Bardzo nisko w trawie, czyli bezpieczne grzybobranie z Equestria Times.

Nadchodzi jesień, ulubiona pora roku leśnych spacerowiczów. Z koszami wypełnionymi smakowitymi parasolkami przemierzają dzikie ostępy w poszukiwaniu najrozmaitszych gajowych skarbów. Zupa grzybowa, sos myśliwski czy jajecznica z kurkami, ślinka leci na samą myśl. Korzystając z wiedzy zdobytej w szkole leśnej oraz ze starej broszury Lasów Państwowych znalezionej w szafie mojej babci, chciałbym się podzielić z Wami przydatnymi informacjami i ciekawostkami, które mogą przydać się każdemu podczas wycieczki po leśne smakołyki.

Wierzę, że Bronies czasem także wychodzą z domu, więc może ten tekst przyda się i Tobie. Oczywiście nie każdy czuje się na siłach, by wychodzić do lasu i ryzykować swoje zdrowie lub życie przy zbieraniu grzybów. Z jakiegoś powodu, w Polsce jest to wyjątkowo lubiane, choć zapewne mniej popularne niż kiedyś. W innych krajach leśne wycieczki po grzyby już dawno zanikły. Co więcej, na zachodzie Europy zwykle cała wiedza o jadalnych grzybach kończy się na marketowej pieczarce. To smutne, bo rodzinne wypady na łono natury to super zabawa! W tym tekście poruszę kilka, moim zdaniem, ważnych kwestii dotyczących grzybobrania. Jak wszystko zapamiętacie i zrozumiecie to uwierzcie - Fluttershy jak i cały las Everfree będą z was dumne! Nie opowiem tutaj oczywiście o wszystkich grzybach i zasadach. Myślę, że byłoby to zbyt nudne i męczące. Od tego macie, pełne wiedzy, wasze mamy i babcie :)

Do dobrego zbieractwa grzybów potrzebne jest przede wszystkim doświadczenie, więc wszystkich młodych borołazów zachęcam do spacerowania wraz z kimś starszym i obeznanym + atlas grzybów/internet (choć w lesie go często brakuje) też może się czasem przydać. To lecimy na przygodę do lasu!

Na początek rozejrzyjmy się na jego obrzeżach. Nawet na skraju lasu można zauważyć coś ciekawego. O! Zobaczcie co my tu mamy. Czy to są małe borowiki, hm? A może to boczniaki?

Pierwsze grzybobrania mogą być trudne. Pamiętajcie, zbieramy tylko te grzyby, co do których jesteśmy absolutnie pewni, że są jadalne. Jest wiele grzybów, które są bardzo podobne do tych jadalnych, a mają bardzo przykre skutki po spożyciu. Przykład: pieprznik jadalny, czyli znana wszystkim kurka i podobna do niej trująca lisówka pomarańczowa, znana jako fałszywa kurka. Szczególnie wieczorową porą, przy małej ilości światła w lesie, są trudne do rozróżnienia.

Przejdźmy dalej. W głębi Everfree znajdziemy więcej leśnych skarbów, chociaż niektóre z nich są zdradliwe. Nie wolno rozpoznawać trujących gatunków grzybów na podstawie ich gorzkiego smaku – gatunki śmiertelnie trujące mają przeważnie smak przyjemny, słodkawy. Przykład: strzępiak ceglasty często mylony z płachetką zwyczajną, czyli niemką, ma owocowy zapach i łagodny smak, a to śmiertelnie trujący grzyb! Moim zdaniem niemki same w sobie nie są dość smacznym grzybem, by ryzykować ich zbieranie.

Nie należy zbierać grzybów zbyt młodych, ponieważ nie wszystkie cechy potrzebne do identyfikacji mogą być u nich wykształcone. Przykład: muchomor jadowity, którego młode owocniki są bardzo podobne do pieczarek polnych, bez rozpoznania koloru blaszek pod parasolem ich identyfikacja to gra w rosyjską ruletkę!

Najwięcej gatunków trujących występuje wśród grzybów blaszkowych. Uważajmy na nie. Pieczarki jak i kanie (sowy) są bardzo smaczne i należą do grzybów blaszkowych, jednak na pierwsze grzybobranie zachęcam do poszukiwań przepysznych borowików i podgrzybków.

Grzyby należy wykręcać z podłoża, a miejsca po nich przykrywać mchem lub ściółką leśną, dzięki czemu zapobiegniemy wysychaniu grzybni. Na ten temat istnieje wiele mitów i teorii, jednak myślę, że leśnicy będą wiedzieć lepiej, niźli wujek Krzysiek.

