Гриби їстівні та неїстівні

Мета: звернути увагу на класифікацію грибів, особливостями вирощування грибів у промислових умовах.

План

1.      Вивчення нового матеріалу.  
  
== Які поживні якості грибів? Відомо понад 200 видів їстівних грибів (мал. 223). Кулінарно оброблені плодові тіла багатьох видів шапинкових грибів дуже смачні. Найбільшу харчову цінність для людини мають білі гриби, печериці, підберезники, підосичники, маслюки. Гриби містять багато білків, вітамінів, необхідні людині мікроелементи (Купрум, Цинк та ін.). Гриби смажать, солять, маринують, сушать.  
  
== Цікаво знати, що страви з грибів цінували ще із сивої давнини. Вважають, що за поживністю гриби наближуються до страв із м’яса. Проте калорійність страв з грибів, порівняно з м’ясними, низька. Це пояснюють тим, що кількість білків у грибах, які здатний засвоювати організм людини, становить лише 4-25 %. Але грибні білки містять компоненти, необхідні для утворення білків організму людини.  
  
Грибні страви корисні не для всіх. Їх не радять споживати людям, що мають хвороби нирок, кишечнику або шлунка. Не можна годувати грибами дітей до 5 років, оскільки їхній організм погано їх перетравлює.  
  
Споживати потрібно лише свіжі гриби з молодими плодовими тілами. Старі плодові тіла, хоча й приваблюють своїми розмірами, можуть містити отруйні речовини, що утворилися внаслідок обміну речовин гриба.  
  
Оскільки гриби в природі ростуть лише в певні теплі сезони, то на зимовий період їх консервують: солять, маринують або висушують. Зберігати висушені гриби слід у сухому місці, щоб запобігти оселенню на них цвілевих грибів.  
  
== Які їстівні гриби людина вирощує штучно? Не всі шапинкові гриби утворюють мікоризу. Наприклад, печериці та гнойовики, гливи, опеньок літній живляться лише органічними речовинами ґрунту, гною або відмерлої деревини. Це дає змогу вирощувати ці гриби штучно в теплицях. Одним з видів біотехнології є штучне вирощування грибів. Наприклад, у багатьох країнах світу вирощують гливу та печерицю двоспорову (мал. 224). Гливу вирощують, використовуючи відходи лісозаготівельної та деревообробної промисловості: стружку, кору, пеньки тощо. Плодові тіла в гливи формуються лише в певні сезони, тому цей гриб вирощують у спеціальних приміщеннях, де є змога регулювати вологість та температуру.  
  
Печерицю двоспорову людина культивує майже 300 років.  
  
Утім, не всі гарні на вигляд гриби можна вживати в їжу. Слід пам’ятати, що серед шапинкових грибів є багато отруйних.

2. закріплення знань.

Робота з текстом підручника. 1.      Читаємо п51.  
  
2.      Макроскопічні гриби, які не потрапляють до групи небезпечних отруйних грибів, поділяють на неїстівні та їстівні.  
  
Неїстівні гриби не вживають у їжу через малі розміри, тверді плодові тіла (наприклад, більшість грибів-трутовиків), гіркий смак (наприклад, жовчний гриб).  
  
Їстівні гриби за поживністю та смаковими властивостями поділяють на категорії, від першої — найкращі та найсмачніші гриби, до четвертої — гриби з не дуже високими смаковими якостями.  
  
3.      Розгляньте мал223-224. Чи відомі вам такі гриби? Що ви чули про них. Зверніть увагу. Що гіменофор у них різний. Але це не має значення при оцінці їх якостей. Масово штучно вирощуються в Україні на підприємствах промислового грибоводства. Це печериця двоспорова та глива звичайна. Гриби, вирощені в умовах промислового виробництва, мають перед природними грибами дві безумовні переваги: вони гарантовано є їстівними та не містять речовин, що можуть спричинити вторинні отруєння. Чому гриби поділили на категорії? Випишіть такі приклади.  
  
4.      Зверніть увагу, що існують гриби, занесені до Червоної книги України. Запам’ятайте їх назви.

5. Дайте відповідь на запитання  
  
1. Які ви знаєте їстівні гриби?  
2. Які гриби належать до умовно-їстівних? Яких правил слід дотримуватися при споживанні їх?  
3. Які види грибів небезпечні для здоров’я і життя людини?  
4. Яких правил варто дотримуватися під час збирання та споживання грибів?  
  
3. Домашнє завдання.  Вивчити п51. Перевірте здобуті знання  
  
Виберіть одну правильну відповідь. Поясніть свій вибір.  
  
1. Укажіть шапинковий гриб, який належить до отруйних: а) мукор; б) мухомор білий; в) печериця двоспорова; г) пеніцил.  
2. Укажіть гриб, який належить до їстівних: а) бліда поганка; б) строчок звичайний; в) маслюк; г) опеньок несправжній.