

A still life composition featuring mushrooms, herbs, and bread on a dark wooden surface. In the upper left, a piece of yellow fabric with a white leaf pattern is folded next to a small, round, dark brown loaf of bread. A green cloth is partially visible below the yellow fabric. In the center, a bunch of fresh green herbs, possibly thyme, lies on the surface. To the right, two large, light-colored mushrooms with thick stems and slightly domed caps are prominent. Another smaller mushroom is visible in the bottom right corner. The background is a dark, textured wooden surface.

ГРИБЫ КРУГЛЫЙ ГОД

Книга рецептов

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЛЬЗА ГРИБОВ ДЛЯ ОРГАНИЗМА	4
КАК ПРАВИЛЬНО СУШИТЬ ГРИБЫ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ	8
ВКУСНЫЕ БЛЮДА ИЗ ГРИБОВ	14
БЛЮДА ИЗ СУШЁНЫХ ГРИБОВ.....	26
КУЛИНАРНЫЕ ПОРОШКИ ИЗ ГРИБОВ	34
ВЫРАЩИВАНИЕ ЧАЙНОГО ГРИБА В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ	40
ТЕХНИКА ДЛЯ ОБРАБОТКИ ГРИБОВ	46



ПОЛЬЗА ГРИБОВ ДЛЯ ОРГАНИЗМА



Сезон «тихой охоты» в самом разгаре. Многие профессионалы и любители с ранней весны регулярно ходят в лес, чтобы набрать вкусных грибов. Они придерживаются календарей грибника, следят за приметами и с первыми туманами отправляются за грибами, которые можно пожарить, отварить, засушить в дегидраторе и даже использовать в приготовлении выпечки.

Как правильно собирать грибы? Где они растут? Когда самое благоприятное время для сбора грибов?

Какая польза от грибов

Грибы – это не только вкусный, но и очень полезный продукт.

1. **Белые грибы** укрепляют сердце. Они содержат больше белка, чем, например, мясо.
2. **В боровиках** большое количество никотиновой кислоты, цинка, меди, йода и витамина В1.
3. **Хрустящие грузди** содержат полезные бактерии и обеспечивают ими организм. Помимо этого грибы обеспечивают нас хорошей дозировкой витамина D. Сторонники народной медицины считают, что грузди предотвращают образование камней в почках и размножение микробактерий – палочек Коха.
4. **Лисички** – одни из лучших природных антиоксидантов. Помимо неповторимого вкуса они обладают противовирусными свойствами и восстанавливают повреждённые клетки поджелудочной железы.

Противопоказания к употреблению грибов:

- При расстройстве пищеварения, тяжёлом панкреатите, гастрите, язве и проблемах с печенью и почками;
- При аллергии;
- При расстройстве стула;
- Детям до 10 лет.



Как правильно собирать грибы

1. Собирайте грибы в лубяную или плетёную корзину, застелив дно бумагой или газетой. Лучше всего укладывать их пластинками (гименофором) книзу, чтобы туда не набился песок и земля, которые впоследствии будет очень сложно вымыть. Старайтесь не утрамбовывать грибы слишком плотно — они могут раскрошиться или слипнуться.
2. Не стоит собирать переспелые или гниловатые грибы. Опытные грибники рекомендуют накалывать такие грибы на ветку дерева, чтобы подсохшие споры разлетались во все стороны. Для сушки, хранения и маринования подойдут только крепкие неповреждённые грибы. А пересохший дряхлый подосиновик может вызвать отравление.
3. За грибами лучше идти ранним утром, когда ещё нет косых солнечных лучей, но зато появилась роса: так лучше видно блестящую шляпочку среди травы.
4. И, пожалуй, самый очевидный, но при этом самый важный совет: **не собирайте незнакомые грибы, даже если они очень красивые или вкусно пахнут.** Иногда достаточно одной четверти шляпки ядовитого гриба, чтобы получить серьёзное отравление.





КАК ПРАВИЛЬНО СУШИТЬ ГРИБЫ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ



Сушка – самый простой и безопасный способ заготовить на долгую зиму вкусные грибочки. Так можно увеличить срок их хранения, не утратив при этом питательной ценности продукта.

Какие способы сушки грибов существуют? Можно ли сушить червивые плоды и как правильно выбрать грибы для дегидратации?

Какие грибы можно сушить?

1. **Трубчатые:** боровики, маслята, моховики, подосиновики, козляки, дубовики;
 2. **Сумчатые:** трюфель, сморчки;
 3. **Трутовики:** гриб-баран, трутовики;
 4. **Пластинчатые:** опята, шампиньоны, ивишень, плютей олений гриб, рыжики, вешенки;
 5. **Лисичковые:** серая, гранёная и бархатистая лисички.
- Рекомендуем избегать сушки груздей, волнушек, подгруздей, бычков и сыроежек. Они выделяют горький сок и имеют едкий привкус.
 - Боровики дают прозрачный бульон, в то время как остальные грибы делают его мутным.
 - Подберёзовики во время сушки чернеют.
 - Дубовики и польский гриб обладают ярко выраженным вкусом и ароматом.
 - Маслята и козляки сильно крошатся после сушки. Поэтому их лучше использовать в супах-пюре, соусах или в качестве приправы.



