые сливы содержат красящие и дубильные вещества. Очень интересна слива растопыренная – близкая родственница лесного терна, растет она на Кавказе. Это уже не кустарник, а высокое, многоствольное дерево с колючими тонкими ветвями. Встречается в ореховом подлеске, на каменистых склонах, по ущельям и долинам. Местное название ее – „алыча". Плодами растопыренной сливы любят лакомиться медведи и кабаны. Местное население умело готовит алычовый лаваш, представляющий собой пластины из вяленой плодовой мякоти. Алычовый лаваш – вкусное, лечебное (противоцинготное) кушанье, его едят как отдельно, так и в виде приправ ко вторым блюдам. Обилие лимонной кислоты делает этот продукт особенно ценным.

На Тянь-Шане, на горных склонах Чаткальского хребта растет ферганская слива. Она невысокая, на ветвях ее нет колючек. Кора молодых побегов ферганской сливы серая, а тех, что постарше – коричневая. Цветки ферганского терновника распускаются одновременно с листьями, плоды круглые, розоватые. Внутри каждой сливины – крупная, легко отделяющаяся косточка. Некоторые ученые полагают, что эта слива появилась в результате скрещивания других форм диких терновников.

Терн – кустарник или дерево? На этот вопрос единого мнения у ботаников нет. Считают, что он может быть и кустарником, и деревом в зависимости от экологических условий. Растет терн довольно быстро: в семилетнем возрасте он уже цветет и плодоносит, а в десять лет становится выше человеческого роста, толщина ствола его у корневой шейки с руку. Но почему же в лесных чащобах редко отыщется самосев? Заглушает лесной полог, ведь терн не мирится с нехваткой света. Только в окружении бересклета, орешника и крушины терновник чувствует себя хорошо. На лугу он превосходно уживается с ивняком. Встречаются и чистые заросли терна. Их много вдоль равнинных рек Цны, Суры, Сейма, Хопра, Ворсклы и Северского Донца. Старожилы Фроловского района Волгоградской области еще помнят огромные заросли этого плодового кустарника на месте теперешнего хутора Терновка. И сливины наливались крупные, сладкие, созревали они в августе. В Бурлукской долине до сих пор встречаются обильные заросли дерезника – так еще называют терн. Особенно много его в заброшенных садах, куда он попал когда-то.

Терн, скрещенный с алычой, еще в древности подарил людям домашнюю сливу. Вот уже более двух тысяч лет занимает она в садах почетное место. А есть места, к примеру Дальний Восток, где слива – главнейшая плодовая культура. На домашнюю сливу похожи и так называемые терновки. Сейчас популярны устойчивые сорта терновок – Сизый голубок, Козловский и Ренклод синий. Успешно проводились скрещивания песчаной вишни и терна. Так что колючий кустарник с мелкими терпкими плодами интересен во многих отношениях, и прежде всего со стороны его генетической ценности. А она у него, как видно, высокая, что и выдвигает настоятельную потребность в охране дикорастущего терновника. Он еще послужит людям.

ПРИРУЧЕНИЕ ЯГОД – ТУР ВТОРОЙ



С. Ошанин

В средних широтах нашей страны издавна довольствовались традиционным набором культурных ягод: клубники, малины, рябины, крыжовника, смородины. Другие собирали в лесах. В последние десятилетия ассортимент культурных ягод значительно возрос. Облепиха, черноплодная рябина (арония), жимолость съедобная, актинидия, лимонник, шелковица – вот далеко не полный список новых ягодных культур. Они появились и в садах любителей, и в садах колхозов и совхозов. Более того, появились плантации ягод и в лесах. И самое главное, что привлекаются не просто новые ягодные культуры, а ценнейшие лекарственные растения.

Большая работа по выведению сортов и внедрению новых ягодных культур ведется в Институте садоводства Сибири имени М. А. Лисавенко (г. Барнаул). За успехи в развитии сибирского садоводства институт в 1967 году награжден орденом Трудового Красного Знамени. А недавно группе ученых во главе с директором института, академиком ВАСХНИЛ И. П. Калининой присуждена Государственная премия СССР за введение облепихи в культуру. О том, как велик вклад института в работу по выведению новых сортов и распространению их по стране, говорят факты: две трети всех посадок черной смородины и облепихи в стране занято сортами, выведенными в институте, сотрудники института распространили по стране черноплодную рябину, ведется активная работа по отбору лучших форм жимолости съедобной, приручается калина, виргинская черемуха.

И недалеко то время, когда в наших лесах и садах ассортимент ягод еще увеличится, а птицы распространят их далеко за пределы плантаций.

Расскажем о некоторых ягодных культурах подробнее.

На первое место, безусловно, надо поставить облепиху крушиновую. На первое, потому что по огромной территории, где ее можно возделывать, по урожайности, по морозостойкости, по неприхотливости, по содержанию ценных для человека веществ облепиха лидирует среди всех дикорастущих ягод нашей страны.

Она любит солнце и влагу, почвы предпочитает легкие, плодородные, но не выносит заболачивания. В естественных условиях селится вдоль берегов рек южных районов нашей страны.

На корнях облепихи в кораллообразных образованиях поселяются бактерии, фиксирующие азот из воздуха. Вокруг кустика (или деревца, достигающего десяти метров высоты) появляется обильная корневая поросль. А иногда дочернее растеньице может вырасти метров за пятнадцать – двадцать от материнского – это шнуровидный корень пробуравил почву и образовал новую куртину.

У облепихи используются листья и плоды. Но главное богатство этого растения – ягоды. Они сидят на коротких плодоножках вокруг веточек женских растений, образуя своеобразный початок. Среди ягод колючки. Собирать ягоды облепихи – дело очень сложное. Ведь чтобы обобрать вручную кустики с одного гектара при средней урожайности, требуется четыреста человеко-дней. Сейчас ученые работают над проблемой: как механизировать сложнейший процесс сбора и сортировки этой бесценной ягоды.

Ягоды облепихи имеют приятный кисло-сладкий вкус, за что прозваны сибирским ананасом. Они содержат жирные кислоты, провитамин А, витамины B_1, Е, С, фолиевую, яблочную и виннокаменную кислоты, сахара, дубильные и многие другие вещества. Из ягод получают знаменитое облепиховое масло, которое усиливает регенерирующие свойства тканей, лечит лучевые поражения кожи, ожоги, обморожения, различные кожные болезни, варикозное расширение вен, заболевания желудочно-кишечного тракта – всего не перечислишь.

Помимо медицинского применения,

плоды облепихи едят в свежем виде, из них варят варенье, кисели, готовят соки, сырые джемы, пасилу, желе, облепиховое вино, настойки и наливки.

Облепиха плодоносит ежегодно, и урожайность ее очень высока. На одном гектаре растет от пятисот до четырех тысяч стволиков, а урожай ягод доходит до трех тонн. С плантаций, засаженных лучшими сортами облепихи, можно получить до тридцати тонн ягод с гектара.

Запасы облепихи у нас в стране значительны. Хозяйств, где выращивают облепиху, достаточно много, и занимает эта культура довольно большие площади. Так, в Чаданском спецлесхозе, расположенном вдоль реки Хемчик, облепихой занято более 1200 гектаров, в Бийском лесхозтехникуме – более 1300, а в Тес-Хемском спецлесхозе, расположенном вдоль рек Тес-Хем и Кош-Терек, – более 2700 гектаров. И в дальнейшем намечается увеличение числа хозяйств, выращивающих облепиху, и улучшение ее сортов.

Область распространения облепихи обширна, формы ее разнообразны, генетический фонд достаточно большой. На Алтае облепиха отличается отменным ростом, обильным урожаем, мягкой густой листвой, а самое главное – у нее мало колючек. Вдоль реки Чулышман встречаются деревья облепихи, достигающие восьмиметровой высоты. Плоды у этой формы ярко-оранжевые или ярко-красные. Встречаются кустарники с удлиненными плодами, есть низкорослые, но зато урожайные. Тувинская облепиха – колючая, мелкоплодная, зато в ее плодах наибольшее количество драгоценного масла.

В Институте садоводства Сибири имени М. А. Лисавенко работа с облепихой ведется уже много лет. В результате были получены первые в мире сорта этой ягодной культуры, не имеющие колючек, с крупными плодами, содержащими больше драгоценного масла, чем дикие формы. Около полутора десятков сортов сейчас проходят государственное испытание, а сорта Новость Алтая, Дар Катуни, Золотой початок, Масличная, Витаминная, Чуйская уже занимают десятки гектаров.

Если вы хотите вырастить на своих участках эту ягоду, помните, что на каждые пять – семь женских растений требуется одно мужское. При посадке необходимо учитывать направление весенних ветров. Цветет облепиха в апреле – мае, обычно до распускания листьев.

Царицей всех северных ягод сейчас называют жимолость съедобную. В природе нашей страны встречается почти пятьдесят видов жимолостей. Они ценятся как медоносные растения. А в городах и поселках их используют для озеленения. У всех видов жимолости ягоды практически несъедобны. Употребляют в пищу плоды только жимолости съедобной: камчатской, Турчанинова и алтайской. Разнятся они высотой кустов, формой и размерами листьев и щетинками на них.

Основные признаки этого кустарника: высота от 0,7 до 1,5 метра, шарообразная крона, супротивные листья. Ягоды сидят попарно. По форме они могут быть продолговатые, эллиптические, шарообразные, бочкообразные. Окраска у них темно-сизая с легко стирающимся восковым налетом. Не менее чем формой, разнятся они и по вкусу. На большей части кустов плоды терпкие, горькие, но встречаются и кислые, кисло-сладкие и сладкие. Последние по вкусу напоминают голубику.

У жимолости есть несколько замечательных свойств, выделяющих ее среди всех других ягод. Во-первых, культурные формы этого растения могут расти почти по всей территории страны от Средней Азии до тундры и от западных границ до восточных. Во-вторых, эта ягода поспевает первой, самой первой среди всех. В Подмосковье урожай жимолости можно собирать уже в конце июня, в Сибири – в начале августа. В-третьих (и это, пожалуй, самое важное качество), ягоды жимолости – настоящая копилка витаминов (С, А, Р, РР и других), флавиновых и пектиновых веществ, антоцианов и других полезных соединений.

Ягоды жимолости используются в свежем виде, перетираются с сахаром. Из них варят варенье, кисели, готовят сок, морс, используют для начинки пирогов, готовят вино. Ягоды можно сушить и использовать как изюм.

Используется жимолость и в медицинских целях, при лечении некоторых болезней (особенно в тибетской медицине). Так, ягоды обладают противоцинготными свойствами, способствуют выделению желудочного сока, помогают при малярии, гипертонии, малокровии, сердечных заболеваниях, их применяют при запорах и поносах, а также в качестве мочегонного и общеукрепляющего средства, с их помощью лечат различные лишаи и язвы.

Не случайно жители Дальнего Востока в большом количестве заготавливают эту ягоду. Она урожайна, плодоносит ежегодно, исключительно зимостойка, практически не повреждается вредителями и болезнями.

Жители Приморья еще в начале нашего

90
Облепиха

века пересаживали облюбованные кусты к себе в сады. Но настоящее приручение царицы северных ягод началось менее пятидесяти лет назад.

Оказалось, что жимолость неприхотлива: выносит затенение, нетребовательна к плодородию почв, но любит влагу. Цветение начинается довольно рано, однако в зависимости от погоды может растянуться на 20–28 дней. Это позволяет избежать губительного действия возвратных заморозков. Цветки – прекрасные медоносы. Ягоды созревают примерно через месяц после цветения в один или два приема.

В 30–40-х годах жимолость встречалась лишь в ботанических садах. С 1933 года на Павловской опытной станции Всесоюзного института растениеводства началась селек-

90



ционная работа с этой ягодой. Было отобрано около 100 элитных форм. Оказалось, что растение легко размножается семенами, но при этом получается весьма разношерстное потомство с различными по качеству плодами. Этот способ сейчас используется только для селекционных целей. Гораздо легче размножать жимолость вегетативно.

Самый простой способ размножения – разделение кустов. Можно размножать жимолость и отводками, как крыжовник или смородину. При этом побеги пригибают, пришпиливают, присыпают питательной почвой и поливают. Размножают эту культуру и одревеснев шими побегами. Для этого осенью срезают веточки с четырьмя-пятью хорошо развитыми почками. В подготовленные грядки закапывают ветви с двумя-тремя почками, а две оставляют над почвой.

Самый массовый способ размножения – зеленое черенкование. В средней полосе лучшее время для этого с 10 по 25 июня, иногда до 5 июля. В парник или ящики, наполненные чистым песком или гравием, высаживают полуодревеснев шие побеги. Черенки не менее чем с четырьмя почками срезают утром. Листья у двух нижних почек удаляют, а у двух верхних обрезают наполовину. На нижней части черенка делается косой срез. Посадочный материал сразу высаживается под углом 30–40° в парники или ящики и закрывается застекленными рамами или пленкой. Две почки должны оставаться наверху. Важно поддерживать температурный режим. В сухом воздухе черенки высыхают, в сыром, холодном – плесневеют и выпревают. Примерно недели через две на нижнем конце образуется наплыв – каллус, а еще через 10–12 дней появляются корешки. Осенью за месяц-полтора до наступления заморозков черенки высаживаются на специально подготовленную грядку (8×8 см), почву мульчируют, в первые дни поливают, а на зиму укрывают еловым лапником или сухими листьями. Весной растеньица несколько раз подкармливают, а осенью высаживают на постоянное место.

Выведение сортов жимолости продолжается сейчас на Дальнем Востоке, в Сибири, на Алтае. Особенно большая работа ведется в Бакчарском опорном пункте (Томская область) Научно-исследовательского института садоводства Сибири имени М. А. Лисавенко. Здесь, на специальной плантации, собраны сотни образцов жимолости, из них отбираются лучшие формы.

В настоящее время это делается для того, чтобы жимолость съедобная заняла свое законное место и в наших садах, и на лесных плантациях.

Черноплодная рябина (арония) появилась в нашей стране как декоративное растение в начале XIX века. Она и впрямь хороша. Хороши ее кусты весной – огромный бело-розовый букет. Хороша она и в конце лета, усыпанная гроздьями черно-сизых ягод. Хороша и осенью, когда листья ее становятся ярко-пурпуровыми. Эту уроженку востока Североамериканского материка как пищевое растение у нас по достоинству оценил лишь Иван Владимирович Мичурин. В 1936 году сибирский садовод Михаил Афанасьевич Лисавенко привез из его сада в Алтайский край несколько черенков этой культуры, изучил и размножил ее. И фактически отсюда арония начала свое победное шествие и по Сибири, и по средней полосе европейской части страны.

Чем же ценна черноплодная рябина? Ее плоды содержат различные сахара: глюкозу, фруктозу, сахарозу. Их общее количество в зависимости от места произрастания колеблется от 4,6 до 10%. Богата арония каротином, витаминами С и Р, содержит дубильные вещества. Ягоды черноплодной рябины понижают артериальное давление.

Черноплодная рябина уже прочно заняла место в наших садах, но несколько слов сказать о ней надо. Она любит свет и влагу, отсюда надо исходить при выборе места для посадки. Если условия для растения хороши, оно дает много побегов. Их может быть в кусте до 80–90. Ежегодный уход за рябиной сводится к прополке, рыхлению почвы, подкормке и прореживанию кустов.

Размножается арония семенами, корневыми отпрысками, отводками, но можно куст разделить на несколько частей.

Дальневосточная тайга, точнее Приморский край, необычайно богат целебными растениями. Немало здесь и ягод, сохранившихся с давних времен. Особенно пристальное внимание садоводов привлекают лианы: актинидия коломикта, лимонник и виноград амурский. Эти растения уже многие десятилетия возделываются садоводами средней полосы европейской части нашей страны, но, к сожалению, не столь широко, как они этого заслуживают.

Актинидия коломикта, пожалуй, самая распространенная в средних широтах дальневосточная ягодная культура. Изучением этого растения занимался в 20–30-х годах Иван Владимирович Мичурин. Он вывел несколько сортов: Крупная Мичурина, Ананасная Мичурина, Клара Цеткин. Они



прекрасно росли и давали богатые урожаи в его саду. Мичурин считал, что культура актинидии коломикты может и должна быть продвинута как можно дальше на север.

Актинидия коломикта – лиана, достигающая десяти и даже пятнадцати метров. Обвивая дерево, лиана поднимается до вершины, густо оплетая ветви. Это растение любит полутень, то есть предпочитает селиться в изреженных лесах, на прогалинах, вырубках, гарях, по краям каменистых осыпей.

По содержанию витамина С плоды актинидии коломикты стоят на втором месте после шиповника. В ягодах содержится много аскорбиновой кислоты, до 10% сахаров, около 3% органических кислот, имеются дубильные, пектиновые и красящие вещества. В медицинской практике актинидия коломикта применяется как общеукрепляющее средство, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, при нарушении обменных процессов, заболеваниях бронхов и легких.

Плоды употребляются в сыром виде, из них готовят варенье, соки, кисели, компоты, вина. В подвяленном виде напоминают изюм – отсюда и местные дальневосточные названия: „изюм", „кишмиш" и др.

При разведении актинидии коломикты следует учитывать, что это двудомное растение, хотя изредка встречаются экземпляры и обоеполые. Размножается эта культура вегетативно – отводками и семенами. Первый способ, однако, предпочтительнее.

Семена высевают ранней осенью в хорошо удобренную рыхлую почву на глубину 0,5 сантиметра. При нормальной влажности летом следующего года появляются дружные всходы. Сеянцы выдерживают на месте не менее двух лет. Сеянцы и молодые растеньица, пересаженные на постоянное место, надо притенять и защищать от кошек – они грызут молодые стволики.

Растение можно пускать по стволам яблонь, груш и других деревьев, но предпочтительнее разводить их на шпалерах, которые на зимний период можно было бы укладывать на землю, чтобы растения не вымерзли.

И еще одна особенность этого растения – оно славится пестролистностью. В начале лета листья, находящиеся в тени, становятся пурпуровыми. Красная часть листа отделяется от зеленой белой каймой. Урожайность культурных растений – до 10 килограммов ягод с куста, созревают ягоды в конце августа – начале сентября.

Виноград амурский–довольно редко встречающееся в садах любителей растение. Хотя по своим пищевым и лекарственным свойствам он вполне заслуживает более широкого введения в культуру. Длина лианы винограда амурского – 20–25 метров, диаметр – до 10 сантиметров, поэтому он нуждается в мощной опоре. Листья очень крупные – до 25 сантиметров. Растение двудомное. Плоды темно-синие с сизым налетом. В условиях Подмосковья они вызревают уже в сентябре. После первых заморозков становятся особенно сочными и сладкими.

Виноград амурский неприхотлив: выносит затенение, однако лучше развивается на плодородных почвах.

Это быстрорастущее растение. Плодоносить оно начинает через несколько лет после посадки. Ягоды содержат сахара, органические кислоты, пектиновые, дубильные и красящие вещества, эфирные масла, витамины. Употребляется, как и обычный виноград: в свежем виде, идет на приготовление соков, варенья, компотов, вина.

Размножается виноград амурский семенами, черенками, отводками. Всходы нуждаются в небольшом притенении.

С давних времен сохранилось в Приморском крае удивительное растение – лимонник – многолетняя деревянистая лиана, достигающая десяти–пятнадцати метров длины и двух сантиметров в диаметре. Это богатое витаминами растение прежде всего оказывает тонизирующее действие, снижает утомление организма. Когда-то местные охотники брали с собой в тайгу горсть сухих ягод лимонника, уверяя, что они помогают обходиться целый день без пищи. В настоящее время наукой доказано, что слишком большие дозы лимонника сначала вызывают возбуждение нервной системы, а затем сильное ее угнетение. Поэтому принимать лимонник можно, только посоветовавшись с врачом.

К сожалению, запасы этого ценнейшего растения сокращаются с каждым годом. Выбирается все: ягоды, стволики, вырываются корни. Лимонник в диком виде практически на грани исчезновения. Поэтому необходимо как можно бережнее относиться к этому растению, собирать только ягоды и вводить лимонник в культуру.

Плоды лимонника собирают по мере их созревания. В свежем виде их не употребляют, они идут на сушку или на сок. Сок лимонника используется для приготовления квасов, сиропов, киселей, варенья, мармелада, а то и просто разбавляют его водой и пьют как освежающий напиток. При приготовлении соков надо следить, чтобы

92
Шелковица

93
Лимонник

семена остались целыми, нераздробленными – они придают продукту горький, жгучий вкус.

На лиане в пазухах чешуй располагается по три–четыре мужских и два–три женских

под пленкой, как правило, появляются дружные всходы.

Саженцы высевают рядами (через 2–2,5 метра) вдоль заранее приготовленных шпалер. Лимонник требователен. Он любит плодородные, рыхлые, влажные почвы и места, защищенные от сильных ветров. В европейской части страны он достаточно зимостоек. Вредителей и заболеваний лимонника не замечено.

В Гродненской области есть специализированный совхоз „Большое Можейково". Здесь промышленная плантация лимон-

92



цветка. Опыляется растение мелкими жуками, поедающими пыльцу, реже мухами и пчелами. Осенью на растении висят кисти (от 4 до 40) ярко-красных ягод диаметром до 1 сантиметра. В каждой ягоде до 3 семян. Но большинство из них (до 95%) не имеют зародыша.

Отобрать семена для посадки легко – их надо опустить в воду. Семена с зародышами опустятся на дно, остальные всплывут.

Семена сразу надо освобождать от мякоти и, не давая им подсохнуть, высевать в плодородную почву. На следующий год

ника была заложена в 1967 году и дает сейчас ежегодные устойчивые урожаи.

В Институте ботаники Академии наук Литовской ССР изучаются перспективы выращивания новых для страны видов – клюквы крупноплодной и голубики высокорослой родом из Северной Америки.

В Затонском опытно-показательном лесхозе Горьковской области плантации нашей, отечественной клюквы заложены на площади одиннадцать гектаров. В десятках лесных хозяйств ведется работа по увеличению продуктивности ягодных культур. При

этом выбирается участок болота или леса, где выявлены хорошие естественные заросли клюквы, брусники или черники ... Ненужная растительность уничтожается, а за ягодниками ведется уход. И сбор ягод с таких плантаций выше, чем с естественных.

Кстати, так же высаживаются и другие ягодные кустарники: облепиха, черноплодная рябина, рябина обыкновенная, шиповник.

До сих пор речь шла о привлечении в сады и леса средней широты европейской

93



части страны растений, которые обитают, как правило, в схожем климате. Но в наших краях прижилось, правда, пока еще в малом количестве южное растение – шелковица, или тута, которая в изобилии растет в Крыму, Закавказье, Средней Азии.

В районах своего исконного обитания шелковица – растение универсальное. В одних районах листья шелковицы употребляют как овощи, в других – из них готовят прохладительные напитки. Общеизвестно, что листья туты – единственный корм шелкопряда.

Ягоды туты – красные, белые, черные. Из них готовят вино, сок, сиропы, варенья, джемы, патоку, желе. Из уваренного сока шелковицы готовится знаменитая грузинская чурчхела.

Подсушенные ягоды употребляются как изюм, а из высушенных ягод делают муку, из которой приготавливают различные кушанья.

Прочная и плотная древесина шелковицы находит широкое применение. Из нее изготовляют музыкальные инструменты, мебель, бочки и другие изделия.

Селится шелковица на самых бедных песчаных и засоленных почвах.

Издавна русские люди стремились продвинуть культуру туты на север. В XVII веке появились первые посадки в Подмосковье, а в 1836 году четыреста саженцев туты были посажены на Тверском бульваре в Москве. Но вскоре по прихоти царевича их вырубили. В мае липы уже распустились, а деревья шелковицы стояли голые – наследнику престола это не понравилось.

Но все-таки тута не была уничтожена полностью. Сейчас в Москве растет более 200 деревьев, есть посадки в Ярославской области, пытаются вырастить эту культуру в Горьковской и даже Архангельской областях.

Появилась тута и в садах любителей. Размножается эта культура семенами, укоренением и прививкой черенков. В наших условиях лучше размножать туту семенами – растения получаются более крепкими, выносливыми. В марте семена замачивают на двое суток в воде. Затем высевают в ящики или горшки. Если температура держится в пределах 25–30 °С, всходы появляются на восьмой день. Их переносят на подоконник. Здесь они развиваются до начала июня.

В грунт высаживают на солнечных местах, защищенных от северных ветров. К почвам тута нетребовательна, не выносит лишь заболачивания. Сажать растеньица лучше на холмик высотой 30–40 сантиметров, сложенный из рыхлой, но неплодородной земли.

Шелковица – растение двудомное. Поэтому на пять-шесть женских растений надо сажать одно мужское или прививать ветвь мужского растения в крону женского.

Когда начинается плодоношение, растения надо подкормить, а осенью обрезать побеги, оставляя не более 20 сантиметров.

Особенно большая работа по созданию новых полиплоидных форм туты для северных садов ведется в Институте генетики и селекции Академии наук Азербайджанской ССР.

Здесь рассказано лишь о некоторых ягодных культурах, которые могут значительно обогатить средние широты европейской части страны. Но нет никакого сомнения, что точно так же можно увеличить ягодную продуктивность любого района нашей необъятной страны. И наши внуки будут благодарны нам за это.

КОВАРНЫЕ ЯГОДЫ



А. Стрижев

Летние леса – привольные, щедрые. И чего-то в них нет: и грибы, и ягоды, и съедобные травы! Только не расточительствуй и не собирай что попало, не рви зря. Всякое занятие в лесу не должно разорять лес. Всякий сбор должен быть разумным, осторожным. Особенную осторожность надо проявлять к сбору ягод.Ведь наряду с полезными в лесу есть немало и опасных для здоровья ягод. Не брать их и не рвать! Таково непреложное правило обращения с неизвестными вам ягодами. Ведь они могут быть коварными. Неопытность может обернуться несчастьем. Помните об этом сами и научите этому детей.

Одни из самых опасных ягод в русском лесу – *ягоды волчьего лыка.* Что же представляет собой это растение?

Неодетый апрельский лес. Спешно набирается тепла его жухлая листвяная подстилка, которую буравами сверлят зеленые побеги трав. От солнечных лучей и теплого воздуха основательно прогрелись кроны и стволы деревьев, и теперь в них безудержно бродит живительный сладкий сок. И уже первые цветочки радуют глаз. Как не полюбоваться, к примеру, дафной, прозванной в народе волчьим лыком. Собой дафна – коротышка. Зато душиста и красива! Алые цветочки снизу доверху унизывают тонкие веточки, будто бантиками разукрашен лесной кустик. Фенологи прозвали волчье лыко лесной сиренью за сходный запах с садовой сиренью. Только подолгу не вдыхать его – дурманит! Ведь волчье лыко, по-другому волчец, волчеягодник, – растение ядовитое, причем ядовитое во всех своих частях.

В коре волчеца содержится острый гликозид дафнин и желтоватая смола мезереин. Эту смолу можно обнаружить в корнях и плодах кустарника, именно мезереин делает его ядовитым. Сушка не уничтожает действующего начала, и высушенное растение остается жгучим, токсичным. Но всего опаснее ягоды волчьего лыка. Десять – пятнадцать штук – смертельная доза для человека. Ягоды, помимо мезереина, накапливают еще яд коккогнин, вызывающий тяжкие отравления: пострадавшего бьет судорога, он чувствует колики и упадок сил, зрачки его глаз расширены, воспалены. При сильном отравлении больной страдает рвотой, поносом, а затем и вовсе теряет сознание. Ему немедленно очищают желудок, как противоядие дают глотать лед и слизистое питье: кисель или отвар.

Надо оберегать от волчьего лыка детей. Чаще всего именно дети отравляются коварными ягодами. Летом, в пору походов за земляникой и черникой, они по незнанию могут принять плоды дафны за съедобные и собрать их. С виду ягоды волчьего лыка похожи на красную смородину, но путать их никоим образом нельзя. Надо разъяснить детям, что красная смородина в нашем лесу не растет и все похожие на нее дикие ягоды несъедобны. А еще лучше показать на месте, в лесу, что берут в пищу, а к чему вообще притрагиваться нельзя.

Домашние животные, за редчайшим исключением, почти не отравляются волчеягодником. Жгучий сок кустарника отпугивает их. Правда, пастухи наблюдали иногда, как овцы или козы щипали зелень дафны без вреда для себя. В малой порции листва, по-видимому, для них не опасна. Во всяком случае этот скот волчеягодником не отравлялся. Интересно, что для дроздов не вредны даже ягоды дафны. Они их поедают без каких-либо опасных последствий, растаскивая семена по всему лесному приволью. Выходит, сеятели волчьего лыка – прежде всего птицы. Проглоченные ими ягоды перевариваются частично, семена, например, остаются всхожими и после сложного путешествия по их желудочно-кишечному тракту.

Говоря о вреде ядовитого растения, справедливо сказать и о его пользе. Все тот же волчеягодник не бесполезен в лесу. Судите сами, его ранневесенние цветы – великолепное пчелиное пастбище. Медоносность цветов отменная. Ядовитая же кора дафны

может быть ценным красителем для шерсти. Умелое применение ядов в медицине – в интересах здоровья.

Если волчье лыко цветет в светлом, безлистном лесу, то его соперник по *ядовитости* – *ландыш* благоухает лишь в начале лета, когда древесный полог густ и объемлющ. Ландыш – всем известное растение, помимо упоительного запаха и прелестного облика, он славится также своими лекарственными веществами. Ландышевые капли успокаивают и подкрепляют сердце, и в этой роли растение давно фигурирует в фармакопеях мира как целительное средство. Но ландыш в то же время и яд, особенно ядовиты его красные ягоды, которые легко отыскать в августовском лесу.

Ландыш – трава многолетняя. Корне-



94
Волчье лыко – ядовитое растение

95
Ягоды ландыша ядовиты

вище имеет ползучее, вроде узловатых шнуров. Распространяется в основном с помощью этого корневища, которое каждой весной выгоняет все новые и новые побеги с их дивными соцветиями. Ландышей бывает много в лесах и по кустарникам, гораздо реже встретишь их на заливном лугу, средь сочного разнотравья. Скотом ландыш не поедается, своим запахом и острым соком он словно предупреждает: опасен, не подходи. Но в многолетней практике пастухов были случаи, когда корова или лошадь все же съедала эту ядовитую траву. И как результат – рвота, понос, учащенное мочеиспускание. Животное испытывает слабость, деятельность сердца и дыхание нарушаются. Чаще ядовитыми растениями отравляется завозной скот,

95



местный же обычно хорошо знает подножные корма. Охотно питается травой ландыша разве что пятнистый олень, да ведь его меню так разнообразно, что включает едва ли не все кормовые пасынки лесного разнотравья.

Ядовита и трава, родственница ландыша, – *вороний глаз*. Это причудливое народное прозвище растение получило за черную ягоду на конце стебля. Научное название дано в честь Париса, сына троянского царя. Видовая помета „квадрифолия" намекает на строение мутовки, которая состоит из четырех крупных листьев. Когда набредешь в лесу на такую траву, первое, что заметишь сразу, это ягода, одна-единственная на кустике и черная-черная, с сизой поволокой – ну как есть вороний

96
Ядовитая ягода – вороний глаз



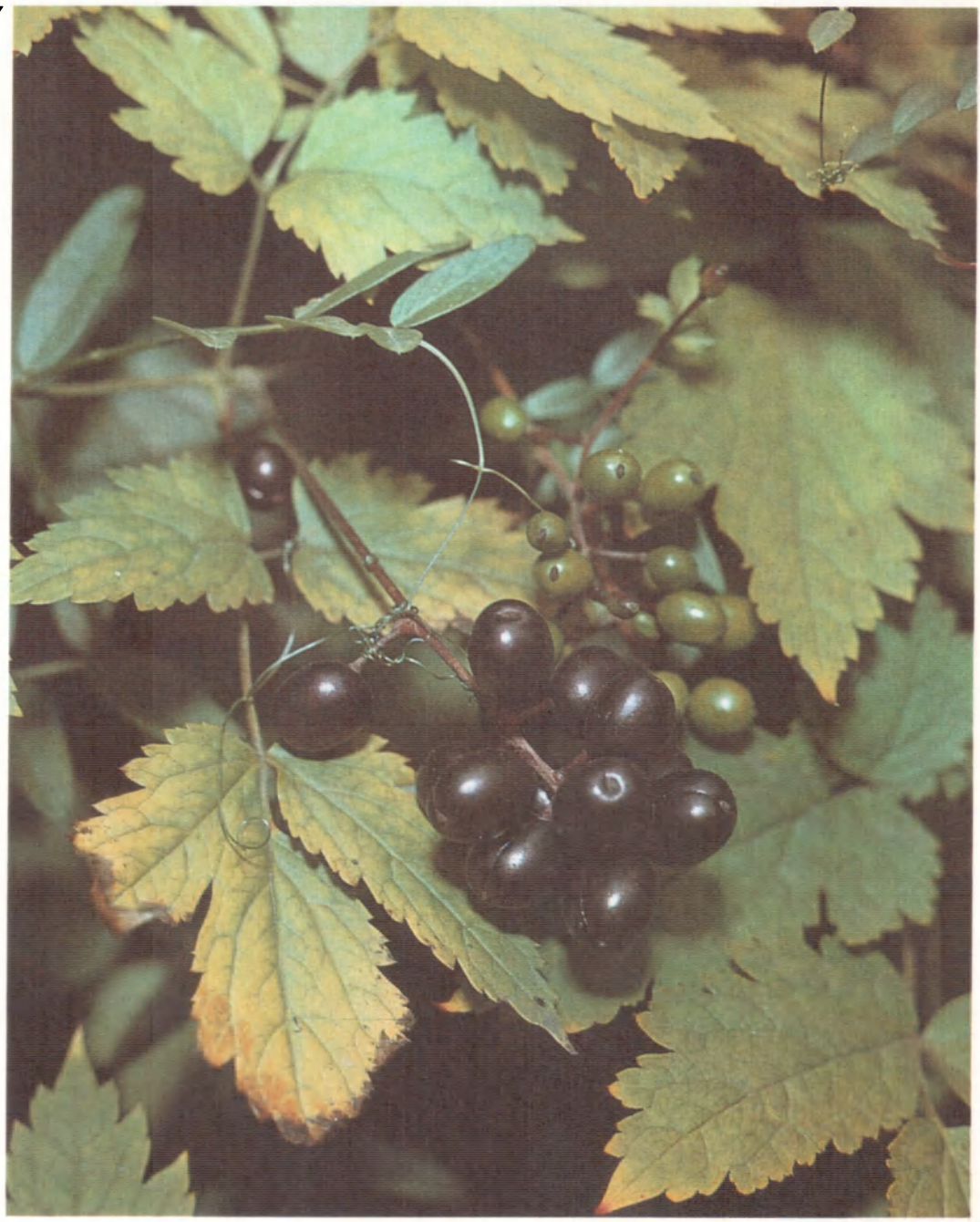
96

97, 98
Ядовитые ягоды воронец черный и воронец красный

глаз. Цветок у растения был тоже один, зато красовался он весьма продолжительное время.

У вороньего глаза особенно ядовиты корневище и плоды, в них содержится бесструктурное вещество отвратительного вкуса – парастифин. Этот ядовитый сапонин опасен для крупного рогатого скота и лошадей. Потому-то и сторонятся вороньего глаза домашние животные, изредка разве какой листок ухватит овца или коза. Но мелкий копытный скот вообще меньше восприимчив к растительным ядам, как и птицы, которые поедают черные ягоды в большом количестве (относительно своего веса) и не отравляются. Ошеломление, судороги, паралич – вот признаки отравления вороньим глазом. Причем части этого

97



растения действуют неодинаково: ягоды повреждают сердечную деятельность, листья обладают антиспазматическими свойствами, а корневище вызывает рвоту. Вороньего глаза надо опасаться, и особенно надо беречь детей.

Еще одно *ядовитое растение – воронец* (с предыдущей травой оно, кроме созвучия, никак не связано). Листья воронца несколько напоминают листья бузины, что отмечено в ботаническом (латинском) названии. Все растение токсично, и ядовитость его не пропадает совсем даже при высушивании. Ягоды у воронца свисают кистями, цветом они могут быть черные или красные. Те и другие ядовиты, вызывают у скота тяжелые отравления. Люди обычно их не трогают.

Как и каждое растение, воронец небесполезен. Раньше из его спелых ягод варили черную краску для крашения шерсти. Вороной цвет – черный, отсюда и „воронец". Умели готовить из этих ягод и прочные чернила. Молодые листья и ветки воронца дают красную краску. Растение обитает в лесах и попадается сравнительно часто.



98

Кто бывает в лесу, знаком, конечно, и с *жимолостью*. Ее темно-красные плоды, сидящие попарно, густо унизывают кустарник. Кажется, находка из находок. Но *брать эти ягоды нельзя – они несъедобны*. Поспевают ягоды в июле – августе, а цветет кустарник в конце весны. Цветки желтовато-белые, сидят по два на общей пазушной цветоножке, опыляются пчелами. Как и всякое растение, жимолость небесполезна в лесу. Ее ягодами питаются птицы. Они-то и распространяют кустарник. Листьями жимолости лакомятся овцы, чрезвычайно охочие до них. Но самое замечательное у нее – древесина, твердая, как кость. Недаром ее когда-то пускали для выделки ружейных шомполов и для кнутовищ. Вологодские кружевницы старались обзавестись коклюшками из жимолости: больно уж мелодично перестукивают в работе.

Живет жимолость долго: двадцать – двадцать пять лет. Интересно, что в Сибири и на Дальнем Востоке растет съедобная жимолость. В отличие от несъедобных ягоды ее не красные, а темно-голубые. Сибиряки их потребляют свежими, в варенье, киселях, а также в желе и напитках. Съедобная жимолость вполне подходяща для ягодных посадок в других районах. Садоводами разводится для живых изгородей – прочный и красивый заслон против господствующих ветров.

