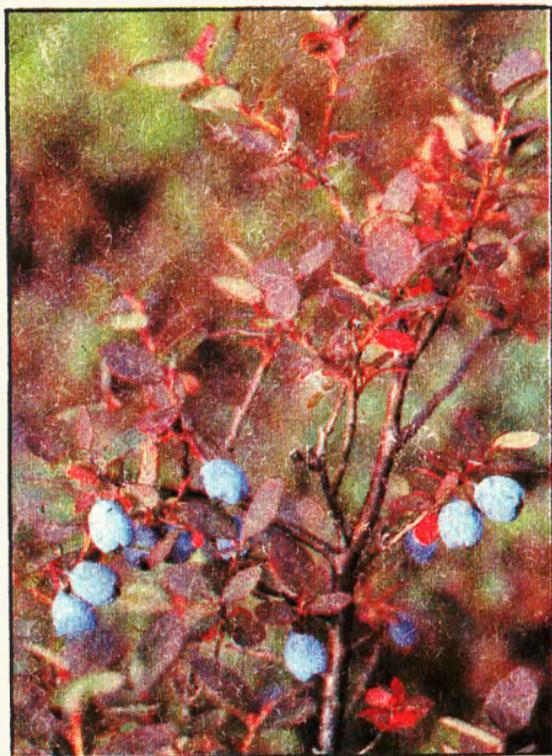


А. Стружков  
**Лесная  
скатерть ~  
самобранка**



А. Стряжев

Лесная  
скатерть ~  
самобранка



Москва  
Издательство „Знание“  
1992

ББК 42.35  
С85

**СТРИЖЕВ Александр Николаевич** — ученый-агроном. Известен читателям как фенолог и популяризатор естественнонаучных знаний. Автор ряда книг, многие из которых полюбились читателям и были переизданы, как, например, «Календарь русской природы», «Лесные травы», «Открытая книга леса», «Ваш урожайный участок».

Редактор *ФЕОКТИСТОВА Н. И.*

**Стрижев А. Н.**

С85 **Лесная скатерть-самобранка.** — М.: Знание, 1992. — 224 с. — (Естественнонаучный фак.).

ISBN 5-07-002299-7

Дары природы — исконное подспорье к нашему столу, особенно в современных экономических условиях. Дикорастущие ягоды — брусника, черника, ежевика, малина, калина и другие — любимое лакомство людей всех возрастов. Плоды боярышника, шиповника, рябины тоже довольно популярны среди населения. Менее известны, но не менее полезны съедобные травы — крапива, щавель, сныть. Весьма приятны на вкус чай Берендея — заварки, принесенные с опушки и пригорков. Кладовая природы богата, и знатоки разумно пользуются ее дарами.

Книга окажет пользу всем, кто ценит свое здоровье.

С  $\frac{3901000000-014}{073(02)-92}$  4—92

ББК 42.35

ISBN 5-07-002299-7

© Стрижев А. Н., 1992 г.

# Ягодное раздолье

## Земляника

Она любит солнечные опушки, светлые вырубки и поляны. Попадается и в редколесье, куда проникает зной. Заветный гостинец Берендея раскидывается плотными зарослями у подножия вековых деревьев. Спрашивай адрес земляники еще у муравейников, они, как и наша травка, располагаются на сухих землях да на легком солнышке. Ярким летним полднем с пригретых лесных луговин веет сладким ягодным духом, пряной испариной свежей земляничной листвы. Эта пора и есть лучшая в году — зенит лета.

Недолог земляничный сезон, ягода держится всего каких-нибудь три-четыре недели. Успеть насладиться ею, а при случае и заготовить хоть немного впрок — все равно что вовремя позаботиться о своем здоровье. Ведь земляника целебна, природа щедро наделила ее ягоды питательными и живительными веществами. Да и продукт этот для человека — изначальный: известен людям с глубочайшей древности. Так, семена земляники находят в постройках каменного века. А уж как вкусна красная ягода — знает всякий! На лесной скатерти-самобранке у нее поистине нет соперниц. Знать, потому-то при слове



Рябина

Бузина

Ирга

Моршкa

Голубика

Брусника

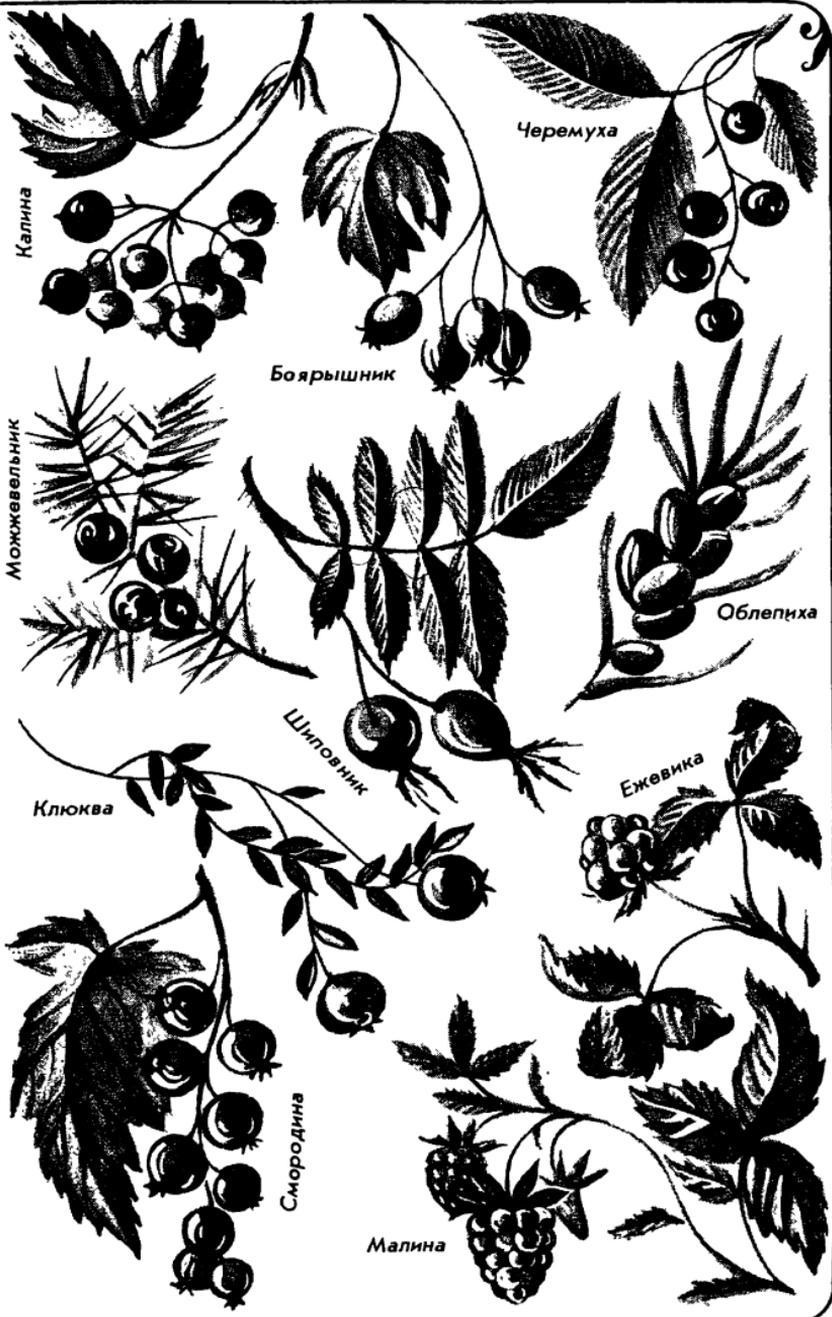
Черника

Толокнянка

Княженикa

Земляника

Костяника



Калина

Черемуха

Боярышник

Можжевельник

Облепиха

Шиповник

Ежевика

Клюква

Смородина

Малина

«ягода» первым возникает образ земляники. Кстати, во многих местных говорах она и величается этим словом. Приглашая в лес, скажут: «Пошли по ягоду, земляницы что-то захотелось»...

Тройчатые прикорневые листья на длинных черешках, скученные белые цветки, приподнятые на стебельке, — этот майский облик земляники весьма запоминающ. Цветет растение недолго, опавшие лепестки сразу же обнажают мелкую зеленую завязь. Но вот световой день достиг предельной долготы, наступила жара, и завязь разрослась в мягкую, румяную ягоду, легко снимаемую с плодоножки. Брать землянику надо утром после схода росы или ближе к вечеру, когда спадает зной, так как ягоды, собранные при утренней росе, раскисают, а снятые в полдневный зной — быстро вянут. Отправляются за земляникой с небольшим лукошком или берестяным туеском. Берут только спелые, вполне съедобные ягоды.

Необыкновенно богата земляника важными питательными и лекарственными веществами. В ее сахаристых ягодах обнаружены ценные кислоты (яблочная, лимонная и фолиевая), а также витамины, дубители, летучие масла, марганец. Целебные свойства ягод известны давно. Свежий сок из них, применяемый натошак по 4—6 столовых ложек, хорошо помогает при камнях в почках и желчном пузыре. Водный настой из свежей или сухой земляники избавляет от кишечных недомоганий, в частности, приостанавливает воспаления желудочно-кишечного тракта, а значит, необходим при гастритах и колитах. Применяется он и как мочегонное средство. Готовить лечебный настой просто: две столовые ложки сухих ягод заваривают стаканом кипятка; процеженный настой употребляют в два приема.

Ягоды земляники — испытанное средство для выведения экземы. Для этого к больному месту прикладывают толстый слой растертой спелой земляники, нанесенной на чистую льняную тряпку. Такое прикладывание уже в первые три-четыре дня очищает экзему от струпьев и даже несколько подсушивает ее. Затем пользуются земляничными примочками, которые, по народному выражению, вытягивают жар. Окончательно залечивают экзему мазями.

Избавляются с помощью земляники еще от веснушек и угрей. Поступают как в прежнем случае: к коже надо прикладывать тряпочку, смазанную ягодной кашцей. Очищают лицо и с помощью маски, приготовленной из смеси земляничного сока с яичным белком (на чайную ложку сока берут один белок).

В старинных сведениях об этой траве упоминается, что ягодами можно изгнать солитера. Указывался даже рецепт. Больному предписывалось сперва поесть селедки с луком, потом взяться за спелую землянику. Кишечный паразит будто бы не выдерживает такой диеты хозяина. Этим же угощением, хотя и в меньшем объеме, освобождались от круглых глистов, власоглавов и остриц.

Лесная земляника поправляет здоровье и тем, у кого упадок сил или общая слабость после хвори. Она одинаково полезна как молодым, так и старым, но всего благотворнее, конечно, для детей. Вот почему зеленым летом важно, чтобы ребята сами ходили по ягоду, ведь даже небогатый лес не отпускает искателей без душистого подарка. Несколько горсточек ягод окажутся весьма кстати для растущего организма.

А теперь о земляничной траве. Так получилось, что многие люди находят прок лишь в яго-

дах. Но и листья, оказывается, очень и очень полезны. Вот несколько тому примеров. Отвар из сушеных земляничных листьев (3 грамма листьев на 2 стакана кипятка) помогает при желчно-каменной болезни, гастрите, бронхиальной астме, бессоннице, ночных потах; улучшает пищеварение и аппетит. Пьют его маленькими глотками. Молодые сушеные листья вполне могут заменять заварку, по отзывам знатоков, земляничный чай и вкусен, и ароматен. Напар из листьев — хорошее наружное средство от нагноений и язв, применяют его также при сыпях, прыщах, лишаях и золотухе.

Рвут листья в пору цветения травы. Сушат на чердаках с жестяной крышей или под хорошо продуваемым навесом. Расстилают листья на материи тонким слоем, иначе сушка затянется даже при частом перемешивании. Готовое сырье состоит из голубовато-зеленых пластинок без черешков (их отрывают еще при сборе). Запах сухой травы слабый, вкус ее — вяжущий. Хранят листья в деревянном ящике, выложенном изнутри бумагой. Для сушеных ягод подходящей будет жестяная коробка.

Интересно, что до широкого распространения крупноплодных земляник садоводы охотно занимались разведением диких форм этой ягоды. Было известно не менее тридцати сортов, отобранных в естественном произрастании. Некоторые из них отличались непрерывным плодоношением в течение всего лета. Кроме лесной земляники, особым почетом пользуется мускатная клубника. Растет она среди высоких луговых трав и под пологом леса. Отличить эти два вида диких земляник легко: кустики клубники более рослые, ягоды крупные и круглые — клубочками, чаще всего зеленовато-белые и голяко с одного бока

краснеющие. У лесной, или, как ее раньше называли, месячной, земляники ягоды продолговатые, поспевают дружно, окрашиваются сплошь, мелкие желтоватые семена ее выступают из мякоти плода.

Может быть, неплохо снова пустить жилищ опушек и лугов в сад, уступив им там одну-две грядки? Эти травы одомашнивают делением куста или же с помощью так называемых усов и, конечно, семенами. Получают семена от переспелых отборной величины ягод. Для этого их давят на тарелке и сушат мякоть на воздухе до тех пор, пока от нее не отделятся семена. Полагают, что на семена лучше брать ягоды августовского сбора, хотя и высевают их лишь следующей весной. Чтобы успешно вырастить сеянцы земляники в то же лето, берут ягоды раннего сбора, июньского.

Почву под посев отводят бросовую, памятуя только о требовательности лесной земляники к свету и относительной сухости почвы, а клубники — к условиям противоположным. Высеянные на разделанную почву семена слегка присыпают землей, перемешанной с песком, затем поливают из лейки с ситечком. Прорастают семена недели через две-три, причем не одновременно. При весеннем высеве у сеянцев в тот же год появляются цветоножки, которые надо обрывать, иначе ослабят растение. Урожай будет на другое лето. Куст, перенесенный из леса весной, плодоносит в тот же год. Держат кустики года четыре, затем ягодник сбновляют, в противном случае плодоношение резко сбавится.

Рассказывая о том, как хороша земляника, заметим, однако, что не все могут безнаказанно ею наслаждаться. У некоторых людей эта ягода вызывает «крапивницу»: кожа покрывается сыпью,

а то и волдырями, ощущается зуд, головокружение и позывы на рвоту. Бывает, что такого человека тошнит уже при одном взгляде на землянику. К счастью, подобное неприятие чудесной лесной ягоды встречается чрезвычайно редко.

А вообще-то эту ягоду справедливо величают самой лучшей. О ней и в загадке сказано: «Стоит Егорка в красной ермолке, кто ни пройдет, всяк поклон подает». Такую прелесть обыкновенно не пропустит никто. В народных говорах земляника запечатлена под самыми разными прозвищами. Вот некоторые из них: листвянк, пазобник (это забытое слово означает заедку, закуску), пазменка, полунишник, сунца. По прикидке в русских лесах лишь за один сезон можно собрать до 2,2 тысячи тонн этой великолепной ягоды. Попадает же в руки совсем ничтожная часть урожая.

## Черника

Самая простенькая ягода в лесу — черника. В пору ее плодоношения, июль — август, кто бы ни был в русском лесу, будь то опытный натуралист или начинающий посетитель зеленых теремов, первое, что отведаст с куста, будет черника. А раз попробовал ее на вкус, считай, приохотился к сбору этой тусменной, с сизой поволокой, сочной ягоды. Пускай чернит губы и зубы, зато для здоровья какова! Прямо-таки целебный гостинец, выросший в самом нижнем ярусе леса, где властвует полутень и легкий влажный воздух. Летним полднем наведываясь в черничник, от души поклонись этим плотным зеленым зарослям, чтобы набрать вкусных ягод и подглядеть таинства жилицы бора. «Ходи да присматривайся» —

кому ж неведома эта неременная заповедь природолюбив?

Черника прочно сдружилась с хвойными деревьями, особенно с елью. Один из распространеннейших типов леса — бор-черничник. На многие версты тянутся зеленые валы зарослей черники в сочетании с немеркнущими пирамидами слей. Ягодный полукустарник хранит для дерева влагу, заслоняет корни от разного рода природных невзгод, деревья ж по-своему «заботятся» о своих благодетелях: они создают непроницаемую тень, оберегая низенькие кустики от палящего солнца. И вместе поддерживают здоровый легкий воздух, насыщая его фитонцидами — губителями вредной микрофлоры.

Живет черничник долго: один и тот же клон может продержаться на месте чуть ли не целое столетие, а то и больше. Затем заросль дряхлеет и заменяется новой, как выпадают, заменяясь, и деревья, растущие рядом. И лес пребывает вечным, неумирающим. Стебли черники низкие, ребристые с опадающими на зиму листьями. Научное название растения сближает его с миртом — веточкой похожи, но вообще-то черника родственница брусники, из одного семейства. Листья ее светло-зеленые, снабжены мелкими зубчиками по краям. Нижняя сторона пластинок испещрена выступающей сеткой жилок. Расположены листья в основном на верхушках веточек.

Цветет ягодник в конце мая, когда лес справляет праздник свежей листвы. Самое волнующее время в живом мире родной природы. Цветочки черники по форме вроде крошечных кувшинов, окраской розоватые. Медоносные пчелы собирают с них запашистый, с краснинкой мед. Вырастают цветки из пазух листьев при основании молодых веточек. Разбросаны одиночно, редко когда по

два вместе. Но поскольку кустики чрезвычайно ветвистые, цветков оказывается так много, что заросль буквально усыпана ими. В середине июля поспевают ягоды.

Черника поспела! Лукошко в руки — и в лес. Осторожно снимаешь нежные шарики плодов. Не помять бы, не то слипнутся, пропадут. По ягоды отправляются в сухую погоду после схода росы. Берут лишь спелую чернику, только она сочна и нежна. «Гляди — уж чернехоньки губы у всех, набили оскому...» — припомнится стихотворная строчка Н. А. Некрасова. Неодновременное созревание ягод позволяет возвращаться не с пустыми руками даже тем, кто придет за черникой и неделю, и месяц спустя после первого сбора. Всем достанется на угощение лесного гостинца: бери — и ешь. Но если брать урожай с запасом, упускать время нельзя. Первым сборщикам в награду попадутся самые крупные, самые заветные ягоды. Да и количественно их резвым перепадает больше. Сигналом начала черничной страды будет поспевание ржи. В старину так и говорили: «Поспеет черника — поспела и рожь». Но обычно за черникой ходят еще до спелого колоса, ягода несколько опереждает восковое зерно.

Ягоды черники едят не только в свежем виде. Из них готовят варенье, кисели, соки, сиропы, настойки и вина. Применяются они и в кондитерском деле. Варенье из черники получить несложно. Для этого отбирают зрелые ягоды, очищают их от плодоножек, ветвей и листочков. Затем чернику моют, дают стечь воде, а после ягоды кладут в горячий сахарный сироп. Варят в нем 3—4 часа до готовности. На килограмм черники требуется один-два килограмма сахара.

Просто приготовить и дробленую чернику с сахаром. Свежие, одинаково окрашенные ягоды

очищают от сора, хорошенько моют в двух-трех водах. После этого чернику откидывают на решето, чтобы стекла вода. Чистую чернику давят в миске деревянной толкушкой, потом ягодную массу засыпают сахаром (его берут в два раза меньше, чем ягод), перемешивают, подогревают до 70 градусов, затем раскладывают в горячие банки. Пастеризацию ведут в кипящей воде: полулитровые банки выдерживают 18 минут, литровые — 25. Банка дробленой черники, открытая зимой, напомнит благодатный июль, тенистый бор и сочные, приятные находки, собираемые с низких кустиков.

Готовят из черники и компот. Перед тем как засыпать ягоды в горячие стеклянные банки, их перебирают, очищают и моют, подобно тому, как это делается перед варкой варенья. Чтобы плотней ложились ягоды, банку встряхивают или постукивают ею о ладонь, затем заливают 45-процентным сиропом, сделанным на соке из отжатых выбракованных ягод. Пастеризуют банки в горячей воде, время выдержки приблизительно в два раза меньше, чем при такой же операции с дробленой черникой.

Вкусна черника в собственном соку. Для этого перебранные и вымытые ягоды насыпают в горячие стеклянные банки, заливают свежим черничным соком, нагретым до 60 градусов. Банки прикрывают жестяными крышками и пастеризуют в кипящей воде (минут десять). Пастеризованные банки закупоривают закаточной машинкой и переворачивают на крышки.

Еще проще рецепт приготовления «черники натуральной». Подготовленные ягоды заливают кипяченой водой, пастеризуют как и консервы «черника в собственном соку».

Неплохо засушить черники впрок. Перед суш-

кой в печах или в сушильных шкафах ягоды проявляют в тени на вольном воздухе. Затем ставят в решетках в протопленную печь. Надо следить, чтобы оболочки плодов не полопались от лишнего жара, иначе сок из них вытечет, и продукт потеряет многие свои ценные качества. Сушеные ягоды не слипаются в комки и не пачкают рук. Внешняя окраска их черная, с краснинкой, внутри — фиолетовая. На вкус плоды кисло-сладкие, внутри мякоти заключены буроватые семена. Сушеную чернику хранят в сухом помещении. Ее применяют против поноса, при катарах желудка, особенно полезна она тем, кто страдает пониженной кислотностью.

Народная медицина когда-то широко пользовалась черникой. Ее препаратами лечились от камней в почках, от подагры, малокровия и ревматизма. Способ употребления несложен: на 20 частей воды берут одну часть сушеных ягод. Настаивают 8 часов холодным способом. Такой напиток можно принимать и как витаминный. Черничный сок — великолепное средство против воспаления десен, ротовой полости, зева и гортани. Ежели под рукой не окажется заранее приготовленного сока, прибегают к помощи ягодного отвара. Целебны и густосваренные ягоды черники — их прикладывают к мокнущим экземам, ожогам и гнилостным язвам.

В последнее время стало известно еще одно полезное свойство черники, или, как ее называют в народе, черницы, черниги. Так вот, боровая ягода, оказывается, повышает остроту зрения. Кто ее много ест — лучше видит. Что ж, ягоды ведь эти содержат сахар, яблочную и лимонную кислоты, марганец, железо, пектиновые, дубильные и красящие вещества.

Полезны у черники и листья. Из них готовят

чай, которые помогают при болезнях мочевого пузыря, а также при диабете. Рецепт настоя: столовая ложка измельченных сухих листьев на стакан кипятка. Принимают три раза в день по стакану. Собирают листья в пору цветения полукустарничка, в конце мая — начале июня, когда они особенно богаты миртиллином — целебно действующим веществом. Разумеется, перед тем как принимать какие-либо народные средства лечения, необходимо посоветоваться с лечащим врачом.

Кроме пищевой промышленности, где ягодами черники подкрашивают прохладительные напитки, вина и ликеры, эти лесные гостинцы находят применение еще в красильном производстве. В смеси с другими веществами черникой окрашивают ткани, из нее же готовят и некоторые краски для художников. Листья и стебли растения издавна применяются для дубления кож в коричневый и желтые цвета.

На Кавказе обитает черника древовидная. Это уже не кустики, а справные деревья. Ягоды внешне и по вкусу напоминают обыкновенные, из русского леса. Листья пригодны для заварки чая. С одних веток и чай, и варенье...

## Костяника

Тенистый лес, с его прохладой и ароматами, — кому ж он не по душе в июльскую пору! Войдешь в это царство берез, дубков, кленов, осин — и словно зачарованный делаешься. Лесные дива — на каждом шагу! Судите сами, пошел за грибами, а набрал и ягод — крупных, красных, с косточками внутри. Костяника, как и грибы, — дитя тени, растет под пологом широколиственных де-

ревьев. Потому и немудрено грибнику стать ягодником — чего больше отыскалось, тем и запасся.

А попадается костяника плотными зарослями — до 20 и более кустов на квадратном метре. Были случаи, когда на такой площади обнаруживалось до 68 кустов. Это ль не берендеев ягодник? Щедр сказочно. Маленькая дикая грядка подарит килограмм ягод. На вкус они с приятной, освежающей кислинкой, вроде граната. И в каждой ягодке спрятано по крупной косточке. В размолотом виде косточки тоже съедобны — используют их как приправу ко вторым блюдам (то же делается и с косточками граната). Соплодие костяники состоит из нескольких сплюснутых ягодкостяночек, обычно их не более шести. Костяночки эти едва касаются одна другой, и когда срываешь щепотку ягод, они горошинами перекатываются на ладони, каждая отдельно.

Костяника — многолетняя трава из семейства розовых. Плодоносящие стебли невысокие, прямые, снизу одеты чешуйчатыми листьями, а приблизительно с половины стебля — настоящими, тройчатыми, на длинных черешках. Листья эти с обеих сторон зеленые, волосистые. Оканчиваются стебли верхушечным белым соцветием в виде кисти или зонтика, дающие потом сборные костяночки. Бесплодные побеги однолетние, тонкие, распростертые, растут они быстро, достигая порядочной длины. Эти побеги осенью ветвятся и нередко укореняются верхушкой.

Цветет костяника в самом начале июня, цветки обоеполые, небольшие, в них любят заглядывать пчелы. Ягоды созревают в середине лета. Собирают их осторожно и только в твердую гару — лукошки, поставцы, набирухи, коробыя. В разного рода пакетах, мешочках и сумках нежная ягода раскисает, портится. Собирать костя

нику споро и весело, с куста берешь не по одному плодику, а полной щепотью. «Краснеет кучками зрелая костяника», — заметил как-то С. Т. Аксаков в «Записках ружейного охотника». И вправду, костяника кучна, только искать не ленись.

Отыщется костяника не в одних тенистых лесах, но и на каменистых склонах, а в горах — на утесах. В Арктике она попадается на болотах. И пусть костяника по вкусовым качествам уступает некоторым ягодам — из-за этого ею кое-где пренебрегают, — все же у нее есть ревнители. Не собирают костянику либо в местах, где избылуют другие дикие ягоды, например, в лесосадах Кавказа, либо по незнанию. Но кто поклонился этой траве и набрал хоть раз лукошко мягких рубиновых ягод, несомненно оценит костянику, пристрастится к охоте за северным гранатом.

Из ягод лесной дикарки готовят квас, морс, сироп, кисель и, конечно, отменное варенье. Можно и засушить ягод впрок, и засахарить их свежими, ведь сахар отлично консервирует кислые плоды. Только что сорванную костянику приятно поесть и просто так, с куста.

Для любителей заготовок у нас припасены простые рецепты переработки костяники. Тому, кто пожелает иметь сок этой ягоды, надо собранную костянику очистить от сорных примесей, сполоснуть в холодной воде, затем растереть в миске, выложить в стеклянные банки и оставить растертую ягоду на двое суток. Спустя это время, костяничный сок процеживают, не выжимая ягод, разливают в бутылки и хранят как обычный ягодный сок.

Весьма вкусно желе из костяники. Чтобы его приготовить, ягоды перебирают, моют, заливают водой, потом ставят на огонь и варят до тех пор, пока они не полопаются. Сок сцеживают, сдоб-

ривают сахарным песком (в равных весовых соотношениях), затем его уваривают до готовности.

Компот и варенье из костяники готовят подобно тому, как это делается из брусники или черники. В старое время костяничное варенье было в большом почете. Вот что написано у того же С. Т. Аксакова в «Семенной хронике»: «В каждой ящичке было варенье: малиновое, клубничное, вишенное, смородинное трех сортов и костяничное». Ценилось оно наравне с самыми лучшими вареньями.

Ягоды костяники, благодаря насыщенности витаминами, органическими кислотами, минеральными и другими веществами, обладают целебными свойствами. Народная медицина применяла их при малокровии, простудных заболеваниях и воспалении суставов. Северный гранат полезен и детям, любящим кислые плоды. Летом ни один ягодный поход со школьниками не должен обходиться без знакомства с костяникой. Тем более что разыскать ее совсем не трудно — растет не только в лесу, но и в кустарниках, и по склонам оврагов, куда обычно заносится птицами. Интересно, что птицы, склевывая эту ягоду, переваривают одну мякоть плода, не нарушая косточки.

А косточка у растения крупная, из-за нее и дано название — костяника. Все прозвища северной ягоды намекают на присутствие косточки внутри плода. Костянига, костика, костянка, костяница, кострица — вот некоторые из этих прозвищ. Называли ее еще каменной малиной, каменикой: хоть вкусная, но твердая. В научном обиходе обыкновенная костяника получила видовую помету «каменистая», чтобы не смешивали с другими костяниками, которых только в нашей стране насчитывается несколько видов.

После каменистой самый известный вид костяники — костяника арктическая, или, по-другому, княженика, поленика, мамура. «Заходит» княженика далеко на север, вплоть до зоны тундр, поселяясь на болотах, сырых лугах и в редколесье. Ягоды ее темно-красные, душистые, вкусные. Плодики соединены между собой и легко не отделяются. Внутри каждого плодика спрятана гладкая косточка. Стебли арктической костяники стелющиеся, высотой от 5 до 20 сантиметров, снабжены небольшим числом сложных листьев. Плоды мамуры хороши для варенья и наливок. За великолепный вкус и аромат она попала в разряд перспективных ягодников, вводимых в культуру. Такие попытки уже предприняты селекционерами, и надо надеяться, что в регулируемых болотных условиях скоро появятся плантации арктической костяники. Печора, Двина, Верхняя Волга — вот где должны раскинуться поля плодоносящей мамуры. Кстати, в тех местах произрастает разновидность арктической костяники, лишенной ползучих побегов. Цветы ее крупные, плоды хорошо развиты. Считается, что эта гибридная форма произошла от скрещивания арктической и каменистой костяники.

Весьма похожа на мамуру костяника звездчатая, с крупными пурпурными лепестками (у мамуры они темно-розовые, у каменистой костяники — белые). Растет в тундре на холмах и склонах. В Сибири и на Дальнем Востоке попадает еще один вид этого ягодника — костяника хмелелистная. Селится она на сфагновых болотах, в хвойных лесах и среди кустарников. Цветки хмелелистной костяники тоже верхушечные, преимущественно одиночные, поникающие. Листья трехнадрезные, как у хмеля: отсюда и видовое название. Даже по плодам легко отличить эту

костянику от ее ближайших родственниц — внутри плода спрятана не гладкая, а сетчато-морщинистая косточка.

Вот как много костяник в нашем краю. Цените северный гранат, не топчите в лесах зарослей этих трав. Пусть они всегда будут свежими, щедрыми, как о том сказал М. М. Пришвин: «В глухих местах встречается костяника, красно-рубиновая ягода кисточкой, и каждый рубинчик в зеленой оправе».

Кстати, северный гранат вполне можно разводить в тенистых уголках сада и в дубравах, где хорошо уживаются лесные травы — ландыш, майник, вороний глаз, любка двулистная, копытень, кисличка и грушанка. Все они любят рассеянный свет. Костяника быстро распространяется вегетативным путем, с помощью побегов-усов. Растут они исключительно быстро.

Костяника — живой барометр. В сухую погоду ее листья сворачиваются в трубочку. К перемене погоды, перед дождем, они начинают расправляться, разглаживая свои пушистые пластинки. Проверьте эту особенность скромного ягодника.

