



Podstawowe zasady bezpiecznego grzybobrania

1. Należy zbierać wyłącznie te grzyby, co do których nie mamy jakichkolwiek wątpliwości, że są jadalne (warto korzystać z atlasów).
2. Początkujący grzybiarze powinni zbierać wyłącznie grzyby rurkowe, ponieważ w tej grupie nie ma grzybów śmiertelnie trujących i jest dużo mniejsze ryzyko zatrucia.
3. Należy zbierać wyłącznie grzyby wyrosnięte i dobrze wykształcone, gdyż młode owocniki, bez wykształconych cech danego gatunku są najczęściej przyczyną tragicznych pomyłek. Nie należy zbierać grzybów "starych" i zepsutych.
4. Nie należy zbierać grzybów w okolicach o skupisku odpadów tj. przy zakładach produkcyjnych, jak również rosnących w rowach lub na skraju lasu, przy drogach o dużym natężeniu ruchu - grzyby wchłaniają ze swego otoczenia metale ciężkie i inne zanieczyszczenia.
6. Zbierać grzyby w przewiewne koszyki, w żadnym przypadku w reklamówki foliowe, bo powoduje to zaparzenie i przyspiesza psucie grzybów, nie przechowywać świeżych grzybów ani potraw z grzybów zbyt długo.
7. Nie należy zbierać i niszczyć grzybów niejadalnych i trujących, gdyż wiele z tych gatunków jest pod ochroną i stanowią one część ekosystemu.
8. Unikać błędnych metod rozpoznawania gatunków trujących (zabarwienie cebuli podczas gotowania, ciemnienie srebrnej łyżeczki, gorzki smak – gatunki śmiertelnie trujące np. muchomor sromotnikowy, muchomor jadowity mają przyjemny, słodkawy smak).
9. Nie podawać grzybów małym dzieciom, z jedzenia grzybów powinny zrezygnować osoby mające kłopoty z układem pokarmowym.
10. W razie wątpliwości czy zebrane grzyby są trujące czy jadalne, można skorzystać z bezpłatnej porady w stacjach sanitarno – epidemiologicznych.

UWAGA!

Pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno – Epidemiologicznej w Kołobrzegu udzielają jedynie porad edukacyjnych w zakresie rozpoznawania gatunków grzybów.

Postępowanie w przypadku wystąpienia dolegliwości po spożyciu grzybów

W przypadku wystąpienia nudności, bólów brzucha, biegunki, podwyższonej temperatury, po spożyciu grzybów, należy wywołać wymioty i jak najszybciej zgłosić się do lekarza. Pamiętajmy, że przy zatruciach muchomorem sromotnikowym występuje faza pozornej poprawy, po której stan chorego gwałtownie się pogarsza. Wezwany w porę lekarz może uratować mu życie.



Grzyby świeże, rosnące w warunkach naturalnych oraz grzyby suszone pozyskiwane z grzybów rosnących w warunkach naturalnych, mogą być oferowane konsumentowi finalnemu:

1. wyłącznie w placówkach handlowych lub na targowiskach;
2. pod warunkiem uzyskania atestu na grzyby świeże lub atestu na grzyby suszone.

Zakłady żywienia zbiorowego mogą używać do przygotowywania potraw, grzybów, jeżeli grzyby te posiadają odpowiednie atesty.

Wykaz grzybów dopuszczonych do obrotu lub produkcji przetworów grzybowych oraz środków spożywczych zawierających w swoim składzie grzyby zawarty jest w załączniku nr 1

Rozporządzenia ministra zdrowia z dnia 17 maja 2011r. w sprawie grzybów dopuszczonych do obrotu lub produkcji przetworów grzybowych, środków spożywczych zawierających grzyby oraz uprawnień klasyfikatora grzybów i grzyboznawcy (Dz. U. z 2011r. Nr 115, poz. 672 z późn. zm.):

1. bocznik ostrygowaty



2. borowik szlachetny (prawdziwek wszystkie odmiany)



3. czubajka kania



4. gaska zielonka (zielona)



5. kolczak obłączasty



6. koźlarz babka (wszystkie odmiany)



7. koźlarz czerwony (wszystkie odmiany)



8. koźlarz grabowy



9. lejkowiec dęty



13. lejkówka wonna



14. łuskiak nameko



15. łuszczak zmienny - pochodzący wyłącznie z uprawy



16. maślak pstry



17. maślak sitarz



18. maślak ziarnisty



19. maślak zwyczajny



20. maślak żółty



21. mleczaj późnojesienny (jodłowy)



22. mleczaj rydz



23. mleczaj smaczny



24. mleczaj świerkowy



25. opieńka miodowa



26. piaskowiec kasztanowaty



27. piaskowiec modrzak



28. pieczarka dwuzarodnikowa (ogrodowa) - z wyjątkiem zbyt młodych egzemplarzy ze stanu naturalnego, których blaszki jeszcze nie poróżwiały;



29. pieczarka lśniąca - z wyjątkiem zbyt młodych egzemplarzy ze stanu naturalnego, których blaszki jeszcze nie poróżwiały;



30. pieczarka polna - z wyjątkiem zbyt młodych egzemplarzy ze stanu naturalnego, których blaszki jeszcze nie poróżwiały;



31. pieczarka miejska (szlachetna) - z wyjątkiem zbyt młodych egzemplarzy ze stanu naturalnego, których blaszki jeszcze nie poróżwiały;



32. pieczarka zaroślowa - z wyjątkiem zbyt młodych egzemplarzy ze stanu naturalnego, których blaszki jeszcze nie poróżwiały;



33. pieprznik jadalny (kurka)



34. płachetka kołpakowata



35. pochwiak wielkopochwowy (pochwiasty)



36. podgrzybek brunatny



37. podgrzybek zajęczek



38. podgrzybek złotawy



39. trufla czarnozarodnikowa



40. trufla letnia



41. trufla zimowa



42. trzęsak morszczynowaty



43. twardziak (Shii-take)



44. twardzioszek przydrożny



45. ucho bzowe



46. uszak gęstowłosy (grzyby mun)