Несъедобны, коварны ягоды белокрыльника болотного (они красные, собраны в початок), *купены лекарственной* (темно-синие) и *паслена сладко-горького*, попадающегося в зарослях кустарников.

Не рвите в лесу ягод, вам неизвестных! Они могут оказаться коварными и нанести вред вам и особенно вашим детям!



РЕЦЕПТЫ

МОЧЕНАЯ БРУСНИКА И КЛЮКВА

Отбирают крупные, зрелые ягоды, кладут в бочонок и заливают рассолом. На 10 л воды берут 100–300 г соли и 300–500 г сахара. Гвоздику и корицу добавляют по вкусу. Примерно через месяц моченые ягоды можно подавать к столу.

СУШКА ПЛОДОВ РЯБИНЫ

Плоды отделяют от плодоножек, моют, затем опускают на 2–3 минуты в кипяток, после чего рябину охлаждают в воде и откидывают на решето. Сушат в



духовке или печи при температуре 70–75 °С. Высушенные плоды морщинистые, окраска их кожицы темно-оранжевая, с глянцем.

КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА

Зрелые плоды моют, разрезают, очищают от семян и волосков, ополаскивают холодной водой и заливают горячим 45 %-ным сахарным сиропом. Через 8–10 часов плоды вынимают из сиропа и перекладывают в горячие стеклянные банки. Сироп нагревают до кипения и, выдержав кипящим 2–3 минуты, заливают им плоды в банках. Затем стерилизуют: пол-литровые банки держат в кипящей воде 10–12, литровые – 15–20 минут. После стерилизации банку сразу же закатывают крышкой и переворачивают до полного остывания.

ПАСТИЛА ИЗ ЛЕСНЫХ ЯБЛОК

Килограмм протертых диких лесных яблок смешивают с таким же количеством сахара. Постоянно перемешивая, варят до густоты сметаны. Массу перекладывают в деревянные лотки, выстланные промасленной бумагой, и ставят в нежаркую печь или духовку. Когда масса подсохнет, к ней добавляют свежего пюре с сахаром и досушивают. Готовую пастилу хранят в тех же лотках. Пастила легко режется ножом, имеет красновато-коричневый цвет.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ СОКОВ ИЗ ЯГОД С САХАРОМ

Ягоды засыпать сахаром и оставить на сутки на свету. Затем сок слить, ягоды растереть деревянным пестиком, положить на марлю, натянутую над стеклянной банкой, дать стечь соку, ягоды отжать. Смешать оба сока, разлить в бутылки, прикрыть горлышки марлей и поставить в кастрюлю с теплой водой, положив на дно сено, солому или ткань, чтобы бутылки не разбились. Воду довести до кипения и держать в ней бутылки 2 часа. Дать воде охладиться, бутылки вынуть, закупорить, залить смолой или воском и положить набок.
Ягод – 1 кг, сахара – 1–0,7 кг.

СУШКА ЯГОД

Ягоды, не вынимая из них косточек, рассыпают на противни, покрытые хлопчатобумажной тканью, слоем в 2 см и ставят в духовку или печь при температуре 50–60 °С на 8–10 часов. Досушить ягоды можно на открытом воздухе.

СУП ИЗ ЧЕРНИКИ И ДРУГИХ ЯГОД С МАКАРОНАМИ

Ягоды перебрать, вымыть, засыпать сахаром, залить кипятком и кипятить 10 минут. Одновременно сварить макароны и опустить их в ягодный суп. Суп подавать холодным или горячим, заправив сметаной.
Ягод – 350 г, макарон – 50 г, воды – 1 л, сахара – 40–60 г, сметаны – 30 г.

ВАРЕНЬЕ ИЗ БРУСНИКИ И ТЫКВЫ

Бруснику перебрать, промыть, откинуть на решето или дуршлаг, засыпать сахаром и варить 30 минут, часто помешивая. Тыкву очистить, нарезать кусками, положить в бруснику, добавить гвоздику, корицу и варить 35–40 минут до мягкости тыквы. Остудить, сложить в банки и хорошо завязать.
Можно добавить апельсиновые и лимонные корки. Корки замочить на сутки холодной водой, промыть, залить кипятком и проварить 10–15 минут. Положить их в бруснику одновременно с тыквой.
Брусники – 1 кг, тыквы – 500 г, сахара – 250 г, корицы – 5 г, гвоздики – 2 г.

БРУСНИКА С ПРЯНОСТЯМИ

Бруснику перебрать, вымыть, откинуть на решето или дуршлаг. Положить в банку, залить рассолом и завязать.
Рассол: воды – 1 л, сахара – 200 г, гвоздики – 1 г, корицы – 5 г. Прокипятить 10 минут и остудить.
Брусники – 1 кг, рассола – 500 г. Бруснику можно переложить яблоками.

ПОМАДКА ИЗ ЯГОД

Малину, красную смородину, ежевику протереть, а черную смородину, клубнику, вишню размять и варить 10 минут с сахаром. Охладить, положить белки яиц и стереть до пышности.
Ягод – 1 кг, сахара – 200 г, яиц – 2 шт.

МУСС ИЗ ЯГОД

Ягоды вымыть, размять, отжать сок. В отжимки налить воды, всыпать сахар, прокипятить 10–15 минут, процедить, вторично прокипятить, снять с огня, положить вымоченный в воде и отжатый желатин, влить отжатый сок. Поставить на холод и сбивать до пышности. Вылить в форму и остудить.
Ягод – 1 кг, сахара – 200 г, желатина – 20 г, воды – 400 г.

НАЧИНКА ИЗ ЯГОД

Ягоды засыпать сахаром, дать постоять 12 часов. Сок слить, ягоды положить в открытый пирог. Три четверти объема сока вскипятить, в оставшейся четверти развести картофельную муку и заварить кипящим соком. Готовый пирог залить полученным киселем при подаче на стол.
Ягод – 1 кг, сахара – 400 г, картофельной муки – 10 г.

ПИВО ИЗ ЯГОД МОЖЖЕВЕЛЬНИКА

Ягоды использовать неспелые. Варить 30 минут, процедить, положить дрожжи, мед, размешать, поставить бродить. Когда дрожжи поднимутся наверх, размешать еще раз, разлить в бутылки и закупорить.
Ягод можжевельника – 1 кг, воды – 5 л, меда – 125 г, дрожжей – 25 г.

КВАС ИЗ КИСЛЫХ ЯГОД

Ягоды (бруснику, клюкву, барбарис) вымыть, откинуть на дуршлаг или решето, ссыпать в бочонок или большую стеклянную банку, залить кипяченой холодной водой, закупорить крышкой. Через месяц можно использовать. Из настоя можно приготовить квас. Для этого настой разбавляют двумя частями кипяченой воды, затем прибавляют на 1 л 100 г сахара.
Ягод – 1 кг, воды – 3 л.



3 Раздел

Грибы

Входишь ранним утром в лес с корзинкой и, конечно же, с надеждой, что она будет наполнена отборными грибами. Вот и первые встречи: сыроежки, свинушки, валуи. Пока не берешь, идешь дальше к тем укромным уголкам, куда до тебя никто заглянуть не должен. Возвращаешься по-разному. Иногда гордо идешь — корзина полна боровиков, подосиновиков, рыжиков, а часто приходится прикрывать небогатый сбор ветками, чтобы никто не приметил твоей неудачи.

Но у грибной охоты есть — одно неоспоримое достоинство. Каждый раз, разбирая добычу, вспоминаешь, где нашел тот или иной гриб, и будто снова и снова переживаешь лесные встречи.

В этом разделе книги есть и яркое описание „смиренной охоты брать грибы", и рассказ о съедобных и ядовитых грибах, о том, как их заготавливать и хранить, о том, какие блюда можно приготовить из них.

Дары природы



СМИРЕННАЯ ОХОТА БРАТЬ ГРИБЫ



В. Солоухин

Мой первый увиденный в жизни гриб – это маленький крепенький масленок, с круто заостренной шляпкой, покрытой темно-коричневой, красноватой, даже маслянистой кожицей. Ножка толстая, крепкая и короткая. Испод гриба затянут белой пленкой. Когда ее уберешь, откроется чистая, желтоватая, лимонного оттенка нижняя сторона шляпки, и на ней две-три капли белого молочка. Именно такие боровые маслята родились в нашем лесочке. Мы брали самые ядреные, величиной не более колечка, образуемого большим и указательным пальцами. Я и сейчас их вижу в траве растущими вереничками. Потянешься за одним – увидишь еще пяток. Попадались совсем крохотные маслятки – из тех, которые потом в маринованном виде никак не уколешь вилкой на тарелке – настолько малы и юрки.

Так как мне хотелось принимать участие в разборке и чистке грибов, то вот еще одно мое самое первое „грибное“ воспоминание: черные пальцы рук, которые потом не отмываются три дня. Помнится, я очень стремился к тому, чтобы содрать пленку с шапочки за один прием, чтобы она снялась вся целиком, а гриб чтобы остался красивым и целым. Но это мне никак не удавалось. Грибы после моей чистки получались истерзанными, с обломанными краешками, и я завидовал взрослым, которые с легкостью исполняли то, к чему я безуспешно стремился.

Вообще же для меня разбор грибов ничуть не меньшее удовольствие, чем их собирание, разумеется, если разбираешь свою корзину. Устанешь после долгого блуждания в лесу. Может быть, даже вымокнешь под дождем. Хорошо переодеться в сухое, позавтракать, попить чаю, отдохнуть за хорошей книгой либо даже вздремнуть, если поднялся, пока не рассвело.

А ведь нужно подняться, когда еще не рассвело. Пока собираешься, пока идешь до леса, рассветет. Дело тут не в том, чтобы опередить других. Есть особенная прелесть на любую охоту выйти рано утром. На рыбалку – понятно: рыба на рассвете лучше клюет. К грибам это условие никак не относится, и тем не менее большая разница, когда войти в грибной лес: на чутком, затаенном рассвете, по безмолвному приятному холодку либо в жаркий полдень, когда и в лесу, и в душе какое-то вовсе „негрибное“ настроение. В полдень хорошо собирать ягоды, лесную малину, орехи, но никак не грибы. Немало значит и уверенность, что не прочесали еще этот лес досужие соперники-грибники.

Может быть, я говорю лишь про себя, может быть, все остальные любят ходить по грибы в полдень либо даже к вечеру, не знаю. Но думается, что недаром у французов „рано утром“ называется „бонёр“, то есть „прекрасный час“. Так вот, я люблю прекрасный час. Для меня дороже всего войти в лес, когда в лесу еще сумрачно и тихо, и нетронуто, и под первой же елью ждет тебя твой первый гриб, как будто он нарочно вышел поближе к опушке, чтобы первым попасться на глаза и обрадовать. Уж если у самого края нетронутые грибы, то, значит, действительно ты первый и можешь ходить спокойно, не торопясь, не опасаясь за свои любимые места, до которых дойдешь не сразу. Правда, может случиться так, что вдруг начнут попадаться обрезки, грибная стружка, а при подходе к самому заветному месту услышишь приглушенные голоса: грибники, как и рыболовы, не любят лишнего шума и громких разговоров. Ну что ж, оно хоть и твое заветное, но все же не твое. Опередили – не сетуй. Всякая охота предполагает и удачу, и неудачу, грибная охота в том числе.

В ранний час чаще случаются в лесу и посторонние, „негрибные“ приключения. То увидишь двух играющих белок и замрешь, и будешь следить, пока не надоест или пока они не убегут. То выскочит навстречу озабоченная лиса, то перебежит дорогу деловитый работяга-ежик, то вырвется с оглушительным хлопаньем крыльев дикий голубь.

Почему-то дневной, жаркий лес скупее на такие развлечения, чем утренний, прохладный, не сбросивший с себя ночной дремоты.

И потом надо же поймать тот час, когда косые лучи солнца начнут пронизывать лес, словно золотые спицы, увязая в мохнатой хвое, с трудом пробиваясь до замшелой влажной земли. Синий сумрак, изрезанный такими золотыми прожекторами, начнет клубиться у подножия лесных великанов, цепляясь за сучья и поднимаясь все выше и выше. Прекрасен утренний лес, когда ты в лесу один.

Правда, я больше люблю ходить в лес в тихие, пасмурные дни, даже если временами начинает сеять мелкий, нешумный дождь. Приятно слушать его вкрадчивое, успокаивающее шуршание по листьям деревьев. Если дождь усилится, можно спрятаться под старую ель и переждать. Но, конечно, нужно иметь в виду, что если выйдешь из-под ели совершенно сухим и если дождь уже перестал, все равно потом вымокнешь от мокрой травы, от ветвей кустарника, которые придется раздвигать и которые будут обдавать обильным душем той самой дождевой воды, от которой только что так удачно спасся под старой елью.

Еще приятнее уйти в лес осенним днем с пронзительным холодным ветром. Бывают осенью дни, когда хотя и солнце, но из северного угла тянет таким леденящим воздухом, будто Арктика приблизилась и находится теперь за лесом, что на горизонте. Дядя Никита Кузов говорил в таких случаях: „Дует из незамшаного угла". Незамшаный – значит применительно к крестьянской избе не утепленный мхом между бревнами. Если бы в избе действительно оказался один угол неутепленным, то, конечно, из него зимой тянуло бы стужей на всю избу. Выражение „незамшаный угол" северной части нашего горизонта представляется мне очень удачным. Так вот иногда леденяще дует из этого самого незамшаного угла.

Ни на реке, ни в поле в это время нечего делать. Отвыкшие от зимнего холода лицо и руки зябнут, да и самому нужно одеваться как можно теплее, чтобы не продувало.

В такой день одно удовольствие оказаться в лесу. В лес заходишь, как с улицы в теплый дом: тихо, уютно. Если попадется поляна в окружении позолотевших берез, можно полежать на мягкой траве, где по-летнему пригревает солнце.

Но вообще-то были бы грибы. Погода – дело второстепенное. Радостно и в дождь, и в холодный ветер, и в грозу возвращаться домой с полной корзиной. Невесело в самую лучшую погоду идти пустому. Сколько раз приходилось ходить в лес просто на прогулку. Идешь тогда с пустыми руками – и душа спокойна. Но стоит взять кузовок, как появляется совсем иная психология. Казалось бы, есть в жизни проблемы поважнее, есть и удачи крупнее, нежели два-три десятка грибов, есть и огорчения острее, нежели пустая корзинка, но если бы кто знал, как неловко идти через все село, неся пустой кузовок! Стараешься поскорее, незаметно прошмыгнуть до дома. Впрочем, если кто из сельчан сумеет заглянуть в пустую корзину, обязательно покачает головой и постарается утешить: „Да, нет еще, значит, гриба. Что-то не так. Он ведь, гриб, что? Для него законы не писаны. Бывает, и дождь, и тепло, и все условия, а его нет. Он ведь областному начальству не подчиняется".

Впрочем, с тех пор как я постепенно узнал и убедился, что в наших подмосковных, владимирских, вообще в среднерусских местах произрастает около двухсот видов и разновидностей грибов, из которых лишь самая незначительная часть ядовита и несъедобна, я редко прихожу с совсем пустой корзиной. В ней может оказаться мало именно тех грибов, которые берут все и повсеместно, но как на безрыбье и рак – рыба, так же на безгрибье и какая-нибудь говорушка серая или мокруха еловая – гриб. Я, пожалуй, назову несколько грибов, которые, вероятно, незнакомы, так сказать, среднему грибнику. Вешенка (обыкновенная и осенняя), гриб – зонтик пестрый, ивишень, колпак кольчатый, лаковица розовая, рядовка (желтая, красная, серая, скученная, фиолетовая), чешуйчатка (золотистая и травяная), баран-гриб, печеночница обыкновенная, рогатик (желтый и языковый), головач (круглый и продолговатый), порховка (свинцово-серая и черноватая), лопастник (бороздчатый, курчавый, ямчатый) ...

Все эти грибы съедобны, вкусны, все они произрастают в наших лесах, но обходятся грибниками. Я уж не говорю о таких видах грибов, которые всем известны, но не берутся из пренебрежения. В деревнях мало кто берет валуй, свинушку, луговой опенок и даже шампиньон. Условность здесь, как и во всяком деле, связанном с пищей, велика.

Я не хочу сказать, что я сам, когда в лесу полно рыжиков или подосиновиков, хватаю все эти рогатики, лопастники, мокрухи и дождевики. Но есть особенный интерес в том, чтобы набрать грибов в безгрибное

время, вернее, считаемое безгрибным, потому что начиная с апреля и кончая заморозками в лесу растут хоть какие-нибудь да грибы.

Как бы ни устал, как бы ни намок в лесу под дождем, как ни приятно после грибного похода напиться чаю и отдохнуть, все же еще приятнее сначала разобрать корзину. Нужно поставить около себя несколько пустых посудин – больших блюд, различных плошек, противней и кастрюль. В одну посуду пойдут грибы на белую сушку, то есть грибы исключительно белые. В другую – откладывается сушка черная: крупные маслята, крупные подберезовики и подосиновики и вообще всякие трубчатые грибы, которые по размеру или по виду не годятся на жаркое и в маринад.

101
Зонтик пестрый



101

102
Печеночница

На сковороду откладываются шампиньоны, часть мелких масляток, часть лисичек, часть мелких подосиновиков, можно добавить для букета и два-три белых. Большую часть масляток, лисичек и молоденьких подосиновиков следует отложить для маринада. В почетную посуду отделяются рыжики. Два сорта грибов для засолки: первый сорт – грузди, волнушки, некоторые разновидности сыроежек, похуже – скрипицы, млечники, валуи.

Каждый гриб еще оглядишь, снимешь прилипший листок или хвойные иголки, улитку, пропутешествовавшую из леса, разрежешь гриб пополам или на части.

Пока перебираешь грибы, вспоминаешь о каждом – где нашел, как его увидел, как он рос под кустом или деревом. Еще раз пе-

102



реживешь радость от каждой находки, особенно если были находки редкие и счастливые. Еще раз проплывут перед глазами картины грибного леса, укромные лесные уголки, где теперь тебя нет, но где все так же хмурятся темные ели, все так же лопочут на своем языке тронутые багрянцем осины.

103
Рогатик

Итак, мои грибные воспоминания начинаются с воспоминаний о маслятах. Название это произошло от вида гриба или, вернее, от ощущения. Все знают, что масленок покрыт слизистой кожицей. Но вот что интересно: настолько симпатичны людям эти грибы, что они не прозвали их как-нибудь унизительно, например слизняки, или склизняки, или даже сопляки, что тоже было бы верно, но – маслята. Известно,



103

104



104
Дождевик

что все скользкое, склизлое вызывает в народе если не отвращение, то пренебрежение. Однако маслята избежали этой участи. Не склизлый, но масляный – совсем другие ассоциации, совсем другое отношение: масляными могут быть и блин, и каша или, как в песенке про петушка, „шелкова бородка, масляна головка".

Наверное, не у одного меня первым грибом был масленок. Не ручаюсь, что он самый распространенный гриб в наших среднерусских лесах, может быть, валуев или лисичек растет больше, чем маслят, но все-таки масленок первым умудряется попасться на глаза. Этому немало способствует, наверное, и то, что местом его обитания являются лесные опушки.

Если сравнивать с цветами, то масленок, как одуванчик. Может быть, других цветов – незабудок, лютиков, кашки, кошачьих лапок – не меньше, чем одуванчиков, расцветает на земле, но все-таки деревенские девочки свой первый в жизни венок сплетут не из купальниц и даже не из васильков, а из солнечных одуванчиков.

Итак, лесные опушки, правда, не всякие, но сосновых, преимущественно молодых, лесов. В старом бору, вероятно, уж не встретишь масленок, зато молодые сосенки с зеленой травой между ними – любимое место обитания маслят. Нужно вспомнить, что, помимо основного названия, у этого гриба есть еще имя: его называют „сосновик".

Маслята – народ исключительно дружный. Где один, там еще пяток. Да разве пяток! Длинные вереницы прячутся в зеленой траве – то красновато-бурые, то красноватые. Пока срезаешь одну вереницу, увидишь новые. Так по всей опушке, не знаешь, на что смотреть, с чего начинать – глаза разбегаются.

Хорошо, если пришел вовремя и все грибы один к одному крепенькие, прохладные. Но бывает, нападешь на россыпь маслят, а они, как один, червивые, застарели, переросли, высохли. Срезаешь их десятками, так, на всякий случай, но в корзину попадает один из ста.

Из-под земли маслята вылезают одними из первых, уже в начале июня их можно собирать. В это-то время их главным образом и берут, пока нет в большом количестве ни подосиновиков, ни белых, ни рыжиков, ни груздей. Потом, когда начнется настоящее разногрибье, маслятами как-то пренебрегают и, между прочим, зря.

Конечно, белый есть белый, и груздь есть груздь. Но если сравнивать с подберезовиками или с подосиновиками, то я решительно не знаю, нужно ли отдавать предпочтение последним. Масленок один из самых вкусных грибов.

Если принять четыре способа приготовления грибов, то есть жарить, сушить, мариновать и солить, то маслята участвуют в первых трех способах, избегая одной только засолки. Жареный масленок очень нежен и душист, тем более что благодаря обилию маслят всегда можно отобрать для жарки только самые молодые грибки. А так как маслята появляются действительно одними из первых, то обычно ими приходится разговляться после долгой зимы. (Правда, знатоки разговляются в мае летними опятами, а еще раньше, в апреле, – сморчками.) В разговении же, как известно, – особая сласть.

Что касается заготовки впрок, то маслята либо маринуют, либо сушат. И то и другое хорошо. Для маринования отбирают грибы помельче и покрепче. Раньше, я помню, у нас в доме, когда все еще делалось по-домашнему и, как говорится, „руками", отбирали для маринада только самые мелкие грибки. Я думаю, в маринад не попадало гриба крупнее трехкопеечной монеты. Да еще нужно иметь в виду, что каждый грибок уменьшится во время варки. Даже удивление возьмет, когда увидишь грибы на тарелке, как это разглядели в лесу, в траве и как это их очистили от кожицы. Кажется, нельзя его взять пальцами – настолько мал.

Основная масса маслят уходила в сушку. Во время постов и в постные праздники варили грибные супы. Суп из маслят очень вкусен, но я боюсь его настойчиво рекомендовать, когда можно употребить на суп грибы, специально предназначенные для этого. Маслята же, смешав с другими сушеными грибами – подосиновиками, подберезовиками и опятами, лучше всего тратить на грибную икру.

Итак, масленок – один из самых вкусных и здоровых грибов, растущих в наших местах. Если же в разгар грибного сезона его берут не так охотно, как другие грибы, то этому может быть только две причины. Первая кроется в самом изобилии маслят и в том, что они, не успеешь подойти к лесу, так и лезут на глаза. Вторая, мне кажется, в том, что это гриб, который нужно чистить,

105
Ложнодождевик

то есть снимать кожицу. И хотя кожица снимается очень легко, но если маслят много и если они мелкие и скользкие, то чистить их – очень кропотливая и надоедливая работа. Руки после маслят делаются черными, и чернота эта долго не отмывается. Согласитесь, что проще готовить грибы, с которых нужно отряхнуть только лесной мусор – и можно класть на сковородку или бросать в горшок.

Правду говорят: „Век живи – век учись". Как-то зимой я купил в магазине банку маринованных маслят. На этикетке было помечено „маслята неочищенные", я не поверил своим глазам. Не может быть, думал я, что маслята замариновали, что их можно мариновать, не сдирая с них скользкой кожицы. Оказалось, что можно. Но это не ме-

105





няет представления о масленке как о грибе „хлопотливом" и „трудоемком". Сколько же долгих и скучноватых, кропотливых часов потрачено за многие годы на очистку маслят, которые вовсе не надо было чистить! А сколько мелкоты, самых мелких масляток (но и самых вкусных) оставлено в лесу из-за того, что „придется чистить". Нет, это целая революция в грибном деле.

Сам я еще не пробовал готовить неочищенные маслята и, откровенно говоря, не знаю, как их готовят. Ошпаривают кипятком? Моют в горячей воде? Только ли в маринад идут неочищенные грибы? Или можно их жарить и даже сушить?

Считают, что царь грибов – боровик. Пожалуй, соглашусь, но для себя на первое место ставлю сосновый или боровой рыжик.

Говоря так, нужно вспомнить о тех же самых молодых сосенках, либо о травянистых опушках более старых сосновых лесов, на которых растут и маслята-сосновики. Это грибы-спутники. Там, где в июне, июле, августе собираешь крепеньких маслят, там в сентябре и октябре ищи ядреных, как молодая морковь, рыжиков.

Рыжик сосновый, рыжик величиной с чайное блюдце, рыжик величиной с копейку, рыжик, из которого на разрезе льется яркий оранжевый сок, рыжик, который оранжево выглядывает из зелени травы или мха, рыжик соленый, рыжик вологодский, рыжик вятский, рыжик, именем которого называют рыжих котят, рыжих щенков и даже рыжих мальчишек, рыжик ... да что тут скажешь, рыжик – и не надо никаких слов.

Впрочем, в разговоре, особенно если речь идет уже о приготовленных маринованных или соленых грибах, редко скажешь „рыжики". Даже невозможно себе представить, чтобы один человек сказал другому: „Приходи, у меня есть прекрасные рыжики". Помоему, без уменьшительной формы невозможно говорить об этих грибах. „Приходи, друг, у меня есть превосходные рыжички", – это звучит естественней и легче.

В середине осени, в конце сентября, в октябре, устанавливается иногда удивительная погода. Безветрено. Утром выпадает на траву холодная, обжигающая ноги роса или даже белые хрустящие утренники. Каждая травинка, каждый упавший на землю лист, каждая соломинка, каждая паутинка, протянутая там и сям, – все обсыпано сахарной пудрой. Но небо чисто, оно такого глубокого синего цвета, какого не увидишь в летнюю жаркую пору. Солнце начинает пригревать в синем безветрии и вскоре там, где хрустел под ногами заморозок, появляются россыпи крупной, как отборные бриллианты, росы. Особенно красива в это время обсыпанная росой паутина.

Замечательный мастер Борис Кузьмин подарил мне большую фотографию паутины, провисшей под тяжестью капель. На фотографии не видно, где происходит дело – в поле или в лесу. Но если приглядеться, то в каплях росы отражены, правда, вверх ногами, островерхие темные елочки. Так и встает перед глазами еловый молодой лесок в сиянии голубого неба, в сверкании холодной росы и обогретый теплым солнышком. Воздух в это время, как говорят, по рублю за фунт. И вообще все в природе дышит свежестью, здоровьем и чистотой.

В эту ядреную осеннюю пору появляются самые лучшие, самые крепкие, самые рыжики. Они тоже обрызганы в это время росой, даже в некоторых из них, в середине, в ямочке, собирается немного хрустальной влаги.

Рыжики, как и их спутники по молодым сосновым лесочкам, почти никогда не растут поодиночке, а всегда стаями, лентами. И в том секрет, что на тарелке потом окажутся грибки невероятно маленького размера. Конечно, такой грибочек в отдельности ни за что не углядишь в траве. Но когда срезаешь вереницу, вместе с крупными попадают под ножик и малыши. Там, где рыжиков много, в нижегородских или вятских лесах, любят засаливать рыжики в бутылках. Смысл в том, что в засол попадают только те грибы, которые способны пролезть в узкое горлышко бутылки. Вообще же рыжики в северных местах, например в Вологодской области, чаще всего солят в берестяной посуде, в больших и маленьких туесах.

Недалеко от Кирова, в селе Спасо-Талица, живет талантливый фотограф-самоучка Иван Александрович Крысов. Его фотография „Хлеб насущный" – натюрморт из стакана молока, двух яиц и ломтя черного хлеба, напечатанная в „Огоньке", обратила на себя внимание и специалистов, и читателей. Иногда мы перебрасываемся письмами. Иногда приходит маленькая посылочка. Откроешь, а там либо баночка с медом, либо банка грибов. На банке обычно надпись: „Дары земли" и четыре знака восклицательных.

Таким-то путем я получил однажды толику настоящих вятских рыжиков. Рыжики были один к одному, трехкопеечного размера, чистенькие, словно сейчас из леса.

Однако удивило то, что в засол не поло-

жено ни чеснока, ни укропа, ни листьев смородины, ни листьев хрена, ни самого хрена, ни листьев дуба, ни листьев вишни – одним словом, ничего, что, казалось бы, непременно полагается класть в грибы во время засолки. Здесь были только рыжики и соль.

Эти рыжики сначала нам не понравились: не пахнут обыкновенным соленым грибом (то есть чесноком или укропом). Сколько хвалили нам вятские рыжики и вятский засол, а вятичи, оказывается, вовсе не умеют солить. До сих пор не догадались, что нужно класть разные душистые листья и специи!

Ползимы „дары земли" простояли в холодильнике без употребления. Потом как-то раз я положил себе на тарелку десяток

107
Рыжики сосновые



107

ровненьких рыжичков, о чем-то задумался и механически медленно разжевал гриб, попавший на зуб. И вот запахло осенней лесной опушкой, молодыми сосенками, остуженным октябрем, почудилось, что вокруг ранний, утренний воздух. Тогда я понял то, до чего вятские грибники дошли гораздо раньше: и чеснок, и смородинные листья только отшибли бы естественный аромат и вкус. Пахло бы уже не рыжиком, а чесноком и укропом. Теперь же настоящий лесной вкус гриба, оказывается, законсервировался вместе с самим грибом и обнаружился во время разжевывания.

Рыжики были крепкого посола, по-моему, их даже коснулся процесс брожения. Но они были необыкновенно вкусны, и мы с тех пор ели их как необыкновенное лакомство, поглядывая, много ли остается.

Павел Иванович Косицын, проработавший много лет лесником, учил меня солить рыжики следующим образом. Кадку нужно хорошенько промыть. Положить в нее можжевеловых веток, а ветки эти ошпарить кипятком, чтобы их дух пропитал древесину кадки. Затем ее накрывают ватным одеялом, чтобы можжевеловый пар не выходил наружу. Приподняв одеяло, кидают в кадку сильно раскаленные камни. Вода шипит и глухо урчит под одеялом, и новая порция можжевелового аромата впитывается кадушкой. Впрочем, дело касается не только можжевелового аромата, без которого, вероятно, и можно было бы обойтись. Но таким образом осуществляется дезинфекция, а это залог того, что грибы зимой не прокиснут и не начнут плесневеть.

Итак, кадушка готова. Рыжики нужно тщательно вытереть тряпочкой от земли и мусора и сухие укладывать рядами и слоями, чтобы каждый слой получался с полчетверти толщины. Уложенные грибы переслаиваются всеми теми приправами, которые я перечислял выше. Вероятно, можно класть и тмин, и вообще все то, что может дать свой, особенный вкус. Так укладывают слой за слоем, пока не наполнится кадушка. Можно засолить и половину кадушки, тем более что как бы вы ее ни наполнили, все равно придется потом добавлять, ибо грибы сильно осядут.

Поверх грибов нужно положить мешочек из марли, наполненный солью, распластав его ровно по всей поверхности. На этот мешочек кладут деревянный чисто промытый кружок, а на кружок гнет, чаще всего обыкновенный речной камень. Через некоторое время кружок и камень начнут опускаться вниз, а поверх их выступит обильный грибной сок, который Павел Иванович рекомендует время от времени отчерпывать.

Спустя два месяца грибы можно есть. То есть что значит „можно есть“? Их можно есть и на другой день. Но за два месяца они просолятся, примут в себя все возможные оттенки аромата и вкуса и станут такими, какими хотел их увидеть кулинар. Останется при хорошем собеседнике положить их на тарелку и поставить на стол графинчик из чистого стекла, а также аккуратные, небольшие рюмочки.

Конечно, рыжики лучше всего солить, особенно заготавливая впрок на долгое хранение. Но нужно сказать, что и маринованные они хороши. Все казенные маринады на один вкус. Возьмите в магазине маринованные маслята, лисички, огурцы, патиссоны, все попробуйте по очереди, и вы убедитесь, что все это одинаково и в общем-то не очень интересно.

Но когда вы сами насобирали рыжиков и есть надежда, что завтра вы наберете еще, у вас появляется возможность творить. Особенно к рыжикам я рекомендую творческий подход при мариновании. Нужно найти ту золотую середину, чтобы маринад, привнося свои оттенки, не убил естественного лесного вкуса гриба.

Что касается нас, мы не стараемся мариновать рыжики в расчете на долгое хранение. Во-первых, потому, что для этого нужен очень крепкий состав маринада, то есть нужно брать очень много уксуса, а это неинтересно, да и неполезно. Во-вторых, потому, что все равно рыжики долго не простоят: не утерпишь и съешь. Поэтому мы маринуем их для того, чтобы есть тотчас или в ближайшее время – на сколько хватит. Поэтому мы обходимся слабеньким маринадом с минимальным количеством уксуса, но зато с усиленной дозировкой сахара и всех специй: душистого перца, лаврового листа, корицы, гвоздики. Может быть, другим покажется ужасным, но в подслащенном маринаде есть своя прелесть. Твердого рецепта мы никогда не придерживаемся, кладем все по вкусу, пробуем во время варки, и получается каждый раз несколько по-иному, но всегда хорошо. Может быть, потому, что нужно употребить слишком много усилий, чтобы испортить и сделать невкусным такой гриб, как рыжик.

Теперь о сырых грибах. Самому мне, вероятно, не пришло бы в голову всерьез за столом, при помощи ножа и вилки есть сырые грибы. Самое большое, что мы делали мальчишками, – поджаривали рыжики на костре. Вспоминая детство, я иногда беру с собой в лес щепотку соли. Если день серый, прохладный, с дождичком, особенно приятно разжечь в лесу небольшой огонек. Вы-

берешь место под дремучей елью, непроницаемое ни для дождя, ни для света. Сухо, тепло, уютно, как в комнате. На земле ровная и гладкая подстилка из темных коричневых игл, слежавшихся в плотный пружинящий войлок, по сторонам березки или иные деревца, сверху над головой радиально разбегающиеся черные еловые ветви. С этих ветвей свисают длинные бороды голубоватого лишайника. Душистый дымок от костра тотчас наполнит всю эту лесную комнату, начнет подниматься вверх, процеживаясь сквозь широкие плоские ветви, а также выбираться на сторону, где его будет подхватывать и развевать ветерок. В дождь хорошо посидеть у огонька на сухой подстилке из еловых веток. В это время для забавы насадишь на прутик рыжик, насыплешь на него сольцы и поднесешь к огню.

Но это, конечно, баловство, а не еда. И потом как-никак получается гриб жареный, хотя и пахнущий сырцой, мы же хотим говорить о грибах совершенно сырых.

Однажды меня научили, и я попробовал. Рецепт был такой: принести рыжики, желательно боровые, тщательно вымыть их, положить в небольшую глубокую миску вверх пластинками и посыпать солью так, чтобы соль попала на каждый гриб. Я знал, что на севере так приготовляют рыбу, в частности семгу, и называют ее малосолкой. Парную, только что из воды, семгу нарезают ломтиками, присаливают и перемешивают с кубиками льда. Семга впитывает соль и одновременно охлаждается, твердеет. Через двадцать минут едят.

Нечто похожее предлагали мне проделать с боровыми рыжиками. За полтора-два часа соль, оказывается, успевает растаять, а сами грибы дают сок, который собирается на дне в коричнево-красноватую лужицу. Может быть, так и нужно есть сырые рыжики, но я и этот рецепт впоследствии упростил. Тщательно отобранные, без единой червоточинки, без пятнышка и только самые молодые экземпляры добытых рыжиков я кладу на тарелку, солю и тут же ем. Я не замечал, но на детский вкус есть в сырых рыжиках не то что горчинка, но остринка, жгучесть, как будто слегка приперчили. Сначала эта остринка смущала детей, но после того, как я напомнил им, что они едят и лук, и чеснок, которые невероятно горьки и остры, едва различимая горчинка рыжика стала казаться не более чем приятной. Эту еду я нахожу не только необыкновенной по вкусу, но и очень здоровой и каждый год жду не дождусь поры, когда можно будет насобирать свежих рыжиков и полакомиться ими в сыром виде.

Я все время говорил о рыжиках боровых, в то время как существуют еще рыжики еловые, причем их, вероятно, на свете больше. Что можно сказать? Конечно, тоже рыжик – с тем же вкусом, с теми же качествами, но все же ухудшенный вариант. У борового рыжика ножка в несколько раз толще, чем у елового, и не за счет пустоты внутри, а за счет толщины стенок. Шляпка у еловика более тонкая, хрупкая, особенно по краям, тогда как у борового рыжика шляпка толстая, мясистая, а края ее туго завернуты внутрь. Этот рыжик в отличие от елового не искрошится, если его нарочно трясти в корзине. Нужны усилия, чтобы его разломить. Когда режешь ножом, он до половины разрезается, а дальше колется, как молодой огурец или молодая репа.

Еловый рыжик часто бывает зеленого цвета, как если бы он был медный, и покрыт патиной. Правда, даже самый зеленый еловый рыжик на разрезе все равно ярко-оранжевый, но все-таки наружная окраска имеет значение для красоты гриба. Боровой рыжик ярко-оранжевый как на разрезе, так и снаружи. А концентрические полосы на шляпке более темные, чем сам гриб, и придают ему дополнительную красоту.

Пока смотришь отдельно на рыжик, кажется, не может быть гриба красивее его. Эта ядреность, эти темные кольцевые полосы по огненно-рыжему фону, эта хрустальная лужица в середине гриба. А попадется молоденький подосиновичек, развороши вший своей головенкой пепельную плотную листву, – и померкнут все рыжики. Белый корешок, полненький, словно бутуз-мальчонка, и шапочка, сделанная из красного бархата.