## Ежевика

На склоне лета, в самый разгар жнитва, ягодная скатерть-самобранка щедра и многоцветна. Садовые кустарники угощают крыжовником самых разнообразных расцветок и размеров; смородиной — красной, белой и черной; земляникой непрерывного плодоношения и, само собой, малиной. Еще великолепно набор лесных гостинцев. Брусника, голубика, черемуха, костяника, лох, барба-

рис... В этом ряду нельзя не назвать отменное лакомство — сизую ежевику.

Кусты ежевики усеяны шипами, которые делают заросль труднопроходимой. Но будьте осмотрительны, внимательны — и наградой вам станут душистые, сочные, исключительно вкусные ягоды. Внешне ягода ежевики похожа на малину, только значительно крупнее и цветом более темная. Спервоначально она кажется вообще черной, но черного цвета, как известно, в живом растительном мире не бывает. Черные цветы (скажем, у гладиолусов) или черные ягоды ежевики не более как фиолетовые, только насыщенность этой краски интенсивная, густая.

Ежевика бывает обсыпная: ягод на ветках больше, чем листьев. Каждая ягода представляет собой сложную костянку, состоящую из достаточно крупных костяночек. Срывают ежевику, когда ямочки в центре каждого плода выравниваются. Спелая ягода приобретает сизый налет. На вкус она кисло-сладкая, обладает душистым запахом. Ходят по ежевику утром, в солнечные часы, собирают в коробки, мелкие лукошки, берестянки. Ягода эта нежная, совершенно нележкая, и едят ее сразу же в свежем виде или пускают на переработку. Только в охлажденном состоянии при температуре 0° сорванная ежевика хранится с неделю, в обыкновенных же условиях она быстро раскисает.

Где больше всего таится этой ягоды? На сыроватых опушках и вырубках, на веселых солнечных полянах, по берегам рек и ручьев, в зарослях кустарников. Но бывает много ежевики и по заглохшим балкам, на пологих склонах оврагов. В средней полосе России чаще всего отыщется ежевика сизая, весьма морозостойкая и неприхотливая. Корневище у нее живет много лет,

а надземные побеги — всего два года: отплодоносив на второй год, они отмирают. На смену вырастут новые побеги, такие же колючие и щедрые.

Диких ежевик у нас много. На Кавказе произрастает ежевика кавказская, в Крыму, Закавказье и Средней Азии — ежевика кровавая, обладающая крупными, чрезвычайно вкусными плодами. А всего видов этого растения в пределах нашей страны насчитывается не менее 50.

Ягоды ежевики содержат большой набор питательных и целебных веществ, среди них сахара, органические кислоты, и в частности яблочная, витамины, соли калия и микроэлементы. Ценны черные плоды и тем, что в них накоплены пектиновые, дубильные и ароматические вещества. Исстари настои на сушеных ягодах ежевики применяли как потогонное и мочегонное средство. Но, оказывается, целебным действием у этого растения обладают не только ягоды, но и листья. Отвар листьев применяют при желудочных кровоизлияниях и поносах. Воспалительное состояние кишечника лечат напаром из листьев ежевики в смеси с цветками ноготков (соотношение частей 2:1). Народная медицина успешно лечила измельченными листьями, или примочками, кожные заболевания — лишай, экземы и застарелые гнойные раны. Бактерицидные свойства ежевики связаны с наличием активных фитонцидов.

Много у ежевики местных прозвищ. Куманикой, ежикой, дерезой, росянкой называют ее по селам и деревням. Обилие прозвищ — признак того, что лесное лакомство это давно известно ягодникам. Да и как же пройти мимо такой находки, когда ежевика вполне может соперничать с малиной. И не только свежая, но и в заготовках. Что же можно приготовить из нее?

Ежевичный сок. Для приготовления сока ягоды перебирают, ссыпают в глиняный горшок, который затем погружают в кастрюлю с водой. Кастрюлю держат на огне несколько часов. Образующийся в горшке сок сливают в особую посуду и уваривают с сахаром. Когда варят, снимают пену. Густой сок охлаждают, заливают в бутылки, закупоривают пробками и ставят на хранение в погреб или подвал.

Для приготовления компота из ежевики ягоды также перебирают, бракуя незрелые, очищают от сора, раскладывают в банки, заливают теплым сиропом. После непродолжительной стерилизации (15—20 мин) банки закручивают и переворачивают на крышку. На килограмм ягод требуется одна треть сахарного песка.

Оригинальная сладость — мармелад из ежевики. Приготовить его несложно. Спелую ягоду после переборки и очистки перетирают через сито. Полученный таким образом сок выпаривают в кастрюле наполовину и после сдобривания его сахаром кипятят полчаса, после чего укладывают в банки. На килограмм ежевики требуется 350 г сахара.

Пастилу из ежевики готовят так: спелые чистые ягоды закладывают в закрытую кастрюлю, которую затем ставят в печь или духовку до полного пропаривания содержимого. Пропаренные ягоды перетирают через сито, смешивают с толченым сахаром (на стакан пюре полстакана сахара), после этого смесь уваривают до густоты желе, раскладывают ее по формам и запекают. Охлажденную пастилу посыпают сахаром, хранят в прохладном месте.

Для ежевичного киселя ягоды отбирают, очищают и после споласкивания в воде протирают через сито. Затем, согласно рецепту, «в кастрю-

лю вливают воду, кладут сахар, кипятят, заваривают картофельной мукой, предварительно разведенной в небольшом количестве воды, доводят до кипения, кладут подготовленное пюре и хорошо размешивают». Едят кисель охлажденным. На стакан ежевики требуется три четверти стакана сахара, 2 столовые ложки крахмала и 2 стакана воды.

Неплохо и засушить ежевики впрок. Сушат ее, как и чернику, на солнце в течение 2—3 дней. Если ягоды сушат в печи, то начальная температура не должна превышать 75°, потом 50—45°. Чай со спелой ежевикой обладает слабительным действием, а с недозрелой — закрепляющим. Сушат на зиму для заварки и ежевичный лист. Сначала его туго скручивают на доске и складывают в посуду, чтобы завял и почернел. После ферментации (брожения) лист вынимают, раскладывают на противнях и сушат в тени. Такая заварка мало отличается от чайной и цветом, и вкусом напитка.

Ежевика — перспективный ягодник. И селекционеры многих стран работают над созданием ее продуктивных сортов. В США, например, уже введено в культуру не менее 30 сортов ежевики. В отличие от диких видов эти сорта могут плодоносить в более ранние сроки, причем период плодоношения растягивается на длительное время. Ягоды — крупные и плотные, хранятся сносно даже в свежем состоянии. Особенно удачны сорта Бойзен и Янг, разводимые в штатах Оклахома, Арканзас и Теннесси. Всего под ежевику в США отведено 16 тыс. га плантаций, с которых ежегодно собирают не менее 34 тыс. тонн ягод в год.

А ведь было время, когда культурные сорта с трудом пробивались на поля. Людям казалось, что дикой ежевики вполне достаточно кругом,

только не ленись ходить по зарослям и лесам. Но те из фермеров, кто обзавелся сортовой ежевикой, не пожалели — привлекательный и вкусный продукт начал пользоваться прочным спросом. Затраты же на выращивание и сбор ягод с лихвой окупаются выручкой.

Культивируют здесь как стелющиеся формы, так и прямостоячие. Стелющаяся ежевика распластывает свои побеги по земле или перевивает опоры. Характерная ее особенность — способность укореняться верхушками, тогда как прямостоячие размножаются отпрысками. Стелющаяся ежевика поспевает раньше, ягодные кисти ее мелкие и рыхлые. Эта форма и была поначалу приручена американцами. Пионер гибридов — сорт Эвгрин «конструировался» на основе европейского экотипа ежевики. Впоследствии селекционеры стали использовать местные дикие формы, в результате чего получили сорта, снабжающие стол вкуснейшей ягодой. Янг и Бойзен надолго сделались ведущими гибридами стелющейся ежевики. Их родительские формы были завезены с Тихоокеанского побережья.

Сорт Янг раннеспелый, плодовитый, дает крупные, темно-вишневого цвета ягоды, обладающие высокой сахаристостью, но без запаха. Свежезамороженные ягоды подолгу не теряют своих полезных качеств. Часть сбора идет на приготовление варенья. Сорт выведен в 1905 году, но в производстве освоен лишь два десятилетия спустя. Сорт Бойзен — тоже стелющийся, но кусты его более мощные, чем у Янга, и ягоды созревают немного позже. Каждый плод с мелкое куриное яйцо. Окраска плодов черная, консистенция мягкая, зато сладкая и душистая. Поверху ягоды как бы присыпаны пылью (у Янга плоды блестящие). Плодоложе у Бойзена толстое, но менее

сладкое, чем у Янга. Этот сорт популярен в Калифорнии, где дает особенно большой урожай. Освоен фермерами в 1935 году и с той поры соперничает с самыми выдающимися гибридами.

Интересно, что в Америке получены и бесшипные гибриды ежевики. Некоторые рассматривают их как химеры. Правда, эти химеры все же имеют шипы, только не снаружи побегов и корней, а внутри их тканей. Чтобы бесшипность передавалась потомству, ежевику размножают с помощью укоренения верхушек. Отпрыски, пущенные корнями, дают колючие кусты. Стоит корневище разрезать или просто повредить, и оно пустит шиповатые побеги.

Как дикую, так и культурную ежевику могут поражать вредители и болезни. Чаще всего ягодник страдает от оранжевой ржавчины. Заболевшие растения распускают мелкие, искривленные листья, со вздутиями на нижней стороне. Такие кусты не выздоравливают и на следующий год, поэтому надо, не дожидаясь плодоношения, удалять их из зарослей вместе с корнями. Среди вредителей ежевики опаснее других ежевичный клещ. Он так мал, что без увеличительного стекла еле различим. Где завелся клещ, там плоды лишаются своей естественной окраски, приобретая несвойственную им красноту, и к тому же затвердевают. Плод может поражаться целиком или частично, вплоть до одной маленькой костяночки: вся ягода черная, но одна ее частичка красноватая. Пораженные плоды, конечно, выбраковывают и перерабатывают особо.

Собирая плоды, не оставляйте их на солнце, иначе они приобретут горький привкус и заметно покраснеют. Вовремя и правильно собранная ежевика порадует за столом и в свежем виде, и в яствах.

## Брусника

На опушке душного бора, у самого подножия смолистых стволов, раскинулась плотная заросль брусники. Полукустарничек мелкий, неветвистый, но выглядит всегда опрятно. Особенно пригож он в конце августа, когда зарумянятся ягоды.

Брусника поспела! Какая это радость собирать красные ягоды в лукошко. Споро брать бруснику — с каждого кустика по щепотке, а в щепотке и три, и пять ягод. Проворные сборщики отправляются по бруснику с гребешком в виде совочка — им-то и счесывают плоды с кустиков. Правда, в совок попадают и незрелые ягоды, так называемая белобочка, но беды в том, по существу, никакой нет. Белобочку легко отсортировать дома, к тому же она поддается дозариванию — доспевает в искусственных условиях.

Замечено, что незрелую бруснику можно «заставить» покраснеть и стать такой же вкусной, как сорванная спелой. Для этого ягоды помещают рядом с яблоками или красными помидорами, которые выделяют газ этилен, стимулирующий покраснение брусники. На плодоягодных базах незрелую бруснику обрабатывают в газовых камерах, подобно тому как дозаривают томаты.

Брусника, брусница, брусёна, бруска — вот как называют в народе этот лесной гостинец. Ягоду едят свежую, моченую, в киселях и варенье. А брусничные соки, сиропы, пастила и карамельные начинки — во всех яствах хороша нашего бора ягодка! Брусника богата сахаром, органическими кислотами, среди них — лимонная, яблочная, бензойная, а также дубильными и пектиновыми веществами. Обнаружен в ягоде и витамин С, но брусника им сравнительно бедна, уступая таким витаминным чемпионам, как лес-

ная земляника, калина, рябина и шиповник. В бруснике витамина С приблизительно столько же, сколько в клюкве, лесной малине или чернике. Причем химический состав ягоды меняется в зависимости от мест произрастания. Особенно хороша брусника, собранная на старых вырубках, в сосняках, на дерново-подзолистых почвах, а также в чернично-хвощовых борах. И дородна собой и отменна вкусом.

Брусника в отличие от других ягод может храниться длительное время, не теряя своих целебных и пищевых свойств. Стоит ее замочить в воде, и она уже законсервирована! Этой особенностью брусника обладает благодаря бензойной кислоте, не допускающей гнилостные процессы в продукте. Нашего бора ягода содержит бензойную кислоту и свободную и связанную — в форме гликозида вакцинина. На высокую сохранность ягод от порчи, а брусничного сока от сбраживания благотворно влияет лишь свободная бензойная кислота. Мочат бруснику просто: ягоды перебирают, удаляя незрелые и мятые, плодоножки отрывают, затем отборный продукт моют в холодной кипяченой воде, откидывают на решето, после чего плотно укладывают в бочку или в банки, куда и заливают раствор. Готовят его заранее. Для этого на десять килограммов брусники берут 4—5 литров прокипяченной и охлажденной воды, в которой растворено полкило сахара или меда. По желанию к бруснике добавляют корицу, гвоздику и нарезанные яблоки (лучше антоновку — придает аромат и особенный вкус). Замоченная ягода два дня стоит в комнате, потом ее выносят в погреб или подвал. Брусника будет готова к столу приблизительно через месяц.

А как готовят брусничный морс? Для этого в литр горячей воды кладут два стакана перебран-

ной, вымытой и размятой брусники, ставят смесь на огонь, доводят ее до кипения, затем снимают с огня и процеживают. Отвар охлаждают, сдабривают сахарным песком и пьют как прохладительный напиток. Такой морс в старину называли брусничной водой. Вспомним пушкинскую строчку из «Евгения Онегина»: «Боюсь, брусничная вода мне не наделала б вреда...» Но вреда от вкусного напитка, конечно же, никакого не было, а польза ощущалась явная. Можно приготовить брусничный напиток и по-другому. Отборную, вымытую и размятую бруснику засыпают сахарным песком — на полтора стакана брусники полстакана песку. Через 2—3 часа в банке получается сироп, который сливают в отдельную посуду, а оставшиеся выжимки выкладывают в кастрюлю, заливают водой (около литра) и кипятят 5—7 минут. Отвар снимают с огня, процеживают, охлаждают. Перед подачей на стол в напиток добавляют полученный ранее сироп и немного лимонной кислоты, по вкусу. Напиток этот приятный и легкий. Ему и название дано — «брусничка».

Кто пробовал брусничное варенье, надолго запомнит это великолепное лакомство. Делают его так: на килограмм ягод берут полстакана воды и 500 граммов сахара. Варят на медленном огне. Но из брусники не только сладости. Жители лесной стороны делают из этого гостинца Берендея приправы к салатам, винегретам, мясу, рыбе, птице и дичи в домашней готовке. Вяжущекислый, несколько горьковатый и достаточно кислый привкус брусники придает этим блюдам пикантный, острый оттенок.

Не одними ягодами полезна брусника. Высоким фармацевтическим достоинством обладают листья этого полукустарничка. В быту его назы-

вают вечнозеленым — не роняет листьев в зиму. На самом деле листья у брусники опадают, только постепенно и не все сразу. Такие растения ботаники оговаривают пометой — зимнезеленые. Они обычно наделены грубыми, кожистыми листьями, с лицевой стороны глянцевыми, будто вырезаны из зеленого сафьяна. За брусничными листьями отправляются в лес осенью или весной, до отцветения растения. Ощипывают осторожно, чтобы не ломать пластинок и не губить самого брусничника. Сушат в темном помещении. При промышленном сборе часть кустиков срезают и листья обрывают на стационаре. В любом случае скрученные и красные листья — поврежденные грибом — не берут. Вовремя собранный и высушенный лист остается зеленым, с бурыми точками понизу и сетчатым жилкованием. Листья, сорванные летом, чернеют и целебными свойствами не обладают.

Какие же недуги лечат с помощью брусничного листа? Таких болезней много, но в основном брусничные настои и отвары дают как мочегонное и вяжущее средство. Лечатся этой травой также при желчных и почечных камнях и подагре. Народная медицина находит брусничный лист лучшим средством от ревматизма. Полезно таким отваром полоскать горло при простуде — снимает завалы.

Доказано, что главное лекарственное вещество в брусничных листьях — арбутин. Кроме арбутина в них также обнаружены дубители (таниды), органические кислоты, гликозид вакцинин, сахара, каротин и летучие фитонциды. Брусника будто бы напиталась целебными лесными соками и здоровым привольным воздухом. Особенно целебны листья, принесенные с освещенных полян, вырубок и гарей. Если собираете их

по лесным увалам, то лучше срывать с кустиков, растущих на нижней части склона. Иногда брусничные листья заготавливают для дубления кож, в этом случае лучший сбор из сосняка: там почва суше и лист богаче танидами. С лекарственными целями сушеный лист хранят в склянках с притертыми пробками или в холщовом мешке. Срок хранения 3—4 года.

Как лекарственное средство применимы и ягоды. Брусничный сок пьют, чтобы снять повышенное кровяное давление. Отвары и чай из сушеной брусники помогают при простудах, ревматизме и подагре. Можно лечить эти недуги также свежей или моченой ягодой, съедая до трех стаканов брусники в день. Брусничная вода облегчает жажду и улучшает общее состояние при гриппе и ангине, когда держится высокая температура.

Брусника — долгожительница леса. Ее кусты — ровесники дуба: живут до ста, а по некоторым сведениям — до трехсот лет! Так что беречь их надо и защищать от тяжелых рук. По возможности лесным ягодникам и помочь неплохо было бы: очистить их от валежника, вырубить лишней подрост, удобрить почву, а в засуху и полить водой. Стебли брусники прямостоячие, маловетвистые. В сосняках зеленомошных и на окраине болота они покрупнее, чем на вырубках и гарях. В березняке, а в Сибири — в лиственничниках, этот полукустарничек тоже неказист и чем мельче, тем ветвистей. Вообще-то, где солнечно, мельчает не одна брусника, там наблюдается карликовость и у трав — желтушника, липучки, зверобоя. Растет куртинами, иногда весьма обширными, особенно в среднесомкнутых сосняках и лиственничниках. На болотах бруснику легко отыскать лишь по облесенным окраи-

нам. Ее родные сестры — черника и голубика (входят в один ботанический род) требуют почв более влажных и плодородных, потому и не так часты их встречи. Зимостойкость брусники исключительная, это растение прекрасно выживает даже в тундре, где коврами стелется на больших пространствах, предоставляя питательный корм птицам и зверю. Правда, тундровая форма брусники (та, что встречается на гольцах и в горных районах) наделена слишком мелкими листочками и ягодами, чтобы ее собирать впрок.

В лесной зоне брусника цветет в начале июня. Ее колокольчатые венчики бледно-розовые, душистые, по-своему симпатичные. Цветки, числом до восьми, собраны в однобокую поникающую кисть. В цветущую бруснику любят заглядывать пчелы — медонос. Подрастают кустики в основном в фазе цветения. Когда завяжутся плоды, все жизненные силы кустика будут употреблены на формирование этих чудесных лесных ягод. По румяную бруснику ходят с лукошками, поставцами, набирухами и березовыми туесками. Как встарь, так и теперь.

## Голубика

Августовское солнце порой бывает жарче средне-летнего — июльского. Жжет так, что воздух над большаком струится от марева. Пахнет сомлевшим разнотравьем, сжатой соломой, а возле садов — спеющими яблоками. Природа щедра, как никогда в году. Хлебная жатва и обмолот, сенокос, сбор грибов, ягод и лекарственных растений — всем знатен август, всего вволю. Даже болота и те одарят знатока природы вкусным, незабываемым яством. Взгляните на приземис-

тые кустики голубики, до чего же они густо унизаны сизыми плодами! Голубым дымком стелется ягодник среди зеленых подушек мха, по зарослям вечнозеленого багульника. А где багульник, там держится угарный запах. Пьянит он, нагоняет головную боль, отчего и соседку багульника — голубику прозвали пьяницей. Еще в старину заметили крестьяне: пойдешь за голубикой — надышишься тяжелым духом. Думали, что от ягодника угорают.

Споро, весело собирать голубику. Особенно когда не вручную снимаешь ягоды, а «гребенкой» — гребенчатым совком. Подденешь голубые кисти проволочными зубьями, и сразу горсть крупных продолговатых плодов скатится в лоно совка. Узкие листья проскальзывают между зубьями, так что сорная примесь почти не попадает в лукошко. Дома голубику сортируют, отделяя незрелые мятые ягоды, а также листья и кусочки стеблей. Отборные плоды имеют основание темно-синего цвета, сохранившее восковой налет. Ягоды со стертым налетом замокают, хранятся хуже. Особенно важно следить за сохранностью сизого налета для ягод, которым предстоит перевозки. Для этого необходим как бережный сьем, так и плотная упаковка, не позволяющая плодам перекатываться внутри тары.

Едят голубику в самых разнообразных кушаньях — в киселях, варенье, компотах и, разумеется, свежую. Ягода эта наделена прозрачным соком и в отличие от черники не пачкает рот. Мякоть ее зеленоватая, содержит множество мелких семян. Голубика так нежна и вкусна, что и в свежем виде считается немалым лакомством. И полезна к тому же: в ягодах накоплены сахара, органические кислоты, соли железа, дубильные и красящие вещества, живительные витамины.

Настоящая копилка здоровья! Голубичный сок или отвар из сушеных ягод — испытанное жаропонижающее средство. Сушеными ягодами запастись впрок несложно. Для этого отборные плоды рассыпают на противни нетолстым слоем, сушат в духовом шкафу или в остывающей печи.

Варенье из голубики готовят так. Зрелые плоды перебирают, отделяя плодоножки, листочки и веточки. Затем продукт моют, откидывают на дуршлаг, чтобы вода стекла, после чего переносят в горячий 70-процентный сахарный сироп. Варят на медленном огне 3—4 часа, до готовности. Пастеризуют полулитровые банки 15, а литровые — 20 минут. Сахарного песку и ягод берут в равном весовом соотношении.

Голубичный компот тоже готовят из отборных ягод. Ополоснув в холодной воде и откинув на решето или дуршлаг, ягоды насыпают в прокипяченные банки, причем насыпают их возможно плотнее. Затем голубику заливают 45-процентным сахарным сиропом. Компот будет еще вкуснее, если сироп готовят не на воде, а на голубичном соке, отжатом из выбракованных, мятых ягод. Наполненные банки пастеризуют в том же режиме, как и варенье.

Весьма приятной на вкус получается и голубика, протертая с сахаром. Для этого ягодное пюре перемешивают с сахарным песком из расчета: на килограмм пюре полкилограмма сахара. Смесь подогревают, раскладывают в горячие стеклянные банки, затем пастеризуют в кипящей воде, выдерживая полулитровые банки 18 минут, литровые — 25. Любители ягодных лакомств заготавливают впрок и голубику натуральную. Отсортированные и вымытые ягоды заливают прокипяченной водой, пастеризуют в кипящей воде (полулитровые банки выдерживают 10 минут).

После пастеризации банку укупоривают ручной машинкой и переворачивают на крышку или кладут на бок, чтобы отпастеризовать крышку. «Голубика натуральная» сохраняет вкус свежей ягоды. Банка этого лесного гостинца будет самым заветным угощением за новогодним столом.

Голубика — низкий, сильно ветвистый кустарничек. Его средний рост 35—40 сантиметров. Живет один и тот же ягодник долго, до ста лет. Поэтому и надо относиться к нему бережно, не повреждая стеблей и корневищ. Часть ягод оставляют на кустах — ими питаются птицы и лисы. Они же и расселяют голубику по болотам, лесам и заглохшим балкам. Ведь семена, пройдя желудочно-кишечный тракт, не только не теряют всхожести, но и лучше прорастают. Приходилось иногда собирать голубику в совершенно неожиданных местах, скажем, по склонам затравенелых оврагов, на старых залежах. Оказывается, голубика может расти как на сырых, так и на обычных почвах.

В США и Канаде голубику вообще возделывают в поле. И существует оно многие десятилетия. Посадки поначалу растут медленно, впоследствии захватывают все большую и большую площадь. Некоторые клоны (группа кустов, развившихся из одного материнского растения) достигают в поперечнике несколько метров. Известен столетний клон, достигший уникального размера — 800 метров в поперечнике! Разводят голубику семенами, но сеют их не в поле, а в ящики. И делают это с учетом физиологических особенностей голубики. Дело в том, что семена очень быстро впадают в покой, для нарушения которого потребуется два года.

Чтобы не допускать этого, поступают следующим образом: свежесобранные ягоды помещают

на несколько дней в холодильник для промораживания, которое выводит семенной материал из состояния покоя. С замороженных ягод снимают кожицу, а мякоть с семенами высаживают в ящики, наполненные смесью песка и торфа. Заделка посевного материала неглубокая — 6 миллиметров.

Когда всходы разовьют по второму листу, сеянцы разъединяют один от другого, затем пересаживают в другой ящик. Как скоро и там сеянцам станет тесно, их снова рассаживают. За зиму рассада получается хорошо развитой и окрепшей. По весне ее переносят из помещения на плантацию. Разводят голубику и с помощью корневищ. Для этого разросшийся клон разделяют на куски и, отряхнув почву с корней, нарезают черенки длиной 7,5 сантиметра каждый. В питомнике черенки укладывают в бороздки верхним концом кверху. Дело в том, что корни голубики подобно стеблям обладают популярностью: часть черенка, находящаяся ближе к материнскому растению, образует корни, а верхушка растет вверх. Уложенные в бороздки черенки пересыпают песчаной почвой слоем 5—7,5 сантиметра. В питомнике саженцы воспитываются до двух лет, затем их высаживают на постоянное место. Можно черенки укоренять не в питомнике, а в разводочных парниках, набитых измельченным торфом. Плодоносящую плантацию по весне выжигают. Этим достигают две цели: выжигание заменяет обрезку, и второе — оно достаточно губительно для сорняков и вредителей. Но длительное выжигание голубичника заметно истощает почву, чего допускать, конечно, нельзя. Вот почему на протяжении 60 лет, пока хорошо плодоносит ягодная плантация, ее омолаживают и очищают самыми разными средствами, вплоть до ручных.

В США возделывают в основном два вида голубики — низкую и высокую. Низкая голубика не так уж и низка, ее кусты достигают полутора метров в высоту, и к тому же крепкие, ветвистые. Сами ветки голубые, бородавчатые. Ягоды синие, с восковым налетом. Недостаток низкой голубики — измельчение ягод на старых растениях. Высокая голубика является, по существу, видимым кустарником — выше рослого человека! Листья овальные, цветки собраны в короткие кисти. В диком состоянии встречается по сырым закустаренным лесам. Вид введен в культуру еще в конце прошлого века, обладает высоким содержанием сахаров и уникальной витаминностью. Из культурных сортов наиболее известен Рубель. Это высокий кустарник с крепкими серыми ветвями. Кора молодых побегов зимой красная. Плодоносит кустарник поздно, зато обильно, и ягоды его красивые, синие, размером с вишню. Ранним плодоношением обладает другой сорт голубики высокой — Кабот. Кустарник разрастается обширным, приземистым, стебли его светло-красные или зеленоватые. Размножают высокую голубику окоренными черенками. Сбор ягод ручной.

О «приручении» североамериканских голубик давно подумывают и наши селекционеры. Еще в середине 30-х годов ставился вопрос об освоении новой ягодной культуры. Но военные и послевоенные годы отодвинули решение этого вопроса. Снова возник он лишь в последнее время. Ученые Лесотехнической академии признали разведение голубики высокоперспективным делом. Возможно, в недалеком будущем этот щедрый кустарник появится и в любительских садах. Кому же не по душе вкусные синие ягоды? Тем более что заокеанская голубика неприхотлива: лю-

бит солнце, но растет и в тени. Да и почвы она предпочитает кислые, совсем нередкие на участке. Это растение прохладного и влажного климата.

Голубика, голубица, голубень, гонобобель, синика — как только не зовут жилицу русского леса! Наша дикорастущая голубика голубее голубя, ее осенние кустики дымком стелятся по замшелым кочкам, а также среди еловых и сосновых зарослей. Богаты этой ягодой леса Сибири и Дальнего Востока. Поражают обилием голубики арктические острова Колгуев, Вайгач, Новая Земля. Так что естественные запасы этой ягоды в нашей стране огромны. Надо только умело наладить ее сбор и транспортировку. Обычно на пунктах потребкооперации голубику упаковывают в бочонки, решетчатые ящики, а также в решета и корзины из шпон. Перед упаковкой ягоды очищают от мусора, подобно тому, как это делается при сортировке брусники, черники или клюквы — на покато́м столе, застланном парусиной. Цельные ягоды скатываются по столу в подставленные решета, а листья, обломки веток и мятые плоды остаются на парусине.

Крупна, вкусна, нарядна голубика. На кустах она держится подолгу — остаток лета и сентябрь. Ходят по голубику в сухую погоду, после схода росы. Берут с куста только зрелые ягоды.

## Черемуха

«Когда цветет черемуха, всегда живет холод» — наставляет давняя крестьянская примета. Разумеется, «черемухины холода» — всего лишь возвратные погодные невзгоды, никоим образом не связанные с самим цветением милого дерева.

Но в представлении селянина эти два разнородных явления были как бы слиты: зацвела черемуха — ожидай холода. И хотя год на год не приходится, случается, что и в пору благоухающей черемухи устанавливается прочное тепло. Тогда особенно пышно преобразуются сады и мелколесье, где обычно и селится душистое деревце.

Но вот черемуха отцвела, померкла. Вместо роскоши лепестков на ветках видны теперь крупинки зеленой завязи. «Платье потерялось, пуговицы остались», — подумается о новом облике черемухи. Медленно наливаются ее плоды, оставаясь до конца июля твердыми, непривлекательными. Совсем простенькими оказываются и листья. Вместо клейких, душистых уголочков, какими они выглядели в пору цветения, на ветках трепещут дырявые, а то и беловатые листья. Свежесть морщинистых пластинок утрачена не только с возрастом, но и от нашествия насекомых. В черемушнике летом вьется множество мошек, будто и не обладают ветки растительными ядами — фитонцидами. Обладать-то обладают, да не в той мере, как по весне, когда листья только что развернулись. Вот и паразитируют на них насекомые.

Зато ягоды редко бывают попорчены. Ровные как на подбор и черные-черные, лоснятся они на ветках. Каждая кисть — пригоршня спелых чистых ягод. Поспевают черемуха в конце июля. Срывай тогда грузные кисти в лукошко, запасайся лакомством.

Бережный съём плодов — неременное условие любого ягодного похода, но когда отправляются за черемухой, это условие соблюдают особенно тщательно. Ведь черемухе за душистые, красивые цветы уже досталось от разного

рода расхитителей и поломщиков. И если не беречь плодоносящую черемуху, то роскошное дерево превратится в жалкую уродину. Зато, где берегут черемуху, она щедро отзывается на заботу. Заросли этой дикарки бывают так великолепны и дородны, что собирать плоды в них не составляет большого труда — ветки буквально сплошь унизаны кистями, и расположены они невысоко. Такая заросль называется уремой. Где ягод много, там и сбор их, разумеется, легок. Сложнее собирать черемуху в искалеченных зарослях. Рассудительные люди, конечно же, не ломают, не портят ягодное угодьё.

Подолгу хранятся свежие плоды, переложённые листвою. Ящик или решето, наполненные кистями черемухи, ставят в прохладное место, лучше всего в погреб. Берут по мере надобности, до осени. Позже ягоды начинают раскисать, теряют свой сладко-кислый вкус. Чтобы черемуха не переводилась в доме, её лучше всего посушить. Сушить можно на солнце и в печи. Раскладывают ягоды тонким слоем, иначе они слипнутся, закиснут. Если сушку ведут в духовке, то начальная температура не должна превышать 50 градусов, а конечная 60—65. Усыхает черемуха в два с половиной раза, то есть из десяти килограммов сырых ягод получается четыре сухих. Когда плоды высохнут, их перетирают, освобождая от плодоножек. Посторонние примеси тоже удаляют. Хранят высушенные ягоды в холщовом мешке или в ящике, выложенном изнутри бумагой. Сушеная черемуха не теряет своих достоинств до пяти лет. Ягоды, хранившиеся долго, становятся сероватыми — от выступившего сахара.

Неплохо сушеные ягоды истолочь или размолоть. Мука из черемухи — оригинальная начинка для пирогов. Добавляют такую муку и в тесто

для выпечки печенья. Из свежей черемухи варят мусс, готовят вкусную наливку. Для наливки зрелые плоды рассыпают на чистой тряпке, оставляя их так на три дня. Затем черемуху пересыпают в решето и ставят в нежаркую печь или в духовку. Провяленные ягоды толкут, засыпают в бутыль по плечики, заливают чистой водой и настаивают шесть недель. После этого жидкость сливают, подсахаривают, и наливка готова. По вкусу она похожа на вишневку с истолченной косточкой.

Черемуха — растение целебное. Отвары и настои из ее плодов и листьев не уступают чернике — испытанному вяжущему желудочному средству. Ведь в мякоти плодов содержатся дубильные вещества, ценные органические кислоты, а в косточках — гликозид амигдалин. Хорошее противопоносное средство — кисель, приготовленный из размолотых плодов. Чай из черемуховых листьев обладает приблизительно тем же действием. Народная медицина использует еще кору этого дерева: употребляется как мочегонное и потогонное средство. Отварами коры (берут в пропорции 1:10) лечатся от ревматизма и подагры. Не оставались без применения и цветки черемухи. Примочками из них лечили некоторые глазные болезни.

Вообще-то черемуха — одно из древнейших пищевых и лекарственных растений. Неспроста же косточки плодов этого дерева находят при раскопках свайных построек, относящихся к каменному и бронзовому векам. Находила исстари применение и вязкая черемуховая древесина: из нее гнули дуги для упряжи, фигурные заготовки для мебели; толстые пруты шли на обручи для кадок. В наше время отжившие свой век стволы черемух пускают на токарные поделки, ведь эта

старая древесина твердая, упругая с красивым буровато-желтым ядром. Обладает хозяйственным свойством и кора нашего милого деревца. Когда-то из коры получали прочные краски — зеленую и бурую.

Польза от черемухи еще и та, что с ее цветков пчелы берут щедрую дань в виде нектара и пыльцы. Когда заблагоухают в саду роскошные белые кисти, посмотрите, сколько тут паломничает пчел и шмелей! И никто из них не улетает от черемухи без подаяния.

Черемуха — неприхотлива. Конечно, на плодородных почвах ей особенно привольно, но она мирится и с бедными суглинками. Лишь бы неглубоко залегали грунтовые воды, до которых черемуха большая любительница. Потому-то роскошнее, чем где-либо, черемушники разрастаются вдоль речек и на прирусловых поймах. Хороши заросли этой древесной породы в сыром малозатененном мелколесье, по оврагам и вдоль пойменных лугов. Помимо невзыскательности к почвам, черемуха к тому же и весьма зимостойка. На что уж лютые зимы в Сибири, но и там она распространяется вплоть до Енисея. За Енисеем во всей Восточной Сибири произрастает черемуха восточная, которая ни в чем не уступает обыкновенной: и обликом, и хозяйственной пользой, и целебными свойствами. На Севере черемуха «поднимается» до самых высоких широт, до тундры.

Размножается деревце семенами и отводками. Если вы захотите размножить у себя черемуху в саду, не обязательно пересаживать молодые деревца из леса. Черемуху можно разводить и семенами, но сеять их надо осенью, подбирая участки с довольно плодородной почвой. На другой год весной появятся всходы, которые надо

огородить, чтобы не вытапывали. Кто обзаведется семенами поздно, скажем зимой, должен семена стратифицировать. Прием этот заключается в следующем: семена погружают в чистый влажный песок, насыпанный в ящик или в глиняный горшок, и ставят его в прохладное место, в погреб или подвал. Когда семена начнут наклевываться, ящик выносят наружу и ставят в снег. Бывает это в феврале. Спустя два месяца семена высевают в грунт. Всходы появятся в мае. И если черемухе не мешать расти, она за три года «вымахивает» до полутора метров. Первые плоды деревце завяжет в пятилетнем возрасте. Уход за черемухой сводится к поливу в сухое лето и к подкормкам.

Размножается черемуха и черенками. Срезают их весной, в пору сокодвижения. А в лесу черемуха размножается корневыми отпрысками, порослью от пня, а также при помощи корневищ. Эту способность черемухи захватывать новые территории неплохо бы использовать при облесении оврагов и берегов рек: корни дерева будут крепко защищать грунт от размывания.

Где растет черемуха, там воздух чист и здоров. Ведь запашистое растение обладает бактерицидными свойствами — убивает вредную микрофлору. В садах черемуха отпугивает мух и других надоедливых насекомых, придавая садовому участку уют и привлекательность. Между прочим, отварами из ее коры можно сгонять насекомых с других плодовых насаждений — с крыжовника, малины, смородины. В коре черемухи, как и в ее цветках, содержится много активных фитонцидов — растительных ядов. Они-то и убивают вредных насекомых. Кстати, кто заламывает черемуху и приносит цветущие веники в дом, несомненно, вредит не только деревцу, но и себе.

Эти букеты-веники источают в комнате так много фитонцидов, что присутствующие там чувствуют головокружение, а то и более тяжкое недомогание. Черемуха красива лишь на свежем воздухе.

## Его зовут терновник

В щедром августовском лесу много всяких гостинцев. И грибами он одаряет, и ягодами; только искать умей, только бережливым будь. Вот в загрузлой, пряной листве терновника тоже припасен гостинец — темно-лиловые с краснинкой сливины. Срывай сочные, наливные плоды, в каждом из них и кислинка, и сладинка, и холодок. Только шипов берегись, терн умеет постоять за себя. Каждая его ветка клыкаста, колюча, того и гляди, вонзится в протянутую руку. Терновник из-за шипов так и называют в научном обиходе — слива колючая. Терн, тернии — колючки, значит.

Растет этот кустарник в смешанном лесу, по опушкам, оврагам и вдоль побережий рек. Особенно его много в степи и лесостепи. Именно здесь можно отыскать непроходимые заросли дикой сливы. Кому доводилось бывать в Карпатах и на Кавказе, тот, наверное, заметил, что терновник там поднимается высоко в горы, набираясь на скудной почве какой-то особенной терпкости и даже горечи. При изобилии садовых слив южане почти не берут терна, предоставляя его урожай в распоряжение четвероногих и пернатых. Но кто хоть раз попробовал варенье из колючей сливы, тот не погнушается подношением сурового кустарника, не оставит в пренебрежении этот скромный дар природы. Даже когда других фруктов бывает много.

Плоды терновника богаты глюкозой и фрук-

тозой, содержат они также свободные органические кислоты, пектиновые и дубильные вещества, придающие продукту вязкость и терпкость. Имеется в дикой сливе и витамин С. В ядрах косточек накапливается до 37 процентов жира, из которого можно изготавливать горькоминдальное масло. Терновые ядрышки несъедобны, как несъедобны они у алычи, абрикосов и сливы: в них находится ядовитый гликозид амигдалин. Косточки терна плохо отделяются от мякоти, поверхность их створок ямчатая. Форма плодов варьирует от овальной до шаровидной. Плодоносит деревце ежегодно.

Собирают терн для еды после заморозков, когда содержание дубильных веществ снижается и плоды делаются более вкусными. Лежкость плодов отменная, хранятся свежими до трех недель. Из терна, кроме варенья, готовят сок, мармелад, повидло, а также наливки и компоты. В промышленном производстве колючая слива в чести у виноделов: плоды перерабатываются на плодое вино, уксус, из них готовят также настойку-терновку.

В народной медицинской практике отвары плодов и цветки терна применяют как кровоочистительное средство. Пьют этот отвар также от кашля, при охриплости и для улучшения пищеварения. Водный настой на цветках считается мягким слабительным препаратом и назначается даже детям (на стакан воды берут две чайные ложки сушеных цветков, настаивают 8 часов). Цветки колючего кустарника собирают в мае, до появления листьев. Сушат цветки в тени, раскладывая на бумаге нетолстым слоем. Биохимики обнаружили в них эфирные масла, дубители и горечи.

Совсем другим действием обладают плоды

терна: они не послабляют, а закрепляют расстроенный кишечник. Еще древние врачеватели использовали сгущенный сок терна для прекращения дизентерии. Тем же действием обладает и жидкий экстракт из плодов. Его надо принимать по столовой ложке три раза в день. Молодые листья терновника тоже целебны — их настой употребляют как мочегонное средство. Этот настой помогает улучшить обмен веществ в организме. Издавна известна в народе и целебная сила корней и коры терна. Отвары корней обладают потогонным действием, а отвары коры — жаропонижающим: помогают человеку при заболеваниях, сопровождающихся высокой температурой. Готовят на коре и примочки при рожистых воспалениях. Небесполезны и листья терна. Их примешивают в чайную заварку — придают напитку приятный аромат и своеобразный привкус.

Отечественные терновники обладают хорошей засухоустойчивостью и морозостойкостью, к тому же они солевыносливы, и эти их свойства давно привлекают селекционеров. Скрещиванием дикого терна с садовой сливой были выведены интересные гибриды, так называемые терносливы. В любительских садах до сих пор популярны селекционные сорта терносливы: Терн десертный, Терн сладкий и Ренклюд терновый. Их крупные, лежкие плоды превосходны по вкусу, и к тому же питательны, целебны. Темно-фиолетовые сливины с сизым налетом буквально облепляют гибкие ветки, ежегодно давая приличные урожаи. Мякоть терносливы зеленая, легко отделяется от косточки. Плоды терносливы, как и плоды терна, хороши для варенья, повидла, маринадов, киселей и даже годятся для маринования. Маринованный терн вполне может соперничать с масли-

нами. Кто припасет да засушит дикого или окультуренного терна, тот обогатит компотную смесь оригинальным продуктом. Из семян дикого терновника готовят суррогатный кофе: после обжаривания ядра косточек становятся безвредными.

Терн вполне можно рассматривать как перспективный плодовый кустарник. Таким он, кстати, уже признан в Поволжье. Но многие садоводы им все-таки пренебрегают. А ведь терновнику даже садовой земли не требуется, достаточно посадить его вокруг сада, по соседству с боярышником, иргой, акацией и спиреей, которые образуют живую изгородь, непроходимую для скота и зайцев. На этом месте терн окажется не только зеленым сторожем, но и верным хранителем почвы, защищая ее от смыва полыми и дождевыми водами. Размножают дикую сливу семенами и корневыми отпрысками. Побыв года четыре в школке, кустарник быстро начинает вытягиваться, развивая мощную корневую систему. Сажают его вдоль солнечной стороны сада, поскольку растение светолюбиво.

Взрослый кустарник достигает трехметровой высоты. Иногда это уже небольшое деревце с кроной шатром. Побеги тонкие, желтоватые, а то и красно-бурые. Их кожица поверху усеяна светлыми точками. Укороченные ветки оканчиваются крепким шипом. Листья у терна, как у вишни, кожистые, продолговатые, по краю они с зазубринами. Окраска листа темно-зеленая. Цветки терновника распускаются раньше листьев, и бывает их так много, что крона делается сплошь белой. Душисто повевает со стороны терновых зарослей. И любят же в этих цветках паломничать пчелы, собирая медовый взятки! Выходит, терновник не только красив, но и полезен по весне.

В диком состоянии у нас обитает семь видов слив. Их плоды съедобны, могут быть употреблены в пищу как свежими, так и после переработки. Некоторые сливы содержат красящие и дубильные вещества. Очень интересна слива растопыренная — близкая родственница лесного терна, растет она на Кавказе. Это уже не кустарник, а высокое, многоствольное дерево с колючими, тонкими ветвями. Встречается в ореховом подлеске, на каменистых склонах, по ущельям и долинам. Местное название ее — алыча. Плодами растопыренной сливы любят лакомиться медведи и кабаны. Немало их попадает и в руки заготовителей. Местное население умело готовит алычовый лаваш, представляющий собой пластины из вяленой плодовой мякоти. Алычовый лаваш — вкусное, лечебное (противоцинготное) кушанье, его едят как отдельно, так и в виде приправ ко вторым блюдам. Обилие лимонной кислоты делает этот продукт особенно ценным.

В Тянь-Шане, на горных склонах Чаткальского хребта, растет ферганская слива. С собой она невысокая и к тому же без колючек на ветвях. Кора ее молодых побегов серая, а более вызревших — коричневая. Цветки ферганского терновника распускаются одновременно с листьями, плоды круглые, розоватые. Внутри каждой сливины — крупная, легко отделяющаяся косточка. Некоторые ученые полагают, что эта слива произошла в природе от скрещивания других форм диких терновников.

Кустарник терн или дерево? На этот вопрос единого мнения у ботаников нет. Считают, что он может быть и кустарником, и деревом, в зависимости от экологических условий. Растет терн довольно быстро: в семилетнем возрасте он уже цветет и плодоносит, а в девять лет становится

выше человеческого роста и толщиной ствола у корневой шейки в руку. Но почему же в лесных чащобах редко отыщется самосев? Заглушает лесной полог, ведь терн не мирится с нехваткой света. Только в окружении бересклета, орешника и крушины хорошо «чувствует» себя терновник. На лугу он превосходно уживается с ивняками. Бывают и чистые заросли терна. Их много вдоль равнинных рек: Цны, Суры, Сейма, Хопра, Ворсклы и Северного Донца. Старожилы Фроловского района (Волгоградская область) еще помнят огромные заросли этого плодового кустарника на месте теперешнего хутора Терновка. И сливы наливались крупные, сладкие; созревали в августе. В Бурлукской долине до сих пор встречаются обильные заросли дерезника — так еще называют терн. Особенно много его в заброшенных садах, куда он попал когда-то с диких зарослей.

Терн, скрещенный с алычой, еще в древности подарил людям домашнюю сливу. Вот уж более двух тысяч лет, как она занимает в садах почетное место. А есть места, к примеру Дальний Восток, где слива — главнейшая плодовая культура. На домашнюю сливу похожи и так называемые терновки. Сейчас в ходу устойчивые сорта терновок — Сизый голубок, Козловский и Ренклюд синий. Успешно проводились скрещивания песчаной вишни и терна. Так что колючий кустарник с мелкими терпкими плодами интересен во многих отношениях, и прежде всего со стороны его генетической ценности. А она у него, как видно, высокая, что и выдвигает настоятельную потребность в охране дикорастущего терновника. Он еще послужит людям.

## Шиповник

Шиповник так примечателен, что его не спутаешь с другим кустарником: колюч, как ежик, и красив, как роза. Впрочем, шиповник и есть роза, только дикая. Именно он «подарил» людям свою младшую дочь, ставшую царицей цветов. Старшие же его дети колючим характером и всем обликом в родителя — такие же шиповники. Их много в различных концах нашей страны, произрастающих дико и разводимых в садах. В почин лета они дружно украшаются крупными розанами цветов, а в первоосень прихорашиваются рдяными бусинами ягод. Красные, оранжевые, желтые, — все расцветки сердолика присущи этим спелым плодам.

Но только ли красотой славится шиповник? Издавна его величали лекарством от сорока болезней. Шипшина — плоды шиповника — остается в чести у современных медиков, как она когда-то была в чести у народных лекарей. Потребность в целебном сырье настолько велика, что плоды дикой розы собирают повсеместно. Особенно ценятся высоковитаминные шиповники. Ведь в них витамина С в 10 раз больше, чем в прославленной черной смородине, и в 100 раз больше, чем в яблоках! Два плода дикой розы обеспечат человека этим витамином здоровья и бодрости на целый день. Но так щедр лишь вовремя и правильно собранный шиповник. И конечно, правильно высушенный.

Собирают плоды шиповника осенью, до заморозков. Промороженная шипшина при оттаивании теряет свои целебные свойства, такой продукт годится лишь для соков и сиропа. Срывают плоды в плотных перчатках или брезентовых рукавицах; с голыми руками к клыкастому кус-

тарнику не подступиться. Складывают оранжево-красные бусины в корзины, берестяные коробки и в ведра. Плоды нельзя сминать, с них нельзя обрывать чашелистики, торчащие спереди. Без чашелистиков сбор быстро плесневеет, портится. Важно также собранное сырье без промедления пустить в сушку. Для сушки шипшину раскладывают на решета и ставят в протопленную печь. Температура воздуха в ней должна быть градусов 80—90. «Измеряют» ее с помощью бумажки: если бумажка не тлеет и не сильно желтеет в печи, то можно приступать к сушке плодов. Первые час-два трубу в печи не закрывают, затем ее закрывают наполовину, к концу сушки трубу закрывают полностью. На юге страны шиповник сушат на солнце.

Правильно высушенные плоды не перетираются в порошок, они всего лишь разламываются в пальцах. Сушеную шипшину очищают от чашелистиков. У лекарственных видов шиповника, где был чашелистик, обнажается круглое отверстие. У нелекарственного, собачьего, шиповника плод запечатан пятиугольным диском. Окраска сушеных плодов оранжево-красная или буроватая. Стенки их хрупкие, морщинистые, изнутри выстланы щетинками. Нормально высушенная шипшина содержит до пяти процентов витамина С, каротин, сахара, дубильные вещества, пектины, лимонную кислоту и соли калия. Из микроэлементов имеется железо, марганец, фосфор, кальций и магний. Из шиповника готовят витаминные препараты — водные настойки, сиропы, порошки и таблетки.

Свежие плоды употребляют для обогащения витаминами разнообразных кулинарных и кондитерских изделий. Весьма полезен сок шиповника, который сохраняется несколько дней. Ви-

таминный чай готовят из смеси шиповника с черной смородиной или с ягодами рябины. Смесь заливают кипятком и настаивают около часа. Затем настой процеживают через марлю, подслащивают сахаром. Настои и чаи из шиповника укрепляют организм против инфекций и вредных воздействий загрязненной среды. Витамины возвращают силу истощенному организму, лечат малокровие и атеросклероз.

Сироп из шиповника готовят так. Промытые плоды заливают горячей водой, после чего кастрюлю ставят на огонь; кипятят минут 20, помешивая содержимое. Затем массу отжимают через 2—3 слоя марли, а полученный сок отстаивают сутки. Прозрачный слой сока сливают, сдобривают его сахаром в соотношении 1:1,5 и варят, пока не получится густой сироп. Горячим сиропом наполняют чистые бутылки, закупоривают их и ставят в подвал или погреб.

Чтобы приготовить кисель из шиповника, сухие плоды сначала толкут в ступке и в виде порошка подсыпают в кипящую воду. Кипятят 20 минут, потом отвар процеживают через три слоя марли, чтобы не проникли волоски, добавляют необходимое количество кипятка, сахара и немного уксуса. Смесь нагревают до кипения, после чего в нее добавляют разведенный в холодной воде крахмал. Такой кисель — вкусное диетическое блюдо. Съедобны и лепестки шиповника. Из них получается нежное варенье, не похожее ни на какое другое. Используют лепестки также для отдушки вин, наливок и чая.

Плоды собачьего шиповника истари применяют как желчегонное средство. Народная медицина врачевала им при желтухе и камнях в желчных протоках, а также при болезнях почек и мочевыводящих путей. Отварами лечились от про-

студы. Находили целебными и листья: водный настой на них будто бы помогает при желудочно-кишечных расстройствах, а сироп из листьев с медом избавляет от изъязвлений в ротовой полости. Приложенные к коже листья помогают при экземах. Научная медицина признает лекарственные свойства собачьей розы. Ее жидкий экстракт прописывают для лечения воспаленной печени и желчного пузыря. Растет собачий шиповник в основном в степных районах страны, но попадаетея и в более северной полосе.

А сколько всего видов шиповника у нас? Ботаники подскажут — 60. Многие из них — настоящие фабрики витаминов. Один из самых распространенных высоковитаминных видов шиповника — роза коричная. Это невысокий кустарник, приблизительно в рост человека. Ветви его блестящие, красно-бурые. Цветоносные побеги снабжены парными шипами, загнутыми книзу. Шипы отходят от основания листьев. На листоносных побегах шипы более тонкие. Молодые ветки всегда усеяны шипами гуще, чем старые, зато на последних они значительно крупнее. Цветки коричневого шиповника одиночные, крупные и весьма привлекательные: на зеленом бархате листья пылают темно-красные розы с отметинами из многочисленных тычинок и пестиков. Плоды круглые или несколько удлиненные, оболочка их оранжево-красная. Каждая такая кубышечка как бы наполнена витаминами. Под сочной, кисло-сладкой оболочкой заключено множество желтоватых орешков, это семена шиповника. Плоды не осыпаются с кустов до серьезного прихода зимы.

Роза коричная селится на речных поймах, заливаемых лугах, по закустаренным местам и лесным опушкам, а также на вырубках и в оврагах.

Обширные заросли этого витаминного чемпиона попадают в Поволжье и Приуралье. Распространен в лесной и лесостепной зонах страны, в Сибири доходит до Байкала. В приусадебном саду шиповник коричный — растение излюбленное. Еще в старину свороборина, как тогда называли дикую розу, снискала к себе уважение и любовь садоводов. Приятна для глаза, полезна для души.

Несомненную ценность представляют кубышки витаминов иглистого шиповника. Ветви этой розы буроватые, усеяны тонкими прямыми шипами. Плоды с конечный сустав мизинца. Растет шиповник от западных до восточных границ нашего отечества, доставляя ценителям природы большую радость. Еще один шиповник — роза даурская. Ветви ее черно-пурпуровые или темные с краснинкой, шипы желтовато-серые, оттопыренные, несколько изогнутые, расположены попарно у основания веток и листьев. Расцветает шиповник темно-розовыми цветами, плоды дает разнообразных форм — круглые, яйцевидные, продолговатые. Даурская роза прочно обосновалась на юге Восточной Сибири и на Дальнем Востоке.

Лекарственными свойствами обладает роза Беггера, с сизоватыми ветвями и крупными изогнутыми шипами. Цветки как снег белые, да и расположены они не одиночно, а в метелках. Плоды мелкие, круглые, окраска их может быть красной или черноватой. Чашелистик с верхушки плода облетает еще до съема кубышек. Шиповник Беггера растет в горах Тянь-Шаня, Памиро-Алая и Джунгарского Алатау. Места эти малодоступные, поэтому сборщикам шипшины достается лишь незначительная часть урожая. В тех же гористых местах попадает и роза Федченко — огромный кустарник с крупными, прямыми ши-

пами. У него-то уж цветы с чайную чашку, но защищены они железистыми щетинками, обметавшими цветоножки: не сорвешь, не подденешь пальцами. У богатырского шиповника и плоды гигантские — до 5 см длиной. С собой они продолговатые, наверху вытянуты в шейку. Иногда попадают, как мячики, круглые. Роза Федченко растет в Средней Азии, западном Тянь-Шане и на Памиро-Алае.

Менее экзотична роза морщинистая, хотя и ее рост не мал — два метра. Но что удивляет, так это толщина побегов, с толстую палку. Шипы обильно рассеяны на ветвях. Прозвище «морщинистая» роза получила из-за листьев: они у нее морщинистые, по форме округлые. Цветки красные, реже белые и тоже крупные, с ладонь. Плоды морщинистого шиповника пышечкой, мясистые, ярко-красные. Распространен на Дальнем Востоке, на Сахалине и Камчатке. Его много встречается по морскому побережью. Благодаря мясистым плодам эта кубышка витаминов вводится в культуру. Крупноплодные виды шиповника вообще представляют интерес для широкого освоения. Ведь дикая роза от природы наделена полезнейшими свойствами.

## Рябина

Рябина в саду, под окном, на улице — везде оказывается кстати. В селе и в городе она одинаково красива и полезна. Мы любим ее так же, как любовались наши предки много лет, веков назад. Рябина воспета в песнях, о ней сложены стихи и загадки. В одной из загадок, бывшей в обиходе у пензенских крестьян, о рябине сказано: «Под ярусом, ярусом висит зипун с красным гарусом».

Из 80 видов рябин, встречаемых на земном шаре, 34 произрастают в пределах нашей страны. Среди них есть как высоченные деревья, под 30 метров, так и стелющиеся, а также плакучие формы. И плоды диких рябин неодинаковы: одни настолько горьки и терпки, что их свежими едят только «с морозца», когда они становятся слаще; другие и без подмораживания сладкие.

Почему после осенних морозов рябина слаще?

Потому что ее плоды приобретают дополнительную сахаристость, становятся менее горькими и терпкими. Биохимические изменения, вызванные примораживанием, сводятся главным образом к гидролизу сахарозы, распадаемой под действием фермента инвертазы на глюкозу и фруктозу. Фруктоза — плодовой сахар — придает плодам сладость. Кроме того, плоды рябины (как и других семечковых) содержат некоторое количество крахмала, который на холоде осаживается. Мороз изменяет также соотношение пектиновых веществ: количество растворимого пектина нарастает, а нерастворимого (протопектина) — падает. Плоды размягчаются. Не оста-

#### Химический состав плодов рябины

Показатели	Черноплодная	Невжинская (сорт Кубовая)
Сухие вещества, %	33,53	27,63
Сахара, %	9,44	9,45
Кислотность в пересчете на яблочную кислоту, %	0,82	2,18
Аскорбиновая кислота, мг %		
на сырой вес	79,69	134,48
на сухой вес	237,66	486,71
Каротин, мг %		
на сырой вес	5,62	19,35
на сухой вес	14,94	45,48

ются безучастными яблочная кислота и дубильные вещества, их содержание уменьшается. Снимают плоды рябины кистями (с плодоножками и несколькими листьями), но делают это осторожно, чтобы не повредить замещающие почки. Конечно, сборщику урожая необходима стремянка. Хранят рябиновые кисти на чердаке, в сенях или погребе.

Из сладкоплодных рябин самая замечательная, пожалуй, невежинская, названная так по владимирской деревне Невежино, где, как полагают, она была впервые найдена и размножена. Невежинская рябина интересна во многих отношениях. Ее плоды имеют до 9 процентов сахаров, почти столько же, сколько и у черноплодной, листья и кора обладают фитонцидными свойствами, губительно действующими на вредные микроорганизмы. Древесина этой рябины — ценный поделочный материал. Раньше из нее охотно резали посуду и токарные изделия. Дерево невежинской рябины живет 100 и более лет, достигая 30 сантиметров в поперечнике. Невысокая ростом, она не затрудняет сбор урожая. А урожай значителен: 80—100 килограммов с хорошо развитой кроны.

Когда-то невежинскую рябину в больших количествах заготавливали для производства винных наливок, названных для благозвучия «нежинскими». В наше время плоды рябины также пользуются промышленным спросом. Но особенно много их идет для домашней переработки: на варенье, кисели, сиропы. При сноровке удачно получается моченая рябина. Все эти продукты неповторимо украшают стол, питательны, тонизирующе действуют на организм.

Красный гарус рябиновых плодов все чаще стал появляться на деревенских и поселковых

улицах. Думается, что природолюбцы распространят на него свое особое покровительство.

## Калина

Дважды в году калина бывает ярче своих напарниц — в открытие лета и глубокой осенью. Действительно, кто в начале июня равнодушно пройдет мимо калинового куста, разубранного кипенно-белым узорочьем и душистого, душистого. Будто венчальная фата прикрыла роскошные кудри — так выглядит калина при цветах и листьях. А как опадут лепестки и завяжутся дробинки плодов, милый кустик совсем делается простеньким, обычным. Разве что зеленое платьице у него поприметнее — крупные, трехлопастные листья с зазубринами по краям придают калине дородность и пышность.

Зреет лето, разрастаются, полнеют ягоды. Когда осень справит свое новоселье, они нальются терпким, горьковатым соком и к тому же зардеются, будто раскалятся на последних жарких днях. Зеленый куст опятнается красными кистями, будто наденет разноцветный сарафан. Но в таком наряде он еще не самый яркий в лесу: в похожих сарафанах стоят рябины, боярышники, барбарисы, бузина. И только листопад выявит, чьи ветки симпатичнее. При полном разгроме листвы одна калина оказывается еще более красивой. Тяжелые, сочные кисти, отливающие лаком упругой кожицы, выделяют куст, делают его живым самоцветом. Редющий яшмовый лист, слетая, освобождает киноварные краски ягод, предоставляет им полную игру света и тени. Между тем как у всех других ярких ягодников листва уносит с собой значительную часть красоты.

«Хвалила себя калина, что она с медом хороша» — полуулыбчиво, полушутя замечает крестьянская пословица. Да и перед каким же яством калине устоять без меда, если ягоды ее так кислы и горьки, что сводят рот? Впрочем, если приноровиться... Понравится и станет просто лакомством замороженная калина. Побывают кисти на морозе недельку-другую, прозябнут, провянут так, что отшибется лишняя горечь и даже подсластится чуть запашистая ягода. Вот когда ее снимать с кустов или с жердей, где сберегали до срока! Ешь теперь — хочешь свежую, парочка горстей не помешает, хочешь пареную вроде каши или в пирогах-калинниках. Положит бывало бабушка щепоть калины в ржаное тесто, завернет пирожком, расправит, затем запеленает сухим капустным листом — и на противень. А там уже пирогов таких целая дюжина. Поставит противень в печь на вольный дух, пусть потомятся и зажарятся. А как хлебом потянет, как запахнет лакомством — открывай заслонку, вынимай готовые калинники. Лист капустный отрясется, и вот он, пирог, с кислинкой, с сладинкой, с лесным душком!

Начиняют калиной и ватрушки, для этого ягоды распаривают и немного сдобривают сахаром. Из дикуши лесной и мармелад, и пастилу, и кисель — во всех яствах отменна. Умельцы ягодных заготовок заливают калину сахарным сиропом. Плоды предварительно перебирают, моют, укладывают в подготовленные горячие стеклянные банки, после чего заливают крепким сахарным сиропом. Полулитровые банки выдерживают в кипящей воде четверть часа.

Вкусна и полезна калина, протертая с сахаром. Ее пикантный запах и горчинка будут оценены зимой с особым рвением. Но есть лакомст-

во, которое в почете не только у любителей. Название ему — калина в сахаре. В этом продукте каждая румяная ягодка — конфета. Покрытая корочкой из сахарной пудры, она выглядит весьма привлекательно — чистый сахарный шарик. Положишь в рот — тает, раскусишь — обдаст освежающей кислинкой. Сколько ни угощайся, все кажется мало. И стар и мал любят калину в сахаре, едят да похваливают. Перед тем как обвалить ягоды в пудре, их смачивают, а уж потом вскруживают в плотной посуде. Хранятся такие конфеты достаточно долго.

Калина — старинное лекарственное растение. Промороженные свежие ягоды помогают при язве желудка, колитах и других желудочных недомоганиях. Полезна лесная дикарка и тем, кто нуждается в общеукрепляющем, витаминозном средстве. Зимой калину хранят в снегу: кисти складывают в ящик, который затем и закапывают в сугроб. Не испортится ягода и в леднике, и просто в неотапливаемом помещении.

Полезными свойствами у калины обладают, по существу, все органы. Скажем, настой на ее цветах принимают против сыпей и золотухи, а отвар из корней — от простуды и удушья. Но самая целебная часть деревца — кора. Она содержит обширный набор органических кислот, а также гликозид вибурин, дубильные вещества и смолы. Аптеки заготавливают кору лишь с разрешения лесника и только в тех местах, где изобилие калиновых зарослей. Причем снимают кору не на кольцо, а полосками, чтобы побеги не погибали. Делают это в пору сокодвижения. Сушеная кора покрывается морщинками и очень редко остается гладкой. Цвет ее поверхности сероватый с заметными чечевичками. Запах заготовленного сырья слабый, на вкус оно горькова-

то-вяжущее. Сушку ведут на открытом воздухе в тени.

Препараты из коры калины благодаря вибури-ну обладают кровоостанавливающим действием, почему и применяются врачами против внутренних кровотечений. Народная медицина использовала кору калины как целительное средство при нервных расстройствах и от бессонницы. Ветеринары применяют ее для лечения органов дыхания у коров и коз.

Мировая флора насчитывает до 200 видов калины, из которых 10 видов произрастают в пределах нашей страны. Самая известная и самая распространенная — калина обыкновенная, крупный, раскидистый кустарник, воспетый в народных песнях и сказаниях. Цветущие веточки этой калины ставили на свадебном пиру — в знак счастья. А в задушевных песнях, звучавших там же, самым любимым припевом был: «Калина моя, малина моя». И уж непременно на калиновом мосту бился богатырь с семиглавым чудовищем...

Калина — близкая родственница жимолости, и, подобно жимолости, она вырастает довольно крупным кустарником. Попадаются особи до пяти метров высоты, а это для кустарника совсем не мало. Живой ствол покрыт зеленовато-серой корой, которая с возрастом буреет. Листья расположены на ветках супротивно, каждая пластинка разрезана на три, а то и на пять лопастей. По краям лопастей видны крупные зубчики. Поверхность листьев сверху кажется голой, но понизу она явно обметана пушком. Летом одежда ветвей зеленая, в почин осени — желтая, а как обожгут серьезные утренники — листва становится пурпуровой. В листопад круглый куст оказывает-

ся при ярких плодах и ярких листьях. Не куст — картинка!

Помимо обыкновенной калины, славится у нас также городовина. Этот вид калины обладает блестящими черными плодами, созревающими в начале осени. Листья городовины тоже супротивные, но по форме не в виде трезубцев, а овальные; снизу затянута серым войлочком. Плоды съедобные, но берут их редко, поскольку городовина произрастает на Кавказе, в Крыму и Западной Украине, где осенью и без того бывает обширный выбор ягод.

Жителям Приморья хорошо знакома калина буреинская. Ее плоды, как и у городовины, черные. Листья с зубчатым краем, опушены лишь вдоль нижних жилок. Еще одна интересная калина — вильчатая. Растет на Сахалине и Курилах. Там попадаетея и калина Райта, с ярко-красными, сочными ягодами. Плоды всех этих калин собирают в пору полной зрелости, желателно даже после промораживания. Кисти срезают ножом и укладывают в корзины. Дома их развешивают пучками на чердаке или сушат в печи. Сухие кисти обминают, отделяя ягоды от плодоножек. Сушеные ягоды со впалыми бочками, морщинистые, но поверхность их кожицы остается блестящей, как у свежих плодов. Запах продукта слабый, вкус горьковато-кислый. Если разжевать такую ягоду, внутри ее окажется плоская косточка. Интересно, что по содержанию витаминов наша калинушка превосходит даже экзотический лимон.

Плодоносит калина весьма обильно, причем каждый год. На что уж прошедшая зима была суровой, но и она не побила плодовых почек славной калинушки. А ведь сильно подмерзли не одни садовые культуры — яблони, крыжовник, виш-

ни; даже лесные обитатели, такие, как дуб, рябина и терн, заметно пострадали. Нигде после такой зимы на плодовые нет урожая, одна калина перегружена тяжелыми кистями. Вот уж будет чем птицам подкормиться! А часть урожая само собой пойдет в награду любителям лесных гостинцев. Угощайтесь, лакомки, да не забывайте про живые кусты, поставленные природой под вашу охрану.

Говорят калине свое спасибо и пасечники, чьи ульи заметно тяжелеют в пору цветения этого кустарника. Между прочим, декоративная калина — снежный шар (научное прозвище — бульденеж), хоть и цветет истово, но плодов не завязывает, нектаром и пылью пчел не угощает. Потому такая калина и разводится лишь в парках да городских садах, где нужна просто как декорация. Но исконная жилица русского леса знатна и красотой и немалой пользой. Например, древесина ее — твердая и вязкая, — когда-то употреблялась на сапожные гвозди. Калиновый гвоздь чуть ли не соперничал с медной шпилькой.

И еще одно хорошее свойство обыкновенной калины — она легко свыкается с городской обстановкой. Фабричные и заводские дворы вполне могут «зазывать к себе» лесную дикарку. Ничего, что и тени там много окажется, только бы влага была: калина не терпит безводья. Она так и представляется растущей у ручья. Значит, и на новом месте потребует схожих условий. В саду калина великолепна в роли зеленой защиты — сажают по краям участка. Разводят порослью, отводками, делением куста и зелеными черенками.

## Барбарис

Как ни колоритны терема золотой осени, а кусту барбариса не затеряться в них, будь то на лесной поляне или в саду. Пурпурная листва, плотно кутающая тонкие побеги, красные кисти плодов, свисающие роскошными монистами, выделяют барбарис среди нарядных подружек. Залюбуешься таким кустиком, а раз остановился — попробуешь и его ягод. Из лесных гостинцев, пожалуй, только плоды барбариса можно назвать живыми леденцами: кислят, сладят, холодят. И много же их на ветках, не куст — картинка!

Барбарис — обладатель острых шипов, торчат гладко отточенными трезубцами. Так что «обращаются» с ним деликатно, не то уколет за неосторожность. Шипы барбариса не что иное, как видоизмененные листья, из пазух которых вырастают пучки настоящих листьев — тонких, перепончатых, по краям зубчатых, длиной с мизинец. Пурпурными листья становятся лишь под осень, а до того они зеленые. Кора побегов тоже нарядная — рыжевато-серая. Цветет кустарник в самом начале молодого лета. Цветки желтые, душистые, собраны в повислые кисти. В этих кистях любят паломничать пчелы: барбарис — отменный медонос. Обычно кустарник селится по затененным опушкам, на песчаных холмах, вдоль речек, особенно по склонам, и среди кустарников. Стойкий к морозам, не боится зимы и неприхотлив к почвам. В насаждениях барбарис обыкновенный встречается вплоть до Архангельска, но дико, растет в основном в Крыму и на Кавказе; хотя попадает и в средней полосе России.

Ягоды барбариса особенно вкусны после первого осеннего заморозка. Едят как свежими, так и после переработки. Из них готовят соки, квас

(почему и местное прозвище кустарника — «квасница»), варят варенье, джем, мармелад и конфетную начинку. На Кавказе из ягод барбариса делают приправу к шашлыку и овощным блюдам: заменяют каперсы. Для этого по осени срывают плоды целыми веточками, укладывают их в банки, куда затем заливают прокипяченную соленую воду (на 3 стакана воды требуется 100 г соли). Закрытые банки обвязывают, хранят в прохладном месте.

Варенье из барбариса готовят так. Собранные ягоды очищают, замачивают в тепловатой воде, после чего вынимают косточки (можно и не вынимать) и варят в сахарном сиропе минут тридцать. Сироп делается просто: на килограмм плодов берут шесть стаканов воды, в которой и растворяют около двух килограммов сахара. Барбарисовое варенье запоминается надолго, обладает приятной кислинкой и охлаждающим вкусом. Весьма аппетитен мармелад из барбариса. Чтобы его приготовить, спелые ягоды очищают, моют, затем варят в воде. Разваренные плоды откидывают на решето, а когда вода стечет, их протирают через сито, массу смешивают с сахаром (750 граммов песку на килограмм массы), после чего ее уваривают до готовности.

Молодые листья барбариса тоже съедобны, их употребляют вместо щавеля, содержат яблочную кислоту и жизненно важные витамины. Из свежих листьев готовят салаты и разного рода маринады — обладают противогинготными свойствами. Незрелые ягоды, кора, листья и даже корни барбариса богаты алкалоидом берберинном, способным останавливать кровь, усиливать работу сердца и понижать кровяное давление. Берберин помогает оттоку желчи, облегчает острые боли, унимает воспаление печени и желчного пу-

зыря. Препараты, содержащие берберин, нельзя принимать при беременности.

Целительные свойства барбариса известны людям с глубокой древности. В средние века это растение применяли даже при желтухе и малярии. Барбарисовый сок — легкое слабительное средство. При недостатке витамина С им снабдят организм даже веточки — стоит их очистить и пососать. Корни и кора барбариса, как уже упомянули, тоже обладают лекарственной силой: их вытяжками полощат рот при воспаленных деснах. Лечат этой вытяжкой и кожные экземы. Водную вытяжку готовят просто: в кипяток кладут измельченную сушеную кору или измельченный корень (из расчета половина чайной ложки на стакан воды), после некоторой выдержки настой пьют по полстакана 3—4 раза в день.

Листья барбариса срывают сразу же после цветения кустарника (в первой половине июня). Собранные листья сушат под навесом или на чердаке. Высушенные в тени листья сохраняют зеленый цвет и своеобразный запах, на вкус слабнокислые. Внешне они скрученные, при сгибании легко ломаются. Хранят листья в упаковке в проветриваемом помещении. Корни этого кустарника копают весной или осенью. Сушат их после того, как промоют и разрежут на куски. Сушеные корни снаружи бурые, внутри желтоватые, кора с продольными морщинками. Разумеется, где барбариса мало, его нельзя выкапывать. Для лекарственных нужд можно этот кустарник разводить в садах (размножают семенами или вегетативно-укорененными отпрысками). Выкапывают барбарис и на обочинах хлебных полей, где он может оказаться вредным: на нем развивается грибок — возбудитель линейной ржавчины злаков.

Ягоды берут зрелыми, сухими, с восковым налетом. Собранные с росой или в дождь, они быстро раскисают и ни для еды, ни для изготовления лекарственных препаратов не годятся. В жаркий осенний день барбарис собирают утром, после схода росы, или вечером. Лучшим справедливо считается утренний сбор — эти ягоды выдерживают даже дальнюю перевозку. Сушат их, как всякие ягоды, на солнце или в духовке на небольшом жару. Свежие ягоды великолепно возбуждают аппетит и утоляют жажду.

Барбарис — один из лучших кустарников для живых изгородей. Его колючие заросли совершенно непроницаемы для домашнего скота. Посаженный вокруг сада в смеси с акацией, боярышником и дикой розой — шиповником, он будет многие годы охранять культурные растения от скусывания и порчи. К тому же барбарис — известный медонос. Где его много, там быстрее тяжелеют ульи. Древесина этого ветвистого, рослого кустарника (достигает трехметровой высоты) как кость крепкая, цветом она желтая, но с бурым ядром. Может быть использована для мелких токарных поделок. Барбарисовый сок с квасцами окрашивает ткани в розовый цвет. С помощью корней когда-то окрашивали кожу, при этом желтый колер получался ярким, прочным.

Барбарисов в нашей стране — 12 видов. Из них наиболее распространен барбарис обыкновенный, тот, что нередок как одичавший в лесной зоне и совсем обычный в лесостепи, Крыму и на Кавказе. Он же приручен и садоводами. На Дальнем Востоке встречается барбарис амурский, обладающий теми же целительными свойствами, как и его обыкновенный собрат. Да и внешне они похожи, разве что листья у барбариса амурского длиннее (до 10 см), да по краям

у них зубчики колючие. Растет в Приморском и Хабаровском краях среди кустарников, на опушках и галечниках. Из ягод амурского барбариса также готовят морсы, карамели, варенье, желе и напитки. Очень интересны среднеазиатские барбарисы — их плоды черные, вроде плодов черемухи, только продолговатые. Как и красноплодные, содержат активное вещество берберин.

Горсточка живых леденцов барбариса кого же не обрадует в сентябрьский знойный полдень! Они кислее лимона и прохладительнее кваса. Берега рек, каменистые холмы, заглохшие овраги, взлелеявшие эти ягоды, будто напитали их соками душистых трав и свежестью степных рассветов. Продолговатые ягоды с двумя крепкими косточками доставят удовольствие и путнику, и землешу, и охотнику. Срывая плоды с куста, помните: часть урожая надо оставить птицам. Они любят кислянку, растаскивая семена ягодника в самые разные стороны. Выходит, пернатые сеятели, питаясь, дают пользу растениям. Несорванные плоды остаются на пруточках барбариса до весны, сочня и подслащиваясь от морозов. Стойкостью к зимним невздам барбарис напоминает калину и сибирский ананас — облепиху. Своим изяществом, своей миловидностью он соперничает с гортензией, чубушником и спиреей. Всем взял барбарис, светолюбивый и засухоустойчивый кустарник.

## Клюква

На склоне сентября, в пору журавлиного отлета, зеленые подушки мха на болоте подрумяниваются вдруг, а кое-где выглядят и вовсе красными. Пройдешь по таким кочкам, и за собой красный

след увидишь. Клюква поспела, пламень-ягода! Крупные бусинки ее плодов зарделись, засочнели, в лукошко просятся. Снимая урожай с болотных грядок, заготавливай впрок несравненную ягоду. Сноровистые сборщики «северного лимона» уходят за клюквой, снаряжаясь «баяном» — заплечным фанерным ящиком и гребенчатым совком на колесиках. Подденешь таким совком россыпь румяных шариков, и на горсточку прибавилась приятная ноша. По одной ягодке брать куда как мешкотно и не споро.

Клюкву собирают дважды в году — осенью и весной. Ягода осеннего сбора тугая, неоднородно окрашенная, зато хранится долго и богата витаминами. Берут до самого покровного снега, пока не заметет болотные уголья. Весенняя, так называемая подснежная, клюква выглядит куда как справно, ягода к ягоде, и все лоснятся от переизбытка сока. Кажется, чуть дотронься до наливного шарика — и он брызнет пурпурным соком. Но кожица клюквы прочная, гибкая. Одно неважно у весенней клюквы — хранится плохо, да и за зиму витамины порастеряла. Остальное все при ней — кислит, холодит, аппетитна. При неограниченном спросе на болотную пламень-ягоду ее берут как осенью, так и весной. Сморщенные, легковесные плоды, те, что пошли под снег незрелыми, приходится откидывать — никакого в них толку нет.

А чем же полезны спелые, полноценные ягоды? Клюква — поистине скопидомка: в условиях уютной болотной жизни она ухищряется накопить богатейшую гамму питательных веществ. В ее плодах обнаружены глюкоза, фруктоза, органические кислоты — лимонная и бензойная, обладающая противогнилостным свойством. Поэтому клюква и не плесневеет, не портится месяца-

ми. Ее законсервировать — дело совершенно простое. Собранные по осени ягоды заливают водой и хранят так до серьезных морозов. Затем воду сливают, клюкву замораживают, пользуясь запасом по мере надобности. Блюд из клюквы делают множество. Кисели, варенье, мусс, соки, морс — во всех видах хороша болотная дикарка. Особенно приятен клюквенный сок — дедовский напиток здоровья. Делают его так: замороженную клюкву разминают, складывают в мешочек, помещают мешочек в кастрюлю, затем добавляют туда сахар — из расчета 200 граммов на литр сока. Кастрюлю ставят на огонь, доводя смесь до кипения, после чего сок разливают в бутылки. Закупоривают их, когда сок остынет. Оставшиеся в мешочке выжимки не выбрасывают. Их снова замораживают, толкут, засыпают сахарным песком, ставят в кастрюлю на огонь, затем сок разливают в бутылки.

Исстари любимое блюдо в народе — клюквенный кисель. Готовят его просто: перебранную, вымытую ягоду разминают (лучше деревянной ложкой или толкушкой), разбавляют массу холодной водой — стакан воды на 400 граммов клюквы, сок сливают, а выжимки заливают двумя стаканами горячей воды и кипятят 3—5 минут. Отвар процеживают, ставят в кастрюле на огонь, кладут сахар, доводят до кипения. После этого в отвар вливают разведенный в охлажденной воде крахмал. Кисель помешивают, пока не закипит; а как закипел — готов. Теперь в него остается добавить ранее отжатый сок, еще раз размешать, и блюдо получилось.

А как замочить клюкву? Для этого перебранные и вымытые в холодной воде ягоды засыпают в чистую, ошпаренную кадку, встряхивают ее, чтобы клюква улеглась плотнее, затем заливают

кипяченой охлажденной водой. Уровень воды доводят до уровня ягод. Кадку поначалу держат в теплом помещении, потом спускают в подвал. Клюква будет еще вкуснее, если в нее положить несколько антоновских яблок. Некоторые знатоки лесных гостинцев заливают клюкву не водой, а слабым раствором, приготовленным из расчета: 2 столовые ложки сахара и половина чайной ложки соли на литр воды. Раствор перемешивают, доводят до кипения, затем охлаждают. Моченая клюква освежает винегреты и салаты, как гарнир придает мясным и рыбным блюдам приятный привкус.

Кто ж от мала до велика не любит насладиться клюквой в сахаре? И кислит, и сладит, к тому же каждая конфетка одновременно и сочная, и рассыпчатая. Чтобы обвалить клюкву в сахаре, нужно запастись сахарной пудрой (ее берут столько же по весу, сколько и ягод), яичным белком или желатином. Отобранные целые плоды моют, тщательно просушивают, потом смачивают яичным белком или растворенным желатином и высыпают на решето. Когда лишний белок стечет, берут горсть сахарной пудры и смешивают с нею клюкву. После этого ягоды высыпают в оставшуюся пудру, в которой и перекачивают их до тех пор, пока не получатся крупные сахарные шарики. Каждый шарик — конфета, да еще какая симпатичная! Клюква в сахаре хранится исключительно долго. Даже просто пересыпанная двойным количеством сахарного песка, подолгу хранится пламень-ягода.

Клюква — болотный кустарничек с тонкими буроватыми стеблями и мелкими вечнозелеными листочками. Верхняя сторона листочков зеленая, нижняя — серебристая, оттого что покрыта восковым налетом. Цветет клюква в июне, когда окон-

чательно прогреваются болота. Цветки поникающие, розовато-красные, располагаются по концам прошлогодних ветвей. Держатся цветки долго — недели две. Да и как меньше, когда на болоте насекомых-опылителей немного, а клюква занимает огромные пространства. Пока-то цветок дождется своего крылатого селекционера, потребуется время, и немалое. Опыленные растения завязывают круглые бусинки плодов. Клюква — лежебока, ее стебли сеткой затягивают замшелые кочки, укореняясь нитевидными корешками. Питательные вещества этим корешкам приходится добывать из скудных болотистых почв. И добывают они их с помощью мельчайших грибов, образующих в почве разветвленную микоризу (грибницу). Нити микоризы способны поглощать питательный почвенный раствор, который затем передается корням, они же, в свою очередь, нагнетают его во все части растения.

Вообще-то клюква чрезвычайно приспособлена к суровым условиям холодных болот. Известно, что при всем обилии воды на болоте там все же ощущается водное голодание растений, так называемая физиологическая засуха. Вызвано это тем, что корни болотных растений, погруженные в ил, залитый водой, не получают достаточного количества воздуха для дыхания. А ведь процесс дыхания связан с испарением воды листьями. Чтобы уменьшить потерю воды, жилицы болот обладают рядом приспособлений. Скажем, клюква наделена мелкими кожистыми листьями, покрытыми воском. Кожистые блестящие листья весьма скупы на испарение, а восковой налет защищает их от излишней влажности воздуха, которая так характерна для болота. Даже то, что листья клюквы располагаются на стеблях разреженно, — совсем неспроста: летом на открытых кочках не

скрыться от докучливого солнца, и чтобы растение меньше угнеталось, оно «не поддается» натиску лучей, предоставляя их владычеству наименьшую свою живую поверхность. У других растений — другие приспособления для выживаемости на болоте. Например, растения, погружающие свои корни в ил, лишённые внешней аэрации, «нашлись» проводить воздух по полостям в стеблях и корнях, минуя окружающую водную среду.

Несмотря на громадные естественные заросли клюквы (в нашей стране насчитывается полтора миллиона гектаров этих угодий), сбор северной ягоды все же явно недостаточен. Причина — чрезмерная разбросанность диких ягодников, их значительная удаленность от обжитых мест. В результате болотные клюквища используются не полностью, а те, что используются, обладают сравнительно низкой продуктивностью. Между тем заросли клюквы даже при минимальном уходе значительно повышают урожай кислой ягоды. Так возникла идея создания искусственных плантаций клюквы. Делянки на болотных «огородах» нарезаются длиной до 300 и шириной до 50 метров. Каждую такую грядку по весне заливают водой, имитируя наилучшие природные условия. Затопливание дает хорошие результаты, но сейчас появился опыт выращивания клюквы также на сухих плантациях.

Не дремлют и селекционеры. Сотни километров прошли они по зеленым подушкам мха, разыскивая крупноплодную клюкву. И попадалась такая не раз. Так, на Олонецких болотах в Карелии найдена клюква, каждая ягода которой с хорошую вишенку (2 сантиметра в диаметре!). Урожайность такого клюквища исчисляется десятками тонн с гектара. Обнаружены еще и сибирские формы крупноплодной клюквы, их также начинают

осваивать специалисты по разведению пламень-ягоды. Представляют интерес и американские селекционные сорта клюквы. Например, сорт Центенниал вполне может удовлетворять стандартам на отечественную ягодную продукцию. Эта клюква и крупна, и вкусна, и богата питательными элементами. Чтобы облегчить труд сборщиков, инженеры подумывают о создании машин для счесывания ягод клюквы. За границей такие машины есть. Искусственные плантации служат долгие годы.

Сбор клюквы — один из самых популярных ягодных промыслов. Поэтому охрана естественных зарослей этого растения, разумное пользование ими — задача насущная. Надо помнить, что клюква нужна не только людям, но и большому числу наших «меньших братьев». Ее ягодами питаются рябчики, тетерева, куропатки. На клюквенных болотах подкрепляют силы весной пролетные гуси, журавли и цапли. Да и четвероногим она необходима; на клюквищах откармливаются отощавшие за зиму медведи, сюда забегает «позавтракать» заяц-беляк, куница и даже белка. Причем для животных болотная ягода не только пища, но и лекарство: клюква и питает, и лечит.

Целительная сила этой дикарки известна и людям. Кружка клюквенного сока унимает жар при болезни, устраняет утомляемость, укрепляет сон, а частое употребление дедовского напитка вообще повышает сопротивляемость организма ко многим болезням. Ценнейший микроэлемент — железо, так необходимое для человека, накапливается богато лишь в этой ягоде. При нехватке железа люди заболевают анемией. Кому прописана бессолевая диета, тому клюква заменит соль. С клюквой всякая еда приятна.

Любите и охраняйте чудо-ягоду, не позволяйте скудеть ее щедрым плантациям!

## Боярышник

О боярышнике в русской загадке говорится: «Стоит дерево кудряво, а когти волчьи». Кто обнесет сад боярышником, может забором не обзаводиться. Ни домашний скот, ни зайцы, ни озорники мальчишки в такой сад не проникнут. Причем зеленая защита будет служить исправно не одну человеческую жизнь. С волчьими когтями деревце — долгожитель, попадают стволы 400-летнего возраста. Внешне они выглядят неказисто, вроде старой яблони, хотя одногодки с дубом, достигшим исполинских размеров.

Но какую пользу дает боярышник?

В его кудрявых колючих ветвях каждую весну поселяются певчие птицы. Только здесь их не тронет хищник, будь то остроглазый ястреб или коварная кошка. Беспощадные жала шипов отобьют охоту нырять и лазить в крону любому злоумышленнику. Вот и щебечут беспечно тут певчие пташки со своими выводками. А ведь где мелких птиц много, насекомые не портят посадок и посевов. Не приходится там опрыскивать химикатами сад, а на огородах — недобирать сочных овощей. Пернатая стража надежно блюдет интересы хозяина.

И только ли этим пригож боярышник? Разумеется, нет. Цветы боярки — как еще называют когтистый кустарник — утешают нервы, излечивают сердечно-сосудистые расстройства. Целящая сила боярышника так велика, что его цветки входят в непреременный фармакопейный сбор, назначенный для пополнения аптекарского сырья. Яблочки кудрявого деревца — съедобны, их срывают для киселей и варенья, а высушенные и размолотые, они исстари считаются подспорьем хлебу. Боярышниковая мука придает тесту прият-

ный фруктовый привкус. «Хлебница» — уважительно называли крестьяне боярку. При недороде пособит, а когда всего вдосталь — полакомит. Небесполезна и кора — употреблялась для окраски тканей в веселый красный цвет. Древесина боярки прочная, вязкая, радужная — годится на разного рода столярные поделки. Из нее точат игрушки и художественную посуду.

Боярышников в нашей стране много, почти 50 видов. И растут они всюду, кроме Крайнего Севера. Зеленые сторожа садов и питомников — это их общее назначение. Но с волчьими когтями кустарники еще укрощают сухие ветра в полезащитных полосах; цепко держат горловины оврагов, не позволяя размыву почв; исправно украшают опушки и поляны, зеленые побережья рек и горные склоны. В городе боярышник «сдружился» с решетками скверов и дворцовыми оградами, в парках и на площадях он как бы замер в карауле вокруг газонов. С помощью стрижки боярышник выглядит всегда опрятно и привлекательно.

Самый интересный вид боярышника из тех, что растут у нас дико или в одичавшем виде, — боярышник багряный, с кроваво-красными плодами. По окраске плодов его зачастую так и называют — боярышник кроваво-красный. Встречается он не только по опушкам светлых лиственных лесов, но и возле рек, заросших плотной кустарниковой растительностью, и на склонах гор, нередко выжженных основательно и только кое-где украшенных вихрами колючих кустов. Особенно много кроваво-красного кустарника в садах и парках, где приручен с давних времен как дополнение к фруктовым деревьям и ягодникам, а также как весьма стойкое растение. С собой этот боярышник складен, но невысок, разрастается кустарником или маленьким деревцем, в 3—5 мет-

ров высоты. В одичавшем состоянии его много бывает восточнее Волги, в Сибири, а также в среднеазиатских городах и поселках. Окультуренные формы расселены повсеместно. Великолепно себя чувствует и хорошо плодоносит в среднем ярусе леса, но не чуждается и открытых мест, как опушек, приовражных полос отчуждения и склонов гор, прошитых упорной чащобой.

Цветет багряный боярышник поздно, оттого что просыпается чуть ли не позже других кустарников. Уже весна на исходе, а он все стоит голый, невзрачный. Но вот наконец ветви нарядились в белые цветки, повеселели, и круглые щитки соцветий заслонили голую арматуру кроны. По мере цветения разрастаются и листья, каждая пластинка — ромб, неровный по краям. В мелких душистых цветках и подрастающих листочках боярка соревнуется по красоте с цветущей рябиной и даже с сиренью, благоухающих в ту же пору. Цветки боярышника собирают вполне раскрытыми, в бутонах они плохо сушатся и буреют. Правильно высушенный цветочный сбор состоит из желтоватобелых венчиков и зеленоватой чашечки. Цветоножки допускаются не длиннее ногтя. Сбор обладает слабым запахом и горьковат на вкус. Хранят сушеный цвет в ящике, выложенном бумагой.

Летом боярышник исподволь набирает плоды. Румянцем они нальются лишь в сентябре, а до того времени окраской неотличимы от листвы. Краснеют ягоды, краснеет и листва. В октябре кустарник сбрасывает свои ромбы, и ветки предстают сплошь облепленными роскошными кистями. В каждой кисти — горсточка мелких яблочек. Бывают они и круглые, вроде крупных горошин, и продолговатые, как семена фасоли. Есть свежими эти плоды вряд ли кто отважится — не сладки и мучнисты. Но запasti их впрок полезно для дома.

Плоды боярки богаты кислотами — яблочной и лимонной, в них содержатся сахара, дубильные вещества, эфирное масло и витамины. Недаром этот продукт с давних времен подлежит заготовке: годится для выработки фруктовых чаев и суррогата кофе. Прессованные кирпичики ягодного чая «малинка» дают хороший настой напитка, обладают приятным вкусом, питательны и полезны.

А вот как делают домашние заготовки из боярышника.

Для джема отобранные и вымытые плоды помещают в кастрюлю, затем добавляют туда полстакана воды и ставят на огонь. Варят до размягчения ягод. Отвар сливают в отдельную посуду, а плоды протирают через дуршлаг. При протирке плодов семена и кожица боярки будут отделены от мякоти и удалены, а протертую массу смешивают с сахаром и ранее слитым отваром (сахарного песку берут в равных весовых соотношениях к ягодной массе). После чего смесь опять варят, доводя ее до густоты сметаны. Вкус джема улучшится, если в процессе готовки добавить в него немного лимонной кислоты.

Оригинальной среди домашних припасов окажется банка боярышника, протертого с сахаром. Для этого протертую мякоть плодов смешивают с сахаром (на килограмм пюре — полкилограмма песку), после чего раскладывают в горячие банки для пастеризации. Перед укупоркой наполненные банки выдерживают в кипящей воде 20—25 минут. Укупорку ведут ручной закаточной машинкой. Стекланные крышки с резиновыми прокладками подгоняют до пастеризации.

И все же основная часть урожая багряного боярышника употребляется не в пищу, а для аптекарских целей. Из этих плодов фармацевты получают целебные настои и экстракты, облегчающие

недуги от гипотонии и при сердечных заболеваниях. Боярышник обрывают до заморозков, в начале октября. Плоды срывают в кистях, после чего плодоножки удаляют. Заодно отбрасывают и недозрелые ягоды. Сбор сушат в печах или на открытом воздухе. При частом перемешивании плоды не слипаются в комки, и сырье получается более высокого качества. Усыхает боярышник по весу в четыре раза. Готовый целебный продукт состоит из морщинистых темно-красных плодов, содержащих влаги не выше 14 процентов. Только хорошо высушенный сбор может храниться без дурных последствий. А срок хранения лекарственному продукту определен — до восьми лет.

Кроме багряной боярки с кроваво-красными плодами и блестящей коричневой корой, нередок в насаждениях и боярышник обыкновенный, обладающий тонкими прямыми колючками до двух с половиной сантиметров длины (у багряного вдвое длиннее). Листья его разделены на лопасти (от 3 до 5), цветки белые или розоватые, плоды круглые. Дико боярышник обыкновенный растет в Закарпатье, разводится по всему югу страны. Размножают его, как и другие боярышники, либо семенами, либо порослью от пня, но можно корневыми отпрысками и отводками. Плодами обзаводится начиная с десятилетнего возраста. И живет так же долго, как дуб. К почвам невзыскателен, но отзывчив на свежие и плодородные. Любит освещенные участки, впрочем, это общая черта всех боярышников.

На Кавказе и в Крыму в диком виде встретится боярышник восточный. Он дает сплюсненные крупные плоды-пышечки. Окрашены в красно-оранжевый цвет, на вкус «пышечки» сладкие, с приятной кислинкой. Кусты формируются мощные, иногда они выглядят небольшими деревцами. Еще

мощнее боярышник понтийский, его стволы достигают в высоту 10 метров. Колючками не обладает, зато яблочки наливает самые сладкие и, пожалуй, самые крупные. Окраской они зелено-вато-желтые, консистенция их сочная.

Оригинальнейший вид боярышника — петушья шпора. Его шипы так велики, что в природе редко такие и увидишь. Представьте себе: на ветках они достигают 12, а на стволах и всех 20 сантиметров! Не шипы, а длинные шилья. Петушья шпора грозно оберегает свое достояние. А оно у боярышника заключено в продолговатых цельных листьях и, конечно, в плодах. Кстати, плоды у него зеленоватые, иногда тускло-красные, поверху задержаны сизым налетом.

Можно было бы и еще рассказать о некоторых боярышниках, в каждом из них есть что-либо интересное. Взять, к примеру, боярышник однопестичный. Его отличительная особенность — двухцветные листья — сразу бросается в глаза: сверху лист темно-оливковый и блестящий, снизу — светло-зеленый и беловатый от воскового налета. Колючки однопестичного боярышника мелкие, плоды с одной косточкой, несъедобные. Оговаривая каждый раз съедобные свойства, мы хотим предупредить читателей, что есть среди боярышников виды с ядовитыми плодами. Таков боярышник сомнительный, чьи ягоды опасны для человека.

Современная аптека все больший упор делает на приготовление лекарств из растений. В ряду прославленных поставщиков целебных веществ, облегчающих людям недуги, уже много лет находятся и когтистые кустарники — боярышник багряный и боярышник колючий. Именно их цветки и плоды дают экстракт, который входит в состав кардивалена — препарата, хорошо известного сердечникам.

# Счастлиное лукошко

The title 'Счастлиное лукошко' is rendered in a large, bold, black font. The letter 'С' is particularly large and stylized, containing a detailed illustration of a mushroom. To the right of the 'С', the word 'частлиное' is written in a smaller, standard font. Below the 'С' and 'частлиное', there are several smaller illustrations of various mushrooms, including a cluster of mushrooms and a single mushroom with a gill cap. The word 'лукошко' is written in a large, bold, black font to the right of the 'частлиное'.

Как и когда растут грибы? Вопрос не простой, каким может показаться поначалу. Недаром гриб для натуралистов и ботаников оставался загадкой вплоть до недавнего времени. Действительно, «цветок без цветов», растение без хлорофилла — разве не диво? Подлинное чудо природы!

То, что мы называем грибом, есть всего лишь плодовое тело гриба. Грибница — грибокорень — располагается неглубоко под лесной подстилкой, оплетая корни деревьев. Такое сожительство обоюдно необходимо: грибы питаются соками древесных корней, помогая им, в свою очередь, усваивать почвенный раствор. Наземная часть гриба, за которой и охотятся люди с лукошком, нужна ему для выноса и рассева вызревших спор — оплодотворенных «зародышей».

Спор у гриба так много, что если над листом бумаги потрясти зрелую шляпку, из неё падает целый слой. У березовика споры охристо-бурые, у сыроежки — белые или желтые, у шампиньона — почти черные. У трубчатых грибов (белый, березовик, масленок) споры высыпаются из трубочек, у пластинчатых (рыжик, груздь, сыроежка) — падают с обеих сторон пластинок, у сморчковых — со всей поверхности шляпки, а у дождевиков споры заключены внутри плодового тела и высыпаются только при надавливании. Споры легко перено-



Белый

Подосиновик



Подберезовик



Сыроежка



Рогатик



Волнушка



Опята





Сморчок



Строчок



Зонтик пестрый



Шампиньон



Рыжик



Чесночник



Лисичка



Гриб - баран



Головач

сятся ветром и лесными обитателями. Попав в почву, они прорастают, образуя грибницу, состоящую из «шнуров» — гиф.

Когда пройдут обмочливые дожди и солнышко хорошо пропарит почву, грибокорень пробуждается, начиная завязывать узелки заветных шляпок. Гриб зачастую появляется на свет уже сформировавшимся, прямо кандидатом в корзину. Оттого-то и кажется, что грибы растут слишком быстро. Отсидев свое скрытно в земле, они проскакивают, появляются действительно как-то вдруг. В грибной год можно на одном и том же месте ежедневно набирать отменных крепышей.

Первые грибы — ранневесенние. Еще водостойны поблескивают на солнце и кое-где снег за увалами не растаял, а уж на вырубках сморчки проскочили. Собой некрасивы: шляпка вроде скомканных пчелиных сот — в ячейках вся, а приземистая ножка под стать снегу. Это сморчок обыкновенный. Зато росл, дороден, не в пример коническому сморчку, да и мякотью вышел крепче. Возьмешь такую находку в руки, а она будто сама весенняя свежесть — талой водой пахнет. Настоящий гриб-подснежник!

Бывает, что ядреные сморчки пробивают и залежалый снег. Выступят тогда они наверх и лежат картошкой, словно на скатерти-самобранке, только подбирай! Зато и достается торопыгам от заморозков: опалят морозцы края шляпок — отметина на всю жизнь.

А жизнь сморчков — до травостоя. Ранней весной они растут медленно — земля холодна, но стоит солнышку подольше припекать, как грибы-подснежники ползут и на затененных полянках, и в хвойниках вдоль стежек-дорожек, и на просеках.

Попадается в неодетом лесу и другой подснежный гриб — строчок. Если сморчок сморщен, то строчок будто прострочен на швейной машинке — вся шляпка в продольных складках. Ножку имеет короткую, трубчатую, белую. В осинниках строчок светло-коричневый, в березняках — потемнее. На солнечные прогалины не выбегает, предпочитает отсиживаться в сумрачных крепях.

За сморчками и строчками из года в год охотятся в одних и тех же местах. Грибы эти оседлы, и когда лес не тревожат, своим плантациям не изменяют. Но урожай по годам колеблется — зависит от влаги.

Брать следует только молодые, здоровые грибы. Перестоялые, дряблые сморчки и строчки не трогают. Дома грибы тщательно очищают от земли и ножек, а затем хорошенько варят. А варить их надо вот почему: в строчках присутствует гелвелловая кислота, которая при кипячении легко переходит в отвар. Поскольку сморчки и строчки похожи, то варить надо и те и другие. Отвар выливают прочь, а грибы, промытые в холодной воде, жарят. По вкусу в жарком не уступают белым боровикам, да и душисты к тому же.

Не успеют окончательно сойти причудливые сморчки и строчки, как уже энтузиасты нет-нет да и найдут заправский шляпочный гриб-колосовик: подберезовик, подосиновик, а то и белый. Ровесники ржаного колоса — оттого и колосовики. Ряды майских первенцев не щедры, зато заманчивы для грибопоклонников: сезон «третьей охоты» начат. Из леса несут и ландыши, и грибы. Любопытных испытателей природы в это же время одаряет опенками... луг. Кстати, о луговиках стоит подробнее сказать.

Итак, проходя обочиной луга, выгоном или берегом реки, многим, наверно, невдомек, что идут

они грибными местами. Да, здесь можно набрать отменных луговых опят. Гриб с наперсток проскакивает рано, с первыми настоящими дождями и теплом. Обычно уже в конце мая луговой опенок, обгоняя другие грибы, просится в лукошко. Лесные опенки, собратья луговых, высыплют не скоро, о них даже пословица сложена: «Появились опенки — лето кончилось». Луговые же, или, как их еще называют, говорушки, варушки, луговики, негниючки, встречают и провожают лето, лишь бы настало тепло и прошел спорый дождик.

Растут луговики среди злаковых трав и тысячелистника, взаимодействуя с их корнями. Эта близость для трав не бесследна: в местах, где расположена грибница, они выглядят темными, более рослыми. Скот такую траву поедает неохотно. При длительном содружестве грибница разрастается в «ведьино кольцо», лысеющее постепенно (трава как бы чахнет и очень скоро выгорает). «Ведьино кольцо» после обильного теплого дождя густо бывает усажено опятами. У только что появившихся грибочков шляпочка румяная, по форме — чистый колокольчик. У стоявших день другой шляпка разрастается, распрямляется в кружочек, такие находки еще брать можно. У перестоявших говорушек шляпка трескается, разваливается: гриб пропал. Луговики редко поражаются личинками мух, но в жаркие дни иссыхают, «зажариваются».

Гриб-малютка бывает так многочислен, что, по ходив после дождя накоротке по краю луга, заросшим канавам, можно набрать целую корзинку, а если нападешь на удачное место, то и больше. Срывают только шляпки. Дома их перебирают, очищая от сора, моют в холодной воде, затем варят и откидывают на сковородку для поджаривания в масле. Опытные кулинары готовят из

луговых опят ароматный грибной соус, отдающий чесноком, гвоздикой, вишневой косточкой и миндалем. Очень вкусная приправа!

Хорошо перед большим грибным сезоном побродить с лукошком за луговыми опятами. Тем более что они бывают обсыпные, сильные. Да и в грибной сезон от говорушек отказываться не стоит.

Когда же выколосится матушка-рожь, установятся теплые ночи, отволгнет лесная подстилка от обмочливых дождей, тут-то и начнет на радость грибникам тяжелеть корзина от ненаглядных «детей тени»: белых, черных и красных шляпок. В пору цветущих лип разбегутся по всему лесу сыроежки и лисички, только успевай отбивать поклоны! Но зенит грибного сезона приходится на август — сентябрь. Тут уж вся грибная свита высыплет на лесные просторы.

Грибник устал не знает. Легкий на подъем, ходкий в дороге, в лесу он расторопно-медлителен, то прибавит шагу, то остановится, чтоб осмотреться. Давно уже давит на плечо ремешок корзины, пора бы и возвращаться. Но как выйдешь из леса, когда грибы не перебраны! И тут начинается почти священнодействие. Из глубин корзины, из самых ее недр извлекаются лесные клады — белые. Ряд за рядом расстанавливает их сверху грибник, выставляя напоказ вознаграждение за сметливость. Не судите его строго, делается это не для похвалы, а из уважения к белым.

Сияют боровики и темными, и румяными, и почти русыми шляпками — все не схожи. Отчего? Над этим стоит задуматься. Вспомним, как попали они в корзину. Вот этот крепыш в бурой шапке со светлыми пятнышками был сорван в ельничке. У молоденького грибка испод — губчатый слой — светел, неглубок, ножка — картофелиной (с воз-

растом утолщение книзу остается), видна легкая светлая сеточка. Еловый боровик — лучший среди собратьев, его именем называют для краткости всю когорту белых. А в когорте той грибники различают еще не менее трех форм: сосновую, дубовую и березовую. Понятно, формы эти неспроста связаны с деревьями: их представители предпочитают ютиться каждый под своей породой.

Вот боровик сосновый: вишнево-красная шляпка подернута фиолетовым оттенком. Ножка клубнем, у основания сильно утолщенная. Мякоть белая, крепкая, под кожицей с краснинкой. Под дубом и березой белые окрашены побледней, и мякоть их не так тверда, потому и при сушке они усыхают более настоящих боровиков — еловых и сосновых.

Грибы как бы сами о себе рассказывают. Уроженцы сухих, воздухопроницаемых почв обычно с короткими толстыми ножками, а выросшие на влажных местах — удлиненные, голенастые. Не бесследны для гриба приземная температура, кислотность почвы и состав растительности.

Конечно, с возрастом размеры и окраска плода не остаются неизменными. К старости (век боровика — 12 дней) гриб цветет, седеет. Разросшаяся шляпка распрямляется в кружок, трубчатый слой зеленеет, ножка — столбом.

Белые не растут в лесной глухомани. Они как бы жмутся к вырубкам, тропам, к местам хожевым. Хмурой тени не выносят, лучший свет для них — рассеянный. На ярком свету шляпка бледнеет, но бывает, что и темнеет, вроде бы подергивается загаром. Упругость мякоти ослабевает.

Белые грибы порой достигают огромных размеров. Такие «табуреты» мне приходилось собирать в брянских лесах. Причем попадались они нечERVивые и по многу штук. И в Подмоскoвье

бывает, нападешь на такую грибную семейку, что, не сходя с места, наберешь полкорзины боровиков.

Вспоминается такой случай. После иссушающей жары стали перепадать дождички. И сразу засырелась лесная подстилка, всклянь налились отороченные зеленью бочажки. Сухменное безгрибье отходило.

Войдя в лес, я сперва брал что подвертывалось: и сыроежки разномастные, и скользкие валуи, и рядовки, потому как на заветные грибы надежда была невелика. Случалось, срезал и груздочек, и козляк. Белый же попался всего один: стоял, притулившись к сломанному пеньку. Перерос уже, но не пропал. Налюбовавшись, положил. И снова поиск.

После привала на поляне стал держаться лесной дороги. Тут деревья крупней и свету больше. Редкие, рослые папоротники не заслоняются валежинами, просматриваемость полная. Шага за три красуется свинушка — подобранная по краям шляпка на тонкой ножке. Тянусь за свинушкой. Но что это? В сторонке — и один, и два, и три белых! Пока беру да смекаю — рядом вижу белые еще и еще. Крупные, средние — и все как налитые. Знаю, белые семьями произрастают, стало быть, отыскал грибную семейку. Но вот и последний. Подсчитываю — шестнадцать белых. Все они сорваны почти на одном месте.

Корзина отяжелела, пора выходить на опушку. Поднимаю свой грибной груз и спешу на выход. За опушкой — короткое овсяное поле, упирающееся в деревенские дворы. С первым встречным разговор:

— Что за деревня?

— Подвязново.

— А станция рядом какая?

— Калистово.

За этими словами встречный наклонился к корзинке с белыми и, как бы пряча улыбку, произнес:

— А говорят, Северная дорога не грибная. Грибы везде есть, где их ищут...

Белый гриб не встретишь в молодых посадках, под осинами, среди одиноких трав. Старые несомкнутые березняки, ельники, сосняки, дубы — вот где ждет грибника его заветный трофей.

Проскакивают белые тремя слоями. Первый слой — колосовиковый, когда хлеба колосятся (майские первенцы не в счет, их совсем мало), второй — жнивковый, во время жатвы, и последний — листопадниковый, осенний. Позднеспелые грибы крепкие, самые дородные. Попадаются белые во всех трех слоях, но урожайны, обильны только в одном, и продолжается это всего неделю-другую.

Белый не зря называют дорогим грибом. Вкусный в жарком, душистый в супах, в наварях, он легко усваивается, по питательности не уступает мясу. Вот почему белый боровик — всем грибам полковник.

У боровика есть двойник — желчный гриб. Из-за горечи и даже некоторой ядовитости ему, разумеется, не место в корзине. От белого желчный гриб отличается розоватостью низа шляпки и темным рисунком на ножке. На изломе мякоть краснеет, на вкус горькая.

В большом почете у грибников осиновик, подругому красник или челяш. Мясистая, подушкой шляпка с губчатым исподом и рослая, с небольшим расширением книзу ножка так характерны, что осиновик не спутаешь ни с каким другим грибом. В осинниках этот гриб чаще всего попадает-

ся с красной шляпкой и белыми хлопьями чешуек на ножке, в березняках и среди сосен — шляпка окрашена в буровато-желтый цвет, ножка покрывается черными чешуйками. Мякоть осиновика на изломе темнеет. Употребляют его на солку и сушку; свежие осиновики вкусны в жарком и в супах. Ядовитых двойников нет.

В корзине грибника всегда найдется место и для подберезовиков. Всем взял подберезовик: и формой, и отменным вкусом, и питательной ценностью. Соперничал бы он с дорогим грибом — с боровиком, кабы не чернел при сушке. Да это не беда, зато в жарком, в солке каков! Искать его лучше всего в светлых лиственных лесах и в березовых колках.

Лесным омлетом называют лисички. Уж кто отправился с корзинкой по белые да по черные грибки — принесет и желтых лисичек! Бывает, нападешь на стойбище лисичек, только успевай срезать. Личинки мух и комаров их не портят, оттого-то грибочки эти всегда свежие, крепкие. Хорош «лесной омлет» на сковородке, превосходен. Но кто откажется от соленых лисичек. Потому-то грибники и не считают за тяготу отбивать поклоны этому желанному трофею.

«Мы грузди — ребяташки дружные» — говорится в русской сказке. Действительно, грузди плотно мостятся друг к дружке. Бывает, на одном месте снимешь десяток, а то и больше груздочков. Свое название гриб получил от слова «груда», оттого что растет грудями.

Шляпка груздя разрастается до 20 сантиметров, круглая, посередине вдавленная. Края подобраны книзу, слегка опущены. Верх шляпки молочного или чуть желтоватого цвета, на ощупь сыроватый, низ — пластинчатый. Пластинки белые, по краям немного желтеющие, заметно переходят

на ножку. Мякоть легко крошится, на запах приятная. Ножка груздя низкая, вершок-полтора. Внутри полая, сверху могут быть желтые пятна — погрызы слизней.

На груздь несколько похожа скрипица. Из-за жгуче-едкой, грубой мякоти она вне «охоты» грибников. Шляпка скрипицы сухая, края гладкие, обильный млечный сок на воздухе желтеет.

Грузди урожайны в смешанном лесу и в березняках. Попадают с июля по сентябрь. Соленый груздь — гриб наипервейший, в таком виде с ним соперничает лишь один рыжик.

А вот и рыжик! Это самый заветный лесной клад среди ельников и сосняков. На мягком, хвойном отпаде почти нет трав, и яркий гриб издалека заметен. Шляпка рыжика может разрастись с чайное блюдце, но лучшим считается не переросший, крупный гриб, а небольшой, молоденький.

Узнать рыжик не трудно. Рыжевато-оранжевая вороночкой шляпка, ниспадающая по краям, и под цвет шляпки крупные пластинки. Мякоть цветная, рыжая, на изломе зеленеет.

На шляпке рыжика просматриваются ряды темных колец. По этим разводам судят о разновидностях рыжика: сосновая форма имеет более светлые кольца, мякоть рыжиков, сорванных в сосняках, более крепкая; еловая форма окрашена гуще, кольца у нее также темнее, мякоть более рыхлая и ломкая.

Рыжик превосходен в жарком, маринадах и особенно в соленьях. Для сушки не подходит.

Любит расселяться под соснами и масленок. По кольцу на ножке масленок легко отличить от козляка. Шляпка в сырую погоду подергивается слизью, в сухую — шелковистая, коричневатобурого цвета. Перед разделкой кожу со шляпки снимают.

Среди маслят различают две формы — позднюю и зернистую. У позднего масленка в раннем возрасте шляпка выпуклая, затем к старости она уплощается, но бугорок посредине так и остается. Цвет кожицы красновато-бурый, а то и фиолетовый. На ножке видно пленчатое кольцо. Зернистый масленок на ощупь более сухой, ножка без пленчатого кольца, зато ближе к шляпке она покрыта как бы бородавочками, из-за них-то гриб и назван зернистым.

В лесу чаще всего попадаются, конечно же, сыроежки. В наших лесах их чуть ли не одна треть грибного урожая. И потом все грибы обычно как бы прячутся от нас благодаря приглушенной окраске, а сыроежки — на виду. Их шляпки ярче трав, листьев и лесной подстилки. Желтые, зеленые, бордовые, красные, вишневые, лиловые — как только ни расцвечены шляпки сыроежек! Словно в праздничных косынках стоят.

Гриб этот на ровной ножке, мякоть имеет белую, неедкую, пластинки также белые или слегка желтоватые. Верхняя кожица немного не доходит до краев шляпки, с мякоти сдирается трудно. Молодые сыроежки выпуклые, со временем шляпка распрямляется в кружочек, иногда даже несколько заворачивается кверху, «зажаривается». Сыроежки в благоприятных условиях разрастаются размером с чайное блюдце.

Но чрезмерная величина скорее недостаток, чем достоинство гриба. Настоящий сборщик кладет в корзину те, что поменьше, а переросшие находки не трогает. Чтобы сыроежки не испортились, их нельзя носить в рюкзаках и ведрах; корзина из ивовых прутьев — самое подходящее снаряжение грибника.

Сыроежки урожайны на влажных лесных почвах, но в сухое лето они легче других грибов пере-

носят безводье. Встречаются с июня до заморозков. Предпочитают сосново-березовые леса. Из 60 разновидностей сыроежек, произрастающих в нашей стране, ядовитых нет. Среди них изредка попадаются жгуче-едкие, которые съедобны лишь при горячей засолке. Вообще-то полагают, что для жаркого лучше подходят сыроежки посветлей, а для солки — с темной окраской.

Опенки встретишь и в траве около деревьев, и на корнях, выступающих из почвы, и на пнях, из-за которых этот гриб получил свое название. Опенки попадают так кучно, что можно сразу нарезать полкорзины душистых, крепеньких грибков.

Молодые опенки берут вместе с ножкой. У рослых, с расправленными шляпками, ножки отрезают на месте. У съедобного опенка есть ядовитый двойник — ложный опенок. Съедобный опенок никогда не растет на почве (если и попадает среди травы, то микориза связана с корнем дерева), его шляпка сухая, неяркая, на ножке имеется кольцо. Ядовитый двойник ярко-желтый, красный или серо-зеленый, ножка без пленчатого кольца.

Съедобные опенки хороши вареные и жареные, впрок их заготавливают в виде солений и маринадов. Некоторые находят возможным сушить эти грибы. Во всех видах опенок будет кстати в зимнее время.

Что лесные грибы хороши — спору нет. А пробовали вы грибы с осеннего луга? Такие, к примеру, как дождевики. С виду дождевик шиповатый, похож на грушу. На лугу попадает вплоть до заправских холодов. Мякоть дождевика белая, твердая, приятного запаха. Особенно хороши молодые плотные грибки. Собирают их на жаркое и для сушки. Сухие ломтики не меняют цвета, остаются совершенно белыми, будто свежие. Среди дождевиков ядовитых нет, поэтому вполне съедоб-

ны и так называемые заячьи картошки — круглые мясистые дождевики. Готовят их одинаково с шиповатыми: чистят, моют, режут и после варки откидывают на сковородку с маслом. Дождевиками лакомятся птицы: грачи, вороны, галки.

Не отказывайтесь и от грибов-домоседов, пренебрежительно прозванных навозниками. Грибы эти достойны более благозвучных названий (их научное название — копринусы). Растут копринусы вдоль садовых дорожек, за дворами, внутри аллей. Где только не бывает встреча с белым лохматым навозником! Разный он за свою короткую жизнь: в молодом возрасте края шляпки подобраны и сомкнуты вокруг ножки, затем гриб развертывается вроде зонта, расправляется и наконец дряхлеет, превращаясь в дегтярную жидкость. За сходство такой жидкости с чернилами навозник и зовут чернильным грибом. Но что удивляет даже бывалого грибника — это вкус навозников. Жаркое из молодых шляпок — нежное, душистое и приятное блюдо. Но вот незадача — мало охотников брать навозники: одни считают их поганками, другие ими просто брезгают: какой, дескать, гриб возле дома. Что таким людям сказать? К поганкам навозники отношения не имеют — это съедобный гриб. Правда, собирают лишь молодые шляпки, их отличие — белые пластинки. Перестоялые с красными, а совсем дряхлые с черными пластинками для еды не годятся. Пристрастие чернильного гриба к жирной земле — не исключение. Вспомним, что и шампиньоны тоже любят расти на хорошо унавоженной почве, да кто же из-за этого не положит его в корзину! Кстати, на том же осеннем лугу до самых заправских морозов можно собирать и шампиньоны.

Интересна и такая черточка из биографии навозника. Когда-то наш гриб действительно до-

бавляли в чернила. Ими подписывали особо важные бумаги, ведь подлинность такой подписи надежно удостоверялась наличием мельчайших спор. Выходит, чернильный гриб и к истории причастен.

Ну, а какой он дружный в слоях — залюбуешься. Проскакивает сплошными круговинами, только успевай в корзину класть. Настоящее грибное диво! Среди навозников различают белые и серые разновидности. Съедобны те и другие молоденькие грибы.

За садом, у самой дороги, возьмут да и выскочат грибы-зонты. На голенастой ножке шляпка сперва не развернута, вроде колокольчика. А когда расправится в кружочек, разогнется — прямо-таки зонт! И весь в серых чешуйках, от ножки до маковки.

Гриб-зонт в молодом возрасте съедобен. Только вот любителей на него почти нет. Так и стоит сиротливо гриб-домосед среди травы-муравы.

После краткого обзора грибов предложим читателям некоторые материалы справочного характера. Начнем с феноиндикаторов, то есть с явлений, которые сопутствуют началу роста тех или иных грибов.

Когда отцвела осина и стали опадать с крон мужские сережки — жди первых сморчков.

Колосится рожь — начинают попадаться подберезовики и белые.

Подберезовики проскакивают неделю спустя после зацветения рябины.

Полетел пух с осины (слетают зрелые семена) — иди за подосиновиками.

Зацвела сосна — зернистый масленок появился.

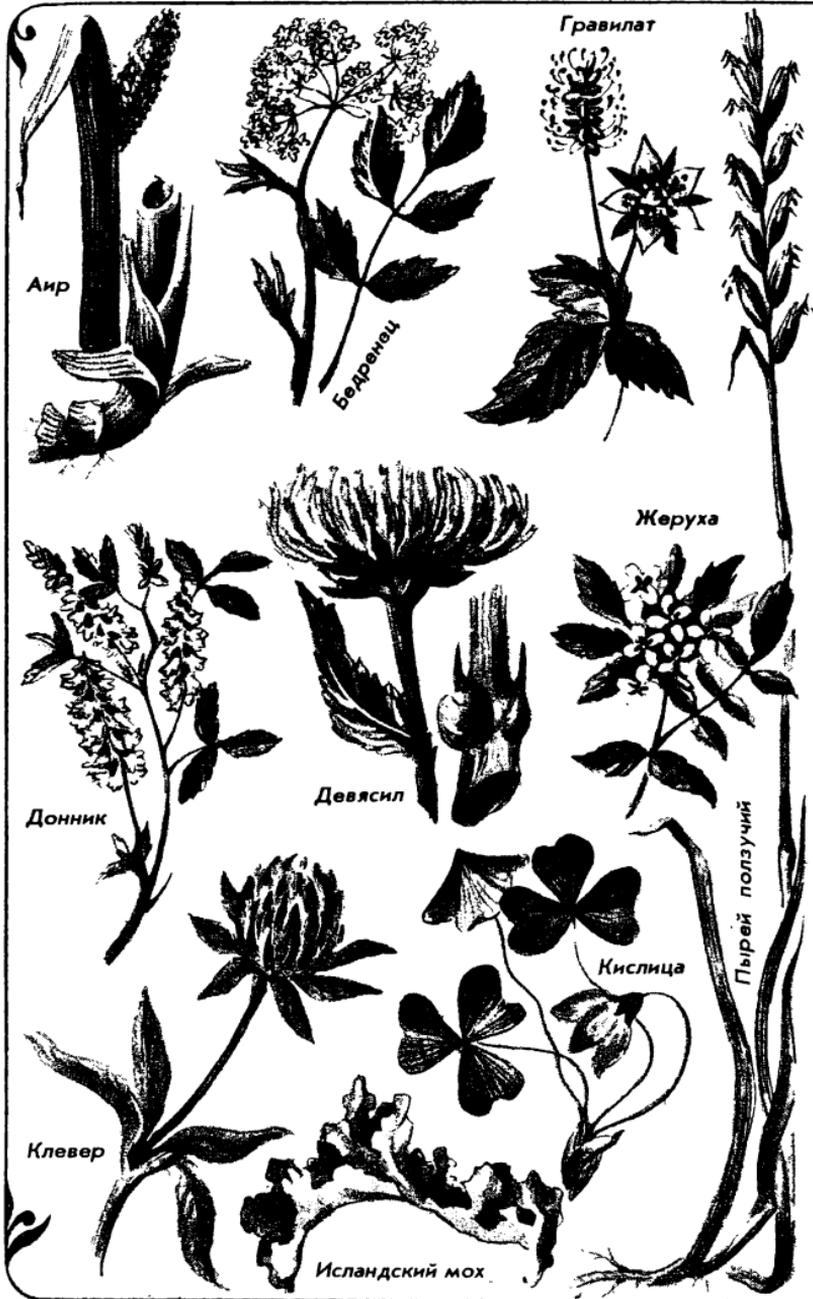
Вереск цветет — отправляйся за рыжиками.

Овес набрал восковую спелость и зажелтели первые листья у берез — собирайся брать опенки.

# Родник здоровья

В теплые весенние дни лес и луга сразу же озеленятся проворными травами. И среди этих дикоросов будет немало съедобной зелени, чье присутствие на столе не только украсит сервировку, а и придаст всем кухонным блюдам некоторую изысканность и пикантный привкус. Необычные овощи богаты живительными витаминами, так необходимыми нашему организму после долгой зимы. Зелень эта с лихвой восполнит нехватку витаминов в огородных овощах, которые после длительного хранения растеряли значительную часть своих ценных веществ. Свежие же овощи — редиска, шпинат, листья свеклы — поступят лишь в конце весны, да и не у всех есть возможность снимать их самим с грядок.

Вот почему рачительные хозяйки никогда не отказываются от пищевого подспорья, доступного в зеленой кладовой весны, не гнушаются этими подлинными родниками здоровья. Кстати, пищевые дикорастущие растения исстари известны людям. И у многих народов они до сих пор находят в большом почете. Например, излюбленным овощем французской кухни и поныне являются нежные листья одуванчика. В Англии и Голландии весной в салат кладут сочную траву первоцвета — баранчика; в Японии делают всевозможные блюда из листьев лопуха. И это все неспроста:



Аир

Бедренец

Гравилат

Жеруха

Донник

Девясил

Кислица

Пырей ползучий

Клевер

Исландский мох



Дудник

Хмель

Калужница

Зопник

Примула

Медуница

Кровохлебка

Лебеда

Стрелолист

Пастушья сумка

дикорастущая весенняя зелень, помимо витаминов, обладает целой гаммой редких микроэлементов, так необходимых в пищевом рационе. Доступность же этих чудо-овощей — всеобщая.