Лучше выбирать только крепкие свежие плоды

Можно ли сушить червивые грибы? Отвечаем: наличие червяков в плодах не делает их ядовитыми. Хотя их появление в готовых блюдах может надолго отбить аппетит.

Но это не повод выбрасывать хороший плод. Есть несколько способов выгнать ползающих из ещё хорошего гриба. Для первого способа нужно замочить грибы в очень солёной воде на 3–4 часа, после чего все черви просто выползут. Второй способ – сушка. Под воздействием повышенных температур черви в срочном порядке покинут облюбованный гриб.

Как подготовить грибы для сушки?

1. Выберите плоды без каких-либо повреждений. Очистите их аккуратно с помощью ножа и нарежьте толщиной не более 10 мм.
2. Чтобы грибы высохли равномерно, не мойте их в воде.
3. Считается, что от металлических ножей грибы темнеют, поэтому лучше использовать керамические, костяные или роговые ножи.





Как сушить грибы?

1. **На солнце.** Грибы нужно надеть на нитки и повесить на солнечной стороне. Также их можно разложить на бумаге или противне и положить у окна. Плоды должны обязательно обдуться ветром. При идеальных условиях они высохнут через 3–4 дня.
2. **В русской печи.** Поставьте грибы в остывающую печь (~50 °С) на 3–4 часа. Они должны подвялиться и стать мягкими. В следующий раз поместите грибы в печь после топки, когда там будет примерно 80–90 °С. Их можно вынимать, когда они будут полностью сухими и ломкими.
3. **В духовке.** Выложите грибы на противень и поместите в разогретую до 70–80 °С духовку на три-пять часов. Необходимо включить режим конвекции или приоткрыть дверцу.
4. **В дегидрататоре.** Пожалуй, это самый простой способ сушки. Нужно лишь выложить подготовленные грибы на поддоны, выставить температуру ~40–50 °С и таймер на 10–12 часов.

Первые два способа сушки вообще не нуждаются в электроэнергии, но при этом требуют постоянного внимания. Духовка сушит грибы в разы быстрее, но потребляет много электричества и уничтожает все полезные микроэлементы высокими температурами. Дегидрататор же будет отличным помощником в доме. Он работает по принципу «загрузил – забыл». Воздух распространяется внутри него равномерно, что создаёт идеальные условия для сушки продуктов. Также в дегидрататоре можно готовить хлебцы, пастилу, мармелад и вкуснейшие специи.



ВКУСНЫЕ БЛЮДА ИЗ ГРИБОВ



Грибы нас преследуют круглый год: первые полгода с апреля-мая по октябрь-ноябрь в свежем виде, а в остальное время – засушенные, замороженные, замаринованные и завяленные.



ГРИБНАЯ ЗАКУСКА

Ингредиенты

Для закуски:

Шампиньоны	400 г
Соль	По вкусу
Мука	80–100 г
Масло растительное	Для жарки

Для соуса песто:

Оливковое масло	½ ст.
Вода	½ ст.
Лимонный сок	20–25 мл
Базилик	30–50 г
Пармезан	50–60 г
Чеснок	2 зубчика
Соль	½ ч. л.
Кедровые орехи	100 г

Приготовление

1. Нарежьте шампиньоны на ровные слайсы шириной 5–6 мм.
2. Посыпьте их солью, аккуратно перемешайте и оставьте на несколько минут.
3. Обваляйте каждый слайс в муке и обжаривайте на раскалённой сковороде до золотистой корочки с обеих сторон.
4. Измельчите в домашнем блендере орехи и чеснок. Затем добавьте базилик. Медленно влейте масло, воду и лимонный сок, не выключая блендер. Выложите соус в удобную миску и добавьте тёртый сыр.



ДОМАШНЯЯ ГРИБНАЯ ИКРА

Ингредиенты

Свежие грибы	1 кг
Морковь	200 г
Репчатый лук	1 головка
Чеснок	2 зубчика
Соль и перец	По вкусу
Масло растительное	Для жарки

Приготовление

1. Отварите грибы в подсоленной воде 35–40 минут.
2. Мелко нарежьте репчатый лук и обжарьте до золотистого цвета.
3. Натрите морковь на тёрке, пропустите чеснок через пресс. Добавьте на сковороду к луку и пассеруйте в течение 20 минут.
4. Варёные грибы измельчите в блендере до однородной массы.
5. Смешайте грибы с луком и морковью, добавьте соль и перец по желанию.
6. Для заготовки на зиму разложите готовую икру по стерилизованным банкам и плотно закройте крышкой.