Смотришь на все эти грибы и думаешь: чего это зовут белый гриб „царем грибов“? Окраска простая, даже скромная, нет никакого вида. Разве что за вкус, за качество. Но когда еще издали увидишь его – забудешь все. Все будет, как если бы вместо разных духовых инструментов или гармоний заиграла вдруг скрипка. И просто, и ни с чем не сравнимо! Да, это царь грибов. Это маленький шедевр природы!

Чем бесценен белый гриб для охотника-грибника? Тем, что каждый раз, когда находишь его, сердце екает дважды. Первый раз оно екает, когда увидишь прекрасный белый гриб и уже понимаешь, что теперь он никуда не денется. Теперь можно обойти его вокруг, полюбоваться им с разных сторон, поглядеть, как он, так сказать, вписывается в лесное окружение, как он сочетается с той еловой веточкой, прикрыва-

108
Белый гриб



ющей его от глаз прохожего, с тем узловатым еловым корнем, у которого он растет, с той муравьиной тропой, по которой ползают взад и вперед, как по бойкой автостраде, лесные труженики – муравьи. Да мало ли с чем может сочетаться, образуя микроландшафт, микропейзаж, красавец белый гриб? И былинка, и клочок мха, и слипшиеся иглы подстилки, развороченные тем же грибом во время роста, и другие грибы-соседи: мухомор, мокруха, валуй.

Любуешься своей находкой, а на душе неспокойно. Красив-то он красив, но ведь, может быть, съеден червяком. Срежешь, а внутри труха или если не труха, то все в бесчисленных дырочках, и крохотные беленькие червячки. Будешь в последней надежде отрезать от корня белые колесики: может, ближе к шляпке нет червяков. Вот уже и последний срез, вплотную к шляпке, но и тут дырочки, червоточины. Остается разрезать саму шляпку. Разрезаешь и бросаешь на землю. Добыча, оказывается, не твоя. Еще раньше тебя нашли тот гриб противные лесные мухи и сделали его своей добычей, отложили яички, из которых и вывелись теперь еще более противные лесные черви.

Но зато когда срежешь гриб у самой земли и увидишь, что мясо корня так же бело и чисто, как сметана или свиное сало, тогда второй раз екнет сердце. И получается, что один гриб ты нашел как бы дважды, испытал от него двойную охотничью радость.

В популярных книгах и статьях о грибах проклинаются грибники-варвары, которые не срезают грибы, а срывают их целиком с корнем. Мне приходилось прислушиваться к тому, что говорят умные люди, и мотать на ус, чтобы не слыть варваром, хотя я-то прекрасно знал, что одно удовольствие – срезать белый гриб, а совсем другое удовольствие – сначала слегка раскачать его в земле, пока, хрустнув, он не отделится от грибницы, а потом осторожно извлечь из глубокого земляного гнезда. В это время наглядно видишь, что если бы срезал гриб – значит, добрую половину его (по массе) оставил бы истлевать в земле.

Но вот наш крупный ученый-миколог, посвятивший всю жизнь грибам, человек, написавший о белом грибе книгу, Б. П. Васильков утверждает, что срезать белый



108

гриб вовсе не обязательно и что если срывать его, то грибница все равно не страдает. Обрываются какие-то там тяжики, соединяющие ножку гриба с грибницей. Василькову следует верить и, значит, не следует ругать грибников, которые сначала срывают белый гриб, а потом уже очищают его ножом.

Разумеется, есть грибы, которые срезать даже приятнее, чем срывать. Например, рыжик, маслята, опенки, да и сами грузди. Срезая же белый гриб, теряешь половину удовольствия.

Когда срываешь масленок, или сыроежку, или даже рыжик, не приходит в голову понюхать его, втянуть в себя острый и тонкий аромат гриба, бог весть где найденный им и собранный на хранение. И зря, что не приходит в голову, ибо очень душист масленок, прекрасно пахнет рыжик, благоухает опенок, поражает запахом шампиньон. Но все эти грибы растут стаями, вереницами, и было бы смешно нюхать каждый гриб. Разве что понюхаешь, даже и разломив, самый первый найденный в этом лесу.

Напротив, найдя белый гриб, бережно сорвав его и держа в ладонях это крепкое, прохладное, тяжелое, бархатистое образование, первым делом хочется поднести к лицу и медленно, прочувствованно втянуть воздух, чтобы к свежему ощущению утреннего леса присоединилось и это новое ощущение – запах гриба. Но тут-то и ждет разочарование. Дело в том, что белый гриб в отличие от своих менее благородных сородичей, разных там маслят, совершенно лишен какого бы то ни было аромата. Белый гриб не пахнет ничем. Разве что отдает немного прохладой и свежестью.

Тем удивительнее, что, будучи высушенным, белый гриб приобретает вдруг крепчайший, самый что ни на есть грибной аромат, тот самый аромат, который мы и называем грибным и который в других грибах присутствует уже как бы в разбавленном виде.

Запах сушеных белых грибов несравним ни с чем: ни с запахами других грибов, ни вообще с какими-то ни было запахами. Естественно, поэтому, что все блюда, в которых присутствуют сушеные белые грибы, необыкновенно ароматны и вкусны. Еще естественней, значит, что любое другое приготовление белых грибов, помимо сушки, представляется мне порчей бесценного уникального продукта, дарованного землей.

Нет слов, жаркое из белого гриба очень вкусно. Но, говоря правду, и если дегустировать, как дегустируют на конкурсах вина, не зная сорта, то что называется „втемную", то окажется, что в жареном виде белые грибы ничуть не вкуснее маслят, подосиновиков, подберезовиков, лисичек, не говоря уже о шампиньонах.

Конечно, маринованные белые грибы очень хороши и красивы. Их бурые шляпки делаются в маринаде светлее, до нежно-желтых, ножки остаются белыми. И вот они – в банке и на тарелке, как будто сейчас из леса. Они выглядят в банке гораздо аппетитнее маринованных маслят, лисичек, подберезовиков. Но, положа руку на сердце, я не могу сказать, чтобы у маринованного белого гриба был какой-нибудь особенный вкус по сравнению с другими грибами, который выделял бы его из ряда всех остальных грибов, а тем более ставил выше.

То же самое приходится сказать и о соленом белом грибе. Каждый гриб в его употреблении может стать универсальным. Можно жарить сыроежки, рыжики, грузди и, наоборот, солить маслята и подосиновики. Можно сушить шампиньоны, дождевики, лисички и мариновать строчки и сморчки. Короче говоря, можно почти с каждым съедобным грибом производить все операции, а именно: жарку, сушку, соление и маринование.

В Болгарии я пробовал варенье из моркови и зеленых помидоров. Оказывается, возможно и это. Но все же каждый согласится, что лучше морковь положить в суп, а варенье сварить из земляники.

Так и здесь. Можно, конечно, груздь и белый поменять местами, то есть груздь высушить, а белый гриб засолить. Однако речь идет о наилучшем, о наиболее целесообразном, как говорится, об оптимальном использовании того или иного вида гриба.

И вот остается сушка. Как известно, белые грибы сушат по-особенному. Не на железных листах, не на противнях, а нанизанными на нитку. Раньше их нанизывали на тонкие лучинки, а лучинки эти нижними порожними концами опускали в горшок наподобие того, как цветы ставят в вазу. Таким образом, из горшка торчали пучком лучинки с нанизанными грибами. Грибы, конечно, цельные, нерезанные, подобранные один к одному. Все это приспособление ставили в печь, в которой уже не очень жарко, но и не холодно. Хорошая хозяйка знала, когда поставить.

Сушеные, а потом соответствующим образом сваренные белые грибы вкуснее всего на свете. То есть не то что сами грибы, но тот вкус, который они придают всякому из них приготовленному блюду.

Чаще всего таким блюдом является суп из сушеных белых грибов.

Про все другие грибы можно сказать, что их любят собирать молодыми. Молодой масленок, подосиновик, подберезовик, рыжик с трехкопеечную монету, молоденький валуек ... И только, найдя большой белый гриб, радуются больше, чем когда найдут молоденький и маленький, лишь бы этот гриб не был червивым. В самом деле, не так уж много радости, когда попадется, пусть крепенький, белый грибочек, величиной ну хоть с грецкий орех. Приятно, конечно, но даже как-то жалко срывать, словно оставить бы его, чтобы подрос, раздался и ввысь и вширь, а главное, чтобы налился весом, отяжелел, чтобы рука, держа его, чувствовала уверенную драгоценную тяжесть. Белый гриб с чайную чашку радует сильнее. Кладешь в корзину и видишь, что положил нечто. Если же с чайное блюдце, но с округлой еще шляпкой и с ножкой, которую теперь, в свою очередь, можно сравнить с чайной чашкой, перевернутой кверху дном, и если не червив, и если не успела еще пожелтеть исподняя сторона шляпки, но все еще она бела и плотна, то вот и настоящая удача, настоящая радость грибника.

С возрастом нижняя, трубчатая часть шляпки действительно желтеет, не только желтеет, но как бы редеет, становится рыхлой. Начинают отделяться трубочка от трубочки. Гриб снизу делается ноздреватым вместо прежней ровной, несколько матовой, плотной белизны.

Ножка гриба с возрастом тоже меняет вид. Из похожей на перевернутую чайную чашку она делается похожей на стакан. Потом шляпка перерастает ее, и она уже кажется довольно тонкой, вернее, не очень толстой по сравнению со шляпкой. Но, конечно, никогда, ни в каком возрасте белый гриб нельзя назвать тонконогим.

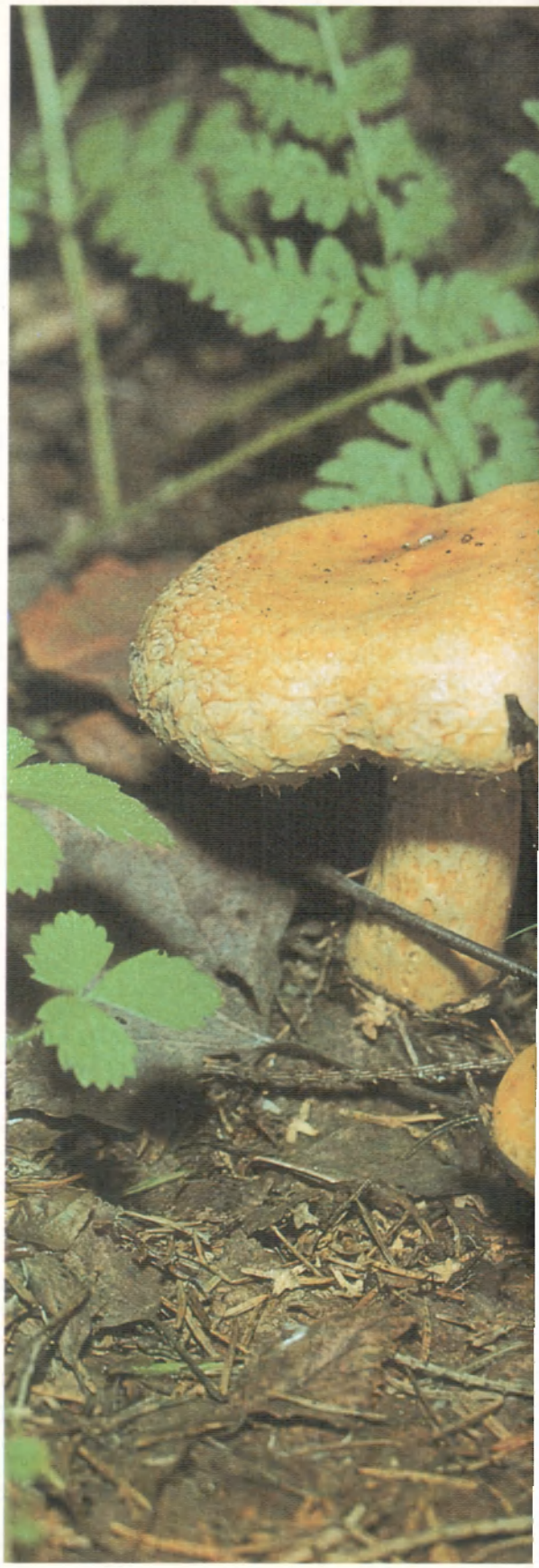
Вообще же, что касается размеров белого гриба, то автор монографии о нем Б. П. Васильков пишет так: „Чаще крупные экземпляры белого гриба произрастают в средней, умеренной полосе СССР, при средних условиях увлажнения почвы и воздуха. Самый крупный экземпляр его, который пришлось мне вообще видеть, был найден в начале сентября в Ленинградской области в смешанном сосново-елово-березовом лесу. Он имел шляпку 27 см в диаметре и 9 см толщины, ножку 14 см длины и 9 см толщины, вес всего гриба был 1,5 кг, при этом он выглядел еще молодым, совершенно свежим и крепким, с клубневидной, невытянувшейся ножкой и, вероятно, мог бы расти еще. По устному сообщению Г. Р. Ибрагимова, однажды им был встречен на Кавказе, на высоте 1600 м над уровнем моря, в грабовом лесу, экземпляр белого гриба с диаметром шляпки 33 см и диаметром ножки 14 см. По сообщению „Юманите“ от 24. X. 1961 года, во Франции найден белый гриб весом в 3 кг 200 г со шляпкой, имевшей в окружности 105 см, следовательно, с диаметром шляпки 33,4 см. Но рекордный по размерам белый гриб был найден в Белорусской ССР, под Минском, с диаметром шляпки в 58 см и ножка – 15 см, о чем было передано по Московскому радио 20. IX. 1961 года. Надо, однако, заметить, что плодовые тела таких размеров встречаются исключительно редко“.

Вот видите, даже пишет „Юманите“ и сообщает Московское радио. Вот что такое белый гриб, какое событие, когда попадаются необыкновенные экземпляры. Я теперь не помню, в каком году это было, но сдается, что тоже не в шестьдесят ли первом, то есть одновременно с французской и белорусской находками, „Советская Россия“ извещала, что под Владимиром, в нескольких километрах от города, а именно в загородном парке, в сосновом лесу, мальчиком был найден белый гриб следующих размеров: диаметр шляпки – 46 см, высота гриба – 40, диаметр ножки – 26 см. Весил гриб более шести килограммов. Он был крепок, свеж и, может быть, действительно мог бы расти еще. Вот это действительно рекорд! Конечно, от нас, владимирцев, не зависело, чтобы именно под Владимиром вырос такой уникальный гриб, но все же чем-то приятно, что вырос именно у нас.

Белый гриб водится в лесах почти всех основных типов, то есть в сосновом, еловом, дубово-широколиственном и березовом, избегая лишь осиновых и ольховых. Получается, таким образом, разновидность одного и того же гриба, отличающегося и окраской шляпки, и, что важнее, плотностью грибной мякоти. В березовых лесах водится белый гриб с более светлыми шляпками, в сосновых и еловых – они более темные, до темно-коричневых, почти черных, а подчас и темно-вишневых. Во всем остальном разница невелика. А может, и вообще нет никакой разницы. Тем не менее как ученые люди, так и заготовители склонны отдать предпочтение еловому грибу. Какую-то из разновидностей нужно было все же узаконить как норму, чтобы все остальные разновидности считались лишь отклонением от нее. Так вот за норму в микологии принят именно еловый гриб.

Известно, что белые грибы заводятся

109
Груздь желтый



только в старых лесах. В середине леса они встречаются редко, а вырастают по краю, шагов на пятьдесят в глубину.

Собирать белые грибы в еловом лесу – одно удовольствие. Здесь нет ни подлеска, ни травы, ни даже мха: чистая, ровная, несколько пружинящая подстилка из многолетних еловых игл. Сквозь нее-то и прорастают крепкие темно-бурые красавцы. Гриб стоит не загороженный, открытый со всех сторон, посланный, вытолкнутый к нам, на свет божий, из-под темной подстилки какой-то неведомой животворной силой.

У Чехова в записной книжке было записано: „Попробовать грузди в сметане". Наверное, шел разговор о грибах, наверное, хвалили этот рецепт „грузди в сметане", а Чехов, оказалось, ни разу груздей не пробовал. Вот и записал для памяти. Что это был за рецепт в русской кухне, мы не знаем, потому что утратилась и сама русская кухня. Чтобы узнать, надо листать старинные поваренные книги. Но можно предположить, что соленые грузди рубили ножом не очень мелко, а потом сдабривали сметаной.

В Сибири в старину груздь считался за единственный гриб, других просто не брали.

О популярности груздя и о том, что ему с незапамятных времен воздавали должное, говорит и пословица „Назвался груздем – полезай в кузов". Все же не рыжиком, не масленком, не боровиком назвался, не просто грибом, а именно груздем.

Когда я впервые опубликовал свое сочинение о грибах под названием „Третья охота" и ничего не написал там о грузде, многие читатели тотчас вступились за этот гриб и засыпали меня укоризненными письмами. Приведу некоторые выдержки из этих писем:

„... Начнем с груздей, которых вы почему-то обошли молчанием. В наших лесах их четыре вида: настоящий, желтый, сухой и черный. Настоящий и желтый похожи на крупные волнушки, только белые или желтые. Черный груздь, или чернушка, – самый распространенный гриб под Москвой. Бывает, осенью пойдешь в крупный старый березняк, найдешь один черный груздь, становишься на четвереньки и наощупь одного за другим маленьких чернушечек



109

полкорзины сразу можно наковырять. Мы их всегда сырыми солили. Через 4–6 недель становятся вкусными. Правда, для них обязателен и укроп, и черной смородины лист, и чеснок. А прошлый год попробовали сперва отварить в соленой воде, а потом посолили. Почему-то оказались вкуснее.

Вообще же, хотя официально считается лучшим настоящий груздь, по-моему, лучше всех, уступающих только рыжикам, сухой груздь, или белянка. В Подмосковье он растет в березовых лесах, дубняке и смешанном лесу с густым подлеском. Старый гриб приподнимает толстый слой хвои, тогда надо кругом под хвоей искать маленьких беленьких, с синеватым отливом пластинок. Этим он и отличается от скрипиц. У скрипицы низ желтоватый. Не говорю уж, что у скрипицы горькое молоко, а у сухого груздя – бесцветный, совсем неедкий сок. Вот Васильков относит сухой груздь (подгруздок белый) ко 2-й категории, а груздь желтый – к 1-й. Ясно, несправедливо. Сухой груздь – это гриб, безусловно, первого сорта. Лучше всего его солить в сыром виде. Исключительно вкусен он, отваренный в соленой воде, горячий, со сметаной. Жарить его тоже хорошо, но не один, а с другими грибами.

Как же так получилось, что про чернушку ты ни словом не обмолвился? А ведь она, по оценке наших настоящих грибников, стоит на 3-м месте после белого и груздя. Лет пять или больше на книжном рынке промелькнула небольшая брошюра Василия Титова. Там он описывал подмосковных дачников. Сейчас не припомню, как называлась эта интересная книжечка, ее у меня зачитали безвозвратно. В ней Титов писал о „дне гриба". Такой день справляли дачники 1-го сентября. Вот там чернушка описана в самых ярких красках. Он ее называл черным груздем.

Чернушка по своим вкусовым качествам, пожалуй, займет второе место после белого. Когда лето грибное, то ее можно встретить и в начале лета. Но чаще сезон чернушки – в августе, сентябре. Из-под слоя опавших колючек поднимаются бугорочки. Собьешь этот панцирь, а под ним в молодом возрасте еще беленькое, чуть-чуть в середине появился коричневый налет, по донышку словно лаком мазнули. Края завернутые, крепкие. В более зрелом возрасте края несколько распрямляются, но не очень. Это бывает у крупных чернушек. От чернушки, как только возьмешь ее в руки, сразу почувствуешь специфический запах, который и после варки сохраняется. Это привлекательный, очень вкусный дух.

По-видимому, через этот запах на нее и нападают вредители. Чернушка еще в крепком состоянии часто попадается с червяком, но с наступлением холодов враги от нее отступаются, тогда чернушка держится долго".

Мои личные впечатления, связанные с груздями, ограничиваются сухим груздем, а также чернушками.

Как-то получилось, что настоящих груздей собирать в массовом количестве мне не случалось. Попадались, конечно, один-другой, но не больше. Очевидно, вблизи нашего села они не водятся, а в чужих местах я за грибами, можно сказать, никогда не охотился.

Но зато много радости приносили мне в жизни подгруздки – голубовато-белые, с еще более голубоватым низом, мраморной почти что крепости, превосходные грибы.

В нашем старинном и чистом еловом лесу, где земля покрыта толстым слоем темно-корчневой еловой хвои и где словно подметено, собирать их – большое удовольствие. Начинается с того, что издалека видишь ярко-белое пятно в этом сумрачном, выдержанном в черных почти тонах лесу. Пятно это – срезанный, разрозненный на части и брошенный гриб. Подходишь и видишь, что еще искрошено три гриба, а слежавшаяся хвойная подстилка в нескольких местах взрыта. Здесь побывал грибник, который нашел груздевое гнездо и разорил его. Хорошие грузди взял, а червивые выбросил. Все это закономерно и тем не менее печально.

Но я отхожу на три шага от места грибного побоища и начинаю пристально смотреть на жидкий коричневый настил. Конечно, гладкость и ровность его преувеличены мной: в лесу не может быть такой уж ровности. Бугры, вылезающие корни, сучья, замаскированные опавшей хвоей, обломки еловой коры ... Однако глаз грибника безошибочно выделит из всех неровностей лесной почвы особенные, почти незаметные и скорее интуицией угадываемые бугорки. Хвоя словно и не приподнята, но чувствуется, что под ее толстым слоем скрыто нечто округлое, твердое. Положишь ладонь на это место, и догадка подтверждается: здесь, то самое. Осторожно расчистишь хвою до пяти сантиметров в глубину, и засверкают рафинадные, фарфоровые розетки гриба. Особенная радость состоит в том, что где один гриб, там поблизости еще десять.

Что касается чернушек, то мы их собираем поздней осенью в дубраве, километрах в восьми от Алешина. Приходится ездить на машине, несмотря на раскисшие

осенние дороги. Если бы меня заставили выбирать по вкусу между самыми первыми грибами, я бы заколебался и, может быть, отдал бы предпочтение перед чернушкой одному только рыжику.

Однако в отличие от рыжика чернушки иногда продаются на московских базарах – как сырые, так и соленые, в закатанных банках. Не то чтобы продаются, однако два раза попадались мне на глаза уже весной, каждый раз по одно–трехлитровой банке. Разумеется, оба раза я схватывал чернушки и восторженно нес домой. Но оба раза меня постигало одно и то же разочарование: грибы были плохо промыты от песка (росли на песчаной почве) и немилосердно хрустели на зубах. Есть их практически было нельзя. И это тем обиднее, что засол был превосходный, а вкус неповторимый, только им, чернушкам, присущий.

Надо сказать и о скрипице. Больше других грибов она похожа на эти вот мои подгруздки, но только не прячется под слоем хвои или земли, а растет на виду, выставляет себя напоказ, причем в таком изобилии, что разбегаются глаза и хочется насобирать скрипиц, а насобирать можно много и быстро. Иногда я поддавался такому соблазну. Отчего бы не собирать: гриб съедобный, безвредный, не червивый в отличие от груздей, что ни срежешь – то в корзину. И все же после двух-трех раз охота собирать скрипицы пропадает надолго, если не навсегда. Дело в том, что у них сухое, прямо-таки деревянистое мясо, и ничего с этим нельзя поделать. Я знаю случаи, когда и мочили их, и отваривали, и солили, и как только не обрабатывали с умением и тщательностью, и все же „древесина" оставалась „древесиной". Жмешь гриб, а из него выжимается сок, как из щепки, сам же он остается безвкусным и сухим. Конечно, если уж никаких грибов в лесу ... Но по мне лучше брать валуи и всякие там рядовки, всякие там рогатики и чешуйчатки, чем скрипицы, хоть они по виду своему так и просятся в кузовок.

Редкое удовольствие – собирать челыши. Так у нас называют молодые подосиновики, или, более правильно, более по-книжному, осиновики. Нужно сказать, что совсем недаром этот гриб в молодости имеет другое название, отличное от названия вида вообще. Случай исключительный, пожалуй, даже единственный. В самом деле, рыжик, будь он хоть с гривенник, будь он хоть с чайное блюдце, все равно рыжик. Масленок любого размера и возраста не более чем масленок. Белый гриб с наперсток, с кулак или с тарелку не имеет разных названий, а называется одинаково – белый гриб. И лишь молодой подосиновик называется по-другому – челыш. Дело все в том, что подосиновик молодой и подосиновик взрослый – это действительно как два разных гриба: разная красота, разное удовольствие при собирании, разное употребление в пищу.

Удовольствие собирать челыши не только потому, что они ярки и нарядны сами по себе, но еще и потому, что я люблю бывать в наших осиновых лесах.

Мне нравится нежно-зеленая яркая окраска стволов осины, отличная от красно-бурых сосен, от белых берез, от черной коры дубов, лип и вязов. Я не хочу сказать, что краснолесье хуже, но красив и осиновый лес, как бы освещенный бледно-зеленым светом.

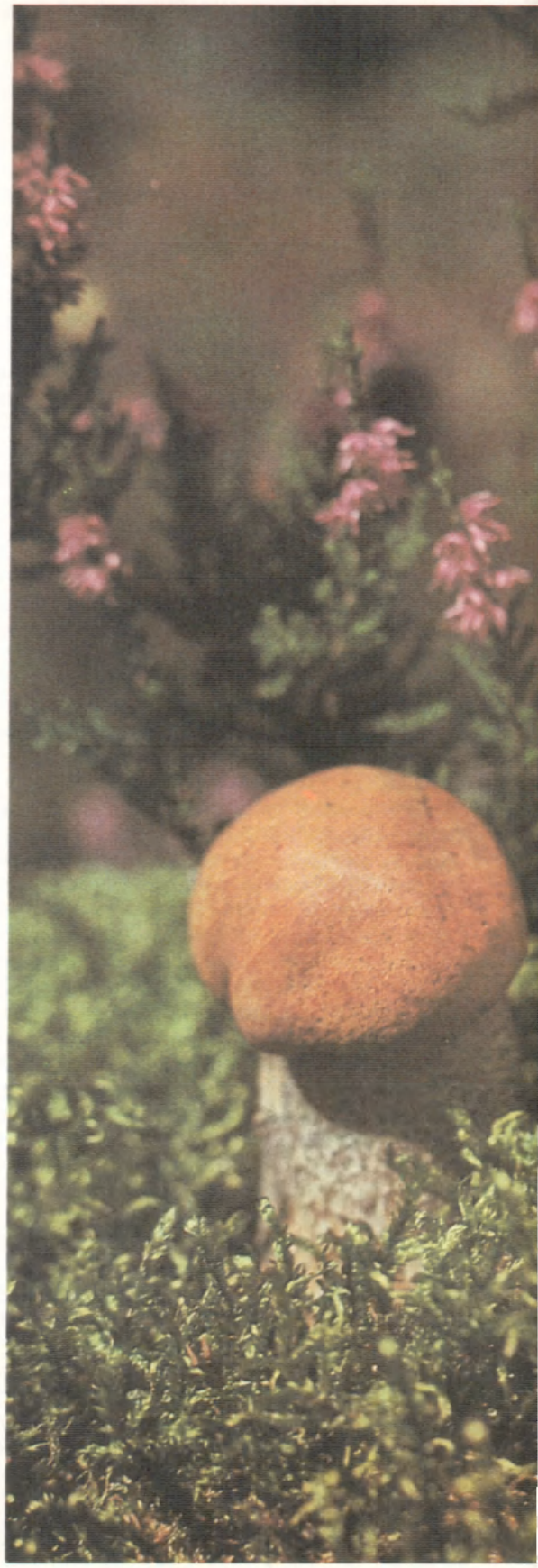
Многие не любят, но мне нравится и вечное беспокойное даже в полное безветрие лопотание осины. Это ведь не скрежет, не грохот, не урчание моторов, не скрип тормозов, не железо по железу и не стекло по стеклу. Это – очень нежное, неназойливое, безобидное, я бы сказал, какое-то прохладное лепетание, вроде вечного плеска моря.

С первым дыханием осени до неузнаваемости преображается матово-зеленая сероватая листва осин. Когда Пушкин восторженно воскликнул: „Люблю я пышное природы увяданье, в багрец и золото одетые леса!" – виновницей слова „багрец" явилась, конечно, осина. Откуда-то берется в листве яркая, полная краска – киноварь. Впрочем, можно обнаружить в осиновой листве богатую гамму – от чистого золота через розовый и красный тона к вишневому цвету. Но больше всего именно багрец. Точно каждый лист накалили на огне до яркой красноты, и вот теперь все горит и светится.

Вместе с листвой преображается и сам лес, а вместе с лесом и весь пейзаж среднерусских равнин. Осиновый лес в ту пору между черной землей и серым осенним небом – словно полоска зари, и кажется, что от него светлее на мглистой, ненастной земле. Бывает на склоне горы, что нижний и верхний ярусы леса хвойные и, значит, черные, а между ними длинной полосой золотое свечение берез и красное горение осин. Каждая осина в лесу или стоящая отдельно на меже кажется мне в это время каким-то фантастическим марсианским растением, потому что непривычно видеть, чтобы дерево было все красное.

Опадая на землю и полежав под снегом, листва осин перегорает, потухает, становится пепельной, почти черной. Она склеивается в плотную ровную подстилку,

110
Подосиновики



сквозь которую ранней весной пробиваются прекрасные цветы медуницы с золотыми и синими венчиками.

Осенью же сквозь многослойно спрессовавшуюся листву вылезают на свет божий удивительные растения, которые сначала мы зовем челышами, а позже – просто осиновым грибом. Думается, что если бы не было в осине совсем никакой пользы, только ради этих грибов стоило бы ей расти на земле и украшать землю.

Молодой челыш – это белый крепкий пенек, на который плотно, как наперсток или как берет, надета ярко-красная бархатная шарообразная шапочка.

В зависимости от возраста пенек может быть потолще и потоньше. От его размера зависит размер шляпки. Очень потешно, когда стоят вереницами челыши, вытянувшись в цепочку по ранжиру. Самый маленький может быть с конечный сустав мизинца. Челыш редко растет один. Пока нагибаешься за грибом, обязательно попадет в поле зрения и его сосед. А там еще и еще. Но все же не так, как маслята, которые сиди и срезай. Благодаря яркости, красоте гриба, благодаря его свежести и крепости охота за челышами – одна из самых радостных грибных охот.

Постепенно с ростом гриба шаровидная шапочка начинает разгибаться, разворачивает края и принимает форму обыкновенной грибной шляпки. На первых порах осиновики с развернутой шляпкой все еще идут к челышам. Этой порой нужно считать такие пропорции гриба, когда шляпка хотя и развернута, но по ширине своей почти не отличается от толщины ножки. В это время у гриба новая степень красоты, потому что белая ножка поднимает красную шапочку на добрую четверть от земли.

В дальнейшем ножка перестает расти в толщину, а шляпка, напротив, все ширится и ширится, и гриб вдруг становится тонконогим. Шляпка выцветает и вместо ярко-красной бархатной матовой делается желтоватой и гладкой. Это уже в полной мере осиновик, а не челыш. Если поставить рядом кургузый наперсток и большой дряблый зонт, – не подумаешь, что это один и тот же вид.

В старых грибах между трубчатым слоем



110

111
Свинушка тонкая

и мясом шляпки всегда проделаны какие -то черные норки, овальные, вытянутые в ширину. Мне ни разу не удалось видеть в грибе самих грибоедов, но можно утверждать, что гриб с норками отнюдь еще не червивый гриб. Стоит ли напоминать, что мякоть и ножка самого гриба на месте среза быстро чернеют. Ярко-красная шляпка при любой обработке тоже меняется и становится черной.

Что касается употребления, то оно напрашивается само собой. Челыш лучше всего мариновать. Большие грибы должны идти в сушку. Шляпки средней величины хорошо жарить. Но можно в зависимости от размера пускать либо туда, либо сюда, то есть либо к челышам в маринад, либо сушить. Можно жарить, конечно, и че-

111



лыши, но, право, жалко. В маринаде они хотя и потеряют цвет, но останутся на вид все теми же симпатичными челышами.

Теперь вопрос, что делать из сушеных осиновых грибов. Суп из них будет очень черным и, конечно, не таким вкусным, как из белых. Сушеные подосиновики нужно смешать с сушеными подберезовиками, маслятами, опятами и другими грибами, какие в это время найдутся. Из этого букета нужно делать грибную икру – чрезвычайно вкусное и полезное блюдо.

Одно из важных условий приготовления грибной икры – тщательно вымыть сухие грибы, чтобы частицы земли, приставшие к ним или попавшие в трубчатый слой, потом не хрустели на зубах. Однажды мне пришлось попробовать удивительно вкусную грибную икру, но есть ее было неприятно и даже невозможно из-за того, что она хрустела на зубах, как будто в нее насыпали речного песка.

Чтобы грибы хорошенько отмыть, их нужно смочить в воде, а потом мыть каждый гриб в отдельности под краном. Если грибы достаточно крупные, их можно мыть щеткой. Вымытые таким образом грибы варят в течение часа или чуть больше, следя, чтобы не переварить. Переваренные, слишком раскисшие грибы в икру не годятся. Затем грибы пропускают через мясорубку, солят по вкусу, смешивают с сильно пережаренным луком, добавляют порядочное количество растительного масла и по вкусу уксус, но очень немного.

Можно чуть-чуть добавить и того крепкого отвара, который остался в кастрюле. Из остального отвара, чтобы не выливать столь драгоценный бульон, обычно готовят подливу к картофельным котлетам или к любому мясному блюду.

Тетя Вера, Вера Алексеевна Смирнова, сестра моего отца, несколько раз с разными людьми наказывала, чтобы передали мне:

– Как же это он мог сказать такое? – будто бы возмущалась тетя Вера. – Какая же это будет грибная икра, если грибы пропустить через мясорубку. Скажите ему, что грибы для икры нужно рубить тяпкой в деревянном корытце. Тогда и будет икра. Разве он не помнит, какая грибная икра бывала к Ивану-постному или к покрову. Как это у него язык повернулся сказать, что грибы пропускают через мясорубку!

Конечно, тетя Вера была права. Если грибы изрубить тяпкой в деревянном корытце, икра получится вкусней, или, во всяком случае, будет казаться вкуснее тому, кто ее готовил и рубил грибы. Действительно, при пропускании грибов через мясорубку сок может выжиматься из них и грибная масса сделается посуше, будет не такой нежной. Но на каждой ли городской современной кухне найдется деревянное корытце и острая железная тяпка? Мясорубки же есть у всех. Ничего не поделаешь – приходится же пользоваться газовой духовкой вместо так называемой „вольной печи“ и холодильником вместо погреба.

Икра получается черная, маслянистая, и все, кто ее пробует впервые, говорят одно и то же, а именно, что эта икра вкуснее настоящей черной зернистой икры.

В березовом лесу всегда как-то просторно и далеко видно. Белые березы, сначала редкие, отдельные друг от дружки, вдали становятся для глаза все более частыми и, наконец, сливаются в пестроту. В березовом лесу всегда светлее, чем в каком-либо другом – дубовом или еловом, как будто березы сами светятся тихим, ровным светом и освещают пространство вокруг себя. Светлее в нем и в теплый полдень, когда неизвестно, что белее – сами березы или облака, проплывающие над ними. Светлее и в лунную ночь, когда березы словно фосфоресцируют зеленоватым, лунным огнем.

В березовом лесу всегда под ногами трава, если это взрослый, матерый лес, а не то, что может называться лишь березняком, то есть земля, заросшая частью молодых березок, которые еще не решили между собой, которым оставаться и жить, а которым уступить место под солнцем своим наиболее сильным или наиболее удачливым соседкам. Я не беру и сыроватые, болотистые, кочковатые места, на которых растут искривленные, уродливые, чахлые березки. Берез, говорят, шестьдесят видов, и растут они по-разному и в разных местах. Берем настоящий взрослый березовый лес. На земле трава. Кое-где между березами природа расставила для разнообразия и красоты небольшие темно-зеленые елочки.

Есть грибы, которые верны какой-нибудь одной породе деревьев или, скажем пошире, какому-нибудь одному характеру леса. Рыжики бесполезно было бы искать в осиннике или ивняке, так же как красноголовые осиновики – в чистом еловом лесу.

Но многие виды грибов имеют, так сказать, более широкие взгляды. Их с одинаковым успехом можно собирать и в сосновых, и в еловых, и в дубово-широколиственных, и в березовых, и в осиновых, и даже в ольховых лесах. Ну, например, свинушка. Хотя и считается, что она предпочитает изреженные мелколиственные леса,

особенно березовые, фактически она растет везде, сожительствует с самыми разными породами деревьев. Но и свинушка уступает сыроежкам, разновидности которых встречаются повсюду. Да что грибное плебейство – свинушки и сыроежки! Белый, настоящий белый, грибной лев (если лев – царь зверей), грибной орел (если орел – царь птиц), короче говоря, царь грибов – и тот бывает боровой, еловый, березовый, дубовый и т. д.

Конечно, проще всего написать: в березовых лесах обитают все три вида березовых грибов, то есть березовик обыкновенный, березовик розовеющий и березовик болотный.

Взрослый березовик кажется сильно сродни взрослому осиновику, хотя, если идти по точным признакам, может быть, не найдешь вовсе ничего общего. Цвет другой. Осиновик красный, оранжевый, желтобурый. Березовик серый, темно-серый, темно-серый почти до черного, черно-бурый или, напротив, беловатый. Мясо осиновика на разрезе быстро чернеет, а у березовика остается некоторое время белым, а потом тоже темнеет. Ножка у березовика потоньше, послабее, чем у осиновика. Осиновик в молодости бывает челышом, с шаровидной шляпкой, плотно облегающей ножку, березовик расправляет шляпку с первых часов своего появления на белом свете. И получается – ничего похожего. И тем не менее если идти не от точных научных признаков, а от впечатления, – нет двух грибов, более похожих друг на друга. То ли форма шляпки, то ли строение трубчатого слоя, то ли степень плотности, крепости или, наоборот, степень дряблости и слабости грибного мяса, то ли просто вкус, но они для меня похожи.

