

От вольфии до посидонии
Грибы

Система грибов

ТИП	
	фикомицеты
Подтипы	
	мастигомицеты
	зигомицеты
ТИПЫ	
	аскомицеты (сумчатые)
	базидиомицеты
ГРУППА	
	несовершенные грибы



Грибы

Название	Растет	Время сбора	Использование
Белый	Дубовые, хвойные леса, березовые рощи	Июнь-октябрь	Жарят, варят, сушат, солят, маринуют, консервируют
Белянка	Березовые леса	Август-сентябрь	Солят
Валуй	Лиственные, смешанные леса	Июль-октябрь	Солят
Гноевик белый	Сады, обочины дорог	Сентябрь-октябрь	Варят, жарят (молодые)

Говорушка серая	Хвойные леса	Август-сентябрь	Варят, жарят
Гриб-баран	Сосновые, смешанные леса	Август-октябрь	Жарят, варят, иногда сушат
Груздь настоящий	Березовые, смешанные леса	Июль-октябрь	Солят
Дождевик	Леса, луга	Май-ноябрь	Варят, жарят (молодые)
Ежевик желтый	Хвойные, лиственные леса	Август-октябрь	Варят, жарят, сушат
Зеленка	Сосновые леса	Сентябрь-октябрь	Варят, жарят, маринуют
Зонтик пестрый	Смешанные леса, сады, кусты	Июль-сентябрь	Варят, жарят шляпки (сняв кожицу и полив кипятком)
Каштановый	Широколиственные леса	Август—сентябрь	Варят, жарят, сушат
Лисичка	Хвойные, лиственные леса	Июнь-октябрь	Варят, жарят, маринуют
Масленок	Влажные сосновые леса	Июнь-октябрь	Варят, жарят, маринуют
Мокруха	Хвойные леса	Август-сентябрь	Варят, жарят
Моховик	Хвойные, лиственные леса	Июнь-октябрь	Варят, жарят
Опенок луговой	Лужайки, пастбища	Июнь-сентябрь	Жарят
Опенок осенний	Смешанные леса	Сентябрь-октябрь	Сушат, жарят, варят, солят
Подберезовик	Березовые, смешанные леса	Июнь-октябрь	Все виды переработки
Подгруздок черный	Хвойные, лиственные леса	Июнь-октябрь	Солят
Подосиновик	Лиственное мелколесье	Июнь-октябрь	Все виды переработки
Подсливок	Лиственные леса, сады, огороды	Июль-сентябрь	Варят, жарят
Польский	Хвойные леса	Июль-октябрь	Солят, сушат, жарят
Рыжик	Хвойные леса	Июнь-октябрь	Солят
Стародуб	Хвойные, смешанные леса	Август-октябрь	Солят (после отмачивания)
Строчок кольчатый	Сосновые, смешанные леса	Август-октябрь	Варят, маринуют
Строчок обычный	Сосновые леса	Апрель-май	Варят, жарят (после отваривания)
Сыроежка	Хвойные, смешанные леса	Август-октябрь	Солят, варят
Толстячка	Сосновые леса	Август-октябрь	Жарят, солят
Трюфель белый	Под землей	Октябрь-ноябрь	Жарят, солят
Чесночник	Хвойные леса	Июль-сентябрь	Жарят

Химический состав и калорийность грибов

Грибы	Калорийность (ккал/100 г)	Вода	Белки	Жиры	Углеводы	Клетчатка и фунгин	Минеральные вещества
-------	---------------------------	------	-------	------	----------	--------------------	----------------------

Подберезовики сушеные	290	13,0	38,0	5,0	21,5	15,0	7,5
Белые сушеные	281	13,0	36,0	4,0	23,5	17,0	6,5
Подосиновики сушеные	271	13,0	41,5	4,5	14,5	19,0	7,5
Трюфели свежие	97	75,0	9,0	0,5	13,5	-	2,0
Белые свежие	40	87,0	5,5	0,5	3,1	3,0	0,9
Подберезовики свежие	36	88,0	5,0	0,6	2,5	3,0	0,9
Сморчки свежие	36	90,0	3,7	0,5	4,0	0,8	1,0
Подосиновики свежие	35	88,0	4,6	0,8	2,2	3,5	0,9
Грузди свежие	32	90,0	2,5	0,4	4,3	2,2	0,6
Лисички свежие	30	91,4	2,6	0,4	3,8	1,0	0,8
Опята свежие	29	90,0	2,0	0,5	4,0	2,7	0,8
Рыжики свежие	29	90,0	3,0	0,7	2,4	3,2	0,7
Маслята свежие	25	92,0	2,0	0,3	3,5	1,6	0,6
Сыроежки свежие	22	91,0	2,5	0,5	1,7	3,5	0,8



Классификация грибов по накоплению радионуклидов*

I	Грибы, слабо накапливающие цезий-137	Дождевик жемчужный, сморчок обычный, зонтик пестрый, опенок зимний, шампиньон
II	Грибы, посредственно накапливающие цезий-137	Подосиновик, опенок осенний, лисичка настоящая, белый гриб, подзеленка
III	Грибы, сильно накапливающие цезий-137	Сыроежки всех видов, груздь черный, зеленка, подберезовик
IV	Грибы – аккумуляторы цезия-137	Моховик, масленок поздний, польский гриб, рыжик, моховик, свинушка, колпак кольчатый

*Максимум радионуклидов наблюдается в грибах, растущих на кислых грунтах.

Самый крупный в истории гриб

Самый крупный из когда-либо найденных на Земле грибов вырос в Китае (2011). Принадлежит рекордсмен к роду базидиальных и называется трутовик вида *Fomitiporia ellipsoidea*. Коричневый гигант при ширине 80 см в длину вымахал на 10 м. Набрал вес 0,5 тонны! Как же чудо природы, которому 20 лет, не обнаружили раньше? Все просто! Трутовики живут как на древесине, так и в почве. Рекордсмен принадлежал к последним.