

# КАК СОБИРАТЬ, ГДЕ ПОКУПАТЬ И КАК ХРАНИТЬ ГРИБЫ



## Помните, что:



Детям до 14 лет нельзя есть грибы – у них еще нет достаточного количества ферментов для их переваривания



Не рекомендуется есть грибы пожилым людям, беременным и кормящим женщинам



Блюда из грибов можно есть только абсолютно здоровым людям, не страдающим заболеваниями пищеварительного тракта



Только безусловно съедобные грибы можно готовить без предварительного отваривания



Перед тем как готовить безусловно съедобные грибы, их нужно тщательно очистить от земли и промыть



Условно съедобные грибы после обработки нужно отварить или отмочить – это удалит ядовитые вещества из плодового тела гриба



### ПРАВИЛА ГРИБНИКА

- Собирайте грибы вдали от дорог, магистралей, вблизи населенных мест
- Каждый вид грибов готовьте отдельно
- Собирайте только хорошо знакомые виды грибов
- Срезайте гриб с целой ножкой
- Обязательно готовьте грибы в день сбора
- Собирайте грибы в плетеные корзины – так они дольше будут свежими
- Выкидывайте все червивые, перерезшие, пластинчатые грибы, грибы без ножек, дряблые грибы
- Грибы в день сбора нужно перебрать, отсортировать по видам и еще раз пересмотреть

## Нельзя!

- Собирать грибы в ведра, полиэтиленовые пакеты или мешки – это приводит к порче грибов
- Собирать старые, переросшие, червивые и неизвестные грибы
- Пробовать грибы во время сбора
- Подвергать грибы кулинарной обработке через день и более после сбора
- Мариновать или солить грибы в оцинкованной и глиняной глазурованной посуде
- Хранить грибы в тепле – это скоропортящийся продукт

**Важно!** Соблюдайте условия хранения грибов и правила приготовления грибных блюд. Любые виды грибов нужно варить в хорошо подсоленной воде, которую после отваривания сливают

### Если вы покупаете грибы НА РЫНКЕ:

- Нельзя покупать сушеные, соленые, маринованные и консервированные грибы у случайных лиц и в местах несанкционированной торговли
- Нельзя покупать грибные консервы в банках с закатанными крышками, приготовленных в домашних условиях
- Нельзя покупать на рынках и ярмарках грибы непромышленного производства, которые не прошли экспертизу (проводится для контроля качества поступающих в продажу продуктов)

### Если вы покупаете грибы В МАГАЗИНЕ:

- Следите, чтобы упаковка была целой и чистой
- Рассмотрите упаковку, чтобы избежать загнивших и испорченных грибов
- Не покупайте грибы без этикеток (дистров-вкладышей) и без наличия на этикетках информации

В магазинах и супермаркетах запрещена реализация грибов без наличия сопроводительных документов, подтверждающих их происхождение, качество и безопасность

На основе рекомендаций специалистов Роспотребнадзора.