Березовик для меня какой-то средний гриб. Он ушел, конечно, далеко вперед от разных там моховиков, валуев и свинушек, но не достиг кондиции своего близкого сородича – белого гриба. Я бы сказал даже, что березовик – это выродившаяся ветвь белого.

Три разновидности березовика немного отличаются друг от друга временем произрастания. Так, например, березовик обыкновенный растет с июня и весь сентябрь. Именно этот гриб появляется в самом начале лета в числе других ранних грибов, входящих в общую группу колосовиков.

Существует примета, что первая волна грибов высыпает в то время, когда начинает колоситься рожь. Отсюда и название – колосовики. Но колосовиками бывают и маслята, и осиновики, и белые, и еще в большей степени березовик обыкновенный.

Березовик болотный растет, напротив, только в сентябре. Это самый плохой березовик. Мякоть у него слабая, водянистая. Из него можно выжимать воду, как из набрякшей тряпки.

Березовик розовеющий появляется в августе и продолжает расти в сентябре. Поэтому выходит, если не вдаваться в тонкости, а иметь в виду просто березовик, то его можно собирать весь сезон, с июня по октябрь.

Однажды, снявшись с летних квартир и переехав на жительство в Москву, через некоторое время я зачем-то снова решил съездить на два-три дня в деревню. Было это на исходе октября или, может быть, даже в ноябрьские праздники. Во всяком случае, уже случались сильные заморозки до звонкого ледка в мелких лужицах.

В лесу в это время, с точки зрения грибника, пустынно. Все-таки я пошел прогуляться в лес, как я хожу в него во всякое время года и при всякой погоде. На этот раз мне хотелось посмотреть на дикую лесную яблоню, растущую на поляне среди берез. Летом и ранней осенью она вся была усыпана яблоками. Мелкие, продолговатые, с характерным бугорком около веточки, они были то, что называется в деревне „вырви глаз". Такие дикие яблони у нас зовут лешовками, предполагая, что леший, то есть тайный хозяин леса, выращивает эти яблони для себя. Почему народ так плохо думает о садоводческих, селекционных способностях лешего, я не знаю.

Теперь, глубокой осенью, на грани осени и зимы, я, подойдя к моей знакомой, увидел следующую картину. На дереве ни одного яблока. Все они лежали на земле ровным плотным кругом в два слоя. Схваченные заморозками, они были не так кислы, вяжущи и горьки, как летом, хотя и не штрефлинг и не апорт.

Но я хотел сказать о другом. В этом пустынном осеннем лесу мне вдруг начали попадаться подберезовики, да не как-нибудь, не случайно, а то и дело, на каждом шагу. Я думал, что от заморозков они размякли и потемнели – ничуть не бывало. Свежие и крепкие, без единой червоточинки, даже если и очень взрослые, они рассыпались по березняку, нарушая все правила, все наши представления о принятых сроках их произрастания.

Я нарочно задержался на несколько дней и каждый день приносил из леса большую, двухведерную корзину одних исключительно подберезовиков. Никакого другого гриба, даже опенка, мне в эти дни не попалось.

По способу употребления березовики и осиновики совершенно одинаковы. Молоденькие хорошо мариновать или жарить, а взрослые идут исключительно в сушку с дальним прицелом на грибную икру, о которой я уже говорил.

Именно в связи с березовым лесом нужно упомянуть о волнушке. Вероятно, можно встретить этот гриб и в другом лесу, но все же это по преимуществу березовый гриб, более того – украшение березового леса.

Отчего ее зовут „волнушка", кажется понятным. По ярко-розовому полю ее расходятся более бледные круги, как волны по воде от брошенного камня. Впрочем, можно считать, что по бледно-розовому фону расходятся темно-розовые волны. Но почему ее называют еще и „волжанка", я не знаю. Как бы то ни было, оба названия мне представляются красивыми и в этом смысле соответствующими виду гриба. Действительно, мало найдешь грибов, которые так же украшали бы наши леса.

Волнушки появляются летом, в июле (хотя настоящая их пора в августе и сентябре), когда трава в лесу сочна и зелена. И вот среди зеленой травы в окружении голубовато-белых берез вдруг начинают попадаться ярко-розовые грибы с нежной опушкой по краям.

Удовольствие от собирания волнушек не только в их красоте, но и в обилии, однако не в таком, чтобы пропадал интерес. Волнушки растут группами, стаями, причем где есть старые, там обязательно попадаются и молоденькие, этакие розовые аккуратные пятачки.

Волнушка – гриб крепкий, не то что иная сыроежка, которая так и крошится по краям. Правда, с возрастом края волнушки совсем разгибаются и даже поднимаются кверху, как бы раскрываются, и тогда волнушка становится более хрупкой, выцветает, ее полосы (волны) делаются едва заметными, густая опушка редеет, становится клочковатой, и весь гриб делается похожим на розоватый груздь. Бледно-розовые пластинки местами желтеют. В грибе чувствуется некоторая сухость по сравнению с налитой, ядреной крепостью в молодости.

На разрезе волнушка выделяет обильный белый сок, который ужасно едок. Если дотронуться языком, то, пожалуй, будет не лучше, как если бы вы окунули кончик языка в крепкий перец. Поэтому волнушки сначала нужно вымачивать, чтобы вся горечь из них ушла. Затем их обыкновенно солят, хотя можно и мариновать. И в том и другом случае волнушка, к большому сожалению, теряет свою удивительную расцветку. Она становится просто серой. Я уверен, что если бы волнушка и на столе умела выглядеть так же, как в березовом лесу, она украшала бы всякий стол и только за одно это ценилась бы, вероятно, больше других грибов, тем более что по вкусу и, так сказать, на зубу волнушка уступает только рыжику, но ничем не хуже груздя.

Есть еще волнушка белая. Этот гриб в отличие от настоящей волнушки абсолютно невзрачен. Его поверхность грязноватого цвета, хотя в массе он дает ощущение некоторой розоватости. Кроме расцветки, этот гриб ничем не отличается от своей ближайшей родственницы, разве только тем, что он более тонок, слаб и хрупок. Растет он тоже в березовых или смешанных с березой лесах. Однако предпочитает почему-то молодые леса, в то время как розовая волнушка водится и в молодых, и в старых.

О сыроежках можно бы рассказывать применительно к любому лесу – березовому, еловому, сосновому, осиновому – где только не растет сыроежка! Я говорил о масленке, что он первым попадается на глаза и оттого кажется самым распространенным, что дети, начиная свои грибные биографии, в первую очередь нападают на маслят, что когда попадаются в лесу другие грибы, к маслятам охладевает интерес. Все это, еще, может быть, в большей степени, применимо и к сыроежке.

Очень многих удивляет название „сыроежка". За что-нибудь оно грибу дано. Значит, можно этот гриб есть сырым? Иногда мы пробовали в детстве, откусывали краешек, а потом долго не могли промыть во рту речной водой ужасную едкую горечь. Ничего себе сыроежка!

И все-таки мне кажется, есть основание называть ее именно так. Наверняка безвреден в сыром виде и масленок, да ведь его не будешь есть, потому что он водянистый, мягок на зубу и слишком уж сильно и резко пахнет сырым грибом. Не знаю, можно ли говорить об особенной вкусности сырых грибов, – дело любительское. Рыжики-то мы едим, и они вкусны. Но можно говорить о том, что если бы существовала необходимость есть грибы в сыром виде, то наверняка сыроежку есть было бы наименее неприятно. Суховатое, довольно крепкое мясо, без какого-нибудь особенного запаха и привкуса, стопроцентная безвредность – все это, конечно, было бы преимуществом сыроежки перед другими грибами, если бы нужда заставила поглощать их сырыми.

А как же быть с тем, что едкая жгучесть, от которой не скоро отполоскаешь рот?

112
Волнушка

Дело в том, что, так же как существуют шестьдесят видов березы (бородавчатая, белая, плакучая, черная и т. д.), точно так же существует около двухсот видов сыроежек. Пожалуй, я назову некоторые из них: сыроежка блестящая, болотная, бордовая, буреющая, буреющая оливковая, вильчатая, выцветающая, жгучеедкая, желтая, желчная, зеленоватая, золотисто-желтая, сыроежка Келе, сыроежка красивая, ломкая красная, ломкая фиолетовая, невзрачная, обманчивая, охристая, пищевая, родственная, розовая, серая, сереющая, сине-желтая, синяя, цельная.

Видите, какой набор: от родственной до обманчивой, от красивой до невзрачной! Все цвета радуги, все оттенки, и все это рассыпано по лесу, как цветы, в изобилии, с

112



преобладанием синего, фиолетового, лилового тонов.

Не такой уж я специалист, чтобы определить вид сыроежки, если бы мне ее показали в лесу. Для этого надо быть даже не специалистом-грибником, а специалистом-микологом, то есть ученым человеком с узкой специальностью. Что касается меня, то я все сыроежки разделяю на две половины. К одной половине отношу едкие, к другой – неедкие. Этого вполне достаточно, чтобы одни сыроежки вымачивать, а другие сразу употреблять в дело.

С едким соком существует всего несколько видов сыроежек. Но так как для рядового грибника очень часто все сыроежки – сыроежки, то, наткнувшись раз и два на жгучеедкие, испортив ими кастрюлю хороших отварных грибов, он будет подозрительно относиться ко всем сыроежкам, считая их едкими или, попросту говоря, горькими.

Конечно, и едкая сыроежка – такой же прекрасный гриб, только ее нужно, как волнушку, вымачивать два дня, время от времени меняя воду. Тогда с нею можно делать все что угодно, обыкновенно же солят. Если рыжики можно солить без специй, без всяких там смородиновых, вишневых и хреновых листьев, без укропа и чеснока, то, очевидно, в сыроежки все это нужно класть. У сыроежки нет своего специального вкуса, который жалко было бы отбивать вкусом чеснока и укропа. У сыроежки вкус грибной, но он нейтральный. Как раз очень кстати сообщить ему все, что вы считаете нужным и что любите: чеснок – так чеснок, укроп – так укроп.

Неедкие сыроежки можно солить сразу, но лучше их есть просто вареными. Мы набаловались и сейчас спешим грибы чем-нибудь приправить, забывая, что грибы сами по себе обладают редчайшим, ни на что не похожим вкусом и сами являются прекрасной приправой. Сыроежка вполне годится и даже годится лучше всех других грибов, чтобы ее ели просто вареной.

Убедившись, что все ваши сыроежки неедки, нужно их вымыть и сварить, как варят картошку, в соленой воде, ни в коем случае не добавляя никаких приправ – ни лаврового листа, ни душистого перца горошком – ничего. Воду нужно посолить немного покрепче, чем если бы вы просто варили суп. Впрочем, соль – такое дело, что ее всегда кладут по вкусу. Сваренные таким образом грибы можно есть горячими, можно остудить. И в тех и других есть своя прелесть. В горячих – сильнее грибной вкус и запах, холодными же сподручней закусывать.

До некоторых пор я не знал такого простого, я бы сказал, классического, способа. Обыкновенно грибы отваривают для того, чтобы потом с ними что-нибудь делать, чаще всего портить, добавляя уксус, сахар и все такое прочее. А смысл, оказывается, состоит в том, чтобы есть гриб просто сваренным в одной соленой воде. Вероятно, так варить и есть можно многие грибы, но дело в том, что сыроежки рождены для этого.

Есть у нас одна излюбленная сыроежка, а именно сыроежка синяя. Она растет исключительно в еловых лесах. Шляпка у нее мясистая и крепкая. Долгое время края шляпки загнуты вниз, отчего весь гриб создает впечатление крепыша. Только потом, уже к старости, шляпка распрямляется, а затем даже может сделаться слегка вогнутой. Но и в этом случае края у сыроежки остаются неломкими, тупыми. Ножка у нее в молодости сплошная, плотная, срежешь – одно удовольствие, что достался такой чистый, пышущий здоровьем и свежестью гриб.

Одна из сыроежек, а именно серая, появляется уже в июне. Несколько разновидностей начинают расти в начале лета. Некоторые встречаются в октябре. Но настоящие сыроежечные месяцы – это август и сентябрь. Правда, в это время много и других грибов, но от имени всех видов сыроежек хочется сказать грибникам: не пренебрегайте сыроежками, особенно если еще не пробовали их отваренными в соленой воде.

Один, как видно, утонченный кулинар прислал мне следующий рецепт приготовления сыроежек. Надо взять сыроежку, предпочтительнее большую, срезать острым ножом у нее все пластинки, оставив только плотную часть шляпки, но сняв с нее кожицу. Полученную таким образом заготовку обвалять в муке, приготовленной с яйцом (в кляре!) и жарить на сковороде, как котлету. Должно быть, это получается вкусно. Должно быть, так можно поджарить не только сыроежку, но и какой-нибудь другой гриб, если он, конечно, не едкий и не требует предварительного вымачивания.

Не знаю, делает ли это березе честь, но ей приписывают и такой гриб, как валуй. Подобно сыроежке его можно встретить в самых разных лесах. Мне приходилось в чистейшем ельнике нападать на такой урожай валуев, что корзина не вмещала добычи, если даже я брал одни молоденькие.

У валуя странная судьба. В самых, так сказать, глубинах народа его не считают

113
Сыроежка



плохим грибом, а тем более поганкой, как шампиньон. Все знают, что валуй – съедобный гриб, и, однако же, почти никогда не берут. А между тем он растет в таком изобилии и так бросается в глаза, что как будто нарочно создан, чтобы было чего в лесу сшибать ногами. От пинков не достается ни одному грибу (включая и мухомор) так, как валую. Может быть, потому он вызывает такие чувства со стороны грибников, что издали его часто принимают за какой-нибудь другой гриб и чаще всего за белый.

У нас за селом на бугре есть крохотный лес, состоящий только из одних елочек и сосенок, и в этом хвойном лесочке каждый год в изобилии родятся валуи. Весь лесок – шагов двести в длину и столько же в ширину, то есть, казалось бы, негде повернуться. Тем не менее там можно собирать валуи ведрами, причем останется и на завтрашний день.

Как известно, в ранней молодости валуй представляет собой шарик величиной ... разной, конечно, величины, – начиная от простого лесного ореха, проходит стадию грецкого ореха и достигает размера среднего яблока. Шарик покрыт обильной слизью. Когда его срежешь, то обнаружится, что есть и ножка, но она так плотно обхвачена краями шляпки, что как будто с ними срослась. Однако эту ножку можно выковырнуть кончиком ножа, и тогда шарик сделается пустотелым, и там можно разглядеть чистые мелкие пластинки. А в самой глубине – белое, немного желтоватое пятнышко, где выковырнутая ножка была прикреплена к шляпке. Эти ножки из грибов-шариков приходится выковыривать очень часто, ибо случается, что в самом молоденьком возрасте валуй уже заражен червоточинкой, которая в молодых грибах редко распространяется дальше ножки. Таким образом, выковырнув червивую ножку, вы кладете в корзину совершенно свежую шапочку – круглый шарик, теперь уже пустой внутри. Однако нужно иметь в виду, что ножка у валуя полая, полость же эта темнее, чем все остальное мясо гриба, она почти коричневая, и на первый взгляд естественную полость в ножке можно принять за червивость.

Приближаясь к размерам мелкого или

113



среднего яблока, края шляпки отходят от ножки, начинают постепенно распрямляться, хотя попадаются и довольно крупные валуи, сохраняющие крепкую, упругую форму шара. К этому времени слизь пропадает, гриб становится сухим.

При дальнейшем росте шляпка распрямляется окончательно и может сделаться совсем плоской или даже слегка вогнутой. Речь идет о валуях с чайное блюдце. Естественно, что такая шляпка становится хрупкой, особенно по краям. На пластинках у крупных валуев обычно появляются бурые пятна, что производит неприятное впечатление загнивающего гриба. Однако пятна эти вовсе не гниль, а особенность валуя, вполне доброкачественная. Но даже зная это, класть такой гриб в корзину менее приятно, чем гриб помоложе, с чистыми, желтовато-белыми пластинками.

Пренебрежение к валую может происходить из следующего обстоятельства. Грибник берет корзину и отправляется в лес за белыми, подосиновиками, березовиками, лисичками, волнушками. Эти грибы он будет собирать полдня и принесет домой полную корзину, и будет разбирать, который гриб куда, и все это для грибника – огромное удовольствие. Но вот, зайдя в лес, он нападает на россыпи валуев. Можно за десять минут нарезать полную корзину, и тогда нужно идти домой. А как же белые, подосиновики и волнушки? Неужели их оставить в лесу? Перед грибником выбор: либо оставить в лесу валуи, либо все остальные грибы. Грибник обычно отдает предпочтение всем остальным.

Можно, конечно, делать специальные вылазки в лес только за валуями. В это время не нужно думать о других грибах, их можно насобирать утром, а теперь задача одна – дойти до леса и нарезать великолепных валуев. Эти вылазки обыкновенно недолги, потому что валуи растут большими стаями, а точнее сказать, россыпями.

Признаюсь, что долгое время я относился к валуям с пренебрежением. Но однажды в одном московском доме, где любят вкусно поесть, подали на стол грибы. Все они были ровные по величине, и не было ни одного крупнее лесного ореха, и были они маринованные, вкусные, пользовались самым большим успехом за столом, и были это обыкновенные валуйчики.

Но и крупные валуи хороши. Нужно только правильно их приготовить, что вовсе несложно. Два или три дня их вымачивают в холодной воде, меняя ее по крайней мере два раза в день, а затем солят с разными листьями и специями. Через два месяца они будут готовы. И право, не знаю, отличите ли вы их от других соленых грибов, в том числе от прославленного груздя.

К березе или, по крайней мере, к лиственным и смешанным лесам нужно приписать и лисичку. Этот гриб уже тем хорош, что появляется рано. В начале июня можно собирать в лесу эти яркие, морковного цвета грибы. У меня бывали случаи, что я в начале лета не находил в лесу никаких грибов, даже маслят или сыроежек, но счастливо набредал на два-три гнезда лисичек и все-таки возвращался не пустой.

Лисички – прекрасные грибы. Их хорошо есть в жареном или маринованном виде. На зубу они немного резиноватые, но и в этом есть своеобразная прелесть.

А что за радость собирать их, когда нападешь на высыпку! Лисички именно высыпают среди зеленого мха, и чем выше мох, тем длиннее ножка лисички.

Ходишь по нашему лесу, стараешься напасть на стаю лисичек, нападешь на одну-другую – наберешь полкорзины. А вот однажды мы ехали в автомобиле по Рязанской области, недалеко от Касимова. Слева от дороги тянулся березовый лесок. Он был довольно редок и проглядывался далеко. А насколько проглядывался, весь был сплошь усеян лисичками. Автомобиль шел вдоль леса километр за километром, а лисичек было все столько же, как будто мы, не двигаясь, смотрели на одно и то же место. Я думаю, что там можно было насобирать несколько тонн лисичек.

Помню, в Болгарии наткнулись мы в горах на избушку – труба и дымок, и дрова, и вообще какая-то кропотливая деятельность. Оказывается, заготавливают грибы. Зачем? На экспорт.

Как-то в „Правде“ была напечатана статья, в которой говорилось о наших лесных богатствах. Там приводились цифры. Оказывается, в лесах только Российской Федерации вырастает: кедровых орехов – полтора миллиона тонн, обыкновенных лесных орехов – семь тысяч тонн, клюквы – пятьсот тысяч тонн, черники и брусники – свыше восьмисот тысяч тонн, грибов – до пяти миллионов тонн.

Там же, в статье сказано, что собирают в лесах Российской Федерации за год и грибов, и плодов, и ягод тридцать шесть тысяч тонн. Если взять карандаш и прикинуть, получится менее чем полпроцента, то есть одна двухсотая часть ...

Но слишком далеко мы зашли от простой лисички. Этот гриб удивителен тем, что, вероятно, он один из всего грибного разнообразия никогда не бывает червивым.

Почему мухи, откладывая яички, избегают лисичек, я не знаю.

У деревьев с грибами большая дружба. Ученые утверждают, что если бы не было грибов, не было бы на Земле и таких пышных лесов, не встречалось бы в лесах деревьев-великанов.

Пробовали сеять рыжики около липы или около березы – не выросло ни одного гриба. Пробовали сеять рыжики около елей и сосен – на другой год появились рыжики.

С другой стороны, если бы почву около молодых елочек искусственно стерилизовать, лишить грибницы, то елочки стали бы расти хуже, а может быть, и совсем зачахли.

Поэтому когда человек, заинтересованный в разведении леса, в его здоровье и благоденствии, видит гриб, он радуется не только как грибник, увидевший добычу, но и как хозяин, встретивший своего верного помощника. Впрочем, у наших лесов нет сейчас настоящего хозяина. Мало людей смотрят на лес глазами, так сказать, сеятеля и выращивателя. Все больше глядят на дерево, прикидывая, с какой стороны удобней к нему подойти и в какую сторону ему удобнее будет падать.

Но если бы нашелся сердобольный человек, то, увидев грибы, о которых я сейчас хочу сказать два слова, он нахмурился бы и помрачнел.

Правда, это зависит также и от того, где встретились бы грибы. Если на порубке, где нет уже ни одного дерева, одни только пни, то нечего и мрачнеть. Если же в здоровом лесу – есть причина для тревоги. Но в том-то и дело, что про такой лес нельзя уже было бы сказать, что он здоровый. В одной специальной книжке написано так: „Чаще всего опенок осенний поражает участки леса с угнетенными деревьями, ослабленными плохими условиями жизни". Одним словом, все, как у людей.

Вот гриб, может быть, самый универсальный из всех грибов. Мы говорили о том, что белый гриб практически не солят, точно так же, как не сушат рыжики и грузди. В грибном справочнике, в описании какого-нибудь вида, в последней строке сообщается, как этот гриб лучше всего употреблять. Например, написано „свежий" или „свежий, соленый". Редко собраны в одном месте слова „свежий, сушеный, соленый, маринованный", как, например, про белый гриб или про осиновик. С этой точки зрения, пожалуй, один только гриб достоин в равной степени всех четырех способов употребления. Говоря о нем, можно смело ставить: „свежий, сушеный, соленый, маринованный". Этот гриб – осенний опенок.

Осенью, отправляясь в лес по грибы, я беру одну корзину для всех обыкновенных грибов, но в карман кладу три авоськи. Это на случай, если попадутся опенки, потому что, если уж они попадутся, то любая корзина будет мала.

Иной пень кругом, как шубой, одет со всех сторон опенками, растущими плотно, шляпка к шляпке, да еще и так, что каждая шляпка сдавлена и стиснута ее соседками. Кроме того, никогда не бывает, чтобы на одном пне росли опенки, а на пнях поблизости их не было. Поэтому приходится уходить из леса, унося неполную корзину разнообразных грибов: белых, осиновиков, березовиков, маслят, моховиков, сыроежек, мокрух, валуев, свинушек, чесночников, волнушек, лисичек, рыжиков, а помимо корзины – три авоськи, набитые опенками.

Если бы другие грибы утрамбовать в авоську, дома вывалил бы на стол мелкое крошево. Опенки же остаются целыми, даже не мнутся. Они, как резиновые, сгибаются, пружинят и выпрямляются снова. Можно набить ими рюкзак и отправляться в дальнюю дорогу с уверенностью, что не сломается ни один гриб.

Одним движением ножа снимаешь сразу десяток опят. Остается около пня десяток прижавшихся друг к другу белых пятнышек. Еще одно движение ножа – и еще десяток грибов. Левой рукой в это время держишь их за шляпки. Так, кустом, не рассыпаясь на отдельные грибы, они и остаются в левой руке. Нож скрипит, разрезая суховатую, упругую, пружинистую мякоть сразу десятка грибов. Оглядываясь, видишь вокруг все новые и новые пни, обросшие грибами. Кажется, что все грибы никогда не соберешь, но в конце концов срезаешь все, и они укладываются в авоськи, а долгая зима впоследствии их подбирает все до последнего грибочка.

Грибов, универсальных по способу употребления, немало. Тот же белый гриб можно жарить, сушить, мариновать и даже солить. Но все же никто не будет спорить, что сушеный белый гриб вкуснее соленого или жареного. Опенок, может быть, единственный гриб, когда не знаешь, чему отдать предпочтение. Он одинаково хорош и в жареном, и в сушеном, и в маринованном, и в соленом виде. В одном доме мы пробовали опенки, маринованные с добавлением чеснока, и это было великолепно. После этого мы пробовали добавлять чеснок при мариновании других грибов, но эффекта не получалось. Значит, именно с опенком удачно сочетается чеснок во время маринования.

И все-таки когда нападаешь на участок

114





114
Опенок осенний

леса, заросший опятами, испытываешь двойное чувство. Не знаешь даже, как себя вести: то ли срезать грибы аккуратно, как белые или рыжики, чтобы не порвать ненароком грибницу, то ли начать нарочно рвать коричневые нити, расползающиеся по лесу и опутывающие все новые и новые деревья. Шляпочные грибы в лесу, как правило, – помощники деревьев, а этот – враг, злодей и агрессор. Вот как описывается его агрессивное поведение в книге „Грибы – друзья и враги человека“:

„Большинству населения, особенно городов, опенок совсем неизвестен как опасный вредитель леса. Между тем специалистам это хорошо известно уже давно.

Известно, что опенок может поражать около 200 видов высших растений, в том числе даже картофель.

Установлено, что в пределах СССР опенок довольно часто поражает молодые культуры и старые насаждения: сосны, ели, пихты, дубы, шелковицы и др. В ряде случаев он вызывает усыхание значительных участков леса. Опенок поражает обычно ослабленные чем-либо (пожаром, недостатком влаги и т. п.) деревья, но может поражать и здоровые.

Нетребовательность опенка простирается до того, что он поражает не только все древесные породы в любых возрастах, но способен жить и за счет мертвой древесины, обычно пней. Благодаря этому опенок в состоянии распространяться в те участки леса, где его не было, если там ведутся рубки без профилактики, то есть оставляются пни, пригодные к заселению этим грибом. Поселившись на пнях, опенок представляет уже непосредственную, реальную опасность для деревьев, окружающих эти зараженные пни.

Это объясняется тем, что опенок размножается не только посредством спор, но и при помощи ризоморф, которые имеют вид ветвящихся шнуров темно-бурого цвета, толщиной 2–3 мм и достигают нескольких метров в длину. Пока ризоморфы находятся в почве, они имеют цилиндрическое сечение, проникнув же под кору пня или дерева, они становятся плоскими. Заражение при помощи ризоморф происходит не только через ранки на корнях. Ризоморфы способны проникать в корни здоро-

вых деревьев через трещинки и, наконец, через неповрежденную кору.

Проникнув под кору, ризоморфы образуют веерообразную грибницу, которая внедряется в древесину корня и одновременно распространяется под корой в ствольную часть на высоту до двух-трех метров. Эта грибница обладает способностью светиться в темноте так же, как гнилая древесина, пронизанная ею.

Внедрение грибницы в древесину происходит через сердцевидные лучи, причем она скопляется в смоляных ходах. В результате этого смола вытекает и скапливается у основания стволов в виде желваков, а в верхних его частях скапливается под корой. Эти скопления смолы создают „смоляные барьеры", мешающие распространению гриба под корой. Однако гриб преодолевает этот барьер. Наступает ослабление дерева: крона становится реже и прирост понижается. Ослабленное дерево легко заселяется короедами, которые ускоряют его гибель. Отмирание большей части корней или большей части камбия по окружности ствола влечет за собой смерть дерева.

Длительность болезни, вызываемая опенком, составляет у молодых растений около 3 лет, а у взрослых – до 10 и более лет".

Вот, оказывается, какой злодей, какой ужасный агрессор опенок. А мы им восторгаемся, радуемся, когда нападаем на большой урожай, с удовольствием едим.

Но скажу по совести, что, несмотря на разбойничьи действия опенка, у меня нет к нему отношения как к злодею и паразиту. Ну, конечно, он „ест" деревья. Но ведь и зайчишка ест молодые побеги и обгладывает кору, и лось вредит молодым посадкам, и тетерева оклевывают на деревьях почки.

Дело в том, что когда я вижу большие пространства леса, где почва между деревьями настолько вытоптана преступно засущейся там скотиной, что не растет даже трава, а не то чтобы грибы или молодые деревца, когда я вижу огромные пространства леса, захламленные сучьями, обрезками вершин и стволов настолько, что нельзя пройти, и все это гниет и заражает окружающий лес, когда я вижу огромные пространства леса, где земля разворочена и утрамбована гусеницами тракторов, выволакивающих срубленные деревья, когда я вижу, как ради того, чтобы починить забор, человек срубает сотню-другую молодых елочек, которые через десять лет стали бы большими деревьями, когда я вижу, как ради того, чтобы добыть сосновых зеленых шишек, предприимчивый человек обрубает у сосен все сучья сверху донизу, когда я вижу огромные сосновые рощи, из которых активно выкачивается живица, когда я знаю, что при современных темпах рубки во многих местах через десять – пятнадцать лет может не остаться ни одного строевого дерева ... Когда я все это вижу и знаю, то семья симпатичных опенков, окутывающих, как шубой, пень или даже основание живого дерева, кажется мне невинной лесной идиллией.

Собирая в лесу грибы, мы проходим мимо десятков (многих десятков, чтобы не сказать сотен) видов доброкачественных, вполне съедобных и даже вкусных грибов, выбирая из них только единицы, которые „принято брать". Причем в народе даже не пытаются отличать эти десятки видов один от другого, но все их называют одним словом – поганки.

Конечно, это не первый сорт, и если в лесу столько рыжиков, что можно ими наполнить корзину, то смешно собирать второстепенные грибы и занимать ими место в корзине. Но часто бывает так, что грибов, так сказать, первого порядка, не попадается совсем, а грибов третьей и четвертой категории хоть пруд пруди, и тем не менее разборчивый (или несведущий) грибник уходит из лесу с пустыми руками.

С детства производил на меня впечатление поганки гриб, который встречается часто и обильно в еловых лесах. По-моему, у этого гриба самый что ни на есть неприятный вид. Общее впечатление чего-то осклизлого и серого. Шляпка у этого гриба серого цвета, но и сама серость эта бездарна. Она какая-то мутная и тусклая. По общему тону она больше всего сходна с цветом осиного гнезда. Но осиное гнездо шершавое, сухое, теплое, невесомое. Здесь же жирная, мясистая, тяжелая шляпка цвета осиного гнезда покрыта толстым слоем бесцветной, но плотной слизи. Эта слизь окутывает всю шляпку и нижнюю ее сторону, там, где пластинки. Она прикреплена к ножке и таким образом натянута между ножкой и краями шляпки. За этой слизью, если ее удалить, скрываются пластинки, тоже серые, тусклые, а у более старых грибов – почти черные. Пластинки эти какие-то редкие и тупые, они еще более усиливают неприятное ощущение от этого гриба. Не украшает его и то, что белая сероватая мякоть ножки у самой земли, то есть именно там, где срезает нож грибника, ядовито-желтого цвета.

Много лет попадались мне под ноги эти неприятные грибы, и всегда я считал их за поганки, более того, они были для меня воплощением поганки, олицетворением ее,

и очень часто бывало, что я шел домой с пустой корзиной, сшибая ногами серые и осклизлые грибы и досадуя, что вот уродилось же то, что не нужно, а того, что нужно, не уродилось.

Наконец, однажды, когда мне в руки попал определитель грибов, я вспомнил про неприятные поганки, растущие в еловых лесах, и решил узнать, что же это такое. После пятиминутного путешествия по страницам определителя с заглядыванием то в цветные таблицы, то в описание признаков, я точно узнал, что мой гриб называется мокруха еловая. Что же, действительно, и мокруха, и еловая. В самом названии гриба меня ничто не удивило, но тут же я прочитал: „Съедобен, четвертой категории, свежий". Это мне было странно. Значит, выходит дело, я много лет проходил мимо съедобных грибов, даже в дни, когда корзина была совершенно пуста?

Узнав о съедобности еловой мокрухи, я, разумеется, решил ее попробовать в свежем, то есть в жареном, виде. Нужно сказать, что, пожалуй, не зря ее не берут в народе. Ничего особенного она из себя не представляет. Ни аромата, ни вкуса. На зуб она тоже не очень приятна: слишком мягка и жирна. Мы подмешивали ее на сковороду в другие грибы, тогда она сходила за все остальные, не виделяясь из них. Однажды поджарили ее с чесночником, о котором речь пойдет ниже, и она, приняв от чесночника его крепкий аромат и вкус, сама сделалась вкусной и душистой. Одним словом, гриб как гриб. Есть в лесу грибы лучше мокрухи – не стоит тащить тяжесть домой, нет других грибов – можно брать и ее. Мокруху, наверно, можно сушить, но я не пробовал.

Этой осенью, собирая рыжики в молодых елочках, я заметил, что на мокрухах очень часты беличьи погрызы, в то время как на маслятах и рыжиках, растущих тут же, погрызов нет. Значит, подумал я, белки почему-то предпочитают мокруху. Может быть, в ней есть что-то такое, что нужно и полезно белке. Какие-нибудь витамины и вещества. Может быть, это беличье лекарство, вроде как мухомор для лося. Белка, конечно, лучше нас знает, что ей грызть, и после этого у меня уважение к мокрухе несколько возросло. Название „мокруха еловая" я вычитал в книге, когда сам гриб уже, как говорят в народе, намозолил мне глаза.

С другим грибом произошла обратная история. Много раз я встречал в книгах упоминание о чесночном грибе, или, проще, о чесночнике. Говорилось, что этот гриб обладает запахом чеснока и что из него можно готовить разные приправы и соусы к мясным блюдам. Как-то я не обращал внимания на указываемые размеры гриба и даже на такое замечание, что он встречается „иногда в значительном количестве экземпляров, но по массе очень мало". Несомненно, если бы я после чтения вообразил этот гриб, какой он по размерам и как примерно он должен выглядеть, то и в лесу обнаружил бы его раньше, ибо с некоторых пор я старался отыскать чесночник в наших лесах, разламывал и нюхал каждый незнакомый мне гриб. Но, увы, ни один из них не пах чесноком.

Не знаю, по каким причинам, я однажды обратил внимание на то, мимо чего всегда проходил, не останавливая взгляда. В еловом бестравном лесу я, приглядевшись, увидел, что вокруг старой ели высыпали и водят хороводы какие-то мельчайшие грибишки, какие-то растеньица, которые сначала и не примешь за грибы. Не знаю почему, но однажды как бы изменился фокус моего зрения, и я вдруг увидел, что вокруг старой ели растет множество грибов крохотных, пусть больше похожих ... впрочем, если разглядывать каждый гриб в отдельности, то он гриб как гриб и ни на что, кроме гриба, не похож.

Представьте себе ножку гриба, высотою со спичку, но в несколько раз тоньше. Она как травинка, причем из тонких травинок. Цвет у ножки ближе к земле темно-красный, я бы даже сказал, темно-вишневый. Ближе к шляпке ножка светлеет, превращается даже в темно-желтую. Вся она блестящая, как будто покрыта лаком.

На этой ножке, похожей на тонкую травинку, покоится миниатюрная шляпочка – сначала колпачком, потом зонтиком. Размер шляпки – с двухкопеечную монету. Толщина ее ... потолще, конечно, обыкновенного бумажного листа, но не толще игральной карты. На некоторых экземплярах шляпка может разрастись до трехкопеечной монеты, даже до трех сантиметров, но это был бы уже чесночник-гигант.

Обычно ходишь, не обращая внимания на эти крохотные грибочки. Когда в лесу тепло и сыро, там все растет, все лезет из земли и тронутой гнилью древесины: мхи, лишайники, теперь вот какие-то растеньица, похожие на грибы. Механически сощипнул я один грибочек, механически растер между пальцами, и вдруг ... явственный, крепкий запах свежего чеснока расплылся меж мокрых елей, благоухающих смолой и хвоей. Это было так неожиданно, что я забыл на этот раз про все другие грибы и начал щипать, как молодую травку, крохотные частые грибки и бросать их в корзину.

Правильно было написано в книге, что „в значительном количестве экземпляров, но в массе очень мало". В корзину грибы ложились рыхло, как сено, а так как их было очень много, то постепенно набралось их столько, что можно было бы брать горстями и пригоршнями. Из корзины пахло так, будто там не грибы, а растолченный чеснок.

В этот день я пришел домой с необычной добычей. Страшно было класть грибы на сковородку. Казалось, они сейчас все высохнут, перегорят и ничего не останется, но вопреки ожиданиям получилось очень острое и душистое кушанье. Я думаю даже, если бы привыкнуть к этим грибам, то все остальные стали бы казаться пресными и скучными.

Интересно, что когда, апробировав новый гриб, я через два дня пришел в тот же лес, чтобы насобирать целую корзину, то сколько ни ходил, не увидел ни одного грибка. Как будто они мне приснились позавчера, как будто они спрятались снова в землю. Тогда я стал внимательно рассматривать лесную почву и обнаружил, что мои грибочки за эти два дня совершенно высохли, потемнели и сделались незаметными.

Потом они появились снова, но их было очень мало. Я набирал их одну горстку, и мы клали их на сковороду с другими грибами, отчего все жаркое становилось острее и душистее.

Теперь я вспоминаю, что у меня были случаи, когда в безгрибные годы или дни я останавливался посреди леса и говорил: „Ну, хоть бы один гриб! Что это за лес, в котором нет ни одного гриба?!" А оказывается, я ходил в то время по живым грибам, которые росли тут же сотнями и тысячами. Теперь-то уж я никогда не пройду мимо удивительного грибочка, называемого чесночником!

