

Jak poprawnie zbierać grzyby leśne?



# Opis wskazówki

Lato i jesień to pora obfitująca we wszelkie dziko rosnące smakołyki, chętnie wykorzystywane w kuchni. Jesień to przede wszystkim czas grzybów, które kuszą swoim smakiem i aromatem. W sezonie na podgrzybki, borowiki, maślaki czy kurki możesz wyczarować z nich przepyszne potrawy. Zanim wyruszysz do lasu na poszukiwania warto wiedzieć, jak zbierać grzyby.

## Sezon na grzyby

Grzyby można znaleźć w lasach przez cały rok, jednak szczyt sezonu grzybowego to koniec sierpnia i początek września. To wtedy można ruszyć do lasów i liczyć na obfite zbiory. Grzyby potrzebują głównie wilgoci i ciepła. Suche, upalne dni lub też zimne i wilgotne nie będą dobre dla ich rozwoju. ☐

## Gdzie zbierać?

Podgrzybki spotkasz w lasach sosnowych, liściastych i mieszanych. Kozłarze lubią lasy liściaste i mieszane, więc znajdziesz je pod brzoźami, topolami, osikami i grabami, a także na zboczach. Jeśli chcesz znaleźć borowiki, warto ich szukać pod sosnami i świerkami, a w lasach liściastych pod dębami i bukami, występują na glebach piaszczystych. Maślaki najczęściej rosną w trawach, lasach iglastych, zwłaszcza pod modrzewiami. Grzybów nie wolno zbierać na terenach chronionych. Nie wolno niszczyć grzybów trujących i niejadalnych, gdyż są one dla lasu pożyteczne.

## Jak odróżnić grzyby jadalne od trujących?

Najlepiej zbierać grzyby, co do których nie masz wątpliwości, że są jadalne. Warto mieć ze sobą podręczny atlas grzybów, w razie jakichkolwiek wątpliwości. Nie zbieraj grzybów o blaszkowatym spodzie! Wśród nich są najbardziej trujące grzyby - muchomory. Muchomora sromotnikowego bardzo łatwo można pomylić z jadalną kanią oraz z gąską zieloną. Gąska ma żółte blaszki i żółtawy lub zielonożółty trzon, natomiast muchomor sromotnikowy ma zawsze białe blaszki.

## Jak zbierać grzyby?

Na grzyby najlepiej wyruszyć rano. Im wcześniej wybierzemy się na grzybobranie, tym większa szansa na to, że nie zdążą ubiec nas inni. Zbierając grzyby należy też pamiętać, aby nie niszczyć grzybni, dlatego najlepiej jest wycinać grzyby ostrym nożem tuż przy ziemi. Grzyby można także delikatnie wykręcać z podłoża.