Произрастает во влажных, редких, преимущественно лиственных лесах, с июля до конца сентября, одиночно или группами.

Шляпка двухлопастная, седловидная, светло-желтоватая или серовато-бурая, снизу беловатая или розовая, 1.5-4 см ширины и высоты.

Ножка до 7 см длины, 0.2-0.4 см толщины, цилиндрическая, книзу расширенная, с небольшими и неглубокими продольными бороздками, беловатая или буроватая, гладкая.

Лопастник упругий условно съедобен, относится к четвёртой категории. Употребляется сушёным. В варёном виде его можно использовать только после отваривания и удаления отвара.