Niektóre grzyby, mimo że uważane są za jadalne, to ich spożywanie nadal jest bardzo niebezpieczne w przypadku nieprawidłowego ich przyrządzania. Niektóre grzyby trzeba dokładnie gotować lub robić to po wielokroć, by pozbyć się z nich trujących substancji. Inne z kolei grzyby mogą nabrać trujących właściwości właśnie na wskutek zbyt intensywnej obróbki termicznej. Oprócz tego warto wiedzieć, że grzybów nie należy podawać małym dzieciom oraz osobom z chorobami układu pokarmowego, np.: z wrzodami żołądka.

Grzyby wkładamy najlepiej do koszyków, nigdy zaś do toreb foliowych, gdzie na pewno się skruszą i być może nabiorą (niektóre gatunki) szkodliwych dla naszego zdrowia właściwości. Jestem osobiście za zabieraniem jak najmniejszej ilości plastiku do lasu, by nie korciło tego wyrzucać.

Nie zbierajmy grzybów znajdujących się pod ochroną prawną. Jest wiele smacznych grzybów, które niestety, przez niewiedzę i nieostrożność, zbieraczy muszą być chronione prawnie, gdyż ich ilość w polskich lasach jest bardzo mała, co grozi ich całkowitym wyginięciem. Polskie lasy są dobrem wspólnym, więc wszyscy powinniśmy dbać o jego mieszkańców, nie tylko o zwierzęta – także o grzyby i rośliny.

Nie niszczymy grzybów niejadalnych i trujących, np. muchomorów. Często te grzyby są pożywieniem dla innych zwierząt z przystosowanym do ich spożycia układem trawiennym. Warto w tym miejscu powiedzieć o tym, że grzyby są destruentami – organizmami, które rozkładają martwą materię organiczną na prostsze związki organiczne, np.: przyspieszają proces rozkładu padliny i tworzenie leśnej gleby. Szczególnie w ubogich sosnowych borach są cennym pomocnikiem we wzbogacaniu leśnej gleby.

W lesie zachowujmy się cicho. Nie śmiećmy ani w nim, ani na jego obrzeżach. Śmieci wszędzie źle o nas świadczą. Przy okazji zachęcam też do wzięcia udziału w akcji sprzątania lasu. Możesz wziąć małą papierową torbę i zebrać w nią kilka małych śmieci napotkanych po drodze. Natura za to podziękuje nam i przyszłym pokoleniom. Czy to czystym powietrzem, czy pięknymi lasami.

Podsumowując - znając kilka najważniejszych zasad, grzybobranie nie robi się już takie straszne. Nawet, jeżeli grzybki nam nie smakują, możemy je śmiało sprzedać na skupie i zatrzymać pieniądze na, np.: małego ponymeeta. Wszystkie potrzebne informacje znajdziecie na stronie Lasów Państwowych, jest tam między innymi wykaz grzybów jadalnych, trujących i chronionych. Dodam jeszcze, że warto znać umiar z jedzeniem grzybów, ich trawienie jest trudne dla naszego żołądka i jelit, a spożycie ich nadmiernej ilości może mieć przykre skutki.

Mam na koniec dla Was kwestie do przemyślenia: jak myślicie, czy serialowe kucyki jedzą grzyby? Jeśli tak, to jakie? Co ciekawe, konie jak i kucyki nie są w stanie wymiotować. Związane jest to z położeniem ich żołądka. Serdecznie zachęcam do skorzystania z jesiennego słoneczka i do zobaczenia w lesie!

Grafiki (zgodnie z kolejnością występowania po nazwach w tekście):

[**Baner**](https://i.ytimg.com/vi/RESaBgqr1OE/maxresdefault.jpg)

[Pieprznik Jadalny](https://pl.wikipedia.org/wiki/Pieprznik_jadalny)

[Lisówka Pomarańczowa](https://pl.wikipedia.org/wiki/Lis%C3%B3wka_pomara%C5%84czowa)

[Strzępiak Ceglasty](https://pl.wikipedia.org/wiki/Strz%C4%99piak_ceglasty)

[Płachetką Zwyczajną](https://pl.wikipedia.org/wiki/P%C5%82achetka_zwyczajna)

[Muchomor Jadowity](https://pl.wikipedia.org/wiki/Muchomor_jadowity)

[Pieczarek Płolnych](https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,101460,23742146,pieczarka-polna-jak-rozpoznac-i-kiedy-zbierac-dzikie-pieczarki.html)