🍄 КЛАССИЧЕСКИЙ ГРИБНОЙ КРЕМ-СУП

Не важно, готовите ли Вы суп с мясом или без него, добавляете зажарку или ограничиваетесь только овощами – грибы сделают любой суп вкусным и питательным. А аппетитные чесночные гренки только усилят его аромат.

Ингредиенты

Ломтики белого хлеба	2–3 шт.
Веганские сливки	200 мл
Питьевая вода	1 л
Грибы	400 г
Соль, перец, зелень	По вкусу
Картофель	1 шт.
Репчатый лук	1 шт.

Приготовление

1. Очищенный и мелко нарезанный лук обжарьте до золотистого цвета. Добавьте к нему мелко нарезанные грибы и обжаривайте всё вместе ещё 5–7 минут.
2. Очищенный картофель нарежьте кубиками и добавьте к зажарке. Готовую зажарку поместите в кастрюлю и варите до готовности картофеля.
3. Измельчите все ингредиенты в блендере до однородной массы, добавьте специи и сливки и перемешайте. В готовый суп добавьте гренки.

Домашние гренки для супа

Нарежьте на мелкие кубики белый хлеб и чеснок. Обжарьте на сковороде или запеките в духовке до появления корочки.



СЫРОЕДЧЕСКИЙ ГРИБНОЙ КРЕМ-СУП

Первое и самое популярное блюдо из грибов – это, конечно же, суп. Данный крем-суп является сыроедческим, что упрощает его приготовление. Необычное первое блюдо порадует Вас своим неповторимым вкусом.

Ингредиенты

Грибы	1½ ст.
Орехи	½ ст.
Чистая вода	1 ст.
Соль	¼ ч. л.

Приготовление

1. Хорошо промойте и подсушите грибы;
2. Поместите все ингредиенты в чашу мощного блендера и взбейте до однородной массы, стараясь не перегревать обрабатываемую массу выше 43–47 °С. Проще всего контролировать температуру с помощью бесконтактного инфракрасного пирометра.

🍄 ВЯЛЕННЫЕ ГРИБЫ

Очень вкусная и простая в приготовлении закуска на праздничный стол и не только. При подаче хрустящих вяленых грибов можно посыпать их мелко порезанной зеленью укропа и кольцами свежего репчатого лука, вымоченного в слабом уксусном растворе.



Ингредиенты

Грибы	10 шт.
Специи	По вкусу
Чеснок	4–5 зубчиков
Перец горошком	¼ ч. л.
Оливковое масло	Доверху

Приготовление

1. Подсушите грибы в дегидрататоре около 5 часов, пока они не станут мягкими.
2. Вместе со специями, чесноком и перцем поместите грибы в банку и залейте натуральным маслом, например, оливковым.
3. Спустя несколько дней подавайте к столу.

🍄 ГРИБНАЯ МУКА

Сушёные грибы сохраняют большинство полезных веществ и могут существенно разнообразить рацион. Особенно зимой, когда свежие продукты стоят недёшево, а чего-то вкусенького и грибного хочется. Поэтому предлагаем заготовить муку из высушенных грибов.



Приготовление

1. Делать её можно как из грибов одного вида, так и из грибного ассорти.
2. Сначала необходимо высушить грибы, а затем измельчить до мелкой фракции в блендере.

Обратите внимание! Грибная мука не является готовым к употреблению продуктом, поэтому её необходимо подвергать термической обработке!

Варианты использования

1. Вместо соли в первых и вторых блюдах.
2. В качестве усилителя вкуса. Если поэкспериментировать, можно открыть для себя множество различных вкусов, которые смогут разнообразить привычный рацион.
3. Как ароматизатор для масла, ликёра или уксуса.
4. Добавлять в блюда, чтобы увеличить их пищевую ценность.



БЛЮДА ИЗ СУШЁНЫХ ГРИБОВ



Сушёные грибы не менее вкусные и питательные, чем свежие. Грибы, высушенные в дегидрататоре на бережном режиме, не просто сохраняют, но и приумножают свои полезные свойства. В 1 кг дегидрированных грибов содержание белка в 2 раза больше, чем в 1 кг говядины или 3 кг рыбы. Ими можно заменить чипсы и сухарики или использовать в качестве полноценного перекуса. Грибы можно сушить как с приправами, так и без. Будьте внимательны: сушёные грибы очень калорийны: в 100 г содержится ~ 500 ккал.

Обратите внимание, что есть засушенные грибы без предварительной термической обработки ни в коем случае нельзя! Это чревато отравлениями. Исключениями являются:

- Белые грибы;
- Шампиньоны;
- Вешенки;
- Лисички;
- Трюфели.

Но только при учёте, что в их качестве Вы абсолютно не сомневаетесь.



