

Grzyby

Autor: Tadeusz Dach

Niedługo zacznie się wspaniały sezon grzybowy, choć niektórzy już znajdują pojedyncze okazy. Jak co roku, rzesza zbieraczy grzybów ruszy do lasu. W zasadzie wszyscy uważamy, że na grzybach się znamy, tylko czy aby na pewno? Za namową jednego z naszych czytelników, otwieramy nowy dział na naszym portalu internetowym – „grzyby”. Czekamy na ciekawe artykuły na ten temat, informacje gdzie zbieramy grzyby (dot. całej Polski), „czy już są?”, czy te dopiero zaczynają rosnąć, a przede wszystkim czekamy na zdjęcia z wyprawy do lasu oraz znalezionych okazów. Grzyby jadalne Z Wikipedii Grzyby jadalne – grzyby o różnej przynależności systematycznej produkujące jadalne owocniki, które po odpowiednim przyrządzeniu, nie powodują u człowieka żadnych dolegliwości. W większości zbierane tylko ze stanu dzikiego, tylko nieliczne są uprawiane (pieczarki, boczniki).

Grzyby zawierają niewiele substancji odżywczych, ale cenione są ze względu na ich właściwości smakowe. Spożywa się je bezpośrednio (duszone, smażone, gotowane w postaci zupy) lub marynowane. Można je także suszyć i soliwać. Nawet jadalne gatunki grzybów, nieodpowiednio lub zbyt długo przechowywane, mogą być szkodliwe, to samo dotyczy zbyt starych lub "robaczywych" (oponowanych przez larwy owadów) owocników. Grzyby jadalne niejednokrotnie łatwo jest pomylić z bardzo podobnymi grzybami niejadalnymi lub wręcz trującymi (często śmiertelnie!), to też należy się nauczyć dobrze je rozpoznawać, w czym pomocne są liczne opracowania wydawane w formie atlasów. Do najbardziej cenionych i popularnych grzybów jadalnych należą: borowiki, podgrzybki i kołczarze, rydze, pieprzniki, czubajki, gąski i opieńki, a także rosnące pod ziemią trufle. Nie wolno zbierać grzybów chronionych prawnie (zobacz: grzyby chronione). Wśród rosnących w Polsce ok. 5 000 gatunków grzybów owocnikowych jest bardzo wiele gatunków grzybów nadających się do spożycia. W praktyce jednak zbierane są tylko nieliczne gatunki, te o największych wartościach smakowych i znane rzeszom grzybiarzy. Wiele grzybów jest jadalnych, ale nie mają praktycznej wartości, gdyż albo są niesmaczne, albo bardzo małe, czy też występują bardzo rzadko. U niektórych gatunków jadalne są tylko młode owocniki. Niektóre grzyby jadalne są dopiero po ugotowaniu lub usmażeniu, w stanie surowym są trujące. Zobacz też zdjęcia w "galerii foto"