



Lasy Państwowe

zapraszamy



Strona nadleśnictwa Maskulińskie i Pisz



Przygotowania do grzybobrania

Już schyłek sierpnia, dni są krótsze, poranki chłodniejsze. To oznacza zbliżającą się jesień i czas grzybobrania. Każdy z nas ma nadzieję, że urodzaj tych darów lasu będzie co najmniej taki jak w roku ubiegłym, bądź jeszcze większy. Warto już teraz odszukać swój ulubiony grzybowy kosz i nożyk. Zanim wybierzemy się na grzyby, warto zapoznać się z odpowiedziami na poniższe pytania.

Kogo mogę się poradzić w sprawie zebranych w lesie grzybów?

Podstawową zasadą jest zbieranie tylko i wyłącznie owocników grzybów, które dobrze znamy. Nie należy zbierać osobników zbyt młodych, bo to utrudnia określenie gatunku, oraz zbyt starych, które z kolei mogą być toksyczne. **Bezpłatnych porad na temat zebranych w lesie grzybów udzielają wszystkie terenowe stacje sanitarno-epidemiologiczne**, które znajdują się w każdym powiatowym mieście. Prowadzą one także rejestry grzyboznawców, którzy udzielają porad.

Czy grzyby w lesie można zbierać bez ograniczeń?

Grzyby w polskich lasach można zbierać bez ponoszenia jakichkolwiek kosztów i w zasadzie bez ograniczeń,

ale są pewne wyjątki. Nie wolno ich zbierać w niektórych częściach lasu, gdzie jest stały zakaz wstępu: na uprawach do 4 m wysokości, w drzewostanach



nasiennej i na powierzchniach doświadczalnych, w ostojach zwierziny. Nie wolno ich także zbierać na obszarach chronionych: w rezerwach i parkach narodowych. Dobrze jest oszczędzać duże, stare owocniki grzybów, gdyż mają duże znaczenie dla rozwoju grzybów.

Czy znalezione grzyby należy wykręcać, czy wycinać?

Każdy z tych sposobów jest dobry, byle stosowany z rozsądkiem. Większe owocniki grzybów lepiej jest wyciąć, ze względów praktycznych, bo zaoszczędzamy sobie pracy przy czyszczeniu grzybów- naturalnie nie w połowie trzonu. Możemy delikatnie podważyć także owocnik grzyba koniuszkiem noża. Wycinamy jak najniżej, odgarniając dokładnie ściółkę i uważając, aby nie uszkodzić grzybni. Potem **starannie przykrywamy to miejsce, aby grzybnia nie wysychała**. Resztkę trzonu grzyba szybko zgnie lub zjedzą ją ślimaki. Grzyby blaszkowe, takie jak kurka, zielonka czy rydz, lepiej jest wykręcać. Należy je wyjąć z podłoża tak, aby nie uszkodzić trzonu i także dokładnie za-



chowywanie. **Najlepsze są szerokie, wiklinowe koszyki**, a nie plastikowe wiadra, torby czy woreczki. Nawet najpiękniejsze owocniki szlachetnych gatunków grzybów mogą być przyczyną zatrucia, gdy przechowywane będą w foliowej torebce i ulegną zaporzeniu. W trakcie szybko postępujących procesów gnilnych wywołanych złym przechowywaniem grzybów wydzielają się toksyny, szkodliwe dla naszego zdrowia.

Jak zbierać i przechowywać grzyby zanim trafią do kuchni?

Owocniki grzybów to żyjące organizmy, które **nawet po zerwaniu nadal rozwijają się i oddychają, wydzielając dwutlenek węgla i wodę**. Dlatego bardzo ważne jest ich prawidłowe prze-

Źródło: www.lasy.gov.pl/pl/informacje/faq/grzyby/#4