КРЕМ-СУП ИЗ СУШЁНЫХ ГРИБОВ

Классический грибной крем-суп – максимально практичное решение для лесных плодов. Можно использовать как свежие грибы, так и замороженные, сушёные или даже грибной порошок, заготовленный ещё с лета. Сушёные грибы благодаря яркому вкусу и аромату могут существенно разнообразить рацион. Они делают блюда вкуснее, сытнее и полезнее, чем не может похвастаться большинство продуктов.

Ингредиенты

Бульон или вода	1 ст.
Сливки	1 ст.
Картофель	1–2 шт.
Лук среднего размера	1 шт.
Растительное масло	1 ч. л.
Сушёные грибы	½ ст.
Специи	По вкусу

Приготовление

1. Замочите грибы в холодной воде на несколько часов. Затем оставьте их настаиваться в воде или овощном бульоне ещё около часа. После чего поставьте на средний огонь.
2. Очистите картофель и нарежьте его кубиками. Добавьте к грибам и варите до кипения.
3. Очистите луковицу, нарежьте и обжарьте до золотистого цвета. Добавьте к остальным ингредиентам. Варите ещё около 5–7 минут. Добавьте сливки и специи.
4. Готовый суп слегка остудите, перелейте в блендер с большой чашей и измельчите до однородного состояния.



ГРИБНОЙ СОУС

Соус из лесных грибов — это прекрасное дополнение ко вторым блюдам и различным закускам. Грибную заправку подают к мясным и рыбным блюдам, к овощам, салатам, запеканкам. Соус с гарнирами — это особое, неповторимое сочетание. Грибы дополняют картофель, макароны и крупы. Если Вы любите грибы, то с вероятностью в 99% этот соус станет Вашим любимым.

Ингредиенты

Сушёные грибы	50 г
Вода	250 мл
Растительное молоко	250 мл
Мука	30 г
Кокосовое (сливочное) масло	30 г
Мускатный орех	1 щеп.
Молотый перец	1 щеп.
Соль	¼ ч. л.

Приготовление

1. Промойте и замочите сушёные грибы в холодной воде на несколько часов. Затем слейте воду.
2. Залейте свежей водой грибы и варите на слабом огне в течение 15–20 минут.
3. Смешайте масло и муку в кастрюле и поставьте на слабый огонь на 5–7 минут. Постоянно помешивайте.
4. Добавьте в чашу блендера варёные грибы с бульоном, кашницу из масла и муки и тёплое растительное молоко. Если у Вас профессиональный блендер, который во время длительного смешивания нагревает соус, измельчайте все ингредиенты в течение 3-х минут. В ином случае смешайте ингредиенты до однородной консистенции и перелейте соус в кастрюльку.
5. Поставьте её на слабый огонь и варите 3 минуты постоянно помешивая, добавьте все специи и перемешайте.



ГРИБНАЯ ПИЦЦЕТТА

Пиццетта — это маленькая пицца. Принцип приготовления точно такой же, как и у большой пиццы, разница лишь в форме и размере теста. Особенно популярна пиццетта в роли закусок. Небольшой размер позволяет приготовить много разных пицц с самым необычным наполнением. Мы предлагаем Вам лишь один из вариантов интересной итальянской закуски.

Ингредиенты

Для теста:

Пшеничная мука	2 ст.
Дрожжи	15 г
Сахар	1 щеп.
Соль	1 щеп.
Оливковое масло	3 ст. л.
Вода	120 мл

Для начинки:

Сухие грибы	½ ст.
Томатная паста	1 ст.
Твёрдый сыр	250 г
Лук	1 шт.
Чеснок	1 зубчик
Тимьян	По вкусу

Приготовление

1. Замочите грибы в воде на несколько часов.
2. Смешайте в большой миске соль, сахар и дрожжи. Добавьте тёплую воду и 4 ст. л. муки. Перемешайте, накройте полотенцем и оставьте в тепле на 15 минут. Добавьте масло и оставшуюся муку. Замешайте тесто. Снова накройте его полотенцем и поставьте в тёплое место на 40 минут. Разделите тесто на 12 равных частей, присыпьте мукой и раскатайте каждую по отдельности до необходимого размера будущих пиццетт.
3. Тушите грибы на слабом огне в течение 20 минут.
4. Смажьте каждую заготовку соусом или томатной пастой. Выложите на неё порезанный лук, грибы, сверху посыпьте тёртым сыром.
5. Противень с пиццеттами поместите в разогретую до 200 °С духовку. Выпекайте в течение 7 минут.



КУЛИНАРНЫЕ ПОРОШКИ ИЗ ГРИБОВ



Кулинарные порошки – популярные приправы, которые позволяют отказаться от магазинных добавок. Большинство из них является натуральной заменой соли в рационе.

Приверженцы здорового образа жизни стараются избегать «белой смерти», так как она задерживает воду в организме, способствует ожирению и повышает артериальное давление. Порошки помогают заменить соль натуральными добавками без потери вкусовых качеств.