В русской национальной кухне дикая зеленая продукция лугов, садов и лесов также занимала достойное место. В народном календаре даже отводился особый день «Мавра — зеленые щи» (16 мая нового стиля), когда на столе в изобилии появлялись ботвиньи, щи и борщи, приготовленные из даров весенней флоры. В дни войны и в дни мира с нетерпением дожидались поры благодатной — природа сама приходила на выручку человека. Конечно, в наше время свежие огородные овощи приобрести легко, и все же от дикорастущих съедобных трав не стоит отказываться. Их надо рассматривать как пищевкусовое подспорье к нашим повседневным весенним блюдам, как витаминозную добавку.

В разделе «Родник здоровья» рассказывается и о лекарственных травах, используемых в обиходе с давних времен. С весны и до поздней осени собирают травознани «целебное былие» — представителей флоры здоровья. Все это на пользу людям. Чтобы не иссяк родник, его надо беречь. Природа ведь щедра лишь для тех, кто ее бережет. О бережливости к природным богатствам Отечества читатель найдет наш отдельный рассказ. Итак — «родник здоровья», ваш, читатель, источник бодрости!

## Мать-и-мачеха

Еще не везде сошел снег и в ручьях талая вода клокочет, а на глинистом пригорке уже сияют трогательные цветочки. Это мать-и-мачеха (*Tussilago farfara*), первинка весенней флоры, сверх-

ранний медонос. Золотыми монетами раскиданы ее скромные корзинки по обрывам, осыпям, берегам говорливых рек, вдоль полотна железной дороги. Кажется, нет окрест нераспаханного уголка, где бы прогретая земля не одаривала природолюба горсточкой ее мелких душистых цветков.

И откуда только у растения этого сила берется? Сочные стебельки настолько тонкие, что невольно дивишься их спешному появлению. Оказывается, быстрый рост мать-и-мачехи подготовлен еще прошлым летом лопушистыми листьями. Именно они обильно накопили в мясистых корневищах питательные вещества. Всю зиму были наглухо закрыты подземные кладовые, а как весенний луч отомкнул тепло — корневища погнали вверх цветоносные побеги с коричневыми чешуйками по бокам.

Постоят накоротке приземистые цветки, покрасуются и померкнут, подернувшись длинным пухом семянков: золотисто-желтые корзинки превратились в пушистые шарики. Теперь настает черед прикорневых листьев — угловатых, кожистых, с лицевой стороны зеленых, а с изнанки беловатых, паутинистых. Где в половодье свечками теплились цветочные головки, там майскими днями раскинулись широкие листья на длинных ножках. Летом листья мать-и-мачехи разрастутся размером с ладонь, загрубеют, густо заслонив собой днища оврагов, размытые суглинки и края песчаных кос.

Осенью листья мать-и-мачехи достаивают до самых морозов. Изреженные, переросшие, с ржавыми пятнами они выглядят растрепанными, седыми. А когда отомрут — многолетнее корневище уже целиком подготовится к зимовке, ему не страшны будут даже лютые стужи. Семена же, заделанные в почву, и подавно выдержат невзгоды,

а по весне погонят зеленые всходы. Это растение великолепно приспособлено к условиям умеренного климата.

Среди растений-целителей мать-и-мачеха, бесспорно, одно из старейших лекарственных средств. Траву эту еще в глубокой древности применяли от кашля и удушья, вызванных воспалением дыхательных путей. Народная медицина многих стран широко использовала мать-и-мачеху для составления грудных и потогонных чаев. Ее отварами и настоями лечили многие болезни: золотуху, водянку, туберкулез легких, катар желудка. Дымом из сухих листьев унимали зубную боль и приступы астмы. Недаром в крестьянском обиходе камчужную траву держали под рукой, как самый неизменный дар зеленой аптеки. Не чуждой оказалась она и современному врачеванию.

У мать-и-мачехи собирают как цветки, так и листья. Цветки срывают ранней весной, когда они только что начнут появляться золотистыми высыпками. Отправляются за душистыми корзинками сухим солнечным утром, ведь в ненастье и к вечеру они так сожмутся, что и не найдешь. Остатки стеблей при корзинках не должны быть длиннее полусантиметра. Цветочный сбор сушат на чердаке под железной крышей, в комнате. На вкус он горьковатый, запахом не обладает.

И все-таки основная ценность мать-и-мачехи (по-народному, белокопытника, водяного лопуха, околоречной травы) в листьях. Именно они щедры на слизистые вещества, горький гликозид, тусилагин, сапонины, кислоты, эфирное масло, живительные витамины. Заготавливают листья в пору их наибольшей свежести, в конце мая — начале июня, когда они сверкают ровной зеленью лицевой стороны и не попорчены ржавыми пятнами. Рвут листья с частью черешка, причем де-

лают это осторожно, чтобы не выдернуть растение с корнем. Дома листья раскладывают на бумагу белойочной изнанкой кверху. Случайно попавшие пятнистые пластинки выбрасывают, годные сушат под навесом, разложив нетолстым слоем. Окраска сухих листьев почти «живая», хотя они и усыхают более чем в пять раз; на вкус они горьковатые. Хранят листья в коробках до трех лет, после чего запас обновляют.

Как употребляют в быту мать-и-мачеху? При простудном кашле хорошо помогает настой травы. Для этого полную столовую ложку сухих измельченных листьев заливают стаканом кипятка, настой выдерживают с полчаса, после чего процеживают, остужают и пьют по две чайные ложки до шести раз в день. Выздоровление от такого лекарства, разумеется, не всегда быстрое, зато не происходит побочных осложнений. Можно от кашля готовить и отвар (пропорции те же), принимаемый 3—4 раза в день по столовой ложке. В народе иногда используют смесь из цветков и листьев, подобная заварка целебна и для лечения верхних дыхательных путей.

Свежие листья «белокопытника» или кашицу из них полезно прикладывать на ссадины и потертости, язвы и мозоли. Подручное лекарственное средство особенно кстати в походе, на работах в лесу и в поле. Прикладывают листья этого растения и на участки кожи, пораженные рожей, впрочем, в таком случае лучше брать присыпку из толченой травы, а внутрь принимать отвар, как это делают при кашле. От насморка помогает сок из свежих листьев.

Крепкий отвар из мать-и-мачехи и листьев жгучей крапивы прекращает выпадение волос, уменьшает перхоть и зуд. Отваром моют голову, а затем волосы полощут в травяном настое. Для

этого две столовые ложки сухих листьев камчужной травы и крапивы заваривают в стакане кипятка. Вязвар настаивают, процеживают, а остаток отжимают в настой. Пользуются настоем еще для примочек и компрессов при раздражении кожи и нарывах.

Кормовое значение мать-и-мачехи совсем невелико. Из-под копыта никакой скот ее не ест, хотя в засилосованном виде трава эта пригодна к скармливанию. Из птиц, пожалуй, лишь гуси лакомятся ее мелкими парусными семенами. Как сорняк нелегко изводится в понижениях рельефа, в приовражье полей. Не назовешь ее нужной и на мокром лугу.

«Мать-и-мачеха хлопает по ветру своими бледно-зелеными листьями. Снизу они белы, пушисты и мягки, как прикосновение материнской руки. Сверху зелены и холодны. Это — «мачеха», — писал когда-то В. Г. Короленко. Действительно, листья камчужной травы, напоминающие копытный след, блестящей верхней стороной холодят, а нижней войлочной согревают. Отсюда и прозвище растения «мать-и-мачеха». Латинское название травы «туссиляго» означает «кашель» (намек на основное применение ее цветков и листьев).

Весенней улыбкой сияют сверхранные подснежники. И среди них мать-и-мачеха первая украшает талую землю, выводя на блеклые лужайки хоровады золотистых головок. Оттого и незабываема для людей...

## Адонис весенний

В обширном наборе целебных трав адонис издавна занимает прочное и видное место. Он как бы всегда под присмотром травонискателей, под их

опекой. Поэтому и плотность его в травостое целиком зависит от бережного отношения сборщиков лекарственного сырья. Где осмотрительно, похозяйски пользуются богатствами зеленой аптеки, там каждую весну в степи и лесных колках распускаются крупные желтые венчики адониса, прозванного в народе горицветом. И наоборот, в местах безжалостного уничтожения флоры здоровья его не найти: не уживается под черстой рукой.

Что же представляет собой эта трава? Прежде всего, адонис весенний — многолетник, его короткое темно-бурое корневище со шнуровидными ответвлениями не отмирает к зиме. Заново каждый год отрастает лишь стебель, который сначала совсем приземист и достигает 35 сантиметров лишь в пору увядания цветков. Сидят цветки на верхушках стеблей и их ответвлений. Листья адониса перисторассеченные, с виду напоминают укропные. Располагаются они поочередно. Уже в июне трава эта обзаводится мелкими морщинистыми плодами, снабженными крючковатым носиком, завернутым книзу.

Срок сбора весеннего горицвета сравнительно растянут, длится с зацветания до плодоношения травы (с конца апреля по конец июня). Но лучшее лекарственное сырье заготавливают в фазе цветения растения. Именно тогда горицвет содержит наибольшее количество действующих веществ — цимарина и адонидина, обладающих большой биологической активностью (особенно это относится к цимарину).

Из травы весеннего горицвета готовят лекарства, успокаивающие нервную систему и стимулирующие деятельность сердца. Микстура Бехтерева, адонилен — как раз и есть те самые лекарственные средства, на изготовление которых и берут нашу травку. Препараты эти даже при многократ-

ных приемах не вредят организму и не повышают кровяного давления, поскольку лишены какого-либо последствия. В научную медицину адонис весенний впервые введен в 1880 году сотрудниками клиники Боткина. С тех пор целебность травы признают фармацевты многих стран мира.

Травознаи отправляются за горицветом с ножом или серпом. Срезают траву приблизительно с середины стебля, нижняя безлистная часть для сбора не годится. Сушат адонис сразу же по возвращении домой. Быстрая сушка сохраняет в траве все действующие начала. Сушить можно как в остывающей печи и духовке, так и на чердаках под жестяной крышей. Траву разваливают на бумагу тонким слоем и, уже начиная с провяливания, ее не забывают почаще переворачивать. Выход готового сырья — чуть больше 20 процентов. Сушеная трава остается зеленой, не меняет даже окраски цветов — как были золотисто-желтыми, такими и остались. Запах сырья слабый, на вкус трава горькая. Хранят ее пучками в темном сухом помещении. Срок хранения — два года.

Сборщику лекарственного сырья надо хорошенько знать характерные черты горицвета весеннего (*Adonis vernalis*). Ведь только этот вид адониса обладает целебной силой, остальные десять его ближайших родственниковбору не подлежат. Начинающие травоискатели особенно часто смешивают адонис весенний с адонисом волжским. Между тем различать их легко. У адониса весеннего стебли ветвятся ближе к верхушке, у волжского горицвета — с середины. Да и листья у них, и цветы не совсем похожи. У лекарственного вида доли листа голые и цельные, а цветы крупные; его зеленый собрат снабжен опушенными, зазубренными листочками и мелкими бледно-желтыми цветами.

Берут горицвет только для нужд аптек, самовольное употребление травы из-за ядовитости допускать нельзя. Отправляйтесь за «зеленым кладом» на степные луга и к известковым обрывам, там еще чистыми зарослями попадаетесь местами адонис. Не дергайте траву с корнем, не уничтожайте земную красу. Аккуратная срезка верхушек позволит вам и на другой год добывать этот целебный дар природы.

В народной медицине крепким чаем горицвета весеннего лечились при болезнях слабого сердца, одышке, лихорадке и водянке. Беременным женщинам его ни в каком виде не давали, опасаясь выкидыша. В говорах трава чаще всего слыла как стародубка, полевой укроп, боровой изгон, заячий мак, мохнатик и волосяная трава. Научное название горицвета дано в честь Адониса — мифологического юноши, превращенного богами в красивый цветок.

На пастбищах трава эта скотом не поедается и из сена кормовиками изымается. Принадлежат горицветы к семейству лютиковых и, стало быть, тоже «лютые», несъедобные для скота. Потому-то пастухи и не любят стародубку в своих угодьях...

## Крапива двудомная

Когда схлынут полые воды и только-только установится весенняя теплынь, крапива первая среди трав сразу принимается за силу, быстро крупнеет, формируя пышные кустики. Но вот минуло еще несколько дней, и, глядишь, кустики уже сомкнулись, превратились в густую заросль. Теперь крапива быстро начнет отращивать стебли — прямые, четырехгранные, ровной толщины. И вот настало

время цветения. Утренний ветерок легко поднял облачко сухой, мелкой и подвижной пыльцы, сдувая ее с мужских соцветий на женские. Цвести крапиве долго — месяц, а то и полтора. Вместе с подростом она цветет с мая по сентябрь.

Суровой покажется заросль этой «кусачей, злой» травы. Кто не острекался мохнатыми стеблями? Недаром крапиву прозвали жгучкой, жегалой, стрекашей. Жжется крапива волосками, которыми она усеяна снизу доверху. Волосок представляет собой вытянутую клетку, пропитанную кремнеземом. Волоски так хрупки, что при малейшем прикосновении обламываются, обнажая сосуды с едким соком. Попадая на кожу, сок раздражает ее, подобно тому, как это происходит при химическом ожоге. Ведь в значительной степени сок жгучих волосков состоит из муравьиной кислоты, а она достаточно едкая и острая. «Усмиряют» крапиву в перчатках. В блюдах она уже не стрекаша, даже ошпарка кипятком снимает с нее лютость. Изрубленная и присоленная, она тоже добреет, а о сухой и говорить нечего: это просто безобидные зеленые листья.

Крапивы растут везде — в тропиках и в тундрах, на всех зеленых континентах. Мировая флора насчитывает до 50 видов крапив, особенно обширно их разнообразие в тропических и субтропических зонах. Третья часть всех видов встречается в Южной и Северной Америке, четвертая приходится на Азию, а за нею по богатству крапив стоит Австралия с группой Зондских островов. В нашей стране встречается 10 видов крапивы. Эти мощные, саженного роста, двудомные попадают на всем протяжении от западных до восточных государственных границ. Причем на тысячеверстных расстояниях повсюду сменяющиеся разновидности и местные формы.

Крапива двудомная (*Urtica dioica*) — жилища жирных влажных почв. В пустынях, на солонцах и в засушливой степи ее не встретить. Роскошной разрастается она на низинных наносных почвах, на черноземах и удобренных подзолах. Тенистый, влажный лес, берега водоемов, овраги и балки — вот где найдешь пышные заросли. И конечно, много крапивы на пустырях, возле заброшенных усадеб, по межам, у заборов и вдоль дорог. Можно сказать, она проникла всюду, где исстари живут люди. Человек расселил ее по всему свету. До прихода европейцев двудомной крапивы не было ни в Америке, ни в Австралии, а ныне она широко распространена и там. Легко смешиваясь с другими видами, стрекучка кое-где поменяла свой облик, затушеввалась, хотя распознать ее можно и такой.

Двудомная крапива — растение разнополое: на одних стеблях появляются мужские соцветия, на других — женские. Но ботаникам известны находки и однодомных экземпляров. Корневище у них подземное, ползучее. Как и стебель, оно четырехгранное, окраской коричневое. Листья супротивные, пильчатые или крупнозубчатые, густо покрыты жгучими волосками. Семена мелкие, сплюснутые, в одном грамме их содержится до 10 тысяч! Размножается крапива не только семенами, но и вегетативно — с помощью корневищ и кусков стеблей. Уже в год посева цветет и плодоносит. Продолжительность вегетации целиком зависит от широты местности: на севере период роста не превышает двух с половиной месяцев, в субтропиках длится свыше семи, а в тропиках некоторые крапивы растут круглый год. В наших условиях активная жизнь двудомной крапивы затухает осенью, после чего надземная ее часть засыхает и отмирает. Но корневище, обогащенное

питательными веществами, не погибает и зимой. Растение это многолетнее и прочно держится на раз выбранном месте. Обычно это места с нарушенным естественным травостоем.

В весеннюю пору крапива начинает отрастать уже при 5—6 градусах тепла. Ни похолодания, ни даже заморозки не побивают сочные молодые побеги. Требовательной к теплу она бывает лишь в фазе бутонизации и цветения, когда сухая жаркая погода способствует соцветиям легче раскрыть пыльники. Да и перекрестное опыление тогда произойдет быстрее, и семена завяжутся гуще. На созревание семян погодные условия существенно как будто не влияют. Во всяком случае на севере они созревают и при крепких осенних заморозках. К влаге, как уже говорилось, крапива весьма требовательна, особенно в первый период, когда буйно растут стебли.

Со стороны хозяйственного значения двудомная крапива — растение уникальное. В молодом возрасте она соперничает с витаминной огородной зеленью. Впрочем, когда мы рвем молодую крапиву, ей еще и соперничать не с чем, разве что со щавелем. Другая огородная зелень появится после. В зеленых щах, в ботвиньях, питательных салатах и пюре — везде крапива желанна как самый ранний овощ.

Истари ее заготавливают крестьяне и на корм скоту. Порубленная на куски и запаренная с другими кормами, она спасает от авитаминоза и свиней, и домашнюю птицу. Кстати, куры на крапивных кормах заметно увеличивают яйценоскость, а молодняк вырастает более здоровым и крепким. Крапивой подкармливают индеек, уток, гусей, дают ее и певчим птицам. Для коров и лошадей крапиву сушат и даже консервируют (в траншеях или башнях).

В седую глубь веков уходит знакомство людей и с лекарственными свойствами крапивы. Со времен Диоскорида и Гиппократов она зачислена в арсенал целебных средств. Ценный питательный состав, богатый набор солей и витаминов выдвигают крапиву в ряд перспективных лекарственных растений.

Давно забыты прядильные свойства двудомной крапивы. Распространение хлопчатника сильно потеснило даже знаменитые лубяные культуры — коноплю и лен. О жгучей поставщице волокон теперь и не вспоминают. А ведь крапива не одну сотню лет использовалась в ткачестве. Исторические хроники рассказывают, что уже в X веке из крапивной ткани шили паруса. Позже из крепкого пышного волокна выпрадали нити для сурового и ноского холста — шел на пошив белья и верхней одежды. Горсти волокон превращались в умелых руках то в рыболовные снасти, то в прочнейшие веревки и канаты.

У некоторых малых народностей прядильные свойства крапивы использовались вплоть до XX века. В этой связи интересны навыки остяков Нарымского края. Когда-то здесь крапиву считали главным лубоволокнистым растением, ценили его и знали. Добывали остяки волокно так. Осенью, как только крапива перестанет расти, ее срезали и связывали в снопы. Высушенные на солнце снопы свозили к жилью, где сначала мяли и очищали от костры, а затем толкли пестами в деревянных ступах и только после этого делили на кудели. Выпряденные нити, правда, получались зеленоватыми, но отбелка — дело известное. Нити вываривали в щелоке, потом сушили на морозе. Холст из таких нитей был мягок и бел. Иные тонкопряхи раскатывали холсты на тающих сугробах, а летом — на росяных стлizzaх. В общем приемы

обработки крапивного волокна у остяков во многом были сходны с обработкой конопли русскими крестьянами.

Настойчивые попытки ввести крапиву в культуру предпринимались во многих странах. В период первой мировой войны опыты по разведению двудомной крапивы как промышленного растения велись в Германии и Австрии. Дело в том, что страны эти тогда оказались отрезанными от хлопковых рынков и могли рассчитывать лишь на собственное прядильное сырье. Ставка на крапиву была, правда, неудачной, снабдить фабрики дешевым волокном жгучая трава не смогла: выход волокна с гектара посевов оказался низким — всего два центнера, причем обработка собранных стеблей велась слишком сложно, что сильно удорожало продукцию. Вместо солнечной сушки снопы подолгу мочили в ямах, а это усложняло технологию, увеличивало затраты.

Сейчас доказано: крапиву на волокно можно снимать не осенью, а летом. Таким образом, первый укос найдет применение в текстильной промышленности, а второй (отава) пригодится на корм скоту. Загущенные посевы дадут до четырех центнеров волокна с гектара. Крапивное волокно тоньше и длиннее льняного, его можно примешивать к натуральным и синтетическим волокнам. Накоплен опыт получения из стеблей крапивы и ценных сортов бумаги. Как облегченно вздохнули бы леса, если бы бумажную повинность переложить с них на... крапиву. Годятся жгучие стебли и для отжига поташа — великолепного удобрения. По существу, все органы крапивы наделены полезными свойствами. Судите сами, из корней получают желтую краску, а из листьев зеленую; нежные соцветия — старинная чайная заварка, а семена — корм для птиц. Можно из семян вы-

бить и вкусное масло, но кто же таким делом займется? Выходит, с крапивой стоит лучше познакомиться.

Весьма распространена у нас и крапива жгучая (*U. urtica*) — невысокое, от 20 до 60 сантиметров растение, по жгучести превосходящее свою двудомную сестрицу. Не зря в народе прозвали ее огонь-трава, жгучка, стрекучка. Жгучая крапива — растение однолетнее, попадает как сорняк на огородах, в садах, на пустырях и мусорных местах. Среди луговых лесных и степных травостоев не встречается. Огонь-трава — зеленая спутница человека, проникает вместе с ним всюду. Стебель этой крапивы не четырехгранный, а круглый, сильно сбежистый. Опушение у него незначительное, но жгучих волосков предостаточно. В юном возрасте стебель окрашен антоцианом и выглядит красноватым, взрослея, приобретает серый оттенок.

Жгучка — традиционный сверххранный овощ. Особенно она выручает жителей Севера, представляя для весенних салатов витаминную, питательную зелень, а по содержанию железа превосходит шпинат. А ведь железо как микроэлемент весьма нужно организму. Добавляют стрекучку и в корм для птицы. Цветет жгучая крапива с мая по октябрь. Почти всегда потеплу можно встретить ее молодые стебли...

## Одуванчик

Золотые дни весны: теплые, яркие, звонкие. Уж соловей в кустах пробует голос и белогрудые ласточки с щебетом носятся по деревенским улицам, а шелковые травы за ночь заплетают стежки-дорожки. В эту-то майскую благодать и золотится оду-

ванчик. Драгоценными россыпями сияет он куда ни глянь: на лугах, обочинах дорог, в рошах и садах. Вездесущий желтый цветок столь обычен, что взрослые им редко любуются — не находка же! Зато дети любят высыпки одуванчика: кто букет наберет, кто пышный венок сошьет или залюбуется пчелами и шмелями, роющимися в пахучих корзинках.

Открывается одуванчик рано, в шестом часу утра, когда на травах еще роса держится, и стоит, охорашиваясь, до полудня, пока не утомит солнце. К трем часам дня цветок складывается в плотный бутон и так остается до утра. В дождь и холод он не распускается и утром: пыльцу оберегает.

Покрасуется цветок с месяц, а потом начнет сдавать, меркнуть. Потухает одуванчик как-то сразу. Выйдешь на выгон после грозы, а он весь усеян седыми головками: вместо ярких цветов — пушистые шары семян. Налетел свежий ветер, обдул сухие шары и унес с собой парашютики семян. Осенью одуванчик цветет вторично. Много разбросает ветер его мелких граненых семян, снабженных хохолками-парашютиками, только не всем им расти суждено. Да оно и к лучшему, ведь одуванчик так плодовит, что если бы все семена приживались и давали растения, то зеленому царству пришлось бы худо. В занимательных ботаниках нередко приводится такой расчет: одно растение одуванчика дает в год три тысячи семян. Случись что, его потомство целиком выживет: через десять поколений он покрыл бы площадь, в пятнадцать раз превышающую земную сушу. Но верх одерживает гармония взаимодействия видов, и повсеместное господство одного какого-либо растения исключено.

Общий удельный вес одуванчика в зеленом покрове земли совсем невелик, хотя его род насчи-

тывает свыше 1000 видов. Особенно велико их разнообразие в странах с холодным и умеренным климатом и в горных массивах Евразии.

В пределах нашей страны описано 208 видов одуванчика, фактически же его видовой набор куда богаче. Самый известный, самый обыкновенный у нас — одуванчик лекарственный (*Taraxacum officinale*). Это он золотыми брызгами окропляет майский луг, это из него дети плетут первый весенний венок. Многолетник со стержневым мясистым корнем и прикорневыми резными листьями, похожими на щербатые струги, одуванчик при первом же настоящем тепле спешно выгоняет рослую трубчатую стрелку, увенчанную единственной корзинкой ярко-желтых язычковых цветков (у краевых венчиков низ язычков в темных отметилах). Лекарственный одуванчик, как и многие его собратья, утратил способность к перекрестному опылению: обоеполые цветки осеменяются без оплодотворения. Все части растения выделяют млечный сок — очень горький, но не вредный даже для человеческого организма. Одуванчик богат белком, сахарами, кальцием, кобальтом и витаминами. Клетчатки в нем совсем мало. Молокогонный, питательный, целебный корм аппетитно поедается скотом на выпасе. Незаменим одуванчик по весне для пчел: дает пыльцу и нектар.

Одуванчик можно вполне отнести к овощным растениям. Да-да, молодые листья его съедобны в салатах. Горечь легко устранить, если листья подержать с полчаса в соленой воде или сварить. В некоторых странах, например, во Франции, он введен в культуру (выращивают на огородах). Окультуренный одуванчик хорошо облиственен, и чем чаще обрывают цветоносные стебли, тем листья у него становятся обширнее и нежнее. Платация одуванчиков многолетняя, поэтому семе-

на высевают раз в несколько лет. Никакие зеленные овощи не могут сравниться с одуванчиком по содержанию солей железа, фосфора и кальция.

Не посрамил одуванчик и своего видового названия — лекарственный. Современная медицина использует у него в основном корни. Их выкапывают весной, до цветения корзинок, или осенью, после увядания листьев. Одуванчик на правах лекарственного растения введен во все фармакопеи мира.

В народе одуванчиковы корни слыт как заменитель кофе. Для этого их моют, сушат в печи, а затем размалывают. Из такого заменителя отвар почти не отличим от кофейного, да и аромат его довольно приятный. На этом, пожалуй, и кончается перечень хозяйственных свойств лекарственного одуванчика.

Как хорошо всем знакомое растение одуванчик в народных говорах получил меткие и поэтические прозвища. Во многих местах Руси его называли подойничек (корзинка с стебельком напоминает воронку для процеживания молока), придорожь и поляя трава.

Но откуда «плешивец»? Оказывается, от голого, ямчатого цветоложа: сдунешь летучки — и вдруг оно покажется как плешь. Так и говорили: «одуй-плешь». Слово «одуванчик» — московского происхождения, от глагольной основы одуть или обдуть. Оно и укоренилось как основное, хотя были известны и очень близкие формы: одуван, сдуванчики, пустодей, ветродуйки.

Интересно, что одуванчики бывают не только желтые да с оттенками. На Кавказе в горах попадаются пурпурные, а на Тянь-Шане лиловые. И все-таки у подавляющего числа видов цветковая шапочка желтая.

## Первоцвет весенний

Когда поляна всюду зазеленеет травами, засверкает яркими лепесточками, считайте — подошло время весеннего первоцвета — примулы. Это его стебельки, похожие на связки золотых ключиков, попадутся теперь и на лесной прогалине, и в самой чаще глухой. Ведь почки на деревьях только-только расклеились, и пока повсюду одинаково светло, вольготно.

В юных зарослях гудят шмели, мелькают бабочки. Медом пахнет первоцвет, сладким нектаром. Но всего ценней в нем целительная сила витаминов. Прямо-таки кладовая аскорбиновой кислоты, так необходимой человеку и животным. Всего один съеденный листок примулы восполняет дневную потребность нашего организма в витамине С. Недаром в Англии и Голландии первоцвет весенний разводят на огородах как салатную зелень. Да и отечественной народной медицине он не был чужд. Щепоть порошка из листьев и цветков этой травы, заваренная в полстакане воды, давно известна как напиток бодрости и здоровья. Взят он и в арсенал зеленой аптеки: лекарственным сырьем у первоцвета весеннего признаны не только листья и цветки, но и корни.

Даже птицы и копытные животные провели о чудодейственной силе травки-невелички. Весной ею лакомятся овцы, летом — маралы и гуси. И это при общем запрете на все семейство первоцветных, наложенном несъедобностью многих видов. Стало быть, наша примула и тут не сплеховала. А уж какая она красавица — известно не только натуралистам! Садоводы давно приручили жилицу полян и лугов. Ранней весной у любителей растений прямо на грядках распускаются цветочки.

Прозывается примула-первоцвет еще баран-

чиками: за шерстистые, белесые листья, а может, за сходство цветков с бараньими рожками. Баранчики как бы предпочитают число пять. Взгляните на цветок, его ярко-желтый венчик имеет пять острых зубчиков, внутри трубочки — пять коротких тычинок при одном пестике. Нектар лежит в цветке так глубоко, что пчелы его не достают; это могут делать лишь шмели и бабочки.

Первоцвет весенний нуждается в перекрестном опылении и, естественно, приспособлен к радушной встрече нужных насекомых. Вот к примеру, на цветок присел шмель. Пестик тут короткий, и мохнатое насекомое головой коснулось тычинок. Отведав нектару и выпачкавшись пыльцой, шмель снялся с одного растения и перелетел на другое. Теперь столбик пестика цветка оказался длинным, так что голова шмеля пришлась вровень с рыльцем. Пыльца нанесена. Чтобы она не намокала от дождя, цветочки, расположенные зонтом, понижают в одну сторону.

«В мае за ночь оглобля травой обрастает», — замечает народный численник. И вправду, весна зеленая буйно развернулась: за считанные дни высоко отросли злаки; уплотнилось, загустело душистое разнотравье. Золотые ключики первоцвета, которыми будто бы весна отмыкает настоящее тепло, теперь все больше забиваются голенастыми колокольчиками, заглушаются сплошной сеткой марьянников и вероники. Пора сникать зеленому стебельку, настает время листьев — бархатистых, морщинистых, суженных в крылатый черешок. За лето они раздадутся вширь, удлинятся, чтоб сполна отложить питательные запасы в корневища.

Старая, листья пригибают к земле, разглаживаются. Располагаются они воронкой, чтобы дождевая вода стекала прямо к корням. Ведь летом

растениям зачастую недостает влаги, но эта зеленая скопидомка утолит жажду и при мелком поливе. К тому ж и сами листья ее приспособлены к выдерживанию зноя: пластинки затянуты войлочком, уменьшающим испарение. Плоды примулы спрятаны в коробочку, которая трескается лишь в благоприятную погоду; в дождь и холод плотно запечатана.

Осенью, когда травка окончательно померкнет, искатели лекарственного сырья приступают к выборке корневищ. У первоцвета они короткие, косые, со шнурами корешков. Выкопанные корневища отмывают, немного подвяливают, затем сушат. Настоем корней (10 граммов на стакан кипятка), принимаемым по столовой ложке три раза в день, унимают кашель и бронхит. В старое время в крестьянском обиходе корни баранчиков использовались еще от чахотки и лихорадки. Для этого их варили в молоке, сцеживали и остуженный отвар пили. По весне корни примулы собирают до зацветания, позже они для лекарственных целей не годятся.

И все-таки у баранчиков в аптекарский сбор идут в основном не корни, а листья и венчики лепестков. Листья рвут только здоровые, зеленые, цветы же берут распутившиеся и без травянистых чашечек. Сырье сушат на солнце или в нежаркой печи, хранят в стеклянных банках. По содержанию витамина С листья втрое богаче соцветий и вдесятеро превосходят собственно корневища. Обнаружены в них еще витамин Е и сапонины, также ценимые во врачебном деле.

У весеннего первоцвета существует множество диких родственников, ведь примул на земном шаре насчитывают не менее пятисот видов. Многие из них встречаются в умеренной зоне и в альпийском поясе гор. В отечественной флоре примул описано

65 видов, среди них значительной лекарственной силой обладает лишь первоцвет весенний (*Primula veris*).

Легендарна эта травка, знаменита. Древние греки верили, что она способна исцелять от всех недугов, которыми страдает человек. Правда, сами античные врачеватели прописывали весенний первоцвет больше от паралича, из-за чего и прозван он параличной травой. В средние века баранчики попали в разряд магических средств. Колдуны и знахари доискивались обнаружить в прелестном весеннем цветке «волшебные начала», а сок растения добавляли в варево, выдаваемое за приворотное зелье. Им, дескать, можно присушить избранника или избранницу.

Бытовало вокруг красивого цветка и немало преданий, порой поэтичных, забавных. Согласно древнегерманским сагам первоцвет весенний не что иное, как ключи богини весны — Фрей. Имито она и отпирает заправское тепло после долгой зимы. Сама Фрея — молода, обворожительна, украшена ожерельем из радуги. Куда ее радуга упадет — там свалятся золотые ключи, а из них и цветы возникнут. В легендах все просто.

Датское народное сказание уверяет, будто в первоцвет превращена сама сказочная Принцесса эльф. Получилось это так. Отпустили раз духи симпатичную эльфу на землю, а та возьми да и полюби там юношу, забыв о своей родине. Конец печален: в наказание духи превратили эльфу в примулу, а ее возлюбленного — в анемон, который в одно время с ней цветет, в одно время и угасает.

У англичан первоцвет — тоже любимый цветок. Его возделывают в садах и на огородах, берут с собой в странствия, он непременно дар милому человеку. В честь первоцвета устраивались празднества и гуляния, поэты о нем слагали вдохно-

венные строки (вспомним «Бурю» и «Сон в летнюю ночь» Шекспира). По английским преданиям в примулах прячутся гномы, а если весной выйти лунной ночью на луг, то счастливцы услышат, как из цветов, окропленных росой, доносится хор нежных голосов.

Немало вымыслов о баранчиках обреталось и в среде русских крестьян. Что касается полезных свойств этой травы, то они известны нашему народу с седой древности. Сладковатые цветочные стрелки баранчиков собирали и ели, из листьев и цветов готовили успокаивающие и потогонные чаи, а при случае и мази против экземы. В областных говорах первоцвет весенний известен как первенец, коровьи слезы, кудель-барашки, ряст (оттого что цветет рано). Когда-то и обычай был: накидают баранчиков под ноги и топчут — на долголетие. О слабом говорили: «Ему ряста не топтать, до другой весны не доживет...»

Сейчас у отечественных цветоводов одинаковым почетом пользуются как грунтовые, так и горшечные примулы. Из последних укажем на широко распространенный цикламен с трубчатыми пышными цветами. Комнатные примулы держат не выше двух лет, иначе их цветение ослабевает. У грунтовых форм тоже тонкость — на зиму вокруг каждого кустика подсыпают питательную землю, чтоб растения не вымерзали. Размножают делением корневищ, это делают весной или на склоне лета. И еще узелок на память: для всех примул вреден свежий, перегной.

...Красуются, улыбаясь майскому солнцу, источают медовый аромат прелестные весенние первоцветы — баранчики. С толком относитесь к ним, где мало — не рвите на воле. Пусть они радуют нас каждый год.

## Чистотел

Спешно поднимаются травы в майскую благодать. Вроде бы только что пробились блестящие малахитовые листочки, а уж всюю загустел заглохший уголок сада! Неодолимо овладела куртинами рослая сныть, бодро приподнимается плотный пырей, среди свежих зарослей овсяниц и тимофеевки привлекателен сочными стебельками тмин. Возле ж ограды и вовсе залюбуешься: на раскидистых ветках чистотела желтеет зонтик цветков.

Научное название этого растения *Chelidonium* переводится как ласточкина трава. Пробуждается чистотел с прилетом касаток, а отсыхает, когда деревенские щebetуны подадутся в отлет. Отсюда и поэтичное прозвище. За склонность селиться подле тына чистотел в русских говорах прозван подтынником. Обыден он и в осветленных лесах, на залежах, по оврагам, а как сорняк — на огороде.

Чистотел не спутать с каким-либо другим растением. Ведь только он на изломе выделяет капельки густого оранжевого сока. Особенно много млечного сока бывает в корнях, при их разрыве «плач» долго не иссякает. Запах сока тяжел, сок на вкус жгуче-горек; содержит ряд специфических кислот и алкалоидов. Желтое красящее вещество нестойко, пропадает при сушке травы.

Облик чистотела распознается довольно легко. Почти метровый ветвистый стебель поверху увенчан яркими соцветиями. «Трости» к ним входят в пазухи верхних стеблевых листьев. Стебли прямые, ребристые, голые. Нижние листья перистые на черешках, верхние рассечены на крупные доли, слегка напоминают лиру. Корни ласточкиной травы стержневые, короткие.

Цветет трава с мая до августа. Лепестки

желтые, пестик один, тычинок несколько. Плод — стручковидная коробочка раскрывается двумя створками. Причем с треском, за это к чистотелу пристала еще одна народная кличка — шелкунец. Хорошо развитое растение дает за лето до семи тысяч семян. Перед плодоношением трава грубеет, меркнет.

Но вот она разбросала семена и ожила вновь. Над усохшими стеблями возвысилась зеленая поросль, а немного спустя появились и цветы. Конечно, их теперь немного, да на исходе лета и они примечательны! Совсем потухает чистотел с уходом бабьего лета. Отпылает прощальным теплом солнышко, исчезнет серебристая паутина-тенетник, обыденная трава подтынник, считай, пропала. Не увидеть ее больше в заглохшем уголке сада, будто и не росла она на опушке леса, в роще.

С отмиранием надземной части травы чистотел не погибает. Этот многолетник возобновится по весне опять, лишь бы уцелело корневище. А оно стойкое и выдерживает любую зиму.

Чистотел принадлежит к семейству маковых. Его род состоит всего-навсего из одного вида — чистотела большого (*Ch. majus*). На западе страны он с сильно надрезанными листьями и острыми лепестками, в Сибири у него все части вытянуты. Обе формы когда-то рассматривались как самостоятельные виды, в действительности же они являются мутантами чистотела большого.

Растение это в некотором смысле знаменито. Средневековые алхимики с помощью его корня пытались получить золото из неблагородных металлов. В тиглях и горнах пришлось побывать тогда нашей травке, только не далась она алхимикам, не оправдала их корыстных надежд. Но в металлургии чистотел все же пригодился: к его соку и поныне прибегают при травлении и чернении.

И все-таки больше всего чистотел известен в быту. В его отваре по деревьям купали детишек — снимает чесотку и золотуху. Делает тело чистым — отсюда и повсеместное название. С помощью чистотела лечили кожный туберкулез, или волчанку, избавлялись от желтухи и желчных камней, за что он слыл как желтушник. Его соком, набранным из корней, сводили веснушки и бородавки. Понятно, прозвище «бородавник» досталось растению как раз за это его наружное употребление. Прозорником чистотел называли из-за применения от болезни глаз. При поранении желтомолочник заменял йод. Травой чистотела парили молочные кринки и горшки — молоко не скисает, окуривали скот от падежа. В отваре с добавкой квасцов красили шерсть в желтый цвет.

На пастбищах чистотел скотом не поедается: ядовит. Но бывает, что какое-то животное нащиплется этой травы. В результате отравление при сильном воспалении желудка и кишечника. Свиньи в таком случае не только теряют силы, но и заметно глохнут. Безвреден чистотел только для пятнистых оленей. Да они ведь без ущерба набираются и других ядовитых трав — привычка вырывает...

Запомните бородавник. Голосистой весной и в почин лета особенно он кустист и пышен. Его не встретишь сплошными зарослями и даже обширными кулижками — таится в окружении других трав, торчит вихрами. Зато когда попадет — остановит своим приветливым видом. Ласточкина трава издавна сопутствует человеку. Ведь ее бархатистую разновидность вывели еще в 1590 году. Тогда же и водворили чистотел в аптекарские сады для постоянных наблюдений и проверки полезных свойств. А их у него оказывается совсем немало.

## Кислица обыкновенная

Начальная пора мая. После длительного покоя и застоя лес ободрительно вздохнул, включая в созидательную жизнь полные свои силы. На теплой земле разом вымахали и зацвели медуница и сочевичник, хохлатки и примулы. Пестрый травянистый покров гуще пока на полянах и вырубках, но уже совсем близок день, когда пышнеть ему и в мелколесье, и в чащарнике, и даже в захламленных борах. Весна пригожая преобразит любой клочок земли, где б он ни находился в ее владениях.

Вот тогда-то и нельзя не встретить в лесу кислицу обыкновенную (*Oxalis acetosella*), по-другому — борщовку, или заячью соль. Плотные заросли кислицы кулижками разбросаны возле стволов хмурых елей, обильны повсюду в тенистых и влажных лесах. В отечественной флоре найдешь всего шесть видов этой травки, и то половина из них заносные: фиолетовая и торчащая кислицы — уроженки Северной Америки, козья — попала из Северной Африки. А ведь в мире род кислиц насчитывает 800 видов! Другие семь родов семейства кисличных у нас вообще никак не представлены. Среди них могли быть травы и полукустарники.

Русская обыкновенная борщовка кажется неприглядной травкой. Стеблей у нее нет; мясистые, сердечком листочки сразу же отходят от корней. Пятилопастные венчики белые-белые, и, только приглядевшись, можно заметить в основании по желтому пятнышку да по лепесткам тонкие розовые жилки. Ни красавица ни дурнушка — типичная простенькая лесная травка. Но какой наблюдатель природы, какой знаток зеленой аптеки равнодушен к ней! Щепотка заячьей соли за-

менит на привале и заварку, и... лимон. А при подаче сытного блюда кисличка чем не соперница уксуса! Обогатит, сдобрит и украсит вкус любого яичного блюда, обеспечит застолье и отменно приправленным салатом, и неприедчивым кушаньем — щами. А минутное «омоложение» бутербродов с сыром — тут ли не кстати жилища бора?

Свежая кисличка вместе со щавелем была для наших предков первым весенним гостинцем. Майская дикорастущая зелень — крестьянский родник здоровья. Когда-то деревенский люд радовался встрече Маврина дня, угощавшего всех зелеными щами. В народном месяцеслове этот день, 16 мая, так и прозвали «Мавра — зеленые щи». Квасец, щавель троицкий, кислец цветущий — какими только кличками не награждали заячью соль, лесную травку — невеличку кислицу обыкновенную! Само собой, нежная, хрупкая борщовка тогда была во всеобщем почете и уважении.

Ее признавали полезной от коварной и тяжелой цинги, а высушенной и растолченной в порошок присыпали гнилостные и золотушные раны. Выпаривая кисличный сок, легко получить кристаллы соли, уничтожающей ржавчину и чернильные пятна. Кисличный сок, подобно клюквенному, охлаждает и освежает. В зеленой траве найдены витамин С и солидные запасы щавелевокислого калия.

Цветет кислица с поздней весны до раннего лета. Только в эту пору она и приметна по лесным оврагам, в кустарниках и на субальпийских лугах. Позже ее совсем перебьет и заслонит широколистная трава. И когда у борщовки появятся еще одни цветки — клейстогамные, она прочно затеряется среди зеленых соплеменников. Семена трав-

ки гладкие, островатые, окраской коричневые, заключены в коробочки. Как только коробочка поспевает, она моментально трескается, выбрасывая наружу всех своих питомцев. Плодитесь, размножайтесь! С какой решительностью коробочка рассеивает семена, можно проверить, когда подавите спеющий плод. Брызгами летят в разные стороны.

Наблюдая за кислицей, можно для себя сделать и маленькое открытие. Например, когда растение расправляет все листочки, держа их горизонтально в одной плоскости, — это означает, что кислица «проснулась» и на нее не падают прямые солнечные лучи. Стоит затенению пропасть, как листочки ее сникнут, опустятся (только так и уменьшить отдачу влаги); перед сном они поступают точно таким же образом.

А поведение цветков расскажет о характере предстоящей погоды. К дождю заячья соль свертывает белые венчики, опускает цветки долу; в ненастье и холод цветки вообще не раскрываются — оберегают пыльцу. Закрытыми пребывают и в продолжение ночи.

Обильное содержание щавелевой кислоты в листьях отпугивает от кислицы многих животных. Из лесных обитателей разве что рябчик не пренебрегает борщовкой, склевывая по весне кислые листочки, а несколько позже — и спелые плоды. Домашний скот кислицу не ест, обходя ее как не кормовое растение. Но при раннем выгоне стад, когда травостой еще беден, лесной борщовкой иногда объедаются овцы — в большом количестве кисличка ядовита. Признаки отравления — отказ животных от корма, понос, слабость. Ежели кислицу поедят коровы, последствия скажутся на молоке: оно легко свертывается, но масла из его продуктов не получить.

В Средней Азии, на Кавказе и Дальнем Востоке у нас попадает другая кислица — рожковая (*O. cogniculata*). Растет она преимущественно по обочинам дорог, полей и арыков. Часты встречи с рожковой кислицей также на чайных плантациях и по закустаренным сухим горным лугам. В отличие от обыкновенной рожковая кислица — однолетник. Как и у северянки, ее листья богаты кислотами и витамином С. Жителям Закавказья эта кислица заменяет щавель. Кроме пищевого достоинства, обладает еще целебными свойствами: в народной медицине считается неплохим охлаждающим и освежающим средством. Приятна в салатах и винегретах.

Все кислицы относятся к разряду старинных противочинготных растений.

## Тмин обыкновенный

К исходу весны в отросшем разнотравье легко заметить толстые сочные стебельки тмина с прижатыми морковными листочками. Впрочем, прижаты у него лишь верхние листки, а прикорневые — более развитые — куда как обширны и роскошны. Ведь это они выстилают зеленым кружевом всю куртину чистой заросли. Майские стебельки тмина так нежны и душисты, что исстари почитаются в крестьянском обиходе за луговые яблоки. Кроме пряного вкуса, молодой тмин обладает большой целительной силой: ботва полезна при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

А уж до чего вкусная трава любима домашним скотом — ведомо пастухам. По их словам, ни лошади, ни коровы, ни овцы не обойдут тминную луговину, так и норовят отведать сочного корма.

Луговые яблоки не только вкусны. Они оздоравливают животных после зимнего застоя, улучшают аппетит, повышают удоимость. За быстрое отрастание и отменную поедаемость стадами травы, подобные тмину, прозваны крестьянами коровьим напором. Молодая тминная ботва — излюбленный корм коров, лошадей и овец. Не отказывается от нее и молодняк кроликов — только подкладывая в клетки. Даже собаки и те поедают сочные стебли этой травы. Замечено, что зелень тмина охотно клюют рябчики.

Посмотрим, что же представляет собой тмин с ботанической точки зрения? Это многолетник из семейства зонтичных, корень имеет вертикальный, мясистый, с виду похожий на веретено. Стебель тмина сравнительно невысок, от 30 до 80 сантиметров, кверху он ветвистый, с лучистыми зонтиками соцветий по концам. В фазе бутонизации стебель приземист, дороден, исключительно сочен; в пору цветения он вытягивается, становясь тонким и деревянистым. Плоскости листа дважды перистые, в очертании продолговатые, нижние на длинных, а верхние — на коротких черешках. Все растение голое.

Цветет тмин всю первую половину лета. Цветки обоеполые, лепестки могут быть белые, розовые или красные. Плод — двусемянка, которая, созревая, легко распадается на две части. Каждое семя продолговатое, несколько сжатое с боков, ребра имеет тупые, ложбинки широкие, на спайке — два канальца. По форме семя напоминает маленький серпик. Тмин — весьма урожайен, с гектара посева можно собрать до десяти и более центнеров душистых семян. Рекордные урожаи он дает на влажных торфяниках, сдобренных перегноем; хуже всего растет на супесях, тяжелых глинах и на заплывающих солонцах.

Запасаются семенами тмина для пищевых и лекарственных нужд. Ими посыпают черный хлеб и белые булочки, как специю добавляют в сыры, приобретающие от этого значительную лежкость. Знатоки домашних разносолов добавляют пряные семена тмина в бочки с огурцами и капустой. Тминное масло, полученное из семян, широко используют для отдушки ликера и при варке мыла. В природе семенами тмина лакомятся голуби, куропатки и некоторые другие птицы.

Запах этому растению, особенно плодам, придает эфирное масло. Для его извлечения измельченные семена необходимо перегнать сквозь водяной пар. Тминное масло бесцветно, но при хранении постепенно приобретает желтоватый оттенок. Характерный запах масла обусловлен содержанием душистого вещества — карвона. После отгонки пищевого продукта из жмыха выбирают еще жирное техническое масло и только затем отходы пускают на корм скоту.

Лекарственные свойства семян тмина известны с весьма отдаленных времен. Народная медицина предписывала употреблять их при вялом пищеварении, запорах и как ветрогонное для младенцев, когда они, не унимаясь, плачут и трут ножку об ножку — «молотят животик». По словам народных лекарей, сок из семян тмина, запеченных в луковице, хорошо помогает при ушных выделениях — вошине. Капли теплого сока будто бы снимают недомогания.

Научная медицина тоже использует тмин в своем обиходе. В аптеках из семян приготавливают тминную воду и эфирное масло для ароматизации лекарств. Препараты из тмина — признанное средство при болезнях желудка и кишечника; ведь плоды этой травы, раздражая вкусовые рецепторы, по выражению клиницистов, «рефлекторно

повышают функцию пищеварительного аппарата, снижают процессы гниения и брожения». В ветеринарной практике тмин дают скоту при коликах, вздутии живота и ненормальных бродильных процессах в кишечнике. В полноценном сене эту траву обнаружить совсем просто. Подсевают тмин и к клеверу, иначе коровы, случайно набравшись одного клевера, жестоко страдают от опасного распирающего газами. Метеоризм может даже привести к гибели животных.

В диком состоянии обыкновенный тмин обилен на лугах, по лесным опушкам и сорным местам. Для домашних нужд именно там его и берут про запас. Но для промышленного использования, когда тмина требуется много, траву эту разводят на плантациях, где она удаётся более рослой и дородной. В некоторых странах тмин введен в земледельческую культуру еще со времен свайных построек. Ныне он культивируется в Финляндии, Норвегии и Голландии.

Сеют его после уборки озимых хлебов или весной вместе с овсом, ячменем и горчицей. Семена прорастают через три недели. При весеннем посеве тмин в первый год успевает развить лишь розетку листьев, и только на второй год он формирует стебель и плодоносит.

Срезают траву при побурении семян в центральных зонтиках. Это как раз тот срок, когда семена еще полностью не созрели и нет опасности, что они осыплются. Срезанные стебли вяжут в снопы и свозят под навес. Там их подсушивают, обмолачивают, а семена, очищенные на решетках, ссыпают в мешки и ставят в сухом месте на хранение (до трех лет).

Тминов на земле насчитывают до 30 видов, не менее 10 видов произрастает у нас. Хозяйственный интерес представляет тмин обыкновенный

(*Сагит сагви*) — ценная эфиромасличная культура. В говорах эта трава у тамбовцев слыла как козельцы, нижегородцы ее называли козловка, а подмосковные крестьяне — анис полевой и анис дикий.

«Трава при луне в бриллиантах. На тмине горят светляки», — сказано в одном из стихотворений Афанасия Афанасьевича Фета. С весны до глубокой осени душисто это растение среди луговой и лесной зелени.

## Щавель кислый

Пригретые весенним солнышком, зазеленели отрастающими травами луга и поляны. Шильцами, щетиной пробиваются злаки, трещиноватыми тарелками раскидываются репейники-лопухи, седыми вихрами торчат полыни. Майская благодать теплом и влагой лелеет юное разнотравье, вот и подрастает прямо на глазах каждый стебелек, каждый новый побег. А стоило проплешинам на буграх затянуться свежей зеленью — и уже есть чем разговеться после зимнего застоя. В ароматном несомкнутом травостое легко отыщутся и сочные кустики аниса, и, само собой, щавель. Ну кто же тогда откажется от кислых, толстых его листочков? Некоторое время это луговое растение серьезно соперничает с огородными овощами, уже растерявшими к той поре часть своих полезных свойств.

Щавель кислый (*Rumex acetosa*) — многолетник с толстым стержневым, разветвленным корнем. Стебель у него прямой, бороздчатый, до метра высотой, в молодом возрасте нежный, сочный, но к поре цветения становится волокнистым, жестким. В дальнейшем стебель грубеет, делаясь деревянистым, несъедобным. Вообще-то, у щаве-

ля собирают не стебли, а листья, почему и называют его листовым овощем. Уже спустя недели три после того, как оттаает земля, листья щавеля вполне годны для сбора. Розетка прикорневых листьев разрастается пышной, густой. Бытует мнение, будто щавель — индикатор кислых почв, что неправильно. Растет он на разных почвах, но особенно хорошо на влажных, плодородных, с нейтральной или слабокислой реакцией. На почвах бедных его листья становятся мелкими, невкусными.

Как дикорастущий овощ щавель известен людям с доисторических времен. Надо думать, что когда-то он играл значительную роль в питании. Повсеместное распространение в зонах умеренного климата, чрезвычайная доступность и простота в употреблении (можно есть в сыром виде) выдвигали это съедобное растение в разряд полезного ранневесеннего продукта. Позже щавель был известен и народам древнего мира, и народам средних веков. Тогда же его начали вводить в огородную культуру. Впрочем, дикорастущий щавель еще долго покрывал всю потребность в кислом овоще, особенно в среде простолюдинов. Русский крестьянский календарь отмечал день «Мавра — зеленые щи» (16 мая нового стиля), когда из свежего щавеля и другой зелени варили новые щи.

В настоящее время щавель широко культивируют в странах Западной Европы и Северной Америки. У нас он тоже в почете у огородников, его выращивают и в хозяйствах, и на приусадебных участках. В открытый грунт растение можно высевать в три срока — ранней весной, в середине лета и в октябре, под зиму. Участок под него отводят вне севооборота, хорошо удобренный, плодородный, можно с близким залеганием грун-

товых вод, на индивидуальном огороде достаточно одной-двух солнечных грядок.

Семена высевают лентами до пяти строчек в каждой. Расстояния между лентами около полуметра, а между строчками — 20 см. Заделывают их неглубоко (0,5 см), можно и вовсе не заделывать. Всходы появляются на десятый день, довольно дружно. В природе семена щавеля прорастают сразу после осыпания и в глубоких слоях почвы могут сохранять всхожесть несколько лет. Уход за растением сводится к прореживанию запущенных всходов, прополке сорняков, рыхлению междурядий и поливу посевов в пору засухи.

При весеннем посеве щавель срезают уже в июле, а при летнем — весной следующего года. После обрезки растения необходимо подкормить (удобрения вносят в жидком виде). На одном месте щавель можно выращивать три-четыре года, затем место для плантации следует сменить, чтобы не снижалась урожайность.

Щавель поддается выгонке в закрытом грунте. Для этого заготовленные по осени корневища закладывают на хранение в подвал и держат там в песке. Перед высадкой корневища осматривают, не повредились ли они за время хранения. Выгонку щавеля ведут в парнике или теплице. Надо заметить, что в условиях культуры это растение развивается очень быстро, скажем, в питомнике зацветает в год посева. Но в природе этот представитель семейства гречишных развивается медленно, да и живет он там более 20 лет!

Щавель — полезный овощ. Его листья богаты белковыми веществами, есть в них и минеральные соли, и ценные витамины противцинготного «профиля». Вкус листьям придают яблочная, щавелевая и лимонная кислоты. Ранней весной щавель как бы на время вытесняет капусту, из него

варят щи, супы и борщи. Для витаминных супов листья перебирают, промывают и тушат минут десять в небольшом количестве воды. Затем их перетирают сквозь сито или пропускают через мясорубку, заливают бульоном, добавляя по вкусу жареные корни, лук и соль, и варят еще 15—20 минут. Щавелевый суп подают со сметаной, вареным яйцом и зеленью укропа или петрушки. Знатоки зеленых овощей пекут со щавелем пироги. Для этого перебранные листья очищают от черешков и мелко крошат, добавляя к ним несколько листьев мяты и Melissa. Смесь укладывают на слоеное тесто и запекают.

Свежим щавелем неплохо запастись и впрок. Самый распространенный способ домашнего консервирования щавеля — солка (30 г соли на 1 кг листьев, пропущенных через мясорубку). Посоленную массу плотнее набивают в бутылки, сверху заливают жиром, закупоривают пробкой и завязывают шпагатом. Бутылки укладывают плашмя в погребе. Перерабатывающая промышленность выпускает консервы из щавеля. Употребляют щавель в разумных пределах: в чрезмерных количествах он вызывает раздражение почек, засорение мочевых канальцев.

Небезынтересно кормовое значение кислого щавеля. Его поедают все виды домашнего скота, особенно охотно овцы и свиньи. Плоды — жиристый корм для гусей и уток, а на воле семенами питаются рябчики. К выпасу щавель неустойчив, почему и отсутствует на постоянных пастбищах. Скашивание ему не вредит: осеменяется до сенокоса и быстро отрастает. В сене кислый щавель присутствует в незначительном количестве, однако его надо рассматривать как полезную примесь — ведь это высокобелковый корм.

В мировой флоре около 200 видов щавелей. Для всех них характерно наличие в органах дубильных веществ и щавелевой кислоты. Кислый щавель не единственный из съедобных щавелей. В Европе, например, в большом почете субальпийский вид, растущий на камнях. В Калифорнии, Аризоне и Техасе (США) собирают клубненосный щавель; соперничающий с ревенем. В Африке используют в пищу листья и молодые побеги многолетнего вида щавеля. В высокогорьях Кавказа растет щавель, у которого собирают не листья, а корни (их отваривают, а затем используют как кухонную приправу). В нашей стране произрастает 49 видов щавеля. Некоторые из них — типичные луговые сорняки.

## Щавель конский

Трава эта всегда на виду. Ранней весной, чуть солнышко пропарит почву, среди юной зелени лугов и полян легко отыскать красные, чуть помятые листья, собранные в кружок. Заплатами они покажутся на легкой сетке злаков, крепнущих день ото дня. И когда запестреют живые самоцветы колокольчиков, марьянников, вероник, эти дородные листья, уже всю зеленые, разрастутся до наибольших своих размеров — с полотно косы каждый. Тогда-то и подавно заметно растение-богатырь. Конятником, конским щавелем величают его издавна люди. Под такими прозвищами известен на Руси повсеместно.

Ближе к лету конятник поднимается еще выше благодаря толстому, полому стеблю. Накоротке, невзрачно цветет щавель, и вот уже стебли густо обметаны семенами. Убористой метлой выглядит конятник в зарослях разнотравья, вешкой маячит. К июлю семена щавеля покраснеют.

Таким и переждет остаток лета и всю осень, вплоть до снежного покрова-перепутка. Вот и выходит, конскому щавелю никогда не затеряться в травостое, даже в самом густом и рослом. «На низах, ожидая косы, стоят сплошным морем береженные луга с чернеющими кучами стеблей выполонного щавельника», — читаем в романе Л. Н. Толстого «Анна Каренина».

Щавелей в отечественной флоре 49 видов. Все они в той или иной мере наделены дубильными веществами и щавелевой кислотой. Листья щавелей богаты ценным витамином С и протеином. Пользительны и семена, недаром же их охотно поглощает промысловая и домашняя птица. Принадлежат щавели к семейству гречишных. Распространены практически повсеместно.

За исключением кислого щавеля — популярного дикорастущего и огородного овоща, — все другие представители рода не только малосъедобны для людей, но и зачастую не годятся даже в корм скоту. По-видимому, основная причина кроется в крепких дубителях, которые и отпугивают животных от сочных зеленых кустиков. Лишь свиньи лакомятся могучей травой, они едят и альпийский, и кислый, и турполистный, и курчавый щавели — желудок хавроний куда как неразборчив в еде. Почти не щиплют конский щавель лошади, и прозвище травы намекает совсем на другое. Словом «конский» в просторечии определяют несъедобность и рослость.

С ботанической точки зрения конский щавель — многолетник, с коротким многоглавым корневищем и мощным слабоветвистым корнем, прилегающим близко к поверхности. Вырастает коневник самой разной высоты, от 30 до 150 сантиметров. Стебель имеет прямостоячий, борозд-

чатый, который заканчивается длинной метелкой зеленоватых цветков. Цветет в начале лета. Прикорневые листья у конского щавеля круглые и широкие, стеблевые — узкие и мелкие. В Средней Азии и его листья более треугольные. Между прочим, родовое название щавелей *Rumex*, означающее «копье», дано древним естествоиспытателем Плинием как раз за форму их листьев.

Излюбленное место обитания конского щавеля — пойменные луга. Найдешь его, разумеется, и по берегам рек, и на склонах холмов, и в рощах, и на полянах, и около дорог, но все же на пойменных лугах он на редкость изобилует. И суть не только в умеренно влажных почвах, до которых коневник известный охотник. Главное кроется в особенности его семян.

Судите сами: семена конского щавеля не опадают со стеблей не только к осени, но держатся на них и всю осень и даже зиму. И только к половодью они наконец полностью сдергиваются ветром на волглый снег. Какая-то часть их затопляется водой тут же, на месте произрастания, остатки сносятся полыми водами на поймы и там откладываются вместе с наилком. Покрытые наилком семена не залеживаются в сырой почве. Стоит только слить половодью, и они тут как тут: наклеивают ростки, трогаются, пробивают корку наносного ила, славящегося своим плодородием. Каждое семя, благополучно пустившее корень и стебли, дает потомство многим особям. Бывает, что вокруг него разрастается огромная колония из таких же кочевников, но все они обязаны происхождением не семенам того материнского куста, а корням, шнурами расплзшимся вокруг. Вегетативное размножение щавеля в таком случае можно считать основным.

На побегах корневища коневника имеются

верхушечные почки, которые и выгоняют сперва розетки скомканных листьев, а затем, через 2—3 года, и плодоносящий стебель. Позже почка отмирает, а стебель, которому она дала жизнь, обзаводится семенами, держит их до удобного случая, рассеивает на влажную землю. Со смертью стебля его корневище пробуждает к деятельности новые почки, чтобы дать новые поколения зеленых переселенцев. В естественных условиях конский щавель развивается медленно и плодоносит лишь на десятом году жизни. Корневище, возобновляясь, доживает до глубокого возраста, десятки лет выгоняя наружу крепкие гранистые стебли.

В русской народной медицине настоями из конского щавеля пробовали избавляться от цинги и язвенных стоматитов. Кроме настоев, назначали отвары и экстракты. Основное применение — против колитов и геморроя. Малокровным прописывали порошок коневника. В чести конский щавель и в медицине двух народов. Так, в Тибете соком, отжатым из сырого корня, лечат некоторые кожные заболевания. А в Германии когда-то отваром коневника снимали раздражения зева, гортани и верхних дыхательных путей. Свежий сок корней использовали на растирания или для приготовления экстракта.

Пищевые достоинства конского щавеля совсем невелики. Молодые листья этой травы вполне можно класть в салаты.

И все же, несмотря на некоторую пользу, щавель конский надо рассматривать как типичный луговой сорняк. Хотя к сенокосной поре его удельный вес значительно снижается, коневник и в небольших примесях портит корм. Ведь мясистые стебли травы не просушиваются в валках, и, когда сено сгребают в копны, а затем стогуют, это будилье попадает в клады полусурым. А отсюда

и очаги плесени, и затхлость, и самосогревание корма. Справедлива и жалоба механизаторов: на конском щавеле в сенокос заметно тупятся ножи косилок.

Изводят конский щавель терпеливо и настойчиво. Очень эффективно тщательно подрубать или выкашивать его стебли до срока выброса цветков. Сильно засоренный луг разумно превратить в пастбище: коневник боится вытаптывания. Наконец, в распоряжение луговодов может быть доставлен вредитель коневника — щавелевый листоед. Это насекомое отменно расправляется с мясистыми листьями сорняка, оставляя от них одни решетки жилок.

В народных говорах коневник именовался: тамбовцами — конский чувель, рязанцами — конятник, вологодцами — кобылий щец. Общеизвестное растение...

## Ятрышник пятнистый

Какое приволье настало в садах! Молочным обливом подернулись вишни, бело-розовыми сполохами благоухают яблони, распустила душистые кисти черемуха. За черемухой спешит сирень, по-народному — синель. Сирень любит жаркие дни, поэтому ее расцвет совпадает с первым настоящим теплом, с душистыми ночами.

Погода устанавливается отменная. Дни один другого краше. Солнце печет не переставая. Впрочем, иногда и оно затягивается поволокой, тогда поливает дождь, редкий в эту пору. Воздух разлит целебный, настоенный на цветах, на травах душистых, на смолках. Сирень и яснотка, сныть и кашка слышатся особенно звучно, хотя и не в едином тоне. А что голосов пичуг! Славки, мали-

новки, пеночки, иволги — всех и не перечислишь. Поют, свиристят чуть свет и во весь день... Теперь уж даже дуб надевает свой зеленый убор.

В такую-то пору и расцветают кукушкины слезки.

Эта лесная трава — подлинный уникум среднерусской флоры. Выделяется она среди зеленых подружек и обликом совсем необычным, и редкостной целебной силой. Взгляните в конце весны на изумрудные поляны: среди густеющего травостоя легко отыскать прямой стебелек с пятнистыми цветками, собранными в кисть и продолговатыми, тоже пятнистыми, листьями. Прежде всего поражает пурпуровый цветок, точь-в-точь копирующий тропическую орхидею. Правда, орхидеи величавы, крупны и роскошны, ведь их родина — тропики, а ятрышник куда как скромн и невзрачен. Но он тоже орхидея, только северная. На родство с блистательными цветами намекает один из шести лепестков — губой свисает, у основания видна шпорца.

Листья ятрышника по форме и расположению напоминают листья тюльпана. И, подобно последним, они лишены опушения. Да и нужны ли поселенцу влажных лесных полян приспособления против потери воды! А зачем на листьях ятрышника черно-бурые пятна? Их назначение скорее всего связано с потребностью этого растения в дополнительном тепле. Листья с пятнышками, конечно, прогреваются больше, чем окрашенные в ровный зеленый цвет. Хорошо прогреваемые листья увеличивают количество испаряемой воды, поглощенной корнями. Чем больше растение испаряет воды, тем интенсивнее поступают питательные вещества в его органы. Выходит, дополнительный прогрев листьев выгоден ятрышнику.

Цветы нашей северной орхидеи собраны в ко-

лосок. Так они более заметны для насекомых. Причем их пестрая окраска также привлекает шестиногих опылителей. Вот и слетаются на пригожую травку шмели и мухи, присаживаясь на нижний лепесток. Многочисленные полосы и пятна на лепестках — своеобразные «медовые знаки»: показывают крылатым гостям направление к накопленным для них лакомствам. Насекомому, присевшему на губу-лепесток, надо пробуровать мясистую стенку шпорца, и только тогда откроется доступ к сладкому соку. Доставая сок из цветка, шмель или муха награждается двумя «пыльцевыми дубинками» — полиниями, с которыми и улетает на другой цветок. Так, паломничая по растениям, шестиногие лакомки опыляют пятнистый ятрышник, который без их участия не смог бы размножиться.

Плоды ятрышника — маленькие коробочки растрескиваются шестью щелями для выброса множества мелких семян. Бывает это обыкновенно в начале августа, когда, собственно, и начинается заготовка салепа. За год каждый стебель обзаводится новым сочным клубнем или толстым пальчатым корнем. Они-то и нужны для лекарственного сбора.

У ятрышника пятнистого (*Orchis musculata*) и в наших лесах есть немало красивых, а то и душистых родственных трав. Взять, к примеру, любку двулистную — это тоже северная орхидея. Когда любка зацветает, лес как бы наполняется ее тонким, нежным благоуханием. Особенно она сильно пахнет ночью, за что прозвана фиалкой. Растет в лиственных и смешанных лесах, среди кустарниковых зарослей, а изредка и на лугах. Растение это нуждается в самой строгой защите от браконьеров. Ведь как только сойдут ландыши, расхитители лесных даров принимаются за

любку. Толку в таких букетах нет, а растение страдает от черствых рук. К исчезающим и редким травам необходимо исключительно разумное отношение, иначе лес утратит своих сокровенных обитателей.

В народных преданиях ятрышник пятнистый известен как кукушкины слезки. С чем связано столь поэтичное название? Оказывается, в старой деревне существовали календарные обычаи встреч и проводов времен года. В преддверии красного лета справляли последний весенний праздник — Вознесение. С этого дня весна на отдых просится, уступая дорогу лету. «И рада бы весна на Руси вековать вековушкой, а придет Вознесеньев день, прокукует кукушкой, соловьем залъется, к лету за пазуху уберется», — приговаривалось в стародавние времена. Весна и вправду свое дело сделала — освободила от зимних оков землю и воды, подсушила почву, поспевающую для обработок, оживилась зелень. Физиономия сезона приобретает другие черты.

Интереснейший аграрный обряд — крещение кукушки — как раз и происходил у русских крестьян в преддверии лета красного, на Вознесение. Обряд этот, несомненно, языческого происхождения. Суть его связана с обновлением жизненных сил природы: после зимнего умирания — возрождение и торжество солнечного тепла. Другая сторона действия — повлиять на творческие силы природы, вызвать обильный урожай в предстоящем летнем сезоне.

Крещение кукушки происходило так. Под Вознесение деревенские девушки и молодницы втайне от мужчин собираются в просторную избушить наряд для кукушки. Наряд — рубашку, сарафан и платок готовят из разноцветных лоскутов. Руководит обрядом вдовая старуха — по-

зыватка. Праздничным утром разодетые участницы «кстин» отправляются в лес. Там среди зеленого приволья они ищут траву кукушкины слезки. В конце весны она заметна в наших лесах, и найти ее большого труда не составляет.

Вырвав с корнем парное количество стебельков (иногда брали одну траву, но обязательно с раздвоенным корнем), участницы обвивали их лентами, а затем обряжали в припасенные наряды. По преданиям когда-то так одевали настоящую кукушку, поскольку же добыть вещь птицу нелегко, все чаще приходилось утешаться кукушкиными слезками, травой. Настоящую кукушку одевали в белую рубашку, а сарафан и платок полагались темные, ведь птица эта слыла вдовой — «ей мужа не достало». Травы приукрашивались наряднее.

Когда ряженье заканчивалось, девушки наклоняли ветки берез (или орешника), свивали их в колыбельку, набрасывали туда платок, а на него клали свою «кукушку». Наступало время кумовства. Присутствующие разбивались на пары, поочередно становились дружка против дружки над связанными ветками, приподнимали платок с «кукушкой», целовали ее, а затем свою избранницу до трех раз, каждый раз меняясь местами, обменивались платками или кольцами. При этом поддерживали общую хороводную песню:

Кумушка, голубушка,  
Серая кукушечка;  
Давай с тобой, девица,  
Давай покумимся!  
Ты мне кумушка —  
Я тебе голубушка.

Покумившиеся крестьянки считались родными не меньше чем на год, а то и на всю жизнь. Духовное родство — кумовство, побратимство и

посестримство восходит к очень отдаленным временам, когда верили, что люди, обменявшиеся личными вещами, вступали в родственный союз; ведь каждая вещь в представлении древних носит частицу своего владельца.

К вечеру «кукушку» хоронят. Отрывают в заветном уголке леса ямку, прихорашивают ее новыми лоскутками и лентами, кладут туда «кукушку» и засыпают место землицей. При этом хор пел:

Прощай, прощай, кукушечка,  
Прощай, прощай, рябушечка,  
До новых до берез,  
До красной до зари,  
До новой до травы.

Дней через десять крестьянки собирались в лес «воскрешать кукушку». Чучело из земли вынимали, усаживали его на ветки, напевая такие слова:

Кумушка, голубушка,  
Серая кукушечка,  
Давай с тобой, девица,  
Давай покумимся!  
Ты мне кумушка —  
Я тебе голубушка.

Слово «весна» здесь в значении «тепло». В далекую старину год делили на зиму и весну, промежуточных сезонов не знали. Весна, таким образом, простиралась до самых холодов. Под напев этой обрядовой песни кумы одаривают одна другую орехами, бусами, кто что припас, и размениваются платками. Затем тут же устраивается пиршество, на которое приглашались мужчины. Смешанные хороводы водят далеко за полночь. Общее веселье должно было повлиять на зарождение доброго урожая.

После обряда в одних местах «кукушку» оставляли на ветвях, в других — травку несли в деревню. Молодые женщины по ее корням пыта-

лись дознаться о том, кто у них будет: мальчик или девочка. Корень длинный предвещал мальчика, круглый — девочку. Хранилась в доме для счастья и на случай размолвки между супругами.

На вознесеньев день в ходу было и «вожде-ние колоска». За околицей деревенская молодежь, взявшись за руки, вытягивалась в две длинные линии. Получался живой мост: красочный, задорный, многоголосый. Еще бы, ведь на веселье одевались во все праздничное, заветное — на виду стоять. Когда «мост» выстроит, по сомкнутым рукам пускали «колосок» — маленькую девочку с венком на голове и увешанную разноцветными лентами да лоскутами. «Мост» оказывался нескончаемым, так как пройденные пары становились снова спереди. Пока шествие не дошло до озимого поля, девушки все время пели о Ладе — славянской богине семейного согласия. Возле загонов девочку ставили на землю, тут она срывала пук зеленой ржи и пускалась бежать к околице. Взрослые не спеша двигались за ней, распевая вслед обрядовую песню.

Пошел колос на ниву,  
Пошел на зеленую!  
Пошел колос на ниву,  
На рожь, на пшеницу!  
Ой, Лада!

Уродился на лето  
Уродился; рожь, густа,  
Густа — колосиста,  
Умолотистая!  
Ой, Лада!

Возле села с «колоска» обрывали ленты и лоскуты, их брали о прошедшей весне на память. Разбросанные растения ржи подбирались парнями, кому достанется с колоском — тому по осени и женатому быть. «С вознесенья дня, — молвилось любителями складного слова, — весна по-

том умывается, честному семику кланяется».

Весна спроважена, настает лето. Переход от звонкого красавца — мая в жарник — июнь едва ли заметен. Та же буйная жажда роста растений, те же длинные, ветреные дни. «Не жди лета долгого, а жди теплого» — выражение старых людей.

О приходе лета галдят и пернатые. Понаблюдайте за скворцами — всем доступная птица. С рассвета дотемна носятся взад и вперед, только подбой крыльев сверкает. Перестали пересмешничать — петь с чужого голоса, занялись добыванием корма. Ведь в гнезде уже верещит прожорливое потомство. Смолк брачный гомон пернатых, подошла пора выхаживать птенцов. А живой календарь природы уже отмечает другую сезонную новость. В начале месяца загляните в тенистые, укромные уголки леса. Там уже засияли пониклые кисти ландышей: на зеленой стрелке серебряные колокольца. Запах ландышей свеж, нежен, негромок. В лесной шкатулке ароматов ландыш — обладатель самого изысканного, самого чистого запаха.

В такую-то пору, на зеленой неделе, и справили когда-то семик — девичий праздник. Назывался семик честной, подобно масленице, был одним из наиболее почитаемых народных праздников. В стародавнюю пору семик посвящали Перуну — самому грозному богу языческого пантеона. Перун — не только держатель гроз и молний, но и обладатель животворных сил — одевает леса листьями, а луга — муравою. На семик особая честь воздавалась березе. Ведь береза у древних славян считалась священным деревом, языческие капища устраивались как раз в березовых рощах. Эта красавица нашего леса олицетворяла собой богиню Ладу.

С утра в семицкий четверг по селам и городам молодежь с песнями носила изукрашенные лентами зеленые березовые ветки. Затем девушки шли в лес плести венки из цветов. В Москве местом сбора цветов была Марьиная роща. В венках девицы шли к реке завивать березку. У корня березу обвязывали шелковым поясом, на ее ветки, перевитые лентами, вешали венки. Усевшись в кружок, поодаль от березки, девушки принимались распевать:

Береза, моя, березонька,  
Береза моя белая,  
Береза кудрявая...

В селе Богородском Пермской губернии любимой семицкой песней была такая:

Во лужах было, во зеленых лужах —  
Вырастала трава шелковая,  
Расцвели цветы лазоревые,  
Понесли духи анисовые.  
Уж я той травой повыкормлю коня,  
Уж я выкормлю, выглажу его,  
Уж я выглажу, хвост подвяжу.  
Наряжу коня в золоту узду,  
Поведу коня на ключ на реку,  
Со ключа коня ко бабушке...

У бабушки девица собирается просить, чтобы он не отдавал ее замуж за старого, «он неровня мне». Старый муж ей будет постылым.

Когда наиграются и напоятся, девушки возвращаются в село. Сперва они заходят в один из домов, где заранее сообща наготовили вкусной стряпни. А отобедав, шли на луг, где происходил смотр невест. Там степенно, с напевами проходили они мимо односельчан, среди которых стояли и женихи. Какая приглянется, к той по осени и сватов засылала.

На семик одна из деревенских забав — гонять

русалок. По поверьям русалки в этот день наиболее коварны: выходят ночами из омутов и бочажин, хохочут в лесу, раскачиваясь на ветвях. Не одобровать тому, кто поддастся их чарам, — защекочут. До самого Петрова дня продолжают проказы русалок, которые по воззрениям славян являются душами умерших насильственной смертью. Выгоняла русалок из деревни, само собой, молодежь. Девушки и парни весело носились друг за другом, играя в горелки. В отличие от обычных горелок в руках играющих были стебли полыни или травы «заря» (лютика), оберегающих от козней лукавых русалок. После проводов русалок по деревням переставали играть и в горелки, и в похожее на них развлечение — уточку.

Церковь долго, но тщетно старалась отвлечь людей от семицких забав, повелевая на «зеленой неделе» поминать убогих и калек, погребенных на скудельницах. Вместо смеха заставляли лить слезы.

Троица — завершающий день семицких гуляний. В этот день всем миром ходили развивать березки. Разнаряженную березку срубали, обносили ее вокруг деревни, потом втыкали на улице и начинали водить вокруг нее хороводы. Напоследок девушки отправлялись на мосты пускать по воде венки, свитые на семик. Виднелся в этих венках и ятрышник. Чей венок к берегу пристанет — той и замуж вскоре выходить. В Москве обыкновенно венки пускали с Живого моста у Москворецких ворот, куда на Троицу стекалось множество народа разного звания. На Троицу зелень разбрасывали не только в домах, но и в храмах. За веселье и гадания семицкую неделю называли еще зелеными святками.

Летние общие хороводы продолжались от Троицы до спожинок — до конца жатвы.

Лето подошло. А оно, как говаривали, крестьянину — и мать и отец. Лето — припасиха, припасает на целый год и для стола, и для двора. Успевай, проворный человек, ленивый — и тот встрепенулся! Поле труд любит.

Следующий за Троицей понедельник — Духов день. «С Духова дня не с одного неба — из-под земли тепло идет» — примечалось в старой деревне. Унимаются холодные ветры, устанавливаются жаркие летние дни. Тучнеют луга и поляны, и лесная травка ятрышник срывает праздничный наряд — лепестки.

Самобытна внешность ятрышника, но интересен он не цветами, а клубнями. Да, у травки нашей есть клубни, причем не один, а два: старый, прошлогодний, и молодой — только что формирующийся. В клубнях-то и сосредоточены чудодейственные вещества, щедро наделенные питательными и лекарственными свойствами. В медицинской практике клубни, по-другому шишки, ятрышника давно известны как салеп. Различают салеп круглый, в поперечнике до полутора сантиметров, и пальчатый — удлиненный и тонкий. Полагают, что круглые корни собирать предпочтительнее.

Салеп богат крахмалом, декстрином, белками, сахаром и обширной гаммой других питательных и целебных веществ, благотворно действующих на организм человека. Но особенно ценны слизи, способствующие препаратам из ятрышника обволакивать стенки желудочно-кишечного тракта, а значит, закрывать язвы и воспаления от чрезмерных раздражений. Поэтому-то салеп и применяют при язвах, гастритах, дизентерии и некоторых отравлениях. Употребляют его еще для восстановления утраченных сил, после изнурительной болезни, от истощения, а также для под-

держания бодрого, жизнерадостного самочувствия.

Отечественной аптеке клубни салеп известны давно. Признан пятнистый ятрышник и аптеками других стран. Среди же простого народа салеп применялся с времен незапамятных и назывался он кисельным корнем: использовался крестьянами для приготовления оздоровительных киселей и супов. Ведь всего сорок граммов порошка из толченых клубней возмещают человеку суточную норму питательных веществ. Широко применяли салеп также при заболеваниях желудка, от поноса (отчего ятрышник называли еще завязным корнем), при чахотке.

Отправляются за ятрышником в лес на склоне лета, когда трава остается при плодах и заглубелых листьях. Собранные молодые клубни отрясают от земли, затем очищают от надземной травы, корешков и верхней кожицы. Дома их моют и нанизывают на нитки. Чтобы клубни не прорастали, а заодно и отбить у них неприятный запах и горечь, монасты эти погружают на 3—4 минуты в кипяток, после чего сырье подвешивают в тени для сушки (лучше всего на чердаке или в теплом помещении). Готовый салеп состоит из твердых, полупрозрачных клубней, с виду немного желтоватых и морщинистых. В наши дни самовольные заготовки салеп запрещены: во многих местах ятрышник нуждается в охране. Берегите этот легендарный цветок, он доставляет в родном лесу большую радость всем истинным друзьям живой природы. Где ятрышника мало — никакой речи о сборе салеп, конечно же, быть не может. Кстати, недавно Моссовет и Мособлсовет приняли специальное постановление об охране дикорастущих растений Подмосковья, которым запрещается на территории лесопарково-

го защитного пояса Москвы сбор населением многих видов трав, в том числе и кукушкиных слезок.

В южных районах страны местные ятрышники и вовсе оказались на грани исчезновения. Недаром часть из них попала в Красную книгу флоры России. В ней сказано, что ятрышники шаровидный, шлемоносный, дремлик, пурпуровый, бузинный и деревенский вообще рвать нельзя. В отличие от ятрышника пятнистого, который в лесу еще довольно обыкновенен, они редки и нуждаются в строжайшей охране. В отношении этих ятрышников строго запрещены как сбор цветов, так и выкопка растений. Помните: природа щедра только для тех, кто ее бережет.

## Купена аптечная

Эта пятнистая трава набирает силы и цветет на пороге молодого лета, когда среди зеленых соплеменников столько роскошных соперников. Оттого купена в лесу и не всегда в глаза бросается — затмевают яркие, благоухающие растения. Только ландыш — живая прелесть той поры напомнит ненароком о своей лесной приятельнице. Он и она отдаленно напоминают друг друга, особенно когда взглянешь на повислые колокольчатые цветочки, со светлеющей прозеленью. Да и как купене с ландышем не быть схожими, ежели обе травки состоят в близком родстве.

Зато и отличительных черт у них множество. Достаточно сказать, что гранистые стебли купены длинные, изогнутые коромыслом, а у ландыша они короткие и прямые, за что и названы стрелками. Листья купены мелкие, стеблеобъемлющие, очередные, а у ландыша они крупные, с козье ухо, и к тому же прикорневые — торчат из земли. Сход-

ство тем и другим листьям придает характер жилкования: голая поверхность пластинок расчерчена несколькими дугообразными штрихами.

Все купены — лесные растения. Из 17 видов, встречаемых в пределах нашей страны, основная часть их обитает в лесах Кавказа, Сибири и Дальнего Востока. В средней полосе России из купен легко отыскать аптечный вид (*Polygonatum officinalis*). Именно о купене аптечной — замечательном лекарственном растении и начат разговор в этом очерке.

Относится купена к разряду многолетников: подземная часть ее живет несколько лет, в зиму полностью отмирает лишь ботва — стебель и листья. Каждый год отмершие стебли оставляют на своем толстом, узловатом корневище рубец. Такие следы и дали повод самобытным ботаникам назвать эту лесную травку соломоновой печатью. Корневище в почве располагается горизонтально, выгоняя по весне несколько побегов.

Соломонова печать летом обзаводится иссиня-черными ягодами. Травознаи исстари собирали их про запас. Назначались в основном как рвотное при разного рода отравлениях. Современные фармацевты доказали, что плоды купены целебны людям, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями. Разумеется, больным прописывают не плоды, а препараты, обогащенные действующими веществами этого растения. Кстати, из действующих веществ купены выделены гликозиды конваллярин и конваллямарин, которыми так знаменит майский ландыш.

В корневище соломоновой печати открыт ряд алкалоидов, утоляющих ревматические и невралгические боли. Возможно, за эти свойства купену и применяли когда-то от ревматизма, грыжи и болей в пояснице. Еще в корневищах найдены ду-

бители, крахмал, сахар, смолы, другие органические соединения.

В старинных травниках-цветниках можно отыскать упоминание о том, что ожоги и раны быстрее затянутся, если к ним приложить корневища купены, испеченные в золе. Приблизительно так же лечили крестьяне и домашний скот от кожного овода: травное зелье выводит наружу вылупившихся личинок, унимает зуд и боль на пораженном участке тела. Для подъема аппетита животным давали растертые в муку корни или слабую спиртовую настойку этой травы. Такие ветеринарные средства пособляют четвероногим лучше выделять желудочный сок.

Полезна и ботва аптечной купены. Кроме алкалоидов, в ней широко представлен витамин С — верный страж здоровья и бодрости человека. Правда, извлечением его из купены пока никто не занимается.

Кормовое значение соломоной печати ничтожно. Домашний скот обычно не ест эту траву ни в стойлах, ни на пастбище. Из диких животных купеной не брезгуют лишь пятнистые олени и алтайские маралы. Черно-синими ягодами травы питаются некоторые птицы, растаскивающие семена по самым укромным уголкам леса. Обычные места обитания — березовые и хвойные леса, берега водоемов, вырубки.

Душисты, нектароносны цветки купены, потому-то и любят в них заглядывать насекомые. Опыляется соломонова печать перекрестно, но в конце цветения возможно и самоопыление.

Научное название *Polygonatum* по-гречески восходит к понятию «узловатое, многоколенное» — намек на характерное строение корневищ. За несъедобность и за черный цвет в народных говорах ягоды купены прозваны вороньими или сорочь-

ими глазами; за сходство с ландышем кое-где лесная трава слыла как глухой ландыш. Называли ее еще «пена-лупена». Происхождение этого несколько странного названия связано с поверьем, что если умыться настоем купены с четным количеством листьев, то лицо облупится. Такой куст получил прозвище «лупена». С нечетным количеством листьев купена (пена) без вреда для кожи чистит лицо от загара и веснушек. Использовались в народной косметике и ягоды соломоновой печати: ими, как и сухим корнем, румянились молодницы и девушки, ведь румянец справедливо почитался за признак здоровья.

Оригинальна и немногочисленна купена в наших лесах. Берегите ее от уничтожения, не рвите без толку и особой надобности. Впрочем, это относится ко всем представителям зеленого племени...

## Мята

Кажется, душистей мяты травы не сыскать. И узнают ее больше не по внешнему облику, а по запаху. Стоит понюхать мохнатую веточку или растереть в ладони всего один ее листок, как приятный, свойственный этому растению запах обдаст вас и пряностью, и благоуханием, и каким-то легким холодком, подолгу незабываемым. Что ни листок — шкатулка ароматов, всегда полная очарования и прелести. В русском разнотравье бодрые кустики мяты видны с мая по сентябрь, весь долгий период роста и развития зеленого племени.

Видов мят на Земле много, но широко и обильно растения эти распространены преимущественно в умеренном поясе Старого и Нового Света. К почвам мята невзыскательна, но место обитания

должно быть обязательно влажным и даже сырым. Вот почему мяту чаще всего встретишь на берегу реки или озера, в заболоченном лесу и в приовражье, на поемном лугу и вдоль канав. Корневище у душистой травки ползучее — на сырых почвах сильно заглубляться нет надобности; стебель невысок, распростерт, с опушенными побегами. Листья у мяты округлые, яйцом, или чуть продолговатые, с заостренной верхушкой. Края их зубчатые, с лицевой и нижней стороны листовые пластинки волосисты, реже голые, к веткам крепятся короткими черешками.

Из всех губоцветных мята имеет самые незамысловатые цветки. Мелкие, с колокольчатыми чашечками цветки эти волосисты и собраны в круглые мутовки. В отечественной флоре ботаниками найдено 22 вида мяты.

Одна из самых распространенных и популярных — мята полевая (*Mentha arvensis*). Многолетник этот не редок в лесной зоне, где попадает на сырых лугах, по лесным низинам и берегам речек, на закустаренных и сорных участках. Размножается мята с помощью семян (они у нее мелкие, коричневые, сохраняют всхожесть 2—3 года) и вегетативно — от корневищ и черенков. Рассаживаемые обрезки ползучих корневищ способны пускать новые побеги. Цветет с июня по сентябрь лиловыми скученными цветочками. Нектароносна и в этой роли интересует пасечников. Летним утром в мятных зарослях слышно спокойное жужжание пчелок. Мятный мед прозрачный, янтарный, приятного освежающего вкуса. Одно нехорошо — сбор его с этого растения невелик.

В корм скоту полевая мята, как, впрочем, и ее зеленые родственницы, не годится. Ведь домашний скот почти не поедает ее как сырую, так и высушенную. И все же незначительная примесь этой

травы в сене желательна, поскольку ароматизирует корм, делает его аппетитным. Большая примесь мяты портит сено, ухудшает его питательные достоинства. От такого сена удои коров снижаются, да и молоко теряет способность к свертыванию.

Зато листья мяты — отменная пряность к столу. Щепотка порезанной или истертой душистой травы прибавит освежающий вкус любому блюду — мясному, мучному, овощному, фруктовому. А как аппетитен настоенный на мяте хлебный квас! Кладут ароматную зелень также в борщ, а вместе с сыром и в вареники. Мята унимает изжогу и скверную отрыжку, заметно помогает пищеварению, недаром говорят, что она «холодит во рту, но разогревает кишечник». В народной медицине слыла также неплохим ветрогонным и потогонным средством. Напаром из мятной травы облегчали спазмы желудка, унимали понос. В отварах крестьяне купали своих детей от рахита и золотухи. Листья для сушки рвут, когда растения в цвету, хранят продолжительный срок в плотно закупоренных банках и коробках.

За душистый запах мята еще в древности пользовалась большим почетом. Ей приписывали способность навевать хорошее настроение и даже веселить. Вот почему римские патриции перед встречей гостей заставляли своих челядинцев натирать столы этой душистой травой, а залы опрыскивать мятной водой. Ученикам полагалось носить венки из мяты — пахучая трава-де возбуждает умственную энергию. Это, мягко говоря, странное поверье продержалось вплоть до средневековья, когда студенты в подражание древним возлагали на головы мятные венки, особенно в дни экзаменационных диспутов.

Замечателен в биографии мяты и такой факт.

Двести с лишним лет назад английский ученый Джозеф Пристли именно с помощью этой травы открыл, что растения при дыхании обогащают воздух кислородом. Естествоиспытатель поставил остроумный опыт: взяв два одинаковых стеклянных колпака, он под один из них поместил мышей и пучок живой мяты, под другой — одних мышей, числом как и под первым колпаком. Мыши, помещенные вместе с растением, оказались живыми и на восьмые сутки, а те, что были одни, погибли на второй день. Так с помощью мяты ученый сделал знаменитое открытие: растения при дыхании выделяют газ, так необходимый животным и человеку.

Из полевой мяты можно добывать эфирное масло, используемое для лекарственных и хозяйственных нужд. Мятное масло входит в состав лекарств, обладающих антисептическими, успокаивающими, противосудорожными и болеутоляющими свойствами. Популярное средство от гриппа — ментоловые капли как раз и приготавливают из мятной травы. Правда, для промышленной переработки обыкновенно используют не полевую, а перечную мяту (*M. piperita*). Она обладает исключительно сильным запахом и холодящим вкусом. Последнее свойство и легло в основу ее прозвища — холодняка. Разводится у нас исстари, в диком состоянии не встречается. Некоторые исследователи родиной перечной мяты называют Англию, в старое время ее так и обозначали — английская: получена там в XVII веке путем скрещивания диких форм. Мятные зубные порошки и пасты, ряд сортов душистого мыла своей освежающей силой также обязаны этой траве. Молодые листья перечной мяты едят в салатах, крошках и как приправу к говядине. Ее много идет на отдушку настоек, водок и ликера, в кондитерском деле, —

на выпечку пряников. В общем, богатырская эфиромасличная культура.

И все-таки в отечественной классике воспета не она, иноземка, а наша дикушка — мята полевая. «Сахарные головы, ящики с чаем, пучочки мяты и других целебных трав — все это лепилось вдоль стен, громоздилось друг на дружку», — читаем в «Проселочных дорогах» Д. В. Григоровича. Упоминает нашу мяту и писатель И. А. Гончаров. В романе «Обломов» им написано: «Напоили его мятой, там бузиной, к вечеру еще малиной и продержали три дня в постели». Первое письменное известие об этой душистой траве находим в древнерусских текстах за 1119 год.

В народных говорах полевая мята слыла на Архангельщине как глушняк, на Вологодчине — плодовая (ею омолаживали залежалые яблоки), на Вятчине — перекоп. Называли ее еще: бежава, драголюб, подгрудник (прикладывалась от кашля и удушья). Латинское имя мяты — *Mentha* дано в честь сказочной нимфы — покровительницы лугов, ущелий, рек и родников. Что ж, пожалуй, мята и есть уроженка тех мест...

Все мяты требовательны к свету. Опыляются с помощью мух и жуков.

## Дягиль аптечный

Лесное низовье. Как хорошо наведаться сюда после раскаленных суходолов и пыльных проселков! Ни тяжелого зноