О ядовитых свойствах некоторых грибов люди знали много веков назад. Историки свидетельствуют, что ядовитые грибы становились грозным оружием в борьбе за власть в руках придворных интриганов. Это оружие действовало безотказно: отравление наступало внезапно, а медики были бессильны чем-либо помочь. Так погибли большой любитель грибных блюд римский император Клавдий, папа римский Клемент VII.

По последним данным, в Центральной Европе встречаются 90 видов ядовитых грибов. Смертельно опасны из них 10–12. К ним относятся бледная поганка и мухоморы, яд которых не разрушается и не растворяется во время термической обработки или засолки. Существует целый ряд грибов (их около 50 видов), которые в сыром виде несъедобны и даже ядовиты, однако под влиянием высокой температуры ядовитые вещества в них разрушаются. При правильной тепловой обработке эти грибы и съедобны, и вкусны. Кстати, такое явление известно и для многих сортов овощей и тропических фруктов, которые перед употреблением в пищу тоже должны пройти тепловую обработку. Есть грибы, свойства которых практически не изучены просто из-за того, что они очень редко встречаются, хотя некоторые из них и принадлежат к известным родам и группам.

Причиной сильного отравления могут стать не только ядовитые, но и испортившиеся или недостаточно проваренные грибы. Да и употребление алкоголя до, во время или после употребления блюда из грибов определенного вида тоже может быть опасным, причем отравление проявляется весьма нетипичным образом. Кроме того, есть люди, страдающие аллергией на грибы. И, наконец, в наше время грибы могут содержать опасные для здоровья тяжелые металлы и радиоактивные вещества: они

накапливаются в их плодовых телах.

К группе несъедобных относятся грибы хотя и не ядовитые, но имеющие неприятный вкус или запах, который препятствует их употреблению, например желчный гриб, перечный гриб, вонючий строчок и др.

Причины отравлений грибами заключаются в незнании видов грибов и неправильном их приготовлении.

При сборе грибов нужно усвоить правило: собирать только те грибы, которые вам хорошо знакомы и которые вы точно можете отличить от ядовитых двойников! Не собирайте старые, червивые, впитавшие воду после долгих дождей и покрывшиеся плесенью грибы. Внимательно осмотрите грибы, прежде чем положить их в корзинку.

Некоторые виды моховиков (пестрый и зеленый), каштановый гриб чаще других покрываются плесенью, которая свидетельствует о начавшемся процессе разложения белка. Поначалу появление плесени трудно распознать (именно потому она и опасна для грибника), но вскоре гриб превращается в желтую дурно пахнущую кашу. Пораженные плесенью грибы часто приводят к отравлениям.

Грибы вследствие их высокой влажности и интенсивности процессов распада, происходящих в тканях после созревания, а также плесневой и бактериальной инфекции, поражения личинками насекомых, относятся к скоропортящимся продуктам. В связи с этим после сбора они должны немедленно подвергаться обработке, а срок хранения свежих грибов не должен превышать 18–24 ч при температуре не выше 10 °С

.Помните, что даже самый лучший и, безусловно, съедобный гриб, если он перезрел, начал гнить или долго лежал без обработки, может стать ядовитым.
Не собирайте грибы, появившиеся после первых заморозков. Не используйте для сбора грибов полиэтиленовые пакеты или другую пластиковую тару, не пропускающую воздух.

В них грибы не только мнутся и приобретают неприглядный вид, но еще и разогреваются под воздействием обменных процессов, что ускоряет процесс разложения белка.

Бытующее мнение, что можно определить ядовитость гриба по потемнению серебряной ложки, помещенной в его отвар, неправильно. Потемнение серебра зависит от серы, которая содержится в аминокислотах различных грибов независимо от их ядовитости. Несостоятелен и такой способ, как варка грибов с луком или чесноком. Посинение этих овощей зависит не от содержания яда, а от наличия особого фермента грибов – тирозиназы, который может содержаться как в ядовитых, так и в съедобных грибах. Некоторые люди думают, что если гриб объеден улитками или в нем есть черви, то он съедобен, но это заблуждение, т.к. улитки и черви поедают также и ядовитые для человека грибы.

Белковое отравление грозит человеку и в тех случаях, когда грибы были неправильно приготовлены, когда блюдо слишком долго стояло, а потом его снова разогрели. Только грибы, положенные в хорошо закрывающуюся посуду и поставленные в прохладное место, можно разогревать и на следующий день. Не следует готовить и хранить их в металлической посуде (за исключением высококачественной стали).

Причиной отравления грибами может быть неправильное хранение маринованных и соленых грибов в оцинкованной или глиняной глазурованной посуде. При этом причиной отравления может стать не грибной яд, а образование под влиянием кислоты водорастворимых солей цинка и свинца. Поэтому хранение грибов в такой посуде опасно. При отравлении грибами в первую очередь поражается желудочно-кишечный тракт, что клинически проявляется симптомами острого гастроэнтерита и приводит к более или менее острому обезвоживанию организма.

Будьте внимательны!