Сушёные грибы имеют ярко выраженный вкус и аромат. Благодаря этому продукт расходуется экономнее, а окружающим не приходится вылавливать из блюда нелюбимые ингредиенты. Это отличная замена свежим продуктам, которые не нужно мыть и нарезать. Такие добавки содержат только натуральные полезные ингредиенты. Они будут особенно актуальны после наступления холодов, когда свежих продуктов без химической обработки практически не найти.

Грибной порошок – простая альтернатива свежим грибам. Такая специя экономит время на сбор и обработку плодов, даёт больше вкуса и аромата и положительно влияет на работу сердечно-сосудистой и центральной нервной систем. При измельчении грибов разрушаются плохо перевариваемые плёнки грубых волокон, за счёт чего они лучше усваиваются в организме и раскрывают свой вкус и аромат.

Сушка грибов

Чтобы свежие грибы превратить в порошок, их необходимо предварительно высушить, а затем измельчить. Мы воспользовались дегидратором для овощей и фруктов от компании Arzia.

1. Грибы нельзя мыть, так как они хорошо впитывают влагу и растягивают время сушки на несколько дней. Поэтому их лучше просто очистить щёточкой от налипшей грязи.
2. Затем нарежьте продукты на слайсы одинаковой толщины, чтобы они равномерно просушивались, и загрузите в дегидратор. При работе с влажными ингредиентами рекомендуется использовать силиконовые листы для сушки. Так будет легче снимать готовый продукт.
3. Грибы были готовы спустя 12 часов сушки при температуре 68 °С.



Измельчение грибов

Далее сушёные продукты необходимо измельчить. С этим прекрасно справится обычный бытовой блендер.

1. Для измельчения небольшого количества домашних специй достаточно мини-блендера со стаканом из закалённого стекла, который не будет окрашиваться от ярких порошков и впитывать резкие запахи.
2. Чтобы приготовить большое количество порошков или смешать несколько разных ингредиентов, лучше воспользоваться мощным блендером с вместительной чашей.

Отличным подспорьем на кухне станут различные добавки на основе Ваших любимых ингредиентов: засушить и измельчить можно чеснок, сельдерей, любую зелень, морковь и даже свежие огурцы, не подвергая подобные продукты предварительной термической обработке.

Грибные же порошки часто используются для приготовления различных соусов. Их достаточно растворить в воде в соотношении 1:2 или 1:3 и дать настояться в течение 15–20 минут, а после довести до кипения, периодически помешивая. Порошки также применяются для приготовления супов, так как, растворяясь в воде, они создают насыщенный и питательный бульон. Но помните, что без термической обработки грибные порошки употреблять в пищу крайне не рекомендуется во избежание отравления!





Преимущества и недостатки сушки на зиму

Плюсы:

- Сушёные овощи и фрукты сохраняют 60–80% полезных веществ;
- Во время сушки продукты в разы уменьшаются в размерах и занимают меньше места при хранении, особенно если измельчить их в блендере до состояния порошка;
- Всё, что непригодно для закаток, можно засушить, например, дикорастущие травы;
- Такие продукты дольше хранятся;
- Можно сразу употреблять в пищу.

Минусы:

- 100 г сухофруктов почти в 5 раз калорийнее, чем 100 г свежих плодов, так как в процессе сушки из фрукта удаляется вода, оставляя сахар;
- Необходимо соблюдать строгие правила хранения, т. к. влага, жара и холод способствуют распространению плесени и микробов;
- Некоторые продукты меняют вкус.



А как Вы сохраняете свой урожай? Оставьте свой ответ в комментариях под роликом на YouTube! Подпишитесь на канал «Все Соки», если наше видео Вам понравилось.



[Посмотреть ролик](#)



ВЫРАЩИВАНИЕ ЧАЙНОГО ГРИБА В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Чайный гриб – это одна из разновидностей симбиоза дрожжей и бактерий. С его помощью изготавливается напиток под названием «чайный квас». Считается, что чайный гриб зародился в Китае. После Первой мировой войны стал распространяться повсюду. Особую популярность он приобрёл в СССР из-за отсутствия прохладительных напитков на прилавках магазинов и доступных лекарственных средств. С тех пор его часто используют в нетрадиционной медицине как эликсир здоровья и бессмертия, однако лекарственный эффект всё ещё не доказан.

Сторонники народной медицины утверждают: чайный гриб помогает поддерживать микрофлору кишечника. В то же время врачи предупреждают: из-за высокой кислотности этот напиток может ухудшить течение заболеваний ЖКТ. В любом случае, не стоит использовать этот освежающий напиток вместо реальных лекарств.

Чайный гриб выглядит как скользкая слоистая лепёшка желтоватого или коричневатого цвета. Она может быть разных размеров, так как в процессе гриб становится больше и толще. Во время «роста» гриба, микроорганизмы вырабатывают множество соединений, в том числе и уксусную кислоту. Благодаря этому напиток становится газированным, кисловатым и похожим на квас.

