

# ЕЖЕВИКА

Ежевика растёт в виде куста, стелющегося по земле, образуя низенький кустарник. Ежевика цветёт в июне, цветочки белые или розовые. У кустиков ежевики острые колючки, будь осторожен, собирая ягоды в конце лета. Главное — собирать ежевику вовремя, если зазеваешься, ягоды становятся водянистыми и невкусными. Из ежевики получается отличный джем, а ещё ежевику, смешанную с яблоками, хорошо использовать в качестве начинки для пирога из песочного теста.



# МОРОШКА

Морошка растёт на болотах, её называют «болотным янтарём». Неспелая ягода твёрдая и красная, а когда к концу лета созревает, становится сочной и жёлтой. Морошка богата витамином С, раньше ягоды морошки продавали в аптеке. Цветки морошки бывают мужские и женские, и в те годы, когда на болотах преобладают мужские цветы, ягод не бывает. А ещё белые ягоды очень чувствительны к сильным дождям и заморозкам, так что, если не повезёт, ягод не будет и в случае холодного начала лета. Из морошки получается вкуснейшее варенье.



# ЧЕРНИКА

Черника — одно из самых распространённых растений в лесу. Цветы у черники розовые, похожие на маленькие колокольчики, на вкус сладкие. Цветёт черника в мае-июне, а ягоды поспевают в июле. У ягодки тонкая матовая кожица, защищающая её от высыхания. Ягоды черники содержат красящее вещество, которое хорошо пристаёт. Потому её и назвали черникой — сразу видно по тёмным рукам, что человек собирал эту ягодку. Любим чернику не только мы, люди, но и животные, такие как лисы и медведи, а также птицы, например, куропатки.



# КЛЮКВА

Клюква — это растение, которое словно расплзается по болотистой местности. Ранним летом на нём появляются розовые цветы, а красные ягоды созревают осенью. Вкуснее всего замороженная клюква. Если тебе не дожидаться заморозков, можешь на время положить ягоды клюквы в морозилку, прежде чем варить из них варенье. А ещё клюкву можно засушить и добавлять в мюсли.

А ты знал, что в народе клюкву называют журавлиной ягодой или журавихой?



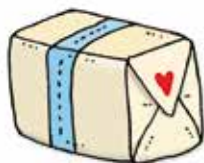
# ТОСТ С ЛИСИЧКАМИ

ИНГРЕДИЕНТЫ НА 4 ПОРЦИИ

2 СТОЛОВЫЕ  
ЛОЖКИ  
СЛИВОЧНОГО  
МАСЛА



100 МЛ СЛИВОК



4 КУСКА  
ТОСТОВОГО  
ХЛЕБА



0,5–1 Л ЛИСИЧЕК



1 ЛУК-ШАЛОТ



1 СТОЛОВАЯ  
ЛОЖКА ПЕТРУШКИ

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1. Раздели и почисти грибы. Мелко поруби луковицу.
2. Слегка обжарь лисички в масле, 3–4 минуты.
3. Добавь лук-шалот и мелко порубленную петрушку.
4. Залей сливками и потуши.
5. Обрежь у хлеба корочки и поджарь его в тостере.
6. Выложи грибную массу на хлеб.



ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ МОЖНО  
ДОБАВИТЬ ЧЁРНЫЙ ПЕРЕЦ,  
ОЛИВКОВОЕ МАСЛО И ТЁРТЫЙ  
СЫР ПАРМЕЗАН.

# СОДЕРЖАНИЕ

## Ягоды

ЗЕМЛЯНИКА ..... 7

ЕЖЕВИКА ..... 8

МОРОШКА ..... 9

ЧЕРНИКА ..... 10

КЛЮКВА ..... 11

ЛЕСНАЯ МАЛИНА ..... 12

БРУСНИКА ..... 13

ДЖЕМ ИЗ ШОКОЛАДА И МАЛИНЫ ..... 14

БРУСНИЧНОЕ ВАРЕНЬЕ С КАРДАМОНОМ ..... 15





## ГРИБЫ

- СПАРАССИС КУРЧАВЫЙ ..... 17
- ЛИСИЧКА ТРУБЧАТАЯ ..... 18
- ЛИСИЧКА ЖЕЛТЕЮЩАЯ И ЧЁРНАЯ ..... 19
- ЛИСИЧКА ОБЫКНОВЕННАЯ ..... 20
- БЕЛЫЙ ГРИБ ..... 21
- ТОСТ С ЛИСИЧКАМИ ..... 22
- СПАГЕТТИ С БЕЛЫМИ ГРИБАМИ ..... 23
- НЕКОТОРЫЕ ЯДОВИТЫЕ ГРИБЫ И ЯГОДЫ ..... 24