Вообще-то, конечно, если я не был уверен в грибе, никогда не брал его, не ел. Сомневаешься даже в названии гриба, не то что в съедобности и безвредности, то лучше его не брать. Все же среди десятков или пусть двухсот пятидесяти видов грибов, растущих в наших лесах, есть ядовитые и смертельно-ядовитые грибы. Причем не все настолько ярки, как красный мухомор. Некоторые, напротив, даже невзрачны, неприметны или даже подделываются своим видом под другой, известный и съедобный гриб. Мухомор еще не самый злодей уже потому, что никому и в голову не придет собирать мухоморы. Постоишь над ним, полюбуешься и пойдешь себе мимо.

Каждый раз не могу не удивляться, когда вижу яркие мухоморы. Что и говорить, гриб красив. Ярко-красный, с белыми крапинками по красному полю, он украшает черный колорит елового леса, внося прекрасное и нужное глазу разнообразие. Гриб выделяется своей красотой или, скажем, для тех, кто не считает его красивым, своим видом из всех остальных грибов. Валуй бывает издали похож на подберезовик. А с чем же можно спутать в наших местах, например, красный мухомор? Он, говорят, очень похож на прекрасный ценный кесарев гриб, только у мухомора есть белые крапинки, а у кесарева гриба их нет. Но кесарев гриб в наших местах не растет, а растет где-то на юге.

Обычно про его окраску пишут примерно так: „Он своим ярким видом, бросающимся в глаза, как бы предупреждает: стой, я опасен, не трогай меня, здесь запретная зона!" Вот опять проявляется самонадеянность человека. Да может, красный мухомор вовсе о нас и не думает! Может быть, он так ярко окрашен для того, чтобы его быстрее можно было найти тем, кому он до зарезу нужен.

Так оно, наверно, и есть. Но сначала про удивление. Я всегда удивляюсь: растет ведь рядом с белым грибом. Но, оказывается, в микроскопической споре, из которой он вырос, уже было предопределено, что он будет собирать в себе не добрые, полезные людям соки, а ядовитые, вредные вещества. Правда, я всегда подозревал, что для чего-нибудь это природе нужно. Не может быть, чтобы она так, ни с того ни с сего, взяла и произвела красный мухомор, как будто завитушку на колонне, нечто вроде архитектурного излишества. В природе этого не бывает. Я всегда думал так, и какова же была моя радость, когда в „Неделе" я вычитал, что красный мухомор служит лекарством для лосей. В статье было написано, чтобы люди не сшибали ногами ненужные им и даже вредные для них мухоморы, но обходили бы их стороной, оставляя для больных лосей, как, может быть, единственное лосиное лекарство. Для насто, конечно, мухомор ядовит, но пора нам перестать мерить природу по себе.

В книге „Грибы – друзья и враги человека" о действии красного мухомора на человеческий организм написано: „Симптомы отравления человека красным мухомором первоначально выражаются в сильном опьянении ... вскоре появляется состояние, похожее на белую горячку, состояние опьянения длится несколько часов, после чего больной засыпает, а проснувшись через некоторое время, чувствует себя уже лучше. Полное выздоровление наступает

через два-три дня. Случаи смерти при отравлении редки и имеют место при больших количествах поглощенного гриба, оказавшихся непосильными для ослабленных организмов стариков, при осложнениях у детей и у лиц, страдающих болезнями сердца и почек".

По-настоящему ядовита и беспощадна в наших лесах бледная поганка. Если сравнивать со змеями, то бледную поганку можно сравнить только с гюрзой или коброй. Пожалуй, она даже страшнее, потому что бывали все же случаи, когда после укуса и этих змей человека вылечивали при помощи специальных сывороток. Такие случаи, вероятно, редки, но они были. Зато не удалось еще спасти ни одного человека, съевшего бледную поганку.

115
Чесночник



115

116





116
Мухомор красный

Лекарства бессильны против нее. Это зависит не от того, что ее яд сильнее яда гюрзы, но от того, что этот гриб коварнее змеи, хотя змея в человеческом представлении олицетворяет коварство.

Коварство бледной поганки состоит в том, что много часов после рокового ужина или обеда съевший поганку не замечает никаких признаков отравления. Никакого беспокойства, никаких тревог. А между тем яд делает свое дело. Потом появляются признаки, но тогда уже поздно. Вот как описано действие бледной поганки в книге „Грибы – друзья и враги человека“: „Первые признаки отравления этим грибом появляются через 10–12, иногда через 30 часов после принятия пищи и заключаются в головной боли, в головокружении, нарушении нормального зрения и беспокойном состоянии. Больной ощущает сильную жажду, жгучую боль в желудке, судороги в конечностях. Вслед за этим наступают холероподобные признаки в виде желчной рвоты или поноса ... Сильные боли ощущаются в печени и в животе, особенно при надавливании. Появляется обильный пот, холодеют конечности, пульс становится слабым, температура падает до 36–35 градусов. Через несколько часов в приступах наступает затишье, продолжающееся часа два, но затем приступы снова возобновляются, больной слабеет, впадает в забытье, пульс у него становится нитевидным и неправильным, а через день-два наступает смерть ... При вскрытии отравившихся бледной поганкой обнаруживается полное перерождение тканей печени, почек, сердечных мышц и селезенки ... Лечение человека, отравившегося бледной поганкой, к сожалению, не дает надежных результатов, так как ко времени появления симптомов отравления токсин гриба успевает уже проникнуть в кровь больного и удаление его оттуда невозможно“.

Вот какое злодейство может произрасти из доброй земли, из доброго воздуха, из доброй воды, из доброго солнца. Правда, мы уже знаем, что тот же змеиный яд – прекрасное лекарство, облегчающее страдание больного человека и возвращающее ему здоровье. Я думаю, и бледная поганка зачем-нибудь да нужна, если ее создала природа.

117





117
Шампиньоны



Вероятно, когда узнают ее полезную сторону, она будет представлять ценность. Но пока что, дорогие грибники, берегитесь бледной поганки.

В наших подмосковных и более северных местах отравления этим грибом редки, потому что всякий ядовитый гриб можно положить в корзину, только спутав его с каким-нибудь другим хорошим грибом.

Легче всего бледную поганку спутать с лесным шампиньоном. Но, во-первых, и шампиньоны в наших местах почти не собирают, а во-вторых, те, кто собирает шампиньоны, знают их признак, на сто процентов исключающий роковую ошибку. Дело в том, что у шампиньона нижняя сторона шляпки, то есть его пластинки, непременно розовые в молодости, даже сиреневатые, а потом и вовсе черные. У бледной поганки они всегда белые, без малейшего оттенка розового.

Чаще всего отравляются бледной поганкой в местах более южных, например в орловских или воронежских, где собирают грибы зонтики и поплавки, очень похожие на бледные поганки.

Вероятно, нужно исходить из рассуждения, что лучше не съесть в своей жизни десяток-другой сомнительных грибов, нежели съесть одну бледную поганку.



РАЗМЫШЛЕНИЯ О ГРИБАХ...

Л. Гарибова

Грибы, как, пожалуй, никакие другие организмы, живущие на нашей планете, необычайно загадочны и постоянно ставят перед нами вопросы, на которые ученые-микологи и сейчас еще затрудняются отвечать определенно.

Что такое, например, грибы – растения или животные? Какие факторы влияют на их развитие? Имеет ли отношение земной магнетизм к произрастанию летних опят? Почему никому не удается искусственно выращивать микоризные грибы? Какие силы помогают шампиньонам пробивать бетонные полы темных гаражей и подвалов? ... Вопросов может быть великое множество.

Одно только обстоятельство, касающееся грибов, теперь уже ни у кого не вызывает сомнений и не является объектом споров, причем это всеобщее убеждение крепнет с каждым днем. Вопрос этот касается возрастающей роли грибов в будущем как дополнительного источника белка для питания быстро растущего населения Земли, как корма для домашних животных и искусственно разводимой рыбы и как продуцентов для пищевой и фармакологической промышленности. Особенно фармакологической, где огромные, но пока затаенные возможности грибов еще используются явно недостаточно, хотя пенициллин, которому обязаны жизнью миллионы людей, как известно, тоже был получен из грибов.

Сейчас почти невозможно встретить книгу о грибах, которая не содержала бы цитаты из произведений известного русского писателя, знатока природы С. Т. Аксакова, романтических описаний лесных полянок, щедро покрытых белыми грибами, или молодого березняка с обязательными черноголовыми подберезовиками и красноголовыми подосиновиками, притаившимися в траве, и, конечно, ельника с груздями и рыжиками – главными русскими грибами.

Но нам представляется, что вовсе не эти идиллические картинки были основанием, на котором выросла на Руси особая привязанность к грибам, ставшая древней национальной традицией. Издавна грибы у нас были очень серьезным подспорьем в питании, особенно тогда, когда картошку в России еще не знали, а от репы только животы раздувались и никакой сытости не наступало. Кроме того, бочки с солеными и мешки с сушеными грибами морем и сушей вывозились из России в Европу, и эта торговля приносила немалые барыши ... вместе, правда, с дегтем и воском – тоже, если можно так выразиться, выходцами из леса.

Но лирическое отношение к грибам все же у нас осталось, и каждый вспомнит, как, найдя на полянке семейку крепеньких молодых боровиков, он не спешил их сорвать, а сначала полюбовался ими, посетовал на то, что не захватил с собою фотоаппарат, и, только насмотревшись на счастливую находку вдоволь, отправлял их в лукошко.

Но жизнь диктует нам свои законы. И за солнечной полянкой с трогательно поблескивающими в лучах восходящего солнца шляпками волнушек и чернушек неумолимо поднимаются промышленные корпуса шампиньонных цехов, где во влажной, душной темноте на бесконечных многоярусных стеллажах растут искусственно выращиваемые на навозе, бледные и с виду ничем не примечательные шампиньоны, такие же безликие альбиносы, как бройлеры ... Но их много, их развитие управляемо, они сравнительно дешевы и не нужно идти за ними куда-то в лес, они сами пришли к людям ... Рви и без лишних эмоций – в корзину. Семейка маслят в молодом соснячке – это хорошо, но сотни килограммов шампиньонов на одном стеллаже, согласитесь, куда лучше и с экономической, и с общечеловеческой точки зрения!

Подсчитано, что примерная оценка выхода говядины при ее производстве современными методами составляет приблизи-

тельно 63,5 килограмма сухого белка на 1 гектар в год. Рыбоводство, являющееся новым, развивающимся методом производства белка, может дать 567,5 килограмма с 1 гектара в год. А многие грибоводческие предприятия уже в настоящее время получают 70 тонн сухого белка с 1 гектара обрабатываемой поверхности в год!

Не здесь ли таятся главные новые источники белка для удовлетворения потребностей в связи с ростом мирового населения.

Искусственное разведение грибов приобретает в мире все большее значение. В производстве грибов сейчас занято свыше 150 тысяч человек, а объем производства только шампиньонов в 1981 году превысил 1 миллион тонн и имеет тенденцию к быстрому росту.

У нас в стране в пригородных овощных хозяйствах почти всех крупных городов выращиваются шампиньоны. Особенно в зимнее время, когда нет дикорастущих грибов. Под Москвой, Ленинградом, Киевом, Одессой и вблизи других городов созданы и успешно работают круглый год специализированные цехи по производству шампиньонов. Такой мощный современный цех, напоминающий по внешнему виду самолетный ангар или заводской цех, можно увидеть в совхозе „Московский", расположенном неподалеку от столицы. Грибницу для этих цехов выращивают на заводе, оснащенном самым современным оборудованием.

В Японии, Корее, Китае и на острове Тайвань искусственно выращивают древоразрушающий гриб сиитаке, причем масштабы его производства увеличиваются с каждым годом и в 1982 году достигли 130 тысяч тонн. Уже много лет грибы сиитаке являются одним из важнейших сельскохозяйственных экспортных продуктов Японии. В сушеном виде их отправляют во Францию, ФРГ, США, в Англию, то есть в страны с несравнимо бóльшими экспортными возможностями сельского хозяйства.

Новым очень ценным и перспективным для выращивания почвенным сапротрофом является строфария кольцевая, или кольцевик, как его называют в специальной литературе. Строфария кольцевая – пластинчатый гриб с каштаново-красной шляпкой и серо-голубыми пластинками. Гриб довольно крупный с диаметром шляпки до 20 см. Вес гриба в среднем 100–150 г. По своему вкусу кольцевик напоминает подосиновик и в естественных условиях плодоносит с августа по сентябрь. Но дело в том, что встречается он очень редко и поэтому как дикорастущий гриб практического значения не имеет. Гриб этот достаточно легко поддается культивированию, причем для его выращивания используется очень простой и дешевый субстрат – увлажненная солома.

В странах Европы и Северной Америки в последнее десятилетие стали выращивать вешенку обыкновенную, или устричную. Шляпка у вешенки обыкновенной имеет от 5 до 30 см в диаметре, она выпуклая, ухо-видная, серого или серо-бурого цвета. Мякоть у этого гриба сочная, мягкая, с возрастом она становится несколько жестковатой и волокнистой, поэтому употребляют в основном молодые грибы.

Другими перспективными для культивирования грибами являются гриб-зонтик (пестрый и белый), луговой, зимний и летний опята, рядовка фиолетовая и навозник белый. Но пока с этими грибами ведутся лишь экспериментальные исследования, не выходящие за рамки лабораторий, и только выращивание летнего опенка понемногу становится на промышленную основу благодаря технологии, выработанной в ГДР.

Проблема культивирования грибов, однако, – тема особого разговора, который сегодня с учетом уже имеющихся достижений интересен с перспективной, теоретической точки зрения, поскольку искусственно выращивается пока всего около десятка видов грибов, причем не самых лучших по своим вкусовым и питательным качествам, если не принимать во внимание французский черный трюфель, выращивание которого весьма ограничено и стоит он довольно дорого. Другое дело – грибы дикорастущие ...

Итак, поговорим о практической стороне этого древнего и всегда современного промысла. Поговорим о сборе грибов. По подсчетам экономистов, 5% грибов, растущих в наших лесах, хватило бы, чтобы буквально завалить отличными грибами все рынки мира.

Какую же роль играют грибы в рационе человека? Грибы, очевидно, все же входили в питание человека в те далекие времена, когда он, как принято считать, питался исключительно мясом диких животных, а также кореньями, ягодами и плодами диких растений. Сегодня, в условиях огромного разнообразия пищевых продуктов, вряд ли можно утверждать, что грибы занимают значительное место в питании человека. Это утверждение вполне справедливо и для нашей страны, хотя у нас дикорастущие грибы употребляются в пищу в значи-

тельно больших количествах, чем в других странах. Более того, из популярной литературы, например, поваренных книг и некоторых руководств по питанию, изданных сравнительно недавно, видно, что грибы обычно рассматриваются как весьма малоценные пищевые продукты, поэтому сложилось представление, что служат они лишь для придания своеобразного вкуса и украшения отдельных блюд.

Однако за последнее время в связи с меняющимися требованиями к рациону питания людей из-за общей нехватки традиционных сельскохозяйственных продуктов употребление грибов, особенно городским населением, заметно возрастает и мало-помалу грибы становятся общепринятой пищей; спрос на них растет, давно уже превысив предложение, что является отличным стимулом для развития промышленного выращивания и увеличения сбора и заготовки дикорастущих грибов. То обстоятельство, что грибы у нас в стране, да и в некоторых других странах являются привычным пищевым продуктом, несомненно, позволит в недалеком будущем использовать их в качестве частичной замены мяса и рыбы, причем если в большинстве стран этот вопрос можно будет успешно решить только с помощью широкого культивирования грибов на промышленной основе, то у нас экономически целесообразно идти по пути увеличения заготовки и налаживания промышленного консервирования (солення, сушки, заморозки и маринования) дикорастущих грибов. Это, безусловно, не исключает развития промышленного выращивания грибов, особенно вблизи крупных городов и в местностях с ограниченными запасами дикорастущих грибов.

С этим делом медлить нельзя. Ученые подсчитали, что примерно в 7000 году до нашей эры численность населения Земли составляла только 10 миллионов человек, то есть столько, сколько сейчас проживает в таких городах, как Лондон, Токио, Москва, Нью-Йорк. К началу нашего столетия численность населения Земли увеличилась до 1 миллиарда. Чтобы достичь этой численности, потребовалось примерно 9000 лет. Для роста населения во всем мире с 1 до 2 миллиардов человек потребовалось уже 100 лет, а до 3 миллиардов – только 30 лет. За десять лет – с 1970 по 1980 год – население Земли выросло еще на 1 миллиард человек, превысив 4 миллиарда человек, а по подсчетам ученых, к 2000 году достигнет 5,8–6,4 миллиарда человек. Производство же продуктов питания во многих странах мира, особенно густонаселенных, отстает от роста населения.

Но продолжим разговор все же о милых нашему сердцу дикорастущих грибах, таких загадочных, разнообразных, неожиданных.

Вполне справедливо считается, что одной из причин далеко не полного и неудовлетворительного использования наших огромных и самых разнообразных в мире грибных запасов является отсутствие всеобъемлющего фенологического календаря, определяющего основные сроки плодоношения съедобных грибов в различных климатических зонах нашей страны с поправочными коэффициентами на погодные условия данного года. Естественно, составление такого календаря связано со значительным объемом исследований на громадных пространствах нашей Родины, что потребует привлечения к этой работе большого числа специалистов, однако необходимость создания такого календаря очевидна, и труды на его составление окупятся с лихвой.

Сейчас у нас уже составлены подробные сводки сроков плодоношения многих шляпочных грибов, в том числе и съедобных, в Прибалтийских республиках, в Белоруссии, на Украине, в Армении, Грузии и в Приморском крае. Имеются фенологические календари плодоношения грибов и в некоторых областях европейской части СССР. Тем не менее огромные лесные пространства Сибири, Урала, Севера европейской территории СССР, где заготовки грибов издавна были народным промыслом, до сих пор еще не имеют сколько-нибудь точных фенологических сводок, что серьезно затрудняет перевод заготовки грибов на промышленную основу.

Грибной сезон в средней полосе нашей страны начинается обычно в апреле и длится до октября. В апрельском лесу среди еще голых кустов на темно-бурой, непокрытой травой почве особенно яркими кажутся первые весенние цветы: голубые печеночницы, розово-синие медуницы, белые подснежники и желтые ветреницы. Появление этих цветов свидетельствует о том, что наступает время сбора грибов, так как одновременно с цветами на отогретой весенним солнцем почве появляются и первые грибы. И хотя весна у нас не считается грибным сезоном, однако и в это, еще часто прохладное время грибники не вернутся из лесу с пустой корзинкой.

Парад грибов открывают таинственные, необычной формы, без трубочек и пластинок, прохладные на ощупь сморчки и строчки. Появляются они в середине апреля или, в зависимости от погоды, в начале мая, когда в средней полосе в оврагах,

а кое-где и в лесу еще можно встретить нерастаявший снег. За это сморчки и строчки и прозвали грибами-подснежниками.

Сморчок конический встречается на прогретой земле в смешанных или хвойных лесах, на опушках и полянах, часто на песчаной почве. На Тянь-Шане этот гриб распространен до верхней кромки ельников, на высоте 2600 м над уровнем моря. Шляпка у сморчка конического удлиненно-коническая, полая, приросшая по краю к ножке, желто-бурая или более темная, коричнево-черно-бурая, иногда она бывает сероватo-черная. Ее поверхность ребристо-ячеистая, с вытянутыми правильными прямоугольными ячейками. Размер шляпки от 3 до 7 см. Ножка у сморчка конического цилиндрическая, полая, бороздчатая, светло-желтая или бурая.

Сморчок конический появляется не только в одно время со строчками, но часто и в тех же самых местах. Помимо названных общих мест его обитания, сморчок конический можно встретить в садах, на свалках, пустырях, по краям полей, в рощах.

В настоящее время в некоторых странах изучается вопрос культивирования сморчка конического, и уже получена культивированная грибница, что, безусловно, следует считать весьма обнадеживающим результатом, однако организовать выращивание этого гриба в промышленных масштабах еще не удалось.

У *сморчка съедобного* шляпка яйцевидная или яйцевидно-округлая, высотой 3–6 см и диаметром 3–5 см. Окраска шляпки от желто-бурой до бурой. Ячейки шляпки округлые. Ножка толщиной 1,5–2 см и длиной 3–7 см, буроватая, полая, бороздчатая. Этот гриб хорошо развивается весной, с середины апреля до июня, особенно после теплых дождей. Обычно его можно встретить в лесах на более или менее плодородной почве, под лиственными деревьями, чаще всего в травянистых, хорошо защищенных местах: под кустами, вдоль канав, на лужайках в парках и садах. Сморчок съедобный распространен во всей умеренной зоне северного полушария, а также в Австралии.

Значительно реже, чем два предыдущих вида, встречается *сморчок высокий* с более крупным плодовым телом, достигающим высоты 25–30 см.

Все три вида сморчков часто поселяются на кострищах. Кроме кострищ, сморчки, особенно сморчок конический, в больших количествах развиваются на местах лесных пожаров. В Швейцарии, например, после большого лесного пожара в 1943 году на пожарище распространился в огромных количествах сморчок конический.

Сморчки способны развиваться на почве с нормальной микрофлорой, однако частичная стерилизация почвы, что происходит во время пожаров, и обогащение ее зольными элементами сильно стимулируют их массовое развитие.

Все сморчки съедобны, хотя наиболее вкусными считаются сморчки конический и съедобный. Особенно ценно то, что появляются сморчки ранней весной, когда нет еще других грибов. Вопрос о ядовитости сморчков остается спорным. Некоторые ученые считают, что гиромитрин – токсин, характерный для строчков, в сморчках вообще отсутствует, однако другие, и не без оснований, подходят к этому вопросу более осторожно. Во многих руководствах для грибников сморчки называют „условно-съедобными грибами“ и рекомендуют перед приготовлением кипятить их в большом количестве воды, причем воду обязательно сливать.

Санитарные правила по заготовке, переработке и продаже грибов 1981 года разрешают употребление в пищу сушеных сморчков и строчков только через один-два месяца в зависимости от температуры воздуха и влажности после сушки. Однако некоторые ученые считают, что эти грибы, особенно строчки, становятся безвредными только после того, как они пролежали в высушенном виде не менее шести месяцев.

В ГДР продажа строчков запрещена вообще, и лица, предлагающие кому-либо строчки в пищу или продающие их, могут быть привлечены к ответственности и признаны виновными в убийстве вследствие преступной халатности.

В некоторых странах Западной Европы и особенно в Америке сморчки, наоборот, считают главным, самым деликатесным грибом, и даже на ежегодном съезде американских микологов из сморчков, которые здесь называются „королями грибов“, приготавливают на торжественный обед специальное традиционное блюдо – блинчики со сморчками.

Вместе с тем известны случаи, когда сморчки и даже строчки употреблялись в пищу без предварительного отваривания, однако не оказывали никакого вреда неосмотрительному любителю грибов. Предположительно это можно объяснить тем, что содержание ядовитых веществ в этих грибах зависит, по-видимому, от погоды, времени сбора, возраста грибов или еще каких-то неизвестных нам условий, при которых количество ядовитых веществ в грибах

119
Сморчок конический

120
Сморчок съедобный

сокращается до уровня, когда отравление уже не наступает. Но такие случаи – редкое исключение, и, употребляя сморчковые грибы, необходимо строго соблюдать определенные правила их использования.

Другой гриб-подснежник – *строчок обыкновенный* развивается весной на почве в лесах, преимущественно сосновых. Иногда развитие строчков продолжается до осени. Этот гриб часто встречается на вырубках и у дорог, то есть в местах, более доступных прогреванию солнцем.

Строчок обыкновенный тоже считается условно съедобным грибом, и при употреблении в пищу рекомендуется прокипятить собранные строчки, а воду слить. Однако именно с этим грибом связаны случаи смертельных отравлений. Дело в том, что в

119



плодовых телах строчков был обнаружен токсин – гиромитрин, который не удаляется из них даже длительным кипячением. Содержание токсина в строчках колеблется, по-видимому, в зависимости от условий и места развития и штамма гриба. В ФРГ, например, в строчках было обнаружено смертельно опасное количество гиромитрина, а в других странах строчки употребляют в пищу без каких-либо неприятных последствий. Итак, опасность строчков – в непостоянном содержании в них яда. Во многих случаях его количество настолько мало, что он не оказывает вредного действия, и мы перестаем быть бдительными. В то же время отдельные экземпляры бывают чрезвычайно ядовиты, причем объяснение этой особенности строчков еще не найдено. Замечено, однако, что засуха способствует накоплению яда. К тому же яд строчков обладает свойством накапливаться в организме. Поэтому, если человек ест грибы понемногу, то признаки отравления этим коварным ядом могут появиться через несколько дней, что в значительной степени затрудняет лечение.



120

На опушках лиственных лесов, особенно под осинами весной, встречается и *сморчковая шапочка* – гриб со светло-бурой, почти желтой шляпкой на длинной белой ножке. Чуть позже, в июне, к этим видам присоединяется лопастник ямчатый, довольно крупный гриб со шляпкой и ножкой серого цвета. У лопастника шляпка расчленена на отдельные лопасти, не сросшиеся с ножкой, и его отличить от строчка и сморчка довольно просто.

В мае, если погода не очень холодная, в лесах, на лугах и пастбищах появляется *калоцибе майский*, съедобный гриб, обладающий вкусом и запахом свежей муки. Калоцибе майский, или, как его еще называют, рядовка майская, – довольно крупный гриб. Шляпка его имеет от 4 до 6 см в диаметре. Сначала шляпка кремоватая, а затем белая. Мякоть у этого гриба белая, толстая, плотная. В европейской части нашей страны этот гриб растет до июля, и его охотно собирают грибники.

Весной же можно встретить и *вешенку* – пластинчатый съедобный гриб, растущий на мертвой древесине или ослабленных лиственных деревьях. Поскольку гриб появляется в мае, отсюда – „вешний гриб", „вещенка". На Кавказе его еще называют „чинарики", вероятно, потому, что растет он там на стволах широколиственных пород деревьев, в том числе и на платане восточном, или чинаре. Вешенка успешно выращивается в искусственных условиях из специально приготовленной грибницы.

Как мы уже говорили, грибы являются полноценным продуктом питания, содержащим многие полезные питательные вещества. Однако для оценки грибов как пищевого продукта необходимо учитывать также их урожайность, распространение, размеры плодовых тел, вкусовые качества и др. Потому что хозяйственную ценность представляют только те виды, которые отличаются широким распространением, сравнительно устойчивой урожайностью, обилием плодовых тел достаточно крупного размера с развитой мякотью и хорошими вкусовыми качествами.

Так, белые грибы, подберезовики и подосиновики, повсеместно встречающиеся почти по всей территории нашей страны, могут рассматриваться как весьма ценное и экономически выгодное подспорье для питания. А цезарский гриб, довольно редко встречающийся в буковых лесах, при всех его высоких пищевых и вкусовых достоинствах никакого экономического интереса для нас не представляет.

При оценке съедобных грибов имеют существенное значение их размеры. Многие шляпочные грибы по своим вкусовым и питательным качествам могли бы служить хорошим пищевым продуктом, как, например, негниючники, мицены, денежки и другие, но они настолько малы, особенно если принять во внимание большое содержание в них воды, что собирать их совершенно нецелесообразно. Их можно было бы использовать для приготовления грибных приправ, но этого практически никто не делает.

Вопрос о съедобности различных грибов до сих пор еще вызывает споры не только между микологами разных стран, но и между населением разных стран, местностей и даже между различными группами населения одной и той же местности.

Любят собирать и широко используют дикорастущие грибы в пищу в Скандинавских странах, в странах Восточной и Центральной Европы, особенно в Румынии, Чехословакии, Польше, Австрии и Швейцарии, в Канаде, на севере США. Почти не собирают дикорастущие грибы в Англии, Франции, Италии, африканских странах, Южной Америке, Японии, в странах Юго-Западной Азии.

Не исключается, безусловно, здесь сбор дикорастущих грибов отдельными любителями или в отдельных местностях. Однако в национальные традиционные блюда этих стран дикорастущие грибы, как правило, не входят. Тем не менее это не исключает разведение и употребление в пищу культивируемых грибов, что широко распространено в Японии, Франции, Голландии и во многих других странах.

Насколько много может быть различных мнений о хозяйственной ценности отдельных грибов, свидетельствуют хотя бы те факты, что в ГДР, ФРГ и во Франции многие сыроежки вообще считают ядовитыми поганками, тогда как у нас все виды этого рода употребляются в пищу, а двенадцать видов сыроежек разрешены к заготовке государственными и кооперативными организациями и включены в стандарты на грибную продукцию. В некоторых странах Западной Европы, и в первую очередь в Швейцарии, население никогда не использует белые грибы, которые здесь растут в изобилии. В ряде мусульманских стран собирать и есть грибы вообще считается тяжким грехом, поскольку это запрещено кораном. Как правило, грибы не употребляет в пищу большинство населения наших Среднеазиатских республик, особенно мусульмане.

В Башкирии и в ряде прилегающих к ней районов не собирают гигантский степной сморчок. В Узбекистане не употребляют в

пищу степные белые грибы, дикорастущие шампиньоны и грибы-зонтики. В Бурятии не собирают наш лучший гриб – белый, а в Забайкалье вообще кроме рыжиков и груздей не берут никаких грибов. До последнего времени в центральных областях европейской части СССР, особенно в городах, с предубеждением относились к шампиньону обыкновенному, растущему как на лугах, так и в скверах и на бульварах. Но в последнее время эти вкусные грибы стали охотно брать. Почти не собирают у нас такие очень вкусные и довольно часто встречающиеся грибы, как строфарию сине-зеленую, мокруху еловую, говорушки серую и ворончатую и другие съедобные грибы.

121
Строчок обыкновенный

И все-таки нужно сказать, что такого любовного отношения к сбору и использова-



121

122
Сморчковая шапочка

нию дикорастущих грибов, какое проявляется в нашей стране, где „тихая охота" издавна стала национальной традицией, не наблюдается ни в одной стране мира, хотя, и это следует еще раз подчеркнуть, свои несметные грибные запасы мы используем очень мало, нерачительно, оставляя нетронутыми в лесах огромное количество первосортных съедобных грибов.

Поэтому понятен растущий интерес к резкому увеличению заготовок дикорастущих грибов, по запасам которых наша страна не знает равных себе в мире.

Но вот пришло лето. Стоят теплые солнечные июньские дни, в лесу ощущается острый, чуть сладковатый, неповторимый грибной запах. Откуда он? Ведь в июньском лесу нашей средней полосы грибов

122



еще почти нет. Это пахнет грибница, буквально пронизывающая лесную подстилку, гниющие пни, поваленные ветром стволы деревьев, сучья и саму почву.

В июньском лесу благодаря обилию тепла и влаги интенсивно растет и набирает силу грибница самых различных грибов. Но для грибников июнь – доброе время, потому что сморчки и строчки передали эстафету летним опятам, шапками растущим на старых пнях. Нашел два-три таких пенька – и корзина полна удивительно вкусными грибами, которые можно жарить, отваривать, мариновать и даже замораживать для дальнейшего хранения.

Опенок летний, или *кюнеромицес изменчивый*, растет большими группами на пнях лиственных, реже хвойных пород. Иногда

123
Вешенка обыкновенная



123

124
Летний опенок



его даже можно встретить на деревянных строительных конструкциях, которые он очень активно разрушает. Появившись в июне, летний опенок попадается до сентября. Растет он по всей территории СССР. А в настоящее время разработан способ его культивирования на древесине и опилках. Шляпка опенка летнего имеет в диаметре 4–6 см. В центре шляпки – широкоокруглый выступающий бугорок. Мякоть тонкая, белая, водянистая. Ножка у этого опенка 3,5–5 см высоты и 0,3–0,4 см ширины, цилиндрическая, немного суженная книзу, полая.

Найдя семейку летних опят, не спешите отправлять их в корзину, а присмотритесь повнимательнее. Среди желто-золотистых, как бы напитанных водой шляпок летнего опенка мелькнула шляпка еще более яркая, но не золотистая, а с красноватым или оранжевым оттенком. *Будьте осторожны! Это ядовитый ложноопенок серно-желтый.* Яды ложных опят вызывают сильные отравления, а растут летний опенок и ложноопенок серно-желтый часто на одних и тех же пнях, поэтому необходимо твердо помнить, что основное их отличие – пластинки. У летнего опенка они желто-бурые, а когда гриб совсем созреет – коричневые. У серно-желтого ложноопенка пластинки сначала зеленоватые, затем желто-зеленые, цвета серы, а когда гриб состарится – лиловато-бурые.

Говоря о грибах-двойниках, следует заметить, что они очень опасны, ведь ядовитые грибы – двойники съедобных – мстительны, и ошибок они не прощают.

У *опенка осеннего*, царство которого в сентябре, и *опенка зимнего*, сменяющего его в октябре – ноябре, тоже есть двойники. Желтовато-коричневые шляпки этих съедобных грибов часто приобретают красноватый оттенок, и тогда их легко спутать с появляющимся в это же время *ложноопенком кирпичио-красным*. Различить грибы можно опять же по пластинкам. У съедобных осеннего и зимнего опят, даже у перезревших они всегда светлые – белые, кремовые, желтоватые. У ложноопенка кирпично-красного сначала они тоже светлые, беловатые, но по мере созревания грибов быстро становятся лиловато-бурыми или даже черно-оливковыми. И съедобные



124

125
Опенок серно-желтый

126
Опенок кирпично-красный

опята и ложноопята растут обычно большими группами, в каждой такой группе всегда можно найти зрелый гриб с четко окрашенными пластинками.

По краям огородов, на выгонах, на унавоженной почве садов и парков в июне появляются *шампиньоны – обыкновенный* и *полевой*. В это время их можно смело собирать, поскольку в нашей средней полосе их ядовитые двойники – *бледные поганки, самые опасные и ядовитые грибы*, – еще не выросли, и появятся они только в июле, когда их можно принять за шампиньон полевой, растущий на опушке леса, а также за шампиньон лесной.

125



Зловещая слава бледной поганки, обладающей смертельным ядом, от которого еще не найдено противоядия, имеет историю. От времен Древнего Рима дошла до нас легенда о том, что бледной поганкой был отравлен римский император Клавдий. Рассказывают, что императору так понравился нежный вкус бледной поганки, что он успел даже издать указ о том, чтобы к его столу подавали только этот гриб. Вероятно, Клавдий был единственным человеком, рассказавшим о вкусе бледной поганки, яды которой – фаллоидин, фаллоин и аманитин – весьма коварны. Они действуют медленно и неумолимо. Первые признаки отравления появляются только через шесть – двенадцать часов, а иногда и через сутки, когда яды уже проникли в кровь и успели подействовать на все важнейшие органы: кроветворные, пищеварительные, нервную систему и когда помочь пострадавшему уже невозможно. Вот почему так необходимо знать все приметы этого гриба.

Бледная поганка относится к семейству *ядовитых мухоморов*, причем *мухоморы пантерный, поганковидный и вонючий* появляются в июле одновременно с нею. Своей серовато-зеленой и беловато-желтоватой шляпкой и кольцом на ножке эта ядовитая семейка напоминает съедобные шампиньоны, но их выдает окраска пластинок – белая или кремовая, а у шампиньонов – сначала беловатая или грязно-розовая, а затем темно-коричневая или даже черно-бурая от созревающих темноокрашенных спор. Кроме того, у мухоморов и

бледной поганки основание ножки вздуто, а на этом вздутии имеется воротничок из крупных чешуек или бородавок.

Ядовитые мухоморы – поганковидный и вонючий можно еще спутать с сыроежками, у которых шляпка зеленоватая или сероватая, тем более что и у сыроежек и у мухоморов пластинки белые.

Во враждебном человеку роду мухоморов имеется одно исключение. В южных районах нашей страны и в Карпатах изредка можно встретить цезарский гриб. В странах Центральной и Западной Европы он встречается достаточно часто. На улицах Софии воскресным августовским вечером можно увидеть возвращающихся из леса горожан, сумки и прозрачные пакеты которых полны грибов, от одного взгляда на которые бросает в дрожь! Оттуда торчат яркие красно-оранжевые „мухоморы" с утолщенной ножкой, только без белых чешуек на шляпке. Это и есть знаменитый царский, или цезарский, гриб, который подавался в Древнем Риме к столу императора и самых знатных патрициев.

В августе, когда довольно много белых



126

127
Опенок луговой

128
Шампиньон обыкновенный

129
Бледная поганка – самый ядовитый гриб

грибов, часто встречается *желчный гриб*, или *ложный белый*. И хотя его ядовитым не считают, однако, попав в жаркое из белых грибов, он не только его совершенно испортит своим горьким вкусом, но и *может вызвать отравление*, особенно у детей и пожилых людей. Растет этот двойник белого гриба в сосновых и еловых лесах, преимущественно на песчаной почве. Внешне он действительно очень похож на белый гриб, но его выдает цвет трубочек – грязновато-розовый, а также мякоть, розовеющая на изломе, в то время как у белого гриба мякоть на изломе остается белой. Имеется еще одно отличие белого гриба от желчного. У белого гриба белый сетчатый рисунок на ножке, а у желчного этот рисунок черно-бурый, хорошо заметный на светлой ножке. Желчный гриб обычно сопровождает белый весь сентябрь.

Рассказав о грибах-двойниках, вернемся к сбору грибов в июне, когда в лесах появляется значительное количество разнообразных грибов, хотя и этот месяц у нас не принято еще считать грибным.

В июне в наших лесах можно найти помимо опят, о которых мы уже говорили, подберезовики, подосиновики, шампиньон обыкновенный, белый гриб, свинушку тонкую и плютей олений. К концу июня появляются и сыроежки. Все это хорошие, съедобные грибы и рекомендованы, кроме плютея оленьего, к заготовке санитарными правилами.

Подберезовик обыкновенный, или, как его еще называют, обабок, образует микоризу с различными видами березы и поэтому встречается в березовых или смешанных лесах с березой. Найти его можно на болотах и в тундре. Распространен он почти на всей территории СССР, встречается даже в Арктике и на Северном Урале. Подберезовик – довольно крупный гриб. Шляпка его имеет от 3 до 20 см в диаметре, но нередко можно встретить и более крупные экземпляры, которые, однако, по своим вкусовым качествам уступают молодым. Шляпка подберезовика полушаровидная, затем подушковидная, гладкая, иногда слабоволокнистая, сухая, матовая, причем имеет довольно разнообразную окраску: сероватую, беловатую, серо-коричневую,

127





128



129

130



131



мышино-серую, бурую, темно-коричневую до почти черной. Ножка у подберезовика цилиндрическая или слегка утолщенная книзу, 4–15 см длиной, 1,5–3 см толщиной, волокнистая, беловатая, с темными, сероватыми, темно-коричневыми или почти черными чешуйками. Мякоть у подберезовика плотная или рыхлая (у перезревших грибов), на разрезе не изменяется в окраске или слегка розовеет.

Позже, в августе, вырастают еще несколько форм подберезовиков, различающихся по окраске. Это *подберезовики – черный, болотный,* или *белый,* и *розовеющий.* Все они съедобны.

В июне появляются и все виды *подосиновиков*: *красный,* или *красноголовик, желто-бурый, красно-бурый* и *белый.* Подосиновик красный встречается в лиственных и смешанных лесах, преимущественно с осиной, реже с березой, дубом, тополем, сосной и елью, а остальные подосиновики тоже растут в березняках, а также смешанных лесах. Подосиновик красный считается одним из наиболее распространенных в умеренном поясе северного полушария съедобных грибов. Остальные подосиновики тоже отличные съедобные грибы. Встречающийся в основном в северных районах европейской части СССР подосиновик белый можно найти в течение лета и осенью до октября.

Подосиновики – крупные грибы со шляпкой от 4 до 28 см. У подосиновика красного ножка 8–14 см высотой и 1,5–3 см толщиной, а у желто-бурого – 8–22 см высотой и 2–7 см толщиной.

Подберезовики и подосиновики можно жарить, отваривать, годятся они и для сушки, и для замораживания, и для маринования.

Шампиньон обыкновенный, или *печерица* – крупный гриб, имеющий шляпку диаметром от 8 до 15 см белого, иногда буроватого цвета, шелковистую или мелкочешуйчатую. Мякоть шампиньона обыкновенно белая, на изломе краснеющая. Растет он среди травы на богатой перегноем почве в садах, парках, на пастбищах, часто его можно встретить и около человеческого жилья. Замечено, что шампиньон обыкновенный часто образует так называемые „ведьмины круги" больших размеров. Это свидетельствует о том, что грибница у него многолетняя и жизнеспособная. Шампиньон обыкновенный происходит из очень большого семейства агариковых, насчитывающих тринадцать родов, из которых в нашей стране имеется девять.

О *белом грибе* следует рассказать особо.

130
Мухомор пантерный

131
Мухомор поганковидный

Это дикорастущий шляпочный гриб, плодовое тело которого представляет собой наиболее ценный продукт питания из всех грибов. Сроки плодоношения белого гриба с июня по декабрь, но в разных местностях и в разные годы эти сроки сильно сдвигаются в ту или иную сторону. В наиболее южных областях плодоношение белого гриба отмечалось и в мае, но иногда белые грибы не родятся вообще. Урожаи его в средней полосе европейской части СССР бывают приблизительно через год, но случается, что их нет два-три года и, наоборот, иногда они бывают два года подряд.

Шляпка белого гриба полушаровидная, ножка толстая, бочковидная, мякоть твердая. Мясистая и выпуклая шляпка белого гриба может быть черно-коричневого, коричневого, красно-коричневого или серо-коричневого цвета. Бело-сероватая со светло-коричневым оттенком клубневидной формы ножка белого гриба имеет на поверхности сетчатый рисунок более светлый, чем основная окраска. Белая мякоть гриба с возрастом становится рыхлой, однако приятный вкус и запах у гриба сохраняются.

Белый гриб имеет огромное географическое распространение. У нас в стране он известен от Кольского полуострова до Закавказья и от Карпат до Чукотки. Белый гриб встречается на всех континентах, кроме Антарктиды, и довольно редок в странах Южной Америки. Белые грибы у нас можно встретить в самых различных лесах, по опушкам, краям болот, в тундре среди карликовых берез и т. д. Рекомендуется собирать по возможности только молодые грибы, у которых мякоть плотная, так как по мере роста белые грибы становятся мягкими и часто поражаются личинками различных насекомых. Насекомые откладывают яйца в трубочки, и вылупившиеся из яиц личинки поражают мякоть гриба.

Как мы уже сказали, белый гриб – один из лучших и питательных деликатесных грибов. Он пригоден для тушения, жаренья, для приготовления супов, начинок, для маринования и для замораживания. Употребляют его и в сыром виде. Особенно хороши сушеные белые грибы, вкус их даже улучшается по сравнению со свежими.

В России с давних пор пытались выраци-

132
Желчный гриб

133
Подберезовик обыкновенный

вать белый гриб в лесах, разбрасывая кусочки плодовых тел, поливая почву водой, в которой содержатся споры гриба, или перенося почву с грибных участков леса на те, где он не растет. Однако никаких практически ценных или научных результатов такие опыты не дали. В современный период изучения шляпочных грибов аналогичные опыты также проводились, причем в значительно более широких масштабах, однако и на этот раз безрезультатно. По-видимому, эти безуспешные попытки культивирования белого гриба объясняются тем, что мы еще недостаточно хорошо, а по утверждению Б. П. Василькова, просто плохо, знаем биологию белого гриба и поэтому в своих опытах не учитываем его жизненные требования и не можем превратить его в сельскохозяйственную культуру.

132



В июне в различных по составу древесных пород лесах и на различных почвах, но предпочитая светлые, изреженные и мелколиственные леса, особенно березовые, появляется крупный мясистый гриб, похожий на груздь, – *свинушка тонкая*. Шляпка у него от 6 до 20 см в диаметре, желто-буроватая. Мякоть плотная, желтоватая или бурая, темнеющая на воздухе. Произрастает свинушка тонкая стаями, причем часто и обильно. Перед употреблением свинушки рекомендуется отварить или обдать кипятком, а воду слить.

В июне появляются и другие съедобные грибы, многие из которых, к сожалению, грибники знают мало и поэтому не берут.

Ориентироваться в огромном грибном царстве не просто. Как мы уже говорили, грибов известно около 100000 видов, из ко-



133

торых около 10000 крупные – так называемые макромицеты. Из макромицетов около 300 видов – съедобные грибы, встречающиеся на территории нашей страны. Однако собирают у нас около 60 видов, причем и их знают очень немногие грибники.

В июне и до поздней осени на гниющей древесине лиственных и хвойных пород, особенно сосны, иногда на кучах опилок, вырастают по два-три крупных гриба на высоких тонких белых ножках с серовато-коричневатыми шляпками диаметром от 4 до 10 см и широкими нежно-розовыми пластинками. Это *плютей олений*, очень нежный съедобный гриб с сочной мякотью. Не исключено, что плютей – лакомство для многих копытных, в том числе и для оленей, откуда, вероятно, и произошло его название. Но грибники, как правило, плютей не берут, а в некоторых странах его вообще относят к несъедобным грибам.

134
Подберезовик черный

135
Подберезовик белый, или болотный

В это же время в средней полосе на стволах различных лиственных деревьев и особенно на дубах появляется *трутовик серно-желтый.* Если трутовик молодой, то он вполне съедобен. Растут трутовики большими группами, причем из каждой такой группы (иногда сбор достигает 5 кг) можно приготовить жаркое на семью.

Поскольку серно-желтый трутовик, появляясь на живых деревьях, вызывает бурую сердцевинную гниль, собрав его, мы одновременно уничтожаем опасного паразита.

В июне на стволах лиственных деревьев поселяется *чешуйчатка золотистая* – крупный яркий гриб, который грибники почему-то вообще не собирают. А зря! Это очень вкусный гриб. В это же время на пнях

134





135

136
Подосиновик красный

137
Подосиновик желтобурый

и реже на валеже лиственных пород деревьев большими группами растет *вешенка обыкновенная* с белой или сероватой шляпкой. Эти грибы не сходят до конца июля, а иногда встречаются даже в августе.

Вешенка обыкновенная – довольно распространенный гриб, который можно встретить на всей территории нашей страны. Он имеет очень приятный грибной вкус и запах.

Июль – разгар лета. В лесу поспела земляника и черника, пахнет разогретая солнцем сосновая смола и особенно остро ощущается терпкий аромат хвои. Увеличивается и количество грибов.

На почве как в хвойных, так и в лиственных лесах с богатым слоем опавших листьев обильно появляется *говорушка во-*

136



рончатая – тонкомясистый гриб с желтоватой или белой воронковидной шляпкой и низбегающими на ножку пластинками. Шляпка молодого гриба несколько выпуклая, но потом она разрастается в глубокую воронку. Говорушка ворончатая – съедобный и даже приятный на вкус гриб, но с тонкой и жесткой мякотью. При его сборе следует остерегаться мелких, белых, с тонкой мякотью говорушек, имеющих частые нисходящие пластинки, так как среди них встречаются ядовитые виды.

На лесных полянках, на опушках, вырубках и лугах появляются также малоизвестные грибникам, но вполне съедобные грибы – *зонтики*, шляпка которых достигает в диаметре 25 см, таков *зонтик пестрый*. Шляпку несколько меньших размеров имеет реже встречающийся гриб – *зонтик белый*. Оба эти гриба обладают очень нежной мякотью и высоко ценятся грибниками в странах Центральной и Западной Европы, причем зонтик пестрый можно есть даже сырым, употребляя его нарезанным ломтиками для бутербродов.



137

138
Плютей олений

139
Трутовик серно-желтый

140
Чешуйчатка золотистая

В июле в широколиственных лесах появляется *дубовик крапчатый*, или, как его еще называют, *поддубовик*, – очень типичный для этих лесов гриб. Внешне он очень похож на белый, но имеет желтую, быстро синеющую на изломе мякоть, за что на Украине и в Белоруссии его называют синяк.

Синяк – так называют и другой гриб – *гиропорус синеющий*, растущий в июле – сентябре в лиственных и смешанных лесах, особенно часто под березами. Его мякоть белая или кремовая, на разрезе очень быстро синеет.

В роде синяк (гиропорус) есть гриб, белая мякоть которого на разрезе не меняет свой цвет. Это *каштановик*, или каштановый гриб, очень популярный в западных областях нашей страны. Его охотно собирают грибники и ценят не меньше, чем белый или подосиновик. Шляпка каштановика бархатистая, с возрастом становится гладкой, красновато-бурая или каштановая. Трубочки белые и при созревании кремово-желтые. Растет каштановик преимущественно в широколиственных лесах, на опушках, а почву любит песчаную. Встречается он в августе – сентябре и не очень часто.

Появляется и гриб *ивишень*, или *подви-*

138



шень, – белый крупный съедобный гриб, который в июле – сентябре можно собирать, не уходя далеко от дома, так как из лиственных лесов он заходит в сады и поселяется особенно часто под вишнями, где и влажность достаточно большая и тепла больше, чем, например, под яблонями. Ивишень легко отличается от других грибов по желтовато-розовым пластинкам, низко спускающимся на ножку. Ивишень в естественных условиях встречается в свет-



139



140

141



142



лых лиственных лесах на опушках и полянах, часто среди мхов. Растет он особенно обильно на Украине и в Белоруссии.

В смешанных и лиственных лесах в июле появляется один из грибов-баранов – *трутовик листоватый*, или *грифола курчавая*. Плодовое тело гриба-барана состоит из центральной, повторно ветвящейся ножки и многочисленных плоских мелких шляпок. Общий вес плодового тела гриба-барана в свежем виде до 10 кг, а общий диаметр до 40 см. Развивается гриб-баран как паразит на корнях дуба, реже на грабе и буке в зоне широколиственных лесов и в горных лесах Европы, Северной Америки и Австралии. В СССР он встречается на Кавказе, Украине, в Прибалтике и Приморском крае, иногда в других областях. Гриб-баран

141
Дубовик крапчатый, или поддубовик

142
Масленок зернистый

143
Сыроежки



143

144
Сыроежки



вполне съедобен, однако встречается он очень редко. В конце сентября 1980 года в Москве под одним из дубов, окружающих территорию Останкинской телевизионной башни, был найден гриб-баран весом 6,5 кг.

В лиственничных лесах и в посадках лиственницы в июле появляется яркий лиственничный масленок с золотисто-желтой шляпкой и такой же мякотью. *Масленок лиственничный* – съедобный гриб, имеющий очень приятный вкус и запах. Это довольно крупный гриб с диаметром шляпки до 14 см, кожица с которой очень легко снимается. Он встречается почти на всей территории нашей страны, где растет лиственница. Масленок лиственничный – симбионтный гриб. Его грибница плотно оплетает корни лиственницы, что одинаково полезно и дереву, и грибу. Масленок лиственничный употребляют в жареном или тушеном виде. Слизистую оболочку рекомендуется удалить вместе с мусором. При сушке этого гриба его нежная мякоть настолько ссыхается, что ее потом практически невозможно размочить, и поэтому гриб сушить не рекомендуется.

Масленок зернистый – крупный гриб с коричневатой разных оттенков шляпкой встречается обычно группами в хвойных, преимущественно сосновых лесах, часто на полянах. Это очень распространенный гриб с желтоватой мякотью и сплошной, желтовато-беловатой ножкой без кольца, зернистой.

Теплый июль открывает яркий хоровод разноцветных сыроежек. В это время их появляется около десяти видов: золотисто-желтая и лиловая, вильчатая с разветвленными пластинками, буровато-зеленой шляпкой и несдирающейся кожицей и другие.

Сыроежки – одновременно холодостойкие и теплолюбивые грибы. Поэтому их можно встретить в лесах разнообразного типа, хотя отдельные их виды предпочитают хвойные и лиственные леса. Сыроежка золотисто-желтая, например, встречается преимущественно в широколиственных лесах, а сыроежка бордовая – во всех типах лесов.

Среди различных сыроежек особую пищевую ценность как деликатесные грибы представляют сыроежки пищевая, сине-

144



145
Поплавок

146
Лисичка настоящая

вато-зеленая, желтая и буреющая. Сыроежки пурпурно-красная и сереющая тоже относятся к хорошим съедобным грибам. Однако стоит подробнее остановиться на деликатесных сыроежках.

Сыроежка пищевая – средний по размеру гриб с красно-фиолетово-бурой шляпкой, диаметром от 4 до 10 см. Гриб растет в сырых смешанных лесах, часто по обочинам дорог и тропинок. Сыроежка пищевая употребляется в жареных и тушеных блюдах, обладает своеобразным ореховым вкусом. В сыром виде ее тоже можно употреблять, но с большой осторожностью, так как ее нетрудно спутать с другими грибами, которые сырыми есть совершенно нельзя. Хранить сыроежку пищевую можно и в сушеном виде.

145



Так называемая *сыроежка синевато-зеленая* в действительности имеет зеленовато-серую шляпку диаметром от 5 до 14 см. Сыроежка синевато-зеленая – единственная из сыроежек, имеющая четко выраженный зеленоватый цвет шляпки. Для этого вида характерны бурые пятна на пластинках. У молодых грибов пластинки белые, позднее они становятся желтоватыми. Вкус сыроежки синевато-зеленой мягкий, а молодые грибы слегка горчат, однако эта горечь при приготовлении полностью исчезает. Сыроежку синевато-зеленую употребляют в жареных и тушеных блюдах. Для хранения ее можно сушить.

Сыроежка желтая растет в сырых березняках и имеет ярко-желтую шляпку. Это – деликатесный первоклассный гриб, который можно использовать в самых различных блюдах. К сожалению, из-за недостаточного знакомства с грибами мы оставляем в лесу множество сыроежек, в том числе и желтую. В то время как в некоторых восточно-европейских странах они являются самой желанной добычей грибников.



146

147
Лисичка серая

148
Валуй

Сыроежка буреющая тоже относится к деликатесным грибам. Шляпка ее диаметром до 12 см бывает темно-красной, оливково-буреющей или желто-бурой с зеленоватым оттенком. Гриб имеет приятный пикантный вкус, чем-то напоминающий селедку. Поэтому готовить его рекомендуется отдельно от других грибов. Хранить эту сыроежку лучше в замороженном виде, так как при сушке мякоть ее настолько ссыхается и твердеет, что потом ее приходится очень долго размачивать.

В самых различных лесах на полянах в июле можно встретить тоже малоизвестный грибникам ближайший родственник мухомора, но вполне съедобный гриб – поплавок, основание ножки которого помещено как бы в бокальчик. *Поплавок*, или *толкачик*, как его называют в Белоруссии, очень интересный гриб. Главным образом потому, что имеет самую разнообразную окраску шляпки: белую, серую, желто-коричневую, розовато-желтую и, наконец, оранжевую. Окраска шляпок поплавка настолько различна, что до сих пор микологи не решили, один ли это вид с различной окраской или это различные виды поплавков.

В это же время на почве в хвойных и

147



лиственных лесах чаще всего группами по всем лесным зонам нашей страны созревает *лисичка настоящая* – хороший съедобный гриб, особенно вкусный в жареном виде. Шляпка у лисички настоящей округлая, 3–7 см в диаметре, вначале выпуклая, позднее вдавленная в центре с цельным или лопастным подогнутым краем. Пластинки лисички настоящей низбегающие. Все плодовое тело этого гриба светло-желтое, с рыжеватым оттенком или бледно-

оранжевое. Мякоть белая с приятным запахом, плотномясистая. Часто эти грибы растут группами.

Одновременно с лисичкой настоящей в хвойных и реже смешанных лесах появляется *ложная лисичка*, а точнее *говорушка оранжевая*, с неприятным вкусом. По сравнению с лисичкой настоящей ложная лисичка имеет более яркую оранжевую окраску и частые тонкие пластинки. Этот гриб не ядовит, но *относится к несъедобным.*

Чтобы не испортить грибное блюдо, в это время следует опасаться еще двух горьких на вкус, несъедобных грибов: *перечного и желчного*, встречающихся в сухих хвойных и особенно сосновых лесах.

В последней декаде июля в различных лесах с примесью березы появляются валуи, а в светлых мелколиственных лесах – свинушки, толстая и тонкая, а также летний (зернистый) масленок.

Свинушка толстая – крупный гриб со шляпкой до 30 см в диаметре охряно-коричневого или оливково-коричневого цвета. Ножка у этого гриба боковая, эксцентрическая или центральная 5–8 см длиной и 2–3 см толщиной. Растет он на пнях и стволах хвойных, иногда лиственных деревьев, и встретить его можно до октября. Гриб съедобен и после отваривания может быть использован для всех видов приготовления.

В конце июля в лиственных, смешанных и хвойных лесах появляется *валуй* – крупный гриб с плотной толстой мякотью, имеющий жгучий горький вкус и неприятный запах сырости. У нас в стране во многих местах, и в частности в Белоруссии, его считают съедобным грибом, вполне годным для соления. Однако в Скандинавских странах, где он очень обилен, его к съедобным грибам не относят, хотя он не ядовит.



148

У нас валуй обычно засаливают после предварительного вымачивания и отваривания.

В это же время на опушках молодых лесов можно найти *гриб чесночник*, име-

149
Подгруздок белый

150
Подгруздок черный, или чернушка

ющий желтоватую шляпку. Этот гриб имеет сильный чесночный запах и поэтому охотно используется любителями для приготовления различных приправ. У нас растут и употребляются в пищу в основном

бурая или слегка охристая, но по мере созревания она становится палевой.

Чесночник дубовый растет в дубовых и смешанных лесах на опавших дубовых листьях. Поэтому распространен он только в европейской части нашей страны, найти его можно осенью в сентябре и октябре. Шляпка у чесночника дубового имеет 2–3 см в диаметре, сначала она колокольчатая, а затем округло-выпуклая, полуперепончатая, морщинистая. В сырую погоду на шляпке образуется полосатый край. Шляпка имеет грязно-палевый и реже бело-

149



три вида чесночников: мелкий, дубовый и большой.

Чесночник мелкий растет в сухих местах на лесной подстилке, на глинистой и песчаной почве и на пнях в лесах различных типов, но в основном на опушке. Как мы уже говорили, появляется этот гриб в июле, но встретить его можно и в сентябре. Его ареал – европейская часть, Кавказ, Сибирь и Приморский край. Шляпка у чесночника мелкого имеет 1–3 см в диаметре, желтоватый цвет. Ножка у этого гриба высокая и тонкая: 5–8 см высотой и 0,2–0,4 см в диаметре.

И наконец, чесночник большой имеет шляпку до 5 см в диаметре беловато-буроватого цвета, иногда в молодом возрасте молочно-белую, но позже темнеющую. Мякоть в шляпке белая, а в ножке темная. Растет этот гриб группами в лиственных, особенно часто в буковых, а реже в хвойных лесах на пнях и валеже. Появляется чесноч-

ник большой в июне и растет до ноября. Помимо европейской части СССР его можно найти на Кавказе и в Сибири.

В смешанных лесах в июле появляются два подгруздка: белый, или, как его еще называют, сухарь, сухой груздь, и черный, или чернушка, который, правда, предпочитает сосновый лес. Оба эти гриба отличаются от настоящих груздей тем, что не имеют млечного сока.

Подгруздок белый – довольно крупный гриб. Размер его шляпки колеблется от 5 до 20 см. Шляпка у него сначала выпуклая, Кавказ, Алтайский край, Дальний Восток.

Плодовое тело подгруздка белого начинает формироваться под землей, и по мере роста он поднимает на своей шляпке остатки грунта и лесной подстилки, выполняя роль рыхлителя грунта. Из-за этой его особенности подгруздок белый довольно трудно найти до тех пор, пока он не вырастет, а к этому времени он уже почти всегда оказывается червивым.

Подгруздок белый – хороший съедобный гриб, особенно в жареном виде. Гриб хо-



150

а по мере созревания становится воронковидной. Мякоть этого гриба белая со сладковатым, слабоострым вкусом. Подгруздок белый имеет весьма обширный ареал: Европа, включая европейскую часть СССР,

рош и для соления в смеси с другими грибами. Тушить грибы этого вида не рекомендуется.

Подгруздок черный, или *чернушка*, имеет шляпку от 5 до 15 см в диаметре,

однако находили грибы со шляпкой до 25 см. Шляпка у него сначала выпуклая, затем выпукло-распростертая, в центре вдавленная. В молодом возрасте шляпка светлая, затем палевая или серовато-коричневая, а затем грязно-буроватая до темно-бурой. На ощупь шляпка слегка клейкая, причем кожица с нее не снимается. Встречается подгруздок черный с июля по октябрь почти во всех европейских странах и в Сибири.

Подгруздок черный – гриб, съедобный после предварительного отваривания, но с довольно низкими вкусовыми качествами, поскольку имеет неприятный своеобразный запах, отдающий сырой землей. Его можно использовать для засола, но желательно в смеси с другими грибами.

В июле все чаще и чаще начинают попадаться подберезовики и подосиновики. Белые грибы все еще попадаются единичными экземплярами. Но все же июль считается месяцем, который грибами относительно небогат. Основное грибное изобилие впереди.

Как известно, наступление, продолжительность и окончание плодоношения определяются, с одной стороны, биологическими свойствами грибов, а с другой – условиями погоды текущего, отчасти предшествующего года, а может быть, и нескольких предшествующих лет. От биологических свойств зависит то обстоятельство, что плодоношение грибов вообще наступает в условиях данной местности в более или менее определенное время, а от условий погоды зависит тот факт, что сроки плодоношения колеблются вокруг этого среднего времени, обусловленного биологическими свойствами. Таким образом, комбинация данных двух моментов в конечном счете определяет как сроки появления плодовых тел в те или иные годы, так и сроки плодоношения в течение одного года, а равно и величину урожая, от самых больших до полных неурожаев. Надо, однако, заметить, что зависимость между сроками плодоношения, условиями погоды и биологическими свойствами видов грибов проявляется не всегда достаточно ясно. Иногда она оказывается вполне очевидной, и ее учитывают даже местные жители, в некоторых же случаях она не ясна даже для современной науки. Поскольку исключительно большие урожаи грибов или, наоборот, полные неурожаи наблюдаются у нас в стране довольно редко, мы везде будем рассматривать „средний“ случай.

Как мы уже говорили, грибы плодоносят волнами или слоями, когда в короткий срок вдруг появляется много плодовых тел. У нас в средней полосе обычно бывает три или четыре таких грибных слоя. Первый, сравнительно слабый слой грибов появляется здесь во второй половине июля и то только при очень благоприятных сочетаниях температуры и влажности. Второй и третий, самые обильные слои приходятся на август, сентябрь и частично на октябрь. Как и почему это происходит, мы еще плохо знаем. По-видимому, грибы вообще значительно больше, чем другие растения, склонны держать в секрете условия своего развития, свои особенности.

151
Молочай, или гладыш

Итак, в средней полосе основной грибной сезон начинается в августе. В это время появляются и обильно плодоносят многочисленные виды других грибов. Пополняется семья сыроежек: ломкая красная, фиолетовая, сереющая, встречающиеся в сосновых сыроватых лесах, сине-желтая – в сосново-березовых лесах и некоторые другие. На сосновых пнях и около них можно найти крупный съедобный гриб *рядовку желто-красную.* Шляпка у него от 5 до 10 см в диаметре. Кожица на шляпке желто-оранжевая с многочисленными мелкими красноватыми волокнистыми чешуйками, отчего она кажется красноватой. Растет рядовка желто-красная группами на сосновых пнях и около них. Найти этот гриб можно с августа по октябрь.

В это же время в сосновых и смешанных лесах появляется и *рядовка серая* – малоизвестный съедобный гриб, получивший название, вероятно, за характер роста рядами или кольцами, где каждый стоит одиночно, но все вместе образуют линию или круг, то есть рядок, как говорится, „стоят рядком“.

Рядовка серая – хороший съедобный гриб, обладающий приятным запахом муки, но, как все грибы с плотной мякотью, требует основательной термообработки. *Рядовку серую* можно хранить и в сушеном виде. Этот гриб *не следует путать с несъедобной рядовкой заостренной,* имеющей жгуче-горький вкус, способный испортить любое грибное блюдо.

В августе в широколиственных и смешанных лесах вырастают первые млечники. Это *молочай,* или *гладыш,* с красновато-бурой шляпкой, который в странах

151



Западной Европы считается очень ценным съедобным грибом, а у нас его почти не собирают, хотя в засоле он, пожалуй, немногим уступит королю млечников – ароматному рыжику. Нужно отметить, что в Поволжье русское название „гладыш" относится к другому грибу, тоже млечнику, а именно млечнику мясо-красному со шляпкой багрово-красного цвета, растущему в еловых и смешанных лесах в августе – сентябре.

В редких лесах, на лесных полянах, вырубках обильна в это время *лаковица розовая* – гриб, тоже мало известный грибникам, но вполне съедобный. Встретить его можно с июля по октябрь почти по всей территории СССР. Шляпка его имеет до 5 см в диаметре, розовато-буро-охристого цвета, позже она выцветает и становится белесоватой. В августе появляются моховики – зеленый и пестрый и польский гриб из этого же рода.

152
Моховик зеленый



Моховик зеленый имеет очень широкое распространение и растет в лесах самых различных видов, предпочитая лесные поляны, опушки, края дорог, а иногда и муравейники. Ареал его также обширен: почти все страны Европы, европейская часть СССР, Кавказ, Урал, Сибирь, Дальний Восток, Северная Америка, Австралия, остров Борнео.

Гриб этот имеет очень приятный вкус и фруктовый запах и идет преимущественно для сушки и маринования. Хорош он и в вареном виде и жареный. Однако ценность его снижается из-за ватно-рыхлой мякоти.

Моховик пестрый, или *трещиноватый*, имеет довольно широкое распространение в лиственных и смешанных лесах Европы, Сибири, Кавказа, Дальнего Востока, Северной Америки, Австралии. Шляпка у него от 3 до 10 см в диаметре, выпуклая, сухая, матовая, коричневатого, красновато-коричневого, оливково-коричневого или охряно-серого цвета, сетчато-растрескивающаяся. Эти трещины часто имеют розовый оттенок. Употребляется он так же, как и моховик зеленый.

Польский гриб очень похож на белый гриб. Шляпка его имеет до 15 см в диаметре, выпуклая, у молодых экземпляров с матовой замшевой поверхностью. Мякоть польского гриба беловатая или желтоватая, на разрезе синеющая, а затем буреющая. Гриб имеет очень приятный вкус и годится в жаркое, для сушки, маринования, варки. Растет он преимущественно в сосновых лесах европейской части СССР, Западной Европы, Северной Америки, Австралии и Монголии.

Из *ядовитых грибов* нужно отметить появляющийся в этот период *мухомор пантерный* с бурой или серовато-оливковой шляпкой, покрытый белыми концентрически расположенными хлопьями.

Начиная с ранней весны и до конца октября, а иногда и в ноябре на лесном опаде, на остатках травянистых растений, на мертвой древесине и подстилке растет *много видов коллибий, мицен и негниючников.* За небольшим исключением, *все они несъедобны*, однако играют очень важную роль в почвообразовании, разлагая лесной опад и мертвую древесину.



152

Без этой непрерывной работы по разложению органики высшие растения наших лесов были бы буквально погребены в массе отмерших, но не разложившихся растительных остатков. В северных районах нашей страны ведущую роль по разрушению органических веществ выполняют грибы, причем некоторые из них способны продолжать „свою работу" даже под снежным покровом.

У нас в стране только грибов из рода мицен имеется около 60 видов, 20 видов коллибий, около 35 видов негниючников, 30 видов навозников, причем некоторые из них в молодом возрасте съедобны.

В соответствии с „грибным календарем" в первой половине августа, когда в средней полосе страны начинается основной грибной сезон, появляются самые любимые наши грибы – рыжики и грузди. Именно они наряду с белыми грибами были и сейчас остаются основными промысловыми грибами в нашей стране. Интересно отметить, что в старину к сбору рыжиков предъявлялись особые требования: рыжики для рынка собирались только молодые, мелкие, чтобы шляпка их была не более 2,5 см.

Как мы уже говорили, грибы всегда занимали значительное место в рационе жителей России. А когда наступал пост (обычно это бывало перед отелом коров, когда они уже не давали молоко и когда по весне истощались запасы зерна и мяса), то грибы, в основном соленые рыжики и грузди, а также сушеные белые, вместе с некоторыми овощами были основным продуктом питания. Вот почему летом, когда выдавались часы, свободные от неотложных полевых работ, все, включая и детей, отправлялись в лес по грибы, зная, что они будут большим подспорьем зимой.

В августе появляются и обильно плодоносят грибы-млечники. Млечниками их называют потому, что они содержат в мякоти очень едкий на вкус млечный сок, обычно теряющий эту едкость при соответствующей обработке. Достаточно разломить такой гриб, чтобы по обильно выступившему, чаще всего белому соку установить, что имеешь дело с млечником. У некоторых грибов этот сок на воздухе быстро меняет окраску на зеленую или красную.

Как мы уже сказали, во второй половине августа появляются рыжики, которых у нас несколько видов. Наиболее известным и распространенным является *настоящий*, или *деликатесный, рыжик*. У этого гриба есть две формы, приуроченные к различным типам лесов: *рыжик сосновый* с оранжевой или даже красно-оранжевой шляпкой и *рыжик еловый*, окрашенный более скромно – в желтоватые или синевато-зеленоватые тона. У этих грибов на шляпке хорошо выражены более темные концентрические зоны, а оранжевый млечный сок, появляющийся на изломе, быстро зеленеет. Шляпка и ножка рыжика при прикосновении также быстро покрываются зелеными пятнами. Очень характерен запах млечного сока – острый, смолисто-фруктовый, за который этот гриб очень ценится и который сохраняется при холодном способе засола. Употребляется этот деликатесный гриб не только соленым, но и свежим, зажаренным в сметане или на вертеле – по старинному русскому способу, практиковавшемуся охотниками. В старину грибоводы-любители выращивали рыжики как особенно ценный гриб, сажая его грибницу в парках под пяти-шестилетними елями или соснами. (Подробнее об этом можно прочитать в книгах П. Каменоградского „Доходное грибоводство", 1907 г. и Н. И. Полевицкого „Искусственное разведение грибов", 1931 г.)

Представление о рыжике как о типичном русском грибе неверно. Рыжики имеют весьма широкий ареал: страны Западной Европы, Америка, страны Азии, Скандинавские страны, причем его считают съедобным даже в тех странах, где все млечники принято считать ядовитыми.

Рыжики окрашивают мочу в красный цвет, но это совершенно безопасно для здоровья.

Другой знаменитый гриб-млечник – *груздь*. На этом грибе стоит остановиться подробнее. У нас растут несколько видов груздей: настоящий, или сырой, желтый, черный, осиновый, дубовый и перечный. Название свое грузди получили от слова „груда", так как растут они обычно большими группами, мостясь друг на друге. Еще говорят о них, что растут они гнездами или стаями. Вот и любят грибники грузди за то, что родятся они всегда помногу. Грузди издавна славились на Руси как первоклассные грибы для засола. Когда-то их вместе с рыжиками даже выделяли из других грибов, говоря о них „родится много грибов, рыжиков, груздей" или „брать грибы и ломать грузди".

Появлению груздей способствуют частые, но не обильные дожди. Если же происходит перенасыщение почвы влагой, то появившиеся было грибы исчезают или, как еще говорят, сходят.

Первое место среди груздей по своим кулинарным и вкусовым качествам, особенно по аромату, занимает *груздь настоящий*, или *сырой*, с белой или кремово-желтой

шляпкой, со слабо заметными водянистыми зонами на ней и как бы завернутым вниз, густо опушенным краем. Млечный сок у груздя настоящего белый, но на воздухе он становится серно-желтым. Растет груздь настоящий в березовых или сосново-березовых лесах, причем ареал его – не только европейская часть СССР, но и Сибирь, многие страны Западной Европы, где он также имеет хозяйственное значение.

Очень похож на него *груздь желтый*. Этот гриб растет чаще в еловых, еловопихтовых лесах и реже встречается в березняках. Он имеет довольно крупную шляпку (от 5 до 15 см в диаметре), встречается у нас в европейской части и на Дальнем Востоке. Так же, как и груздь настоящий, употребляется в пищу в соленом виде.

153
Рыжик сосновый

Появляющийся в августе *груздь черный* выделяется среди своих родственников большими размерами. Его шляпка достигает 20 см в диаметре, она бывает зеленовато-бурая или темно-бурая, почти черная, с желтым краем, очень плотная, мясистая. Млечный сок у груздя черного белый, очень обильный и едкий. При засоле шляпка гриба становится винно-красной. Растет этот гриб преимущественно в березовых или смешанных лесах. В ряде областей нашей страны этот гриб называют *чернушкой*, так же, как и подгруздок черный, который относится не к млечникам, а к роду сыроежек и млечного сока не имеет.



153

Груздь черный после предварительного отваривания является хорошим съедобным грибом, используемым у нас для засола. Интересно отметить, что груздь черный можно искать даже после первых заморозков, если за ними последовал продолжи-

154
Рыжик еловый

155
Груздь настоящий

тельный период плюсовой температуры, как у нас в средней полосе бывает в конце октября – начале ноября.

В это же время года, то есть в августе, в сыроватых осиновых лесах довольно редко, местами, однако достаточно обильно появляется *груздь осиновый* с беловатой шляпкой с буроватыми или красноватыми пятнами и красивыми кремовато-розового цвета пластинками.

Значительно реже можно найти *груздь дубовый*, растущий в широколиственных лесах. У него желтая или желто-оранжевая шляпка и короткая толстая с желтоватыми пятнами ножка. Едкий млечный сок груздя дубового не изменяет на воздухе своего белого цвета.

Появившись во второй половине августа, грузди продолжают плодоносить и в сентябре. Как мы уже говорили, все грузди обычно идут в засол и реже их употребляют свежими.

К числу распространенных и обильно плодоносящих млечников в августовских лиственных и хвойных лесах относится *скрипица* – белый гриб с очень горьким едким белым млечным соком, не меняющим окраски на воздухе. Мякоть у скрипицы

154



155



очень плотная, жесткая, желтеющая на изломе. Растет скрипица обычно большими группами в различных лесах с июля по сентябрь почти по всей территории нашей страны. В пищу гриб употребляется только соленым, причем после предварительного тщательного вымачивания и отваривания. Гриб обладает низкими вкусовыми качествами, а во многих странах он вообще считается несъедобным.

Таким же образом обрабатывается перед употреблением и горькушка.

Большинство грибов-млечников в средней полосе сходят в сентябре, а до октября задерживаются только рыжики и горькушки.

В это же время в березовых лесах можно найти волнушку розовую, растущую в изобилии. Это хороший съедобный гриб, но требующий предварительного отваривания. *Волнушка розовая* – один из самых популярных грибов в Скандинавских странах, где очень многие грибники считают ее вообще чуть ли не единственным съедобным грибом. У молодых волнушек шляпка розовая с красными концентрическими кольцами. Из соленых, рубленых с луком волнушек можно приготовить приятный острый салат или грибную подливку. Волнушки можно также жарить и хранить в замороженном виде. Похожа на нее *волнушка белая*.

Многие грибы-млечники имеют полую ножку как бы с дуплом, из-за чего некоторые из них называют *дуплянками*. Например, млечник обыкновенный, или желтая дуплянка, с серовато-желтой шляпкой, растущий в хвойных и смешанных лесах во влажных местах среди мхов. Его можно найти в августе – сентябре. Этот гриб в некоторых районах называют еще *гладышем*, как и *молочай*. Белый млечный сок желтой дуплянки на воздухе становится желтым или зеленовато-желтым. Этот гриб пригоден для засолки. Такую же полую ножку имеет и *съедобная серушка*, или *дуплянка*

156
Груздь желтый



серая со шляпкой коричневато-сероватого цвета и неизменяющимся на воздухе млечным соком.

Растет она в березовых и осиновых лесах с июля по сентябрь.

Нужно отметить, что такое строение ножки у многих млечников определяет и способ их сбора. Поскольку выкрутить из почвы полую хрупкую ножку невозможно, не сломав ее, грибы-млечники лучше срезать.

Среди млечников ядовитые виды неизвестны, но съедобность некоторых из них, таких, как млечник серо-розовый, млечник шиповатый и некоторые другие, сомнительна или точно не установлена. Поэтому в этом случае, как, впрочем, и всегда, *следует собирать только хорошо знакомые грибы.*

Всего род млечников насчитывает около 90 видов, из которых на территории нашей страны произрастает около 50. Большинство из них микоризообразователи, то есть тесно связаны с корнями деревьев, в связи с чем, естественно, растут преимущественно в лесах.

Выше были описаны млечники наиболее распространенные, которые являются объектами массового сбора и заготовок.

Кроме многочисленных млечников во второй половине августа появляется много других съедобных грибов, которые грибники зачастую несправедливо обходят стороной. Так, в еловых лесах появляется *мокруха еловая* с желтоватой слизистой шляпкой и слизистой пленкой-покрывалом, прикрывающим молодые пластинки.

Мокруха еловая растет поодиночке в ельниках или лесах, имеющих в своем составе ель. Это хороший съедобный гриб, несмотря на то что очень ломкая мякоть затрудняет его использование. Собирая грибы, мокруху еловую следует класть отдельно от других грибов, так как она может испачкать их. Что касается пятен, остающихся от мокрухи еловой на корзине или других предметах, то смываются они довольно легко.

Мокруха еловая очень вкусна в жареном и тушеном виде. Вполне пригодна она и для замораживания.

Во влажных сосновых и смешанных ле-

156



157
Груздь черный

158
Скрипица

сах, по краю лесных болот появляется крупный съедобный *гриб-колпак кольчатый* с мясистой желтой с розовым оттенком шляпкой. В это же время обычны *лисички*, растущие группами, и *ежовик желтый*. Обилен в конце августа в молодых сосняках и *масленок поздний* – съедобный гриб, где в это время можно найти и *шампиньон полевой* с желтеющей от прикосновения белой шляпкой.

В конце августа можно встретить и такие типично осенние грибы, как *говорушка серая* и *говорушка булавоногая*, которые растут по опушкам хвойных и смешанных лесов и часто образуют так называемые „ведьмины кольца". Говорушка серая плодоносит и в октябре, причем найти ее в это время можно не только в светлых лесах, но и в садах.

И еще один малоизвестный съедобный гриб появляется в это время в смешанных лесах – *строфария сине-зеленая* с редкой для грибов окраской шляпки и ножки – сине-

157



ватo-зеленоватой. Строфарию сине-зеленую можно встретить на пнях особенно хвойных пород, на пастбищах, на свалках среди органического мусора.

В конце августа грибники должны быть

158



особенно внимательны, так как появляются многочисленные *ядовитые грибы из семейства мухоморов: мухоморы красный, вонючий, порфировый, поганковидный и самый страшный, смертельно ядовитый гриб из рода мухоморов – бледная поганка.*

Август у нас – самый щедрый, самый обильный плодами месяц лета. В лесу поспевают орехи, ягоды шиповника, голубика и многие другие. Отличается август и разнообразием грибов. Для летних видов в это время проходит второй слой плодоношения. А для осенних со второй половины августа при благоприятных условиях начинается первый слой, поэтому сборы грибов бывают если и не самыми обильными, зато самыми разнообразными, так как в это время встречаются летние и осенние виды грибов.

Сентябрь в средней полосе, да и не только здесь, справедливо считают самым красивым месяцем осени, поскольку с его приходом наступает обилие плодов и этот месяц особенно щедр на краски. Кто не прочувствовал неповторимую тихую торжественность сентябрьского леса, когда особенно заметно полное отсутствие птичьих голосов! Разве только синица негромко свистнет. Если же подует ветер, лес обрушит на нас сверкающий водопад золотисто-багряных листьев, которые пестрым мягким ковром устилают лесную почву, и среди которых нелегко отыскать осенние грибные трофеи. А грибов в это время много, поскольку в сентябре проходит третий, обычно очень обильный слой позднелетних видов: белых грибов, подосиновиков, подберезовиков, рыжиков, волнушек, груздей и других. К ним присоединяются уже типично осенние грибы: рядовки и шампиньон лесной.

Грибы в это время особенно хороши. Редко какой с червоточиной.

Из довольно многочисленного рода рядовок съедобными считаются только ря-

159
Горькушка

160
Волнушка розовая

довка серая, фиолетовая, или леписта, зеленушка и рядовка землистая.

Рядовка серая – поздний гриб. Он появляется в сентябре и распространен в Сибири, в Приморском крае и в европейской

159



части СССР. Шляпка у него 5–12 см в диаметре, серовато-буроватая, мякоть белая с запахом муки. Растет он в сосновых и смешанных лесах.

Зеленушка растет группами на песчаных почвах в сухих сосновых лесах. Шляпка 4–12 см в диаметре, сначала выпуклая, а потом распростертая, зеленовато-желтоватого цвета. Белая мякоть зеленушки имеет приятный запах муки.

Рядовка землистая – тоже сентябрьский гриб, но иногда его можно встретить и в августе, особенно на Кавказе. Шляпка у этого гриба 4–7 см в диаметре с сухой кожицей, покрытой черноватыми волокнистыми чешуйками.

Рядовка фиолетовая, или *леписта голая*, или, как ее еще называют, *синичка*, – крупный съедобный гриб, иногда образующий на почве „ведьмины круги", растущий на Кавказе, в Приморском крае и в европейской части СССР. Шляпка у этого гриба 6–10 см в диаметре, плоско-выпуклая, мя-

систая, буровато-фиолетового цвета. Мякоть рядовки фиолетовой светло-фиолетового цвета, имеет тоже запах муки. Растет рядовка фиолетовая в хвойных лесах.

Шампиньон лесной, или *благушка*, – съедобный гриб, шляпка которого яйцевидно-колокольчатой формы, имеет 7–10 см в диаметре. Мякоть этого гриба белая, при надломе краснеющая. Пластинки сначала белые, затем красноватые и, наконец, темно-коричневые, вздутые к середине. Растет благушка в хвойных и смешанных лесах на почве, особенно часто встречается около муравьиных куч или на них.

В сентябре уже появляются грибы из очень обширного рода *паутинников*, которых у нас обитает свыше 400 видов. Некоторые из паутинников съедобны. Например, *паутинник бело-фиолетовый*, растущий в восточных районах СССР, *паутинник разноцветный* – довольно крупный гриб со шляпкой до 15 см в диаметре и растущий в хвойных и лиственных лесах Сибири, *паутинник фиолетовый* – тоже крупный съедобный гриб, встречающийся в сос-



160

161
Волнушка белая, или белянка

162
Дуплянка серая, или серушка

новых лесах северной и средней полосы СССР, и *паутинник (приболотник) красный*, имеющий редечный запах и растущий в хвойных лесах почти повсеместно.

Необходимо отметить, что при определении этих грибов следует быть очень внимательным и осторожным, так как в роде паутинников есть и *ядовитые грибы*, такие, как *паутинник кроваво-красный и паутинник зеленоватый*.

Самый распространенный и обильный гриб сентября – холодолюбивый *опенок осенний*, довольно крупный гриб со шляпкой до 10 см в диаметре, растущий группами на стволах живых деревьев и на кустарниках как паразит, а также на мертвой древесине как сапротроф. Опенок осенний обладает хорошими вкусовыми качествами

161





162

и употребляется для засолки, маринования и в свежем виде для жаркого.

В сентябре, а также в октябре к закрытию грибного сезона в сыроватых сосновых и сосново-березовых лесах появляется редкий гость осени – сморчковый гриб *строчок (лопастник) осенний* с белой или слегка красноватой ножкой и каштаново-коричневой волнистой шляпкой.

В сентябре очень обильно появляется гриб-скороспелка *навозник белый*, относящийся к очень нежным деликатесным грибам. Весь гриб молочно-белый, шляпка 5–12 см высоты, яйцевидная, покрытая многочисленными чешуйками, за что этот гриб и называют *навозником мохнатым*. Плодовое тело навозника белого частично растет в земле и может прорасти через плотный грунт или даже асфальт. Обычно гриб растет на богатой перегноем, хорошо унавоженной почве в парках, садах, во дворах, на свалках. Очень часто его можно встретить на городских газонах, и тогда можно набрать грибов на жаркое, не выезжая за город.

У навозника в отличие от многих других грибов шляпка не расправляется, а быстро начинает темнеть и расплываться в чернилоподобную жидкость, то есть происходит очень быстрый процесс саморазложения – автолиз.

Навозник белый съедобен, только пока он чисто-белый. Если же шляпка начала темнеть, то гриб уже совершенно неприго-

ден в пищу. Грибы эти имеют способность дозревать даже уже будучи собранными, причем автолиз продолжается даже в замороженных грибах. Поэтому белые навозники после сбора необходимо сразу же перебрать и использовать для приготовления супов, соусов, жаркого.

Таким образом, конец августа и первая половина сентября – самые богатые грибами месяцы как по исключительному разнообразию, так и по обилию, что, безусловно, зависит и от погоды. К концу сентября количество плодоносящих грибов резко снижается, и в это время, а также в октябре до самого снега, можно собирать в лесу немногочисленные позднеосенние виды грибов. Среди них рядовка фиолетовая, растущая группами в хвойных лесах, которую употребляют в свежем и маринованном виде. Однако, как правило, грибники этот гриб не берут.

В это время можно встретить говорушку серую, о которой мы уже рассказывали, а также широко распространенный съедобный гриб – масленок поздний, или настоящий.

163



163
Мокруха еловая

164
Масленок поздний

Часто встречаются в это время в березовых и осиновых лесах зеленушка с зеленоватой шляпкой и желтой мякотью и млечник серушка.

Самые поздние виды грибов – это, пожалуй, *гигрофор бурый*, или *мокрица бурая*, с оливковой или оливково-коричневой шляпкой, растущий в хвойных лесах и встречающийся даже в ноябре после заморозков, и зимний гриб *фламмулина бархатистая*, напоминающий осенний опенок с желтой шляпкой и хрящеватой коричневой ножкой и называемый еще зимним опенком. Растет зимний опенок большими группами на пнях и валежных стволах лиственных деревьев, а также на живых деревьях, особенно на осинах, тополях и ивах. В южных районах нашей страны



164

165
Шампиньон полевой

166
Говорушка булавоногая

фламмулину бархатистую можно встретить до декабря. Зимний опенок вкусный съедобный гриб, и его можно искусственно выращивать на смеси опилок и отрубей.

Осенью, „под занавес" грибного сезона, возможны самые неожиданные находки: то увидишь странную семейку белых, выросших в три этажа – один на другом, то пять подберезовиков, растущих „веером" на одной ножке, то вдруг наткнешься на розетку телефоры наземной, не уступающей по красоте иному цветку, или на замысловатый *звездовик*. Несколько лет назад неподалеку от Москвы была обнаружена необыкновенная вешенка осенняя. 463 гриба срослись своими ножками, образовав как бы один многошляпочный гриб. Такие размеры и формы этого гриба – явление чрез-

165



вычайно редкое. Обычно вешенка растет группами на стволах осин, тополей, ив.

С наступлением первых холодов грибы можно найти в лесу под плотным пологом из еловых лап, где еще сохраняется тепло. В таких местах можно встретить не только холодостойких посланцев осени, но даже и белые грибы, и некоторые сыроежки, а в молодом густом сосняке, глубоко зарывшись в теплый мох, сидят маслята и моховики, причем сверху видны только коричневые шляпки.

Всего в средней полосе нашей страны насчитывается более 200 видов съедобных грибов, и здесь перечислены далеко не все виды. Мы остановились в основном на наиболее обильно плодоносящих и малоизвестных съедобных грибах, рассказали о наиболее ядовитых.

Из приведенного обзора видно, что число видов и обилие плодоношения грибов начинают интенсивно увеличиваться во второй половине июля и достигают максимума в середине августа или первой декаде сентября, а затем падают. Причем наибольшее видовое разнообразие прихо-



166

167



167
Строфария сине-зеленая

168
Зеленушка

дится на конец августа – начало сентября. Анализ фенологических сроков появления и основного плодоношения (второй и третий слои) свидетельствует о том, что они могут смещаться по годам на 10–15 дней в зависимости от метеорологических факторов (сочетание количества осадков, влажности, температуры воздуха) и типа леса. Если, например, в начале сентября надолго зарядили дожди, то в слишком насыщенной водой почве будет недостаточно воздуха и плодовые тела не образуются.

Кроме сроков появления грибы значительно различаются и по характеру плодоношения. Одни из них, такие, как подберезовики, подосиновики, плодоносят достаточно долго – с июня по сентябрь, и слои плодоношения у них выражены не очень четко. Другие, такие, как рыжики, грузди, осенние опята, плодоносят короткий период – со второй половины августа до конца сентября, давая за это время один-два слоя, очень значительные по обилию плодоношения. Иногда обильное плодоношение этих грибов длится всего несколько дней.



168

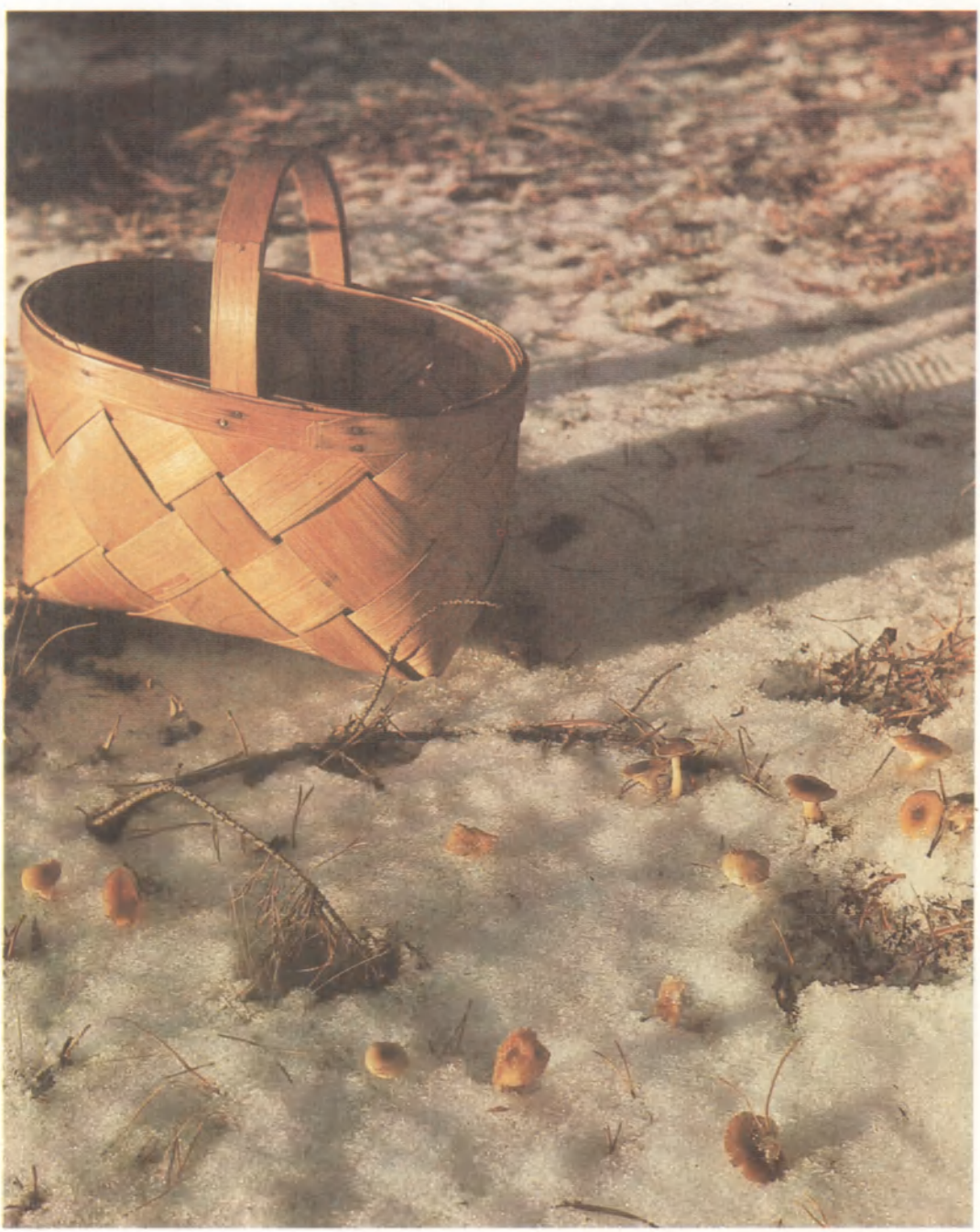
Обычно при сборе грибов посещаются одни и те же, так называемые „грибные ме-

169
Зеленушки

170
Паутинник бело-фиолетовый

ста". Причем места эти посещают многие грибники, поскольку подобного рода „секреты" сохранить весьма трудно. Возможность такого интенсивного сбора грибов в одном месте обусловлена ежедневным появлением при благоприятных погодных условиях новых плодовых тел и их весьма быстрым ростом. При этом надо учитывать, что в теплую, но не жаркую погоду грибы растут быстрее, чем в холодную. К тому же опытный грибник знает, что в сухую погоду грибы родятся ближе к стволу дерева, как бы прячась в тени, и в это время искать их лучше под низкими лапами молодых елей или в густой траве. Если же прошли обильные дожди и понизилась температура, грибы как бы выбегают из тени стволов на полянки, ближе к свету и теплу.

169



В больших городах, подошедших вплотную к лесопарковым зонам, в городах, где много зеленых насаждений, появились и грибы-новоселы. Так что не обязательно идти в лес. Можно и в городе собрать урожай грибов. Это и хорошо известные грибникам шампиньоны: обыкновенный и тротуарный, появляющиеся в течение всего лета, и луговые опята, растущие на газонах парков и скверов с июля по сентябрь. На смену им приходят нежные и хрупкие белые навозники, растущие на газонах. В сентябре-октябре также можно найти *рядовку скрученную* и *рядовку сросшуюся*, у которых отдельные грибки обычно срастаются основаниями ножек. Многие городские грибы, как и их лесные сородичи, поселяются на деревьях – тополях, березах, липах, осинах. На тополях и липах можно встретить вешенки устричную и осеннюю, чешуйчатку золотистую, а также ивняк и зимний гриб. Все они растут большими группами. Вместе со съедобными переселились в наши парки и скверы и ядовитые грибы, в частности некоторые виды зонтиков. Поэтому в городе надо быть



170

171



с грибами столь же осторожными, как и в лесу.

Грибнику следует знать некоторые особенности грибов, что может в значительной степени облегчить поиски. Необходимо, например, знать, что для грибов требуется достаточно питательная среда, оптимальная влажность и температура воздуха, а для некоторых видов еще и степень освещенности. Будучи организмами, питающимися за счет готовой органики, грибы лучше всего растут там, где имеется достаточное количество органических остатков.

171
Паутинник

172
Паутинник (приболотник) красный, или браслетчатый

урожая грибов у нас в средних широтах главное значение имеют осадки, причем осадки августовские; июльские же, выпавшие при высоких температурах, и сентябрьские – при пониженных температу-



172

Поэтому прохладные, в меру сырые леса с развитым моховым и лишайниковым покровом являются очень подходящими местами для грибов.

Наибольшее количество видов грибов встречается в смешанных лесах, имеющих в своем составе лиственные и хвойные породы. Часто встречаются грибы на лесных опушках, по краям лесных тропинок и у дорог.

Что касается урожайности грибов, то многолетний опыт показывает, что для

рах, существенного значения для урожая грибов не имеют. Вместе с тем изобилие осадков в августе и значительное количество их в сентябре при сравнительно низкой температуре в июле и августе урожая грибов тоже не дают. Следовательно, для выявления зависимости между урожаями грибов и средними данными температуры и осадков последние необходимо брать помесячно или еще лучше подекадно, потому что если взять средние данные за весь веге-

173
Строчок (лопастник) осенний

тационный период, то они окажутся совершенно непоказательными. Отсюда следует, что в отношении урожайности грибов наибольшее значение имеет погода, а не климат вообще.

более приближается сбор грибов к другим видам охот, требуя и знаний, и наблюдательности, и умения сориентироваться, где, когда, в лесу какого типа, под какими деревьями можно найти определенные виды грибов.

При таком подходе сбор грибов из заготовительной операции превращается в приятное и полезное занятие, позволяющее более пристально всмотреться в родную природу, лучше и глубже познать ее.

В настоящее время перед учеными-микологами, перед работниками промышленно-

173



Итак, почти в любое время года, кроме зимы, естественно, грибник-любитель найдет в лесу грибные трофеи, и чем труднее их отыскать ранней весной или поздней осенью, тем дороже нам эти трофеи, тем

сти и сельского хозяйства, связанными с грибами, стоят такие важные задачи, как: разработка и внедрение на современном научном и техническом уровне искусственного выращивания грибов – серьезного ре-

зерва в снабжении людей белковыми продуктами питания, а домашних животных и искусственно разводимых рыб – полноценными кормами; научная разработка и перевод на промышленную основу методов сбора, хранения, переработки и консервирования съедобных дикорастущих грибов; широкая разъяснительная работа, связанная с предотвращением отравлений грибами. Одновременно с этим нужно энергично продолжать поиски эффективных средств помощи при отравлении грибными ядами.

174
Звездовик

те, для которых лес – место работы, но и все люди, чье заинтересованное отношение к этой проблеме – огромный и ценный вклад во всенародное дело охраны природы Земли.



174

Грибы – все-таки жители леса. Поэтому охрана лесов, рачительное, хозяйское отношение к их разработке – это одновременно и ценный вклад в охрану наших грибных богатств. При этом серьезное значение приобретает популяризация рекомендаций Красной книги СССР, куда теперь вошли и некоторые довольно редко встречающиеся грибы.

И пока еще есть что охранять, заниматься такой охраной должны не только

ГРИБКИ СУШЕНЫЕ, СОЛЕНЫЕ, МАРИНОВАННЫЕ



Б. Андрест

Из грибов можно приготовить множество вкусных блюд: супы и отвары, жаркое и икру, пироги и салаты. Французы в шутку говорят, что с грибным соусом можно съесть и подметку.

Грибы могут быть на вашем столе круглый год, но для этого их нужно соответствующим образом переработать, то есть создать такие условия, при которых микроорганизмы не могли бы развиваться, а содержащиеся в грибах белки и другие питательные вещества хорошо сохранялись.

Заготавливать грибы впрок можно несколькими способами: сушить, солить, мариновать.

Для всех способов приготовления годны только свежесобранные, крепкие и цельные грибы. Старые и дряблые, мятые и ломаные, а тем более червивые грибы нужно сразу же выбрасывать. Это правило необходимо строго соблюдать.

Иногда можно услышать рецепты обезвреживания ядовитых грибов. Таких рецептов быть не может! Никакая обработка не устранит ядовитых свойств бледной поганки или красного мухомора – действительно ядовитых грибов.

Можно услышать и различные ошибочные способы определения ядовитых грибов.

Иногда начинающему грибнику дают такие рекомендации: не собирай грибы, имеющие неприятный запах, потому что это якобы отличительный признак всех ядовитых грибов. Действуя по такой рекомендации, неопытный грибник может положить в корзину бледную поганку, так как в молодом возрасте она вообще не имеет запаха или пахнет шампиньонами.

Или такое утверждение: насекомые не едят ядовитые грибы. Приглядитесь повнимательнее – и вы обнаружите, что насекомые и голые слизни поедают и ядовитые грибы.

Ошибочно и такое утверждение: если головка лука или чеснока буреет при совместной варке с грибами, то среди грибов имеются ядовитые. На самом же деле побурение лука происходит под действием фермента тирозиназы, который имеется как в ядовитых, так и в съедобных грибах. Утверждают также, что если серебряная ложка, которую положить в кастрюлю при варке грибов, потемнеет, это значит, что там находятся и ядовитые экземпляры. Это неправильно. В действительности же потемнение серебра происходит под действием аминокислот, содержащих серу, которые в том или ином количестве имеются во всех грибах.

Отравление может быть не только из-за того, что в пищу попал ядовитый гриб. Нарушения технологии переработки грибов также могут привести к опасным последствиям. Например, горькушки, волнушки содержат остроедкий млечный сок. Употребление этих грибов без предварительного отваривания или длительного вымачивания может вызвать отравления, так как млечный сок раздражает слизистую оболочку пищеварительного тракта.

При обследовании отравлений свинушками оказалось, что в пищу употреблялись старые грибы.

Свежие грибы очень быстро портятся, поэтому их надо перерабатывать немедленно. Совершенно не переносят длительного хранения грибы, собранные в дождливое время. Если же все грибы сразу переработать не представляется возможным, их надо хранить в прохладном месте, разложив тонким слоем.

Грибы, принесенные из леса, надо тщательно рассортировать и проверить, нет ли среди них несъедобных и ядовитых. Если в посуду, где промываются грибы, попадает хотя бы один желчный гриб, все они станут горькими, и от такого недосмотра пропадет вся лесная добыча.

Даже от случайно попавшего небольшого кусочка ядовитого гриба может произойти отравление!

Каждый гриб обладает своими кулинар-

ными достоинствами. Белые грибы лучше всего сушить, при этом они становятся душистее, вкуснее, аппетитнее.

Издавна на Руси наиболее ценными считались сушеные еловые боровики, затем березовые и сосновые. Грибами первого сорта считались „ярославская и тверская шляпка" светло-бурого цвета с абсолютно белым низом. Ко второму сорту относилась „судиаславская шляпка" – грибы несколько покрупнее. Третий сорт – „польский" – серые боровики, четвертый – „пробель" – крупные, но не старые грибы, пятый – „желтяк" – большие, переросшие грибы.

Сушка – наилучший и наиболее простой способ заготовки трубчатых грибов впрок. В зависимости от вида, размера и товарных качеств сушеные грибы подразделяются: на белые (три сорта), белые резаные, ножки белых грибов и смесь грибов (подосиновики, подберезовики, маслята, моховики, козляки), обращающаяся в товарообороте под названием „грибы черные сушеные". Пластинчатые грибы, как правило, не сушат, потому что многие из них содержат горький млечный сок, сохраняющийся и в сухих грибах. Кроме того – и это, пожалуй, основное – сухие пластинчатые грибы трудно, а вернее, невозможно отличить друг от друга и самое главное – от ядовитых. Поэтому органы санитарного надзора запрещают торговлю такими грибами в магазинах и на колхозных рынках. Однако в домашних условиях, для себя, люди сушат опята и лисички. Сушеные осенние опята – лучшая начинка для пирогов.

Для сушки пригодны только свежие, крепкие, без повреждений грибы. Перед сушкой их очищают от лесного мусора (земли, хвои, веток), обтирают чистым влажным полотенцем (но не моют), обрезают корешок и сортируют по видам и сортам. Для ускорения сушки необходимо шляпки крупных грибов, относящихся к „черным", разрезать пополам или на четыре части.

Сушить грибы можно в сушилках, печах, на солнце и т. п. Подготовленные грибы сначала подвергают действию невысокой температуры (30–50 °С) в течение одного – трех часов. Грибы провяливаются, значительная часть поверхностной влаги испаряется. Затем сушку продолжают при температуре 70–80 °С. При более высокой температуре грибы могут запариться, а белые почернеют. Досушивают грибы при температуре 50–55 °С.

При домашней переработке грибы сушат в русских печах. Во время сушки труба и печная заслонка должны быть приоткрыты для того, чтобы испаряющаяся влага могла удаляться при циркуляции воздуха.

Грибы можно сушить, разложив их на тонком слое свежей соломы, предварительно разостланной на поду печи. Однако при таком способе трудно следить за сушкой. Поэтому лучше грибы уложить на противнях с подстилкой из чистой соломы или нанизать их на крепкие нитки, натянутые на рамы или стойки. Можно использовать и другие несложные приспособления: решета, доски с вертикально стоящими спицами и т. п. При таком способе грибы меньше засоряются и лучше сушатся, так как со всех сторон их охватывает воздух, да и легче следить за сушкой.

При жаркой погоде сушить грибы можно на солнце. Для этого грибы нанизываются на крепкие нитки и развешиваются так, чтобы они не соприкасались друг с другом. При ухудшении погоды и на ночь, когда влажность воздуха увеличивается, связки грибов убирают в помещение.

Белые грибы сушат и нарезанными. Для этого свежий крепкий гриб разрезают вдоль (вместе шляпка и ножка) острым ножом на кусочки толщиной не более 10–15 миллиметров. Дольки раскладывают слоем в один ряд на сита и провяливают в защищенном от дождя помещении. Затем грибы досушивают в печи или сушилке при температуре не выше 50 °С.

Весенние грибы (строчки и сморчки) перед сушкой очищают от земли, песка и хвои, протирают влажной тряпочкой, ножки обрезают. Затем грибы провяливают под навесом или в проветриваемом помещении, нанизав их на нитки, бечевки или положив в решето. Потом строчки и сморчки досушивают на солнце. Сушить их в печи нельзя, так как они легко подгорают и теряют ценность. Употреблять сухие строчки и сморчки в пищу можно только через два месяца после сушки.

Очень важно правильно определить момент окончания сушки грибов. Хорошо высушенные грибы слегка гнутся, сравнительно легко ломаются, но не крошатся. Недосушенные грибы могут быстро заплесневеть, пересушенные – легко ломаются, излишне тверды, не размокают в воде и не развариваются. Такие грибы называют „звонками". Их используют для приготовления грибного порошка: толкут в ступе, полученный порошок просеивают через сито. Пересыпают в стеклянную посуду с широким горлышком, плотно закупоривают и храняг в сухом месте. Используют грибной порошок для приготовления приправ.

Сушеные грибы отличаются высокой ги-

гроскопичностью. Они быстро впитывают влагу и легко усваивают различные посторонние запахи. Поэтому их нельзя хранить вместе с продуктами, содержащими много влаги (например, свежими овощами), и тем более с сильно пахнущими веществами (керосин, нафталин и др.). Сушеные грибы лучше всего хранить нанизанными и подвешенными на нитках, обернув их чистой марлей. Если в период хранения грибы отсырели, их перебирают и подсушивают, удалив испорченные. Срок хранения сушеных грибов в сухом прохладном месте один год.

Не менее знамениты и соленые грибы, особенно грузди и рыжики. На Руси еще в глубокую старину великолепно умели солить грибы, а заготовка грибов в отдельных местностях являлась одним из основных промыслов. Жители сел и деревень Ярославской, Тверской и Смоленской губерний получали от заготовок грибов доход, превышающий даже доход от земледелия.

Большой известностью пользовались соленые рыжики, которые заготавливались в бывшем Каргопольском уезде (ныне Архангельская область). На рынке эти грибы так и назывались – „каргопольские". Мелкие соленые грибки в специальных бутылях отправлялись во Францию. Бутыли эти с крошечными грибками ценились в Париже дороже шампанского.

С незапамятных времен соленые грузди были основным компонентом фирменных блюд русской кухни. Особенно вкусны и душисты грузди в начинке пирога.

Соление. Засаливают в основном пластинчатые грибы, но в некоторых местностях солят также боровики и подосиновики. Солить грибы можно двумя способами: холодным и горячим.

Холодный способ заключается в том, что очищенные и промытые грибы перед посолом вымачивают в холодной, слегка подсоленной воде. Чтобы грибы не закисли, воду следует менять три раза в сутки. Срок вымачивания грибов зависит от наличия в них млечного сока и степени его горечи. Грузди, валуи, горькушки надо вымачивать в течение 3–5 дней, подгруздки – 2–3 дней. Рыжики обычно не вымачивают, если хотят сохранить их смолистый аромат, или заливают водой на 3–4 часа для удаления легкой горьковатости. Рыжики лучше всего солить сырыми без добавления каких-либо пряностей.

Когда в грибах горечь полностью или в значительной мере исчезнет, приступают к посолу. Грибы укладывают в подготовленную посуду (бочата, стеклянные или глиняные банки и т. п.) шляпками вниз слоями толщиной в 5–8 сантиметров, пересыпая каждый слой солью. При домашнем солении количество соли берут из расчета 3 % к весу грибов. На дно бочонка и поверх грибов кладут перец и лавровый лист из расчета 2 грамма листа и 1 грамм душистого перца (горошком) на 10 килограммов грибов.

При засолке грибов можно использовать чеснок, укроп, листья черной смородины, гвоздику и т. п. Грибы, уложенные в посуду, накрывают свободно входящей в нее крышкой (лучше деревянным кружком), на которую кладут гнет – булыжники. В качестве гнета нельзя применять металлические предметы, кирпичи и известковые камни. Через 2–3 дня излишек появившегося рассола сливают и добавляют новую порцию грибов. И так повторяют до прекращения оседания грибов. Если через 3–4 дня в грибах не появится рассол, вес гнета надо увеличить.

При засолке холодным способом рыжики можно употреблять в пищу через 5–6 дней, грузди – через 30–35, волнушки – не менее чем через 40, а валуи – через 50 дней.

Горячий способ посола отличается только тем, что грибы предварительно подвергают тепловой обработке. Промытые грибы бланшируют (отваривают в слегка подсоленной кипящей воде). Грузди и подгруздки нужно бланшировать (считая с момента закипания) в течение 5–10 минут, рыжики достаточно обдать два-три раза кипятком. Мякоть сыроежек, волнушек, зеленушек отличается чрезвычайной ломкостью, поэтому их лучше солить горячим способом. После 5–8-минутного бланширования мякоть этих грибов становится эластичной, нехрупкой. Когда варка закончена, грибы откидывают на решето или дуршлаг, дают воде стечь и солят, как при холодном способе.

Белые грибы и подосиновики солят сравнительно редко. Для засолки годны только мелкие, крепкие, молодые отборные грибы. У них вплотную к шляпке обрезают ножки, затем моют и бланшируют в течение 10–15 минут. Откинутые грибы обливают холодной водой и, после того, как они обсохнут, закладывают в бочки или другую пригодную посуду, пересыпая солью (25 граммов соли на 1 килограмм грибов). В дальнейшем поступают, как обычно при засаливании грибов.

Количество соли на килограмм рыжиков можно уменьшить до 20 граммов. При холодном способе посола рыжики, особенно еловые, сильно темнеют. Если рыжики со-

лить горячим способом, они получатся плотными и нарядными, окрашенными в желтый цвет.

Третий способ переработки грибов впрок – маринование – получил широкое распространение сравнительно недавно. Однако нередко при обработке грибов используют слишком много уксуса, отчего они теряют свой аромат и вкус, кроме того, такие грибы не все могут есть.

Маринование. Грибы тщательно промывают, удаляют песок и приставшие к ним хвою и листья. Жалеть при этом воду не следует, иначе придется вторично перерабатывать грибы и полностью заменять маринад. Если грибов много, их надо рассортировать по видам. Крупные шляпки разрезают на две-четыре дольки, корешки обрезают, а ножки белых грибов, подосиновиков и подберезовиков разрезают поперек на дольки в 2–3 сантиметра (их можно мариновать, но отдельно от шляпок). У маслят кожицу со шляпок лучше снять. Моховики перед варкой обдают кипятком и потом промывают холодной водой, иначе маринад будет темным и некрасивым. Валуи и свинушки перед маринованием отваривают в подсоленной воде и промывают.

Маринуют грибы раздельно по видам. Если, например, варить в одной посуде подосиновики и очищенные маслята, то последние потемнеют. Подберезовики при совместном отваривании с подосиновиками переварятся, а подосиновики к тому времени останутся недоваренными. Кроме того, надо учитывать, что мелкие шляпки провариваются быстрее крупных, поэтому не надо закладывать их для варки одновременно.

Мариновать грибы в домашних условиях можно двумя способами: варить в маринаде или, предварительно отварив в подсоленной воде, залить маринадом.

Первый способ. В котел или эмалированную кастрюлю наливают 0,4 литра воды (из расчета на 1 килограмм грибов), треть стакана уксуса, добавляют одну столовую ложку соли. Как только вода закипит, закладывают подготовленные грибы и варят их при слабом кипении, осторожно помешивая.

Продолжительность варки зависит от вида и размера грибов. Обычно, если считать с момента закипания, варку заканчивают через 8–10 минут. Грибы с более плотной мякотью, такие, как белые, подосиновики, шампиньоны, варят 20–25 минут, лисички и опята – 25–30, ножки от грибов – 15–20 минут.

Обильно появляющуюся в процессе варки пену снимают шумовкой. Когда маринад станет светлеть, выделение пены прекратится, а грибы начнут оседать на дно, значит, они готовы. За 2–3 минуты до конца варки в кастрюлю добавляют чайную ложку сахарного песка, 5 горошин душистого перца, гвоздику, лавровый лист и на кончике ножа лимонную кислоту. Готовые грибы быстро охлаждают, затем шумовкой выкладывают в банки и заливают до верха оставшимся маринадом.

Второй способ. Грибы сначала отваривают в слегка подсоленной воде (одну столовую ложку на 1 литр воды), после чего откидывают на решето или дуршлаг, раскладывают по банкам и заливают охлажденным маринадом (на 1 килограмм грибов 250–300 граммов маринада), который приготовлен следующим образом. В кастрюлю наливают 0,4 литра воды, кладут неполную чайную ложку соли, 6 горошин перца, лавровый лист, корицу, гвоздику и на кончике ножа лимонную кислоту. Все это кипятят 20–30 минут на слабом огне, затем охлаждают и добавляют треть стакана уксуса.

Грибы относятся к скоропортящимся продуктам и поэтому требуют особо строгого соблюдения условий их хранения. Нарушение этих условий может привести к тяжелым последствиям при употреблении грибов в пищу.

Хранить соленые и маринованные грибы надо в холодильнике или холодном месте в стеклянной, глиняной или эмалированной (без трещин и ржавчины) посуде при температуре не выше +2 °С для соленых и не выше +8 °С для маринованных грибов.

При этих условиях срок хранения соленых грибов 6 месяцев, маринованных – 8 месяцев. Если грибы закиснут, то есть начнут пениться, приобретут неприятный запах, есть их нельзя.

Консервировать грибы, то есть закатывать стеклянные банки крышками, в домашних условиях не рекомендуется. В закрытой таким образом банке может начаться биохимическая реакция, в результате которой размножатся микроорганизмы, очень опасные для человека. При употреблении таких грибов может произойти сильное отравление.

В нашей стране существуют Санитарные правила по заготовке, переработке и продаже грибов, утвержденные Министерством здравоохранения СССР, обязательные для всех заготовительных организаций и граждан. Основной заготовительной организацией у нас в стране является Центросоюз.

ЗАМОРАЖИВАНИЕ ГРИБОВ



Л. Гарибова

Довольно давно известно, что консервирование грибов замораживанием является отличным способом их хранения. Сейчас у нас в стране в связи со значительным увеличением выпуска холодильников с большой морозильной камерой и специальных морозильников, где температура держится −18 °С (три звездочки на дверце морозильной камеры), замораживание грибов, так же как овощей и ягод, получает все большее распространение.

Практика показывает, что для замораживания пригодны все виды съедобных грибов, причем замораживать можно как целые, так и нарезанные грибы. Однако замораживать следует, по-нашему мнению, только самые крепкие, плотные, молодые грибы, лучше всего белые, подосиновики, подберезовики и, пожалуй, шампиньоны. Любители опят или лисичек могут, конечно, заморозить и свои любимые грибы. Свежие грибы, замороженные при температуре −18 °С, можно хранить при той же температуре до 6–12 месяцев.

В замороженном виде можно хранить и жареные, и тушеные грибы. (Для приготовления грибы надо отбирать крепкие, не старые.) Причем в таком виде они занимают значительно меньше места по сравнению со свежемороженными, что очень выгодно, а кроме того, из таких грибных полуфабрикатов намного быстрее можно приготовить разнообразные грибные блюда. Жарить грибы для замораживания рекомендуется на сливочном масле, а не на растительном.

Жареные и тушеные грибы, заготовленные впрок, можно хранить 3–4 месяца в морозильной камере при температуре −18 °С.

Если при размораживании грибы оказываются мягкими, скользкими, дряблыми, их надо немедленно выбросить!

ОСОБЕННОСТИ ГРИБНОЙ КУХНИ



Л. Гарибова

Понятия людей о питательной ценности отдельных продуктов за последние два десятилетия существенно изменились, поскольку продукты все меньше и меньше ценят за их калорийность. Грибы имеют невысокую калорийность, так как содержание жиров и углеводов в них невелико. Средняя калорийность одного килограмма грибов не превышает 300–500 калорий, в то время как килограмм жиров содержит 9100, а килограмм мяса – 4100 калорий.

В то же время грибы содержат большое количество белков, минеральных веществ, витаминов и многие другие ценные для человека вещества. Именно поэтому грибы все больше привлекают внимание людей, ведущих малоподвижный образ жизни и выполняющих интенсивную умственную работу. Грибы ценятся не только как вкусная приправа к мясным и овощным блюдам, но и как самостоятельный продукт питания. Привлекательны они еще и тем, что содержат такие нужные человеку витамины, которые отсутствуют или содержатся в малых количествах в овощах, например витамины B_1, B_2, B_6, D, H, а также никотиновую и пантотеновую кислоты.

Питательная ценность грибов приравнивается к питательной ценности лучших овощей. Грибы ценны как продукт, обогащающий бедную белком растительную пищу, такую, как, например, картофель и хлеб. При этом нельзя не учитывать, что отличные вкусовые качества грибов способны внести приятное разнообразие в наше питание, что само по себе очень немаловажно.

Употребляя грибы в пищу, следует, однако, помнить, что хорошей их усвояемости мешает значительное содержание в них грибной „клетчатки“ – хитина, который не только не переваривается в кишечно-желудочном тракте человека, но и затрудняет доступ пищеварительным сокам к перевариваемым веществам. Усвояемость грибов ухудшается, в частности, также и тем, что грибные белки в основном принадлежат к труднорастворимым веществам. Врачи расценивают грибы как трудно перевариваемый продукт, поэтому грибные блюда предназначаются только для здоровых людей. Людям, страдающим кишечно-желудочными заболеваниями, болезнями печени и почек, употреблять грибы можно только с разрешения врача.

Грибы относятся к скоропортящимся продуктам, поэтому перерабатывать их необходимо в день сбора.

Известно, что отравления грибами могут быть вызваны не только употреблением ядовитых грибов, но и неправильным использованием грибов съедобных.

Во избежание отравления съедобными грибами, а также для правильного использования грибов как продуктов питания необходимо строго соблюдать следующие правила:

нож для чистки грибов должен быть маленьким, острым и желательно из нержавеющей стали;

большинство грибов нельзя долго вымачивать. Их следует быстро промыть холодной водой и откинуть на решето, чтобы стекла вода;

очищенные, особенно уже промытые, грибы сразу же следует подвергнуть окончательной обработке;

для варки грибов не рекомендуется пользоваться чугунной, медной или оловянной посудой;

грибы следует готовить по отдельным видам. Не рекомендуется при приготовлении пищи смешивать грибы разных видов;

грибные блюда употребляют в пищу в день их приготовления либо их можно хранить 24–30 часов в холодильнике при температуре от −2 до −4 °С. Качество подогретых грибных блюд сомнительно, поэтому готовят грибы для одноразового употребления;

нельзя оставлять на следующий день грибные блюда, приготовленные с картофелем;

в холодильнике лучше хранить свежие грибы, чем грибные блюда. Если нет возможности обработать грибы в день сбора, их надо сохранять в холодильнике, но непромытыми и неразрезанными;

нельзя употреблять в пищу грибы, если съедобность их вызывает сомнение. Никто еще не имел неприятностей от того, что не съел один лишний гриб, даже самый вкусный, но много неприятностей бывало от съеденного по небрежности лишь одного ядовитого гриба;

условно-съедобные грибы (строчки, сморчки, свинушки, некоторые млечники и др.) необходимо во избежание отравлений предварительно отварить в большом количестве воды, а затем промыть в холодной воде.

Кулинары дают, кроме того, следующие общие советы по приготовлению грибных блюд.

Виды грибов, указанные в рецептах, предпочтительнее, но можно использовать и другие грибы. Например, первые блюда нужно готовить из белых грибов, так как от них не темнеет бульон. А несколько свежих лисичек, молодых подберезовиков, подосиновиков, шампиньонов, добавленных в любой суп, улучшают его вкус. Однако из млечников супов не варят.

Грибы значительно улучшают вкус многих блюд. Например, нежные сыроежки или трубчатые грибы, прожаренные и добавленные в мясной фарш, придают особый, неповторимый вкус мясным тефтелям. Толчеными грибами или грибным порошком очень хорошо приправлять различные мясные и овощные блюда.

Чтобы грибы не чернели во время обработки, очистив, их опускают в кастрюлю с холодной, слегка подсоленной водой, в которую добавляют немного уксуса.

В большинстве блюд консервированные грибы можно употреблять вместо свежих.

Если вы хотите пожарить сушеные грибы, нужно с вечера, накануне приготовления, их вымыть, положить в молоко, а на утро нарезать и жарить обычным способом. Затем грибы залить сметаной, посолить и довести до кипения. При таком приготовлении сушеные грибы ничем не уступают свежим.

Супы, в том числе и грибные, не рекомендуется разогревать. Лучше есть сразу после приготовления, помня, что даже очень хороший суп в значительной степени теряет свой вкус после подогревания. Только один суп – суточные щи (постные, на грибном отваре, с кислой капустой) – улучшает свои вкусовые качества через сутки. Но не более! Хранить такой суп рекомендуется в неокисляющейся посуде (стеклянной, эмалированной или глиняной).

Для тушения лучше всего использовать трубчатые грибы: белые, подберезовики, подосиновики, поддубовики, а из пластинчатых – те, которые не требуют предварительного отваривания: шампиньоны, летние и зимние опята.

Для тушения очищенные и промытые грибы следует очень мелко нарезать, слегка обжарить на сильном огне в небольшом количестве сливочного масла или маргарина, затем добавить мелко нашинкованный репчатый лук, посолить, добавить сметану и тушить под крышкой до готовности на небольшом огне, добавляя при необходимости воду.

Во всех блюдах грибы тем вкуснее, чем мельче они разрезаны. Это относится и к супам.

Приводим рецепты некоторых грибных блюд.

ГРИБНАЯ КУЛИНАРИЯ

ЗАКУСКИ

ИКРА ГРИБНАЯ

Промытые сухие грибы (белые, подосиновики или подберезовики) замачивают на 2 ч, затем варят 2 ч. Вареные грибы откидывают на дуршлаг, затем пропускают через мясорубку и смешивают с измельченным поджаренным луком. Добавляют перец, соль, уксус (с распущенным в нем сахаром) и растительное масло. Хорошо перемешивают и выкладывают в салатницу. Сверху посыпают мелко нарезанным зеленым луком.
Продукты: грибы сухие – 30 г; лук репчатый – 1 шт.; масло растительное, соль, перец, уксус, сахар, лук зеленый – по вкусу.

САЛАТ ИЗ ЯИЦ И ГРИБОВ

Сваренные вкрутую яйца, маринованные или соленые грибы, отварной картофель (варится в мундире) нарезают дольками, посыпают молотым перцем, поливают майонезом, солят по вкусу. Сверху посыпают мелко нарезанным зеленым луком.
Продукты: яйца – 1 шт.; картофель – 1 шт.; маринованные или соленые грибы – 8–10 шт.; соль, перец, майонез, лук зеленый – по вкусу.

САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С ГРИБАМИ

Нарезанную зелень сельдерея, кочешок салата и мелко рубленные яйца перемешивают, посыпают сверху маринованными или солеными грибами, нашинкованными соломкой, затем поливают салатной заправкой и солят по вкусу.
Продукты: зелень сельдерея – 50 г; кочан салата – 1 шт.; яйца – 1 шт.; соленые или маринованные грибы – 8–10 шт.; салатная заправка (растительное масло, сахар, соль, уксус, перец – по вкусу).

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ

Варят яйца вкрутую, очищают, срезают тупой конец, вынимают желток. Режут мелко репчатый лук, обжаривают до золотистого цвета на сливочном масле. Отваривают белые грибы или шампиньоны, мелко режут их, тушат и соединяют с луком и рубленым желтком. Полученной массой наполняют яйца и укладывают на блюдо. Поливают майонезом и посыпают зеленью.
Продукты: яйца – 3 шт.; грибы белые или шампиньоны – 10–15 шт.; лук репчатый – 2 шт.; масло сливочное – 10 г; майонез – по вкусу; зелень петрушки.

САЛАТ ГРИБНОЙ

Маринованные или соленые грибы режут на дольки, кладут мелко нарезанный лук, соленые помидоры, зеленый горошек, поливают салатной заправкой. Тщательно перемешивают и украшают зеленью укропа и петрушки.
Продукты: маринованные или соленые грибы – 8–10 шт.; соленые помидоры – 2 шт.; зеленый горошек – 2 столовые ложки; лук – 1 шт.; салатная заправка (растительное масло, сахар, соль, уксус, перец – по вкусу); зелень укропа и петрушки.

САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ГРУЗДЕЙ

Разрезают грузди на 2–4 части. Лук режут как можно мельче, посыпают им разрезанные грузди, поливают уксусом и растительным маслом, размешивают и украшают зеленью.
Продукты: соленые грузди – 6–8 шт.; лук репчатый – 1 шт.; уксус, растительное масло – по вкусу; зелень укропа и петрушки.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

СУП ИЗ СВЕЖИХ ГРИБОВ

Грибы режут на части и отваривают в слегка подсоленной воде. Добавляют коренья петрушки, моркови, пастернака. Варят до готовности грибов. Заправляют поджаренными на растительном масле луком и мукой. Перед подачей на стол посыпают рубленой зеленью. Отдельно подают гренки из белого хлеба, поджаренные на растительном масле.
Продукты: грибы свежие – 300 г; коренья (морковь, петрушка, пастернак) – по 1 шт.; лук репчатый – 1 шт.; мука – 1 столовая ложка; рубленая зелень, растительное масло – по вкусу.

ПОХЛЕБКА ГРИБНАЯ

Варят отдельно грибы и перловую крупу. Затем в грибной бульон кладут перловку, обжаренные в масле лук и мелко нарезанную морковь, картофель (кубиками) и доводят до готовности. В последнюю минуту в суп кладут нарезанные дольками вареные грибы. При подаче на стол добавляют сметану.
Продукты: грибы свежие – 150 г или сухие – 30 г; картофель – 2 шт.; крупа перловая – 20 г; морковь – 1 шт.; сливочное масло – 10 г; сметана и зелень – по вкусу.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГРИБНОЙ

Шляпки белых грибов или шампиньонов режут и варят. Ножки грибов шинкуют и тушат с луком на сливочном масле, добавляя несколько позже морковь и петрушку, нарезанные ломтиками. Затем все это кладут в кипящие грибы, добавляют нарезанный кубиками картофель и варят до готовности. Подают со сметаной и зеленью.
Продукты: свежие грибы белые или шампиньоны – 150 г; картофель – 2–3 шт.; морковь – 1 шт.; лук репчатый – 1 шт.; петрушка – 1 шт.; масло сливочное – 10 г; сметана и зелень по вкусу.

СУП ИЗ ЛИСИЧЕК

Нарезают сало, толкут его, распускают на медленном огне и тушат в нем вымытые лисички 40 мин. Затем в кастрюлю наливают кипяток, кладут тушеные грибы, солят и варят 20 мин. Кладут обжаренный лук. Столовую ложку муки разводят сметаной и заправляют суп.
Продукты: лисички – 200 г; сало – 10 г; лук – 1 шт.; сметана – 2 столовые ложки; мука – 1 столовая ложка.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ШАМПИНЬОНОВ

Шампиньоны очищают, мелко рубят, кладут в кастрюлю вместе со сливочным маслом, растертым с мукой. Закрывают крышкой и варят до готовности. Когда грибы сварятся, пропускают их через мясорубку, затем разводят бульоном и кладут вареный рис, ставят на пар, добавляют 100 г масла и держат на пару еще 2 мин. Перед подачей на стол заправляют сметаной.
Продукты: шампиньоны – 200 г; рис – 1 столовая ложка; сливочное масло – 120 г; мука – 1 столовая ложка; сметана – по вкусу.

СУП-РАССОЛЬНИК ПОСТНЫЙ

В кастрюлю, где будет вариться суп, кладут мелко нарезанный лук и ложку растительного масла. Когда лук немного обжарится, кладут очищенные и нарезанные белые грибы, дают им слегка поджариться, заливают кипящей водой, накрывают крышкой и варят до готовности. Затем кладут сваренные отдельно коренья, перловую крупу и мелко нарезанные огурцы и кипятят. Перед подачей на стол посыпают зеленью укропа или петрушки.
Продукты: грибы белые – 200 г; перловая крупа – 3 столовые ложки; лук репчатый – 1 шт.; растительное масло – 1 столовая ложка; коренья (морковь, сельдерей, петрушка) – по 1 шт.; соленые огурцы – 1 шт.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ЯИЧНИЦА С ГРИБАМИ

В приготовленную яичницу кладут поджаренные в масле и нарезанные небольшими ломтиками белые грибы, солят по вкусу, перчат, посыпают зеленью петрушки.
Продукты: грибы белые свежие – 100 г; яйца – 2 шт.; масло сливочное – 50 г; молоко или сливки – 1 стакан; зелень петрушки – по вкусу.

ЖАРЕНЫЕ БЕЛЫЕ ГРИБЫ С ЛУКОВОЙ ПОДЛИВКОЙ

Свежие молодые белые грибы моют, слегка обсушивают, солят и жарят 15 мин на сковороде в сильно нагретом растительном масле, часто помешивая. Затем снимают и ставят в теплое место. В разогретое масло кладут мелко нарезанный лук, солят и тушат до мягкости, после чего добавляют стакан сметаны и кипятят. Полученной подливкой заливают грибы и еще тушат 10 мин на медленном огне.
Продукты: свежие грибы – 200 г; лук репчатый – 1 шт.; сметана – 1 стакан; растительное масло – 2 столовые ложки; соль – по вкусу.

ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ С ГРИБАМИ

Филейную часть говядины целым куском обжаривают в сливочном масле до образования корочки, добавляют томатную пасту, пол-стакана воды, лавровый лист и тушат под крышкой на слабом огне до готовности. Затем разрезают мясо на куски, кладут его в ту же посуду и засыпают мелко нарезанным и обжаренным в масле луком, нарезанными грибами и болгарским сладким перцем. После этого тушат еще 10 мин. Готовые куски мяса кладут на блюдо, заливают соусом с грибами и посыпают зеленью.
Продукты: говядина – 300 г; свежие грибы – 100 г; томатная паста – 0,5 стакана; лук репчатый – 1 шт.; болгарский перец – 1 шт.; сливочное масло – 30 г; лавровый лист, перец черный – по вкусу.

ГРЕЧНЕВАЯ ЗАПЕКАНКА СО СВЕЖИМИ ГРИБАМИ

Варят рассыпчатую гречневую кашу, кладут в нее поджаренные на сливочном масле свежие грибы, растопленное масло, сметану. Все хорошо перемешивают, перекладывают в кастрюлю с плотно закрывающейся крышкой и ставят в духовку на 30 мин.
Продукты: гречневая крупа – 0,5 стакана; свежие грибы – 100 г; сливочное масло – 30 г; сметана – 0,5 стакана; соль – по вкусу.

ГУЛЯШ ГРИБНОЙ

Очищенные и нарезанные грибы смешивают с поджаренным на сале луком, добавляют сладкий красный перец, нарезанный соломкой, красные помидоры, соль, лавровый лист и тушат 25–30 мин.
Продукты: грибы свежие – 300 г; лук репчатый – 1 шт.; сладкий перец – 1 шт.; свежие помидоры – 2 шт.; сало – 20 г; соль, лавровый лист – по вкусу.

КОТЛЕТЫ ГРИБНЫЕ

Грибы, сваренные в подсоленной воде, смешивают с отварным рисом, добавляют мелко нарубленный и поджаренный на сливочном масле лук, муку, немного мясного бульона, солят, перчат. Затем пропускают через мясорубку и делают котлеты. Обваляв их в муке или сухарях, жарят на сливочном масле.
Продукты: грибы свежие – 200 г; рис – 0,5 стакана; лук репчатый – 2 шт.; мука – 0,5 стакана; соль, перец – по вкусу.

ГРИБЫ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАНЕ

Очищенные грибы режут на крупные куски или полоски, кладут на сковороду, солят, добавляют немного перца, поливают сметаной и тушат до готовности.
Продукты: свежие грибы – 300 г; сметана – 1 стакан; соль, перец – по вкусу.



УКАЗАТЕЛЬ РАСТЕНИЙ



Адонис весенний (горицвет)
21, 47, 88, 89
Аир
26, 47, 62, 72, 86, 88
Актинидия коломикта
93, 160, 163, 165
Алоэ
69, 90
Алтей лекарственный
66, 69, 88, 90
Анис
40, 84
Арника горная
89
Арония (черноплодная рябина)
160, 163, 167
Багульник болотный
23, 47, 50, 133
Бадан толстолистный
81, 82
Баран-гриб
180, 251, 252
Баранец
38
Барбарис
93, 146, 147, 148, 155, 176
Бедрец близкий
85
Бедренец-камнеломка
84
Белена черная
20, 90
Белокрыльник болотный
174
Белый гриб
116, 182, 185, 191, 192, 193, 194, 195, 199, 204, 211, 230, 231, 238, 241, 242, 260, 264, 271, 278, 279, 289, 290, 291, 292, 294, 295, 296
Береза
40, 42, 62, 69, 74, 75, 77, 85, 116, 118, 203, 283
Бересклет
116
Бессмертник песчаный
51, 88, 89
Бледная поганка
217, 218, 219, 222, 236, 239, 271
Борщевик
104
Боярышник
79, 87, 93, 103, 104, 152–155
Брусника
5, 7, 12, 38, 43, 79, 89, 125, 126, 140, 141, 167, 174–176, 210
Бузина
87, 116, 155
Валериана лекарственная 18, 19, 20, 27, 38, 51, 61, 62, 77, 88, 89, 90, 92, 93
Валуй
180, 182, 199, 208, 210, 211, 216, 257, 290, 291
Василек синий
20, 52, 107
Вахта трехлистная (трифоль)
28, 51, 53, 79
Вереск
72
Ветла
118
Ветреница
46, 226
Вешенка обыкновенная (устричная)
180, 225, 230, 233, 246, 283
Вешенка осенняя
180, 278, 283
Виноград амурский
163–165
Вишня
40, 157, 176, 189
Водяной перец *см.* Горец водяной
Волнушки
182, 205, 206, 211, 224, 266, 273, 274, 288, 290
Волчье лыко (дафна)
43, 168, 169
Воронец (красный и черный)
172, 173
Вороний глаз
133, 171, 172, 173
Гвоздика полевая
107
Гигрофор бурый
227
Говорушка (серая и ворончатая)
180, 231, 246, 247, 270
Говорушка булавоногая
270, 278
Говорушка оранжевая (ложная лисичка)
257
Головач (пузыревидный, мешковидный, продолговатый)
180
Голубика
79, 104, 133, 134, 136, 137, 141, 142, 166, 271
Горец водяной (водяной перец)
85
Горец змеиный (змеевик, раковые шейки)
29, 55
Горец мясокрасный
55
Горец перечный
55, 107
Горец почечуйный (почечуйная трава)
55
Горец птичий (спорыш)
28, 54, 76, 77
Горчица
84
Горькушка
267, 272, 288, 290
Гравилат городской
86
Грецкий орех
103
Грузди
182, 185, 194, 195, 196, 197, 205, 211, 224, 231, 264–266, 267–269, 271, 281, 290, 295
Грушанка
20, 43, 133
Дафна *см.* Волчье лыко
Девясил высокий
32, 55, 103
Денежка
230
Дербенник иволистый
96
Дескурания София
85
Дождевик
180, 185, 194
Донник лекарственный
33, 55, 85
Дуб
14, 68, 103, 140, 157, 189
Дубовик (поддубовик)
248, 250, 294
Дубовый мох
86
Дуплянка серая (серушка)
267, 268, 275, 277
Дурман обыкновенный
20, 90
Душица
38, 55, 71, 74, 75, 76, 82, 87, 91
Дягиль лекарственный
38
Ежевика
80, 82, 83, 104, 142–146, 176
Ежовик желтый
270
Ель
5, 25, 33, 279
Жасмин
7, 79
Желчный гриб (ложный белый)
238, 242, 257
Женьшень
19, 20, 102
Жеруха лекарственная
84
Жимолость несъедобная
43, 174
Жимолость съедобная
43, 103, 104, 157, 160–163, 174
Зверобой
37, 38, 40, 55, 61, 62, 68, 69, 79, 81, 89, 91, 103, 107
Звездовик
278, 287
Зеленушка
272, 276, 281, 282, 290
Земляника
7, 8, 9, 12, 20, 38, 43, 69, 78, 80, 82, 108, 110–114, 122, 127–129, 168, 246
Зимний гриб
283
Змеевик (раковые шейки) *см.* Горец змеиный
Золототысячник
98, 102
Зонтик-гриб (пестрый и белый)
181, 225, 231, 247
Зубровка душистая
40, 86
Ива
43, 72, 77, 278
Ивишень (подвишень)
248
Ивняк
283
Ирис
79, 83
Калган *см.* Лапчатка прямостоячая
Календула
67, 69, 72, 85, 93
Калина
7, 40, 75–77, 93, 116, 122, 155–158, 160
Калоцибе майский (рядовка майская)
230
Картофель
68
Кассия остролистная
90
Каштановый гриб (каштановик)
248
Кедр
76, 77
Кесарев гриб (цезарский) 230, 237
Кипрей (иван-чай)
20, 38, 43, 79, 81, 82
Кислица
36, 133
Клевер луговой
74
Клоповник (крупковидный и полевой)
85
Клубника
69, 80, 176
Клубника мускатная
129
Клубника полевая
107
Клюква
7, 40, 115, 126, 166, 167, 174
Княженика
130
Козлобородник
107
Козляк
289
Коллибия
262
Колпак кольчатый
180, 270

Копытень европейский
133
Коровяк скипетровидный (лекарственный)
38, 57
Костяника
80, 129, 130–133, 142
Крапива двудомная
36, 50, 55, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 90, 104
Кровохлебка лекарственная
52, 57
Крушина
93
Крыжовник
80, 139, 157
Кубышка
53, 57
Кувшинка чисто-белая
98, 102
Купальница
7, 20
Купена аптечная
53, 57, 174
Лавзония
72
Лаковица розовая
180, 261
Лакрица *см.* Солодка голая
Ландыш
7, 20, 25, 27, 38, 43, 57, 87, 89, 91, 133, 169–171
Лапчатка гусиная
75
Лапчатка прямостоячая (калган)
35, 38, 40, 55, 58, 68
Лебеда
104
Лещина
116, 124, 125
Лимон
69
Лимонник
160, 163, 165, 166, 167
Липа
43, 69, 79, 81, 103, 118, 283
Лисички
128, 194, 210, 211, 255, 256, 270, 289, 291, 292, 294, 296
Лишайник
67
Ложнодождевик
186
Лопастник (бороздчатый, курчавый, ямчатый)
180, 230
Лопух
72, 76, 77
Лук репчатый
69, 72
Любка двулистная (ночная фиалка)
25, 27–33, 36, 38, 54, 133
Майник двулистный
20, 133
Малина
12, 20, 38, 40, 43, 74, 77, 80, 82, 104, 108, 115, 139, 142, 176
Мальва
104
Мандрагора
99, 101, 102
Масленок
179, 181, 182, 183, 185, 186, 194, 199, 203, 205, 211, 224, 250, 252, 257, 270, 276, 279, 289, 291
Мать-и-мачеха
58, 59, 69, 72, 90
Медуница
75, 226
Мицена
230, 262
Млечники
182, 264, 267, 294
Можжевельник
40, 42, 85, 176
Мокруха еловая
180, 211, 215, 231, 268, 276
Молочай (гладыш)
261, 267
Мордовник
51
Морковь огородная
69
Морошка
80, 104, 111, 112
Моховики
211, 262, 263, 270, 289, 291
Мухоморы
215, 216, 219, 236, 237, 240, 262, 271
Мята
40, 59, 61, 62, 69, 74, 79, 82, 86, 90, 103
Навозник
225, 275, 283
Наперстянка
90
Настурция большая
85
Негниючник
230, 262
Ноготки *см.* Календула
Облепиха крушиновая
76, 77, 90, 93, 148, 160, 162, 167
Овес
62, 69, 75, 76
Огурцы
67, 69
Одуванчик
59, 76, 90, 107
Опенок (летний, луговой, осенний, зимний)
180, 194, 203, 211–214, 224, 225, 233–235, 238, 281, 289, 291, 292, 294
Опенок ложный серно-желтый
234, 236
Опенок ложный кирпично-красный
234, 237
Орешник *см.* Лещина
Осина
38, 40, 199, 278, 283
Очиток отогнутый
85
Папоротник
37, 38, 59, 60, 97, 98
Паслен дольчатый
90
Паслен сладко-горький
174
Пастушья сумка
59, 66, 90
Паутинник
273, 283–285
Первоцвет весенний
38, 59, 66
Перечный гриб
257
Петрушка огородная
40, 69, 84, 103
Печеночница
180, 182, 226
Пижма обыкновенная (полевая рябинка)
60, 68, 85, 107
Пихта
76
Плютей олений
238, 243, 248
Подберезовик (он же березовик)
185, 203, 204, 205, 211, 216, 224, 230, 238, 241, 243, 245, 260, 271, 278, 281, 289, 291, 292, 294, 295
Подгруздок (белый)
258, 259, 290
Подгруздок черный (чернушка)
259, 290
Поддубовик *см.* Дубовик
Подорожник
59, 67, 69, 71, 79, 90, 107
Подосиновик (он же осиновик)
11, 180, 182, 185, 191, 200–201, 224, 230, 238, 241, 246, 247, 260, 271, 281, 283, 290, 291, 292, 294, 295
Подснежник
26, 226
Полынь
40, 85
Полынь цитварная
71, 90
Польский гриб
262
Поплавок
254, 256
Поповник
74, 104
Порховка (свинцово-серая и черноватая)
180
Почечный чай
90
Почечуйная трава *см.* Горец почечуйный
Пупавка
74
Пустырник (пятилопастный и сердечный)
60, 62, 68, 76, 77, 90, 91
Пырей
75, 76, 90
Ревень тангутский
90
Рогатики
180, 183, 199
Роза
20, 69, 79
Ромашки: аптечная, долматская и ромашковидная (она же пахучая, безлепестковая)
20, 60, 61, 68, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 90, 93, 107
Росянка
67
Рыжики
9, 180, 182, 188, 189, 194, 199, 203, 205, 210, 214, 224, 231, 261, 264, 265, 266, 281, 290
Рябина
5, 40, 43, 79, 82, 89, 93, 104, 116, 118, 122, 151, 152, 155, 157
Рядовки
180, 199, 225, 260, 271, 272, 276, 283
Свербига восточная
85
Свинушка (толстая и тонкая)
180, 202, 203, 204, 238, 242, 257, 288, 291, 294
Сельдерей
40
Сердечник луговой
85
Серушка *см.* Дуплянка серая
Синюха голубая
61, 75
Синяк (гиропорус синеющий)
248
Сирень
7, 43
Скрипица
182, 198, 199, 266, 271
Смородина красная
176
Смородина черная
40, 69, 73, 75, 77, 80, 82, 84, 139, 149, 160, 176, 189
Сморчковая шапочка
232
Сморчки
194, 226, 227, 228, 229, 233, 289, 294
Сныть
104
Сон-трава
63
Солодка голая (лакрица)
61, 77, 79
Сосна
5, 76, 77
Спорынья
90
Спорыш *см.* Горец птичий
Стальник
90
Строфария кольцевая (кольцевик)
225
Строфория сине-зеленая
231, 270, 280
Строчки
194, 225, 231, 233, 275, 289, 294
Сурепка
107
Сушеница топяная
61, 62, 77
Сыроежки
182, 204–208, 211, 230, 237, 238, 251–254, 256, 260, 279, 290, 294
Таволга вязолистная
40, 72, 82, 107
Телефора наземная
278
Терн (терновник)
104, 157–159
Тимьян ползучий (чабрец)
63, 73, 75, 76, 82, 86, 90
Тмин
40, 84, 107
Толокнянка
38, 62, 89
Тополь
279, 283
Трехреберник
74
Трутовик листоватый
251
Трутовик серно-желтый
244, 249
Тута *см.* Шелковица
Тысячелистник обыкновенный
25, 26, 62, 85, 107
Ужовник *см.* Папоротник
Укроп
40, 62, 103, 189
Фиалка трехцветная
62
Фламмулина бархатистая
277
Хвощ полевой
62, 68, 73, 75, 76, 77, 91
Хмель
38, 62, 69, 72, 76, 84, 91
Хохлатка
45
Хрен
40, 42, 69, 84, 189
Цезарский гриб *см.* Кесарев гриб
Цикорий
79
Чабрец *см.* Тимьян ползучий
Чага
63
Череда
63, 68, 73, 74, 75, 76, 90, 92
Черемша (дикий чеснок)
36
Черемуха
7, 79, 104, 122, 124, 137–139, 142, 160
Черника
7, 38, 79, 103, 104, 112, 118, 141, 167, 168, 176, 210, 246
Черноголовник

(кровохлебковый и
многобрачный)
84
Черноплодная рябина *см.*
Арония
Чернушка
196, 198, 199, 224, 265
Чеснок
40, 72, 103, 189
Чесночник
211, 215–217, 257, 258
Чешуйчатка
180, 199, 244, 249, 283
Чистотел
77, 107
Чистяк (весенний и
пучковатый)
84
Шалфей
66, 71, 73, 90, 103
Шампиньоны
180, 182, 208, 220–222,
224–225, 231, 236, 238, 239,
241, 270, 273, 278, 283, 291,
292, 294, 295, 296
Шелковица (тута)
160, 166, 167
Шиповники
43, 61, 62, 69, 77, 79, 80, 82, 83,
93, 149, 150, 151, 167, 176, 194,
271
Щавель
69, 104
Щавель конский
63, 90, 92
Эвкалипт
42, 90
Яблоня
43, 116, 118, 157
Ярутка полевая
84

СОДЕРЖАНИЕ



В. Солоухин
РАДОСТЬ ОБЩЕНИЯ 5

1 Раздел
ТРАВЫ 15

В. Солоухин
О ТРАВЕ 17

С. Ошанин
ВОЗВРАЩЕНИЕ К ТРАВАМ 44

А. Турова, Э. Сапожникова
РАСТЕНИЯ И КОСМЕТИКА 65

Г. Свиридонов
ВАННЫ КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ 73

Г. Свиридонов, С. Ошанин
ЛЕСНЫЕ ЧАИ 78

С. Ошанин
ПРЯНЫЕ ТРАВЫ 84

Б. Андрест
УЗЕЛКИ НА ПАМЯТЬ ОХОТНИКУ ЗА ТРАВАМИ 87

А. Стрижев
АПТЕКА НА ГРЯДКАХ 90

А. Стрижев
ТРАВЫ И ЛЕГЕНДЫ 94

С. Ошанин
НАСТОЙКИ И НАЛИВКИ РОССИЙСКИЕ 103

РЕЦЕПТЫ 104

2 Раздел

ЯГОДЫ 105

В. Солоухин
ПОЭЗИЯ ЯГОДНОГО ПРОМЫСЛА 107

А. Стрижев
ЛЕСНЫЕ ГОСТИНЦЫ 127

С. Ошанин
ПРИРУЧЕНИЕ ЯГОД – ТУР ВТОРОЙ 160

А. Стрижев
КОВАРНЫЕ ЯГОДЫ 168

РЕЦЕПТЫ 174

3 Раздел

ГРИБЫ 177

В. Солоухин
СМИРЕННАЯ ОХОТА БРАТЬ ГРИБЫ 179

Л. Гарибова
РАЗМЫШЛЕНИЯ О ГРИБАХ ... 224

Б. Андрест
ГРИБКИ СУШЕНЫЕ, СОЛЕНЫЕ, МАРИНОВАННЫЕ 288

Л. Гарибова
ЗАМОРАЖИВАНИЕ ГРИБОВ 292

Л. Гарибова
ОСОБЕННОСТИ ГРИБНОЙ КУХНИ 293

ГРИБНАЯ КУЛИНАРИЯ 295

УКАЗАТЕЛЬ РАСТЕНИЙ 298

Д20 Дары природы/В. А. Солоухин, Л. В. Гарибова, А. Д. Турова и др.; сост. С. Л. Ошанин. – М.: Экономика, 1984. – 304 с., ил.

Читатель найдет в книге и поэтическое, красочное описание сбора грибов, ягод, целебных трав, и рассказ о коварных растениях и растениях-легендах, узнает о грибах съедобных и ядовитых. Книга содержит множество практических советов: как заготовить и сохранить собранные богатства природы, какие блюда можно приготовить из них.

Рассказывая о сборе лекарственных трав, грибов, ягод, авторы постоянно подчеркивают необходимость бережного отношения к природе – ведь богатства ее бесконечны, но не беспредельны.

Д $\frac{3803020000-002}{011(01)-84}$ Без объявления

ББК 41.8
633

© Издательство „Экономика“, 1984

Владимир Алексеевич Солоухин,
Лидия Васильевна Гарибова,
Антонина Даниловна Турова и др.

ДАРЫ ПРИРОДЫ

Рисунки художников
А. В. АМАСПЮРА
Л. А. КЛОПОВА

Фотографии
Е. В. АРБУЗОВА
Р. В. ВОРОНОВА
И. И. КОНСТАНТИНОВА
И. А. МУХИНА
В. И. ОПАЛИНА
В. В. ПОЗДНОВА
С. Л. ПРИМАКА
А. Н. СТРИЖЕВА
В. Г. УСКОВА

Зав. редакцией
В. Г. БУТЕНКО

Науч. редактор
С. Л. ОШАНИН

Редактор
В. П. ПЕТРОВА

Мл. редактор
М. Ю. ЧИНЯКОВА

Худож. редактор
В. П. РАФАЛЬСКИЙ

Техн. редактор
Л. С. САЗОНОВА

Корректоры
Е. А. КИСЕЛЕВА
А. С. РОГОЗИНА

ИБ № 2169

Сдано в набор 18. 05. 83.
Подписано в печать 30. 01. 84.
Формат 70 × 108 1/16. Бумага офсетная. Гарнитура „Таймс". Офсетная печать.
Усл. печ. л. 26,6/161,88
усл. кр. - отт. Уч. - изд.л. 33,9.
Тираж 100 000 экз. Заказ № 005410. Цена в суперобложке 5 р. 10 к. Цена в футляре 5 р. 50 к. Изд. № 5266.

Общее изготовление:
„Интердрук" головное полиграфическое предприятие г. Лейпциг, ГДР
III/18/97

Издательство „Экономика"
121864. Москва, Г–59,
Бережковская наб., 6.