Сегодня старомодный чайный гриб превратился в популярный напиток Комбуча – суперфуд, который настаивается на красном и зелёном чае, в него также добавляют овощи и фрукты. Комбучу продают в маленьких порционных бутылочках, отправляют в космос, подают в лаундж-зоне для баскетболистов в Калифорнии. Нутриционисты хором твердят, что пора переходить с вредных газировок на этот суперполезный напиток. А некоторые спортсмены считают символом своего успеха напиток из чайного гриба. По их мнению это «секретное оружие» восстанавливает водно-электролитный баланс организма не хуже изотоников.

☞ ЧАЙНЫЙ ГРИБ С НУЛЯ ИЛИ ПЕРВИЧНАЯ ФЕРМЕНТАЦИЯ



Ингредиенты

Вода	0,5 л
Чай гранулированный	5–6 ч. л.
Сахарный песок	5–7 ст. л.

Приготовление

1. Заварите крепкий чай: в 0,5 литра воды добавьте 5–6 ч. л. чайной заварки и 5–7 ст. л. сахарного песка. Чай должен настояться в течение 15–20 минут.
2. Процедите напиток и остудите.
3. Перелейте его в большую ёмкость, накройте её куском марли или хлопчатобумажной ткани и поставьте в светлое место с температурой 23–25 °С.

Как правильно разделить чайный гриб?

До формирования гриба банку перемещать нельзя.

После двух недель от банки будет исходить уксусный запах. Это сигнализирует о том, что ферментация протекает успешно. Спустя ещё неделю на поверхности появится плёнка, которая будет постепенно утолщаться и уплотняться. Когда её толщина достигнет 1–2 мм, замените всю жидкость на сладкий холодный чай. Если этого не сделать, то в скором времени он начнёт плавать на поверхности, а «материнский» слой упадёт на дно.

Резать поперёк чайный гриб нельзя. Как и разрывать или принудительно расслаивать. Любое вмешательство в естественный рост может погубить гриб.

Если чайный гриб утонул

Спустя три часа после этого он должен подняться снова. И это нормально. Допустимо, если он не поднимается до трёх дней. Медузомицет просто болеет и ему нужен покой. Но если спустя три дня он так и не всплыл, самое время бить тревогу.

Возможные причины потопления гриба:

1. Нарушены правила ухода (например, промывали водой из-под крана, заливали ледяной водой или кипятком, слишком долго не меняли настой, содержали «чайную медузу» в грязной банке);
2. Нарушен микроклимат в комнате (гриб должен стоять в тёплом помещении, на него не должны попадать прямые солнечные лучи);
3. Деформирован во время разделения.



Как ухаживать за чайным грибом?

1. Содержать его только в стеклянной таре объёмом не менее 2-х литров;
2. Избегать попадания прямых солнечных лучей, сквозняка и холода;
3. Низкая температура (ниже 17 °С) может поспособствовать образованию дополнительных микроорганизмов;
4. Накрывать банку нужно только марлей или хлопчатобумажной тканью;
5. Нельзя сыпать сахар и чайники на тело гриба. Это провоцирует появление на нём серьёзных ожогов;
6. Регулярно промывать гриб в питьевой воде;
7. Регулярно менять воду.

☞ ЧАЙНЫЙ ГРИБ С ДОБАВКАМИ ИЛИ ВТОРИЧНАЯ ФЕРМЕНТАЦИЯ



Ингредиенты

Чайный гриб
Фрукты
Ягоды
Ароматизаторы

Приготовление

1. Процедите напиток;
2. Фрукты, ягоды или ароматизаторы разложите по ёмкостям и залейте комбучей, оставляя 5–7 см от края тары для брожения;
3. Плотнo закройте ёмкость;
4. Оставьте при комнатной температуре на 2–3 дня.



ТЕХНИКА ДЛЯ ОБРАБОТКИ ГРИБОВ

Чтобы не испортить грибы и не потратить на их подготовку слишком много времени, следуйте следующим советам:

1. **Сортировка.** Способ приготовления грибов зависит от их вида. Например, пластинчатые и лисичковые после сушки чаще всего обретают лёгкую горчинку, поэтому их вкуснее засаливать. В связи с этим рекомендуется предварительно отсортировать все собранные грибы;
2. **Чистка от мусора.** Мелкие веточки и листья могут налипнуть на грибы. Их необходимо аккуратно снять с помощью ножа или чистой сухой тряпкой. Особое внимание следует уделить пластинкам – в них могут прятаться насекомые;
3. **Чистка ножом.** Сильно загрязнённые, тёмные или повреждённые участки гриба можно срезать ножом. Также рекомендуется счищать слизь со шляпок сыроежек, маслят и других пластинчатых видов грибов;
4. **Мытьё.** Многие грибы, особенно трубчатые, очень сильно впитывают влагу. Поэтому мыть их перед сушкой или жаркой не рекомендуется. В первом случае сушка затянется, во втором – грибы, скорее, будут тушиться, а не обжариваться до золотистой корочки, что точно поменяет вкус планируемого блюда. Поэтому, если не планируете сушить грибочки, просто обдайте их чистой холодной водой и откиньте на дуршлаг;
5. **Вымачивание.** С помощью вымачивания можно убрать лишнюю горечь и соль из грибов. Замачивать их лучше на несколько часов, периодически меняя при этом воду на чистую, чтобы не накапливать в ней вредных веществ;
6. **Нарезка.** Небольшие грибы нарезать необязательно – они легко приготовятся целиком. У особо крупных же следует отделить ножки от шляпок. Ножки режутся на кольца диаметром не более 5 мм, а шляпки – просто на ровные части.

ДЕГИДРАТОР L'EQUIP IR D5

«Умная» сушилка от южнокорейского бренда Леквип сама определяет количество влаги в продуктах и предлагает пользователю оптимальный режим для её удаления. Датчики контролируют процесс и отключают прибор, когда уровень жидкости в ингредиентах приближается к нулевой отметке, чтобы при этом не пересушивать их.

Прибор имеет дополнительный инфракрасный излучатель, который значительно расширяет возможности осуществления действительно бережной и качественной сушки самых разнообразных овощей, фруктов, ягод, грибов, зелени, мяса, рыбы, орехов и т. д.



- ☞ Технология инфракрасной сушки
- ☞ Интуитивно понятное управление
- ☞ 5 лотков площадью для сушки 0,54 м²
- ☞ Современный и стильный дизайн



ДЕГИДРАТОР L'EQUIP

LD-918BT

Lequip LD-918BT работает в широком диапазоне температур – от 35 до 70 °С. Это позволяет, с одной стороны, готовить сыроедческие блюда, с другой, – вялить мясо. Высокоточные термодатчики поддерживают одинаковую степень тепла и не допускают перегрева продуктов в процессе дегидратации. Это позволяет готовить из фруктов и овощей полезные сушёные закуски, в которых сохраняются все витамины и микроэлементы.

L'equip LD-918BT комплектуется дополнительными аксессуарами – четырьмя ёмкостями для йогурта и двумя силиконовыми листами для сушки жидких или сочных продуктов. Благодаря этому в дегидрататоре можно делать питательные снеки и полезные десерты.



- ☞ Диапазон температур – от 35 до 70 °С
- ☞ Низкий уровень шума
- ☞ 4 обычных и 2 расширенных лотка
- ☞ Дополнительно 4 ёмкости для йогурта



[Подробнее](#)

БЛЕНДЕР L'EQUIP BS5

Стильный корейский блендер L'equip BS5 с возможностью регулировки скорости смешивания продуктов и функцией «Импульс» для дробления твёрдых ингредиентов – это профессиональный измельчитель для домашней кухни.

Блок ножей в BS5 Cube уникален: он состоит 8 лезвий, 2 из которых направлены вниз для измельчения продукта, 2 – вверх для создания воронки и затягивания ингредиентов к ножам и 4 в форме крестовины, измельчающей продукты и улучшающей смешивание. Это позволяет с лёгкостью измельчать овощи в свежем, отварном или даже подмороженном виде, фрукты, грибы, ягоды, кору, лёд, специи, орехи, а также приготовления муки, ореховых паст, различных соусов, горячих крем-супов и многих других блюд.



- ❧ Домашний блендер мощностью 2000 Вт
- ❧ Скорость до 25000 об/мин
- ❧ Вместительная чаша объёмом 1,8 л
- ❧ Ножи из японской нержавеющей стали



Подробнее

ДЕГИДРАТОР ARZIA D01

Дегидратор Arzia D01 – это отличный вариант для сушки грибов, овощей, фруктов и орехов. В многофункциональной сушилке также можно вялить мясо и рыбу, ферментировать напитки и соусы, а также готовить пастилу, батончики и хлебцы.

Современный дегидратор оснащён сенсорной панелью управления с автоматическими программами. Просто выберите нужный режим и аппарат сделает всё за вас.

Стильный дегидратор будет одинаково полезен дома, в кафе, ресторане или магазине здорового питания. Благодаря небольшим габаритам, он прекрасно разместится даже на небольшой кухне.



- ☞ Равномерный горизонтальный обдув
- ☞ 10 специальных режимов
- ☞ До 48 часов непрерывной сушки
- ☞ Вмещает до 3,5 кг продуктов



ДЕГИДРАТОР TRIBEST SEDONA SUPREME SDC-S101

Tribest Sedona Supreme SDC-S101 – это стильный и простой в использовании горизонтальный дегидратор для бизнеса. С помощью коммерческой сушилки можно изготавливать внушительные объёмы сушёных яблочных колец, банановых чипсов, сыродеческих хлебцев, злаковых батончиков, фруктовой пастилы, грибов и ягод, снеков из мяса и рыбы.

Благодаря регулируемым настройкам режимов сушки и возможности установки точной температуры дегидратор Supreme станет Вашим незаменимым помощником в ежедневной дегидрации продуктов. Сушилка отличается большой площадью сушки, объёмом сушильной камеры (36,7 л), низким уровнем шума и длительным сроком службы.



- ☞ Функция непрерывной работы до 120 ч
- ☞ Цифровое управление
- ☞ 9 лотков площадью для сушки 1,13 м²
- ☞ Готов для коммерческой эксплуатации



[Подробнее](#)

БЛЕНДЕР ARZIA

BS4

Arzia BS4 – мощный блендер, созданный для тех, кто ценит скорость и комфорт. Аппарат идеально подходит для приготовления охлаждающих коктейлей, смузи, соусов, супов и детского питания. Блендер качественно измельчает продукты и доводит смеси до однородной консистенции. Острые ножи справляются с кофейными зёрнами, семенами, орехами, сушёными грибами и травами.

Блендер Arzia BS4 оснащён специальными автопрограммами для приготовления разных блюд. С помощью аппарата можно быстро измельчить сушёные грибы для приправы, а также приготовить нежный крем-суп из лесных грибов и шампиньонов.



- ❧ Вместительная чаша до двух литров
- ❧ 6 специальных режимов
- ❧ Сенсорная панель управления
- ❧ Качественные и надёжные материалы



Подробнее

БЛЕНДЕР TRIBEST

PERSONAL BLENDER GLASS PBG-5050

Tribest PBG-5050 – это персональный блендер, предназначенный для приготовления смузи, джемов, измельчения кофе и круп. Характерными особенностями модели являются стеклянный кувшин объёмом 720 мл с удобной ручкой и возможность смешивать небольшие порции в стаканах на 240 и 480 мл, входящих в комплект.

Блендер изготовлен из качественных материалов. Все ёмкости выполнены из закалённого стекла, что делает их очень прочными. Можно отдельно докупить чашу на 1200 мл с вакууматором. Внутренние поверхности крышек сделаны из безопасного силикона, а крышки из BPA-free пластика. Блок ножей изготовлен из японской нержавеющей стали.



- ☞ Компактный и лёгкий
- ☞ Скорость вращения до 20000 об/мин
- ☞ 3 стакана разного объёма в комплекте
- ☞ Удобное управление



[Подробнее](#)

БЛЕНДЕР BLENDTEC CLASSIC 575

Американский блендер Blendtec Classic 575 объединяет в себе мощность коммерческого блендера, поразительную надёжность и многофункциональность. Прибор способен измельчать самые сложные ингредиенты, включая орехи и лёд, а уникальная квадратная конструкция чаши с широким основанием позволяет обрабатывать максимум продуктов без остатков на стенках.

Высочайшее качество американских блендеров Blendtec подтверждается невероятной 8-летней гарантией на домашнее использование и 1 годом для коммерции.

Совместим с чашами Blendtec для обработки самых разнообразных продуктов – от смузи до ореховой пасты.



- ❧ Беспрецедентная гарантия
- ❧ Уникальные ножи-молоты
- ❧ Запатентованная форма кувшина
- ❧ Подходит для коммерческих целей



Подробнее

БЛЕНДЕР BLENDTEC PROFESSIONAL 800

Профессиональный блендер Professional 800 от Blendtec обладает мощностью 1800 Вт и современной сенсорной панелью управления с 11-ступенчатой регулировкой скорости. Аппарат является не только одним из самых производительных стационарных приборов на рынке, но и одним из самых тихих благодаря специальному шумо- и виброизолирующему колпаку.

С кувшином ёмкостью в 1100 мл и 6 запрограммированными рецептами приготовление разнообразных напитков и блюд становится ещё проще – в Professional 800 легко смешать как фруктовые смузи, так и густые и горячие овощные супы.

Гарантия составляет 10 лет! И 1 год коммерческой.



- ⌚ Гарантия на все узлы – 10 лет
- ⌚ Революционный блок ножей-молотов
- ⌚ Шумоизоляция и гашение вибраций
- ⌚ 6 автоматических режимов



[Подробнее](#)

МИНИ-БЛЕНДЕР ARZIA BS3

Мини-блендер Arzia BS3 подойдёт всем, кто ведёт здоровый или активный образ жизни. Небольшой блендер легко поместится в рюкзак и походную сумку, благодаря чему вы всегда сможете перевозить аппарат с собой, чтобы готовить вкусные напитки, смузи, супы и детское питание.

Измельчает кофе, орехи, семена, сушёные грибы и травы.



- ☞ Стаканы 500 и 700 мл и 2 крышки
- ☞ Скорость вращения до 20000 об/мин
- ☞ Максимально простое управление
- ☞ Удобно брать напитки с собой



Подробнее



 vk.com/vsesoki

 instagram.com/vsesoki*

 ok.ru/vsesoki

 youtube.com/vsesoki

*деятельность социальной сети в России запрещена



vsesoki.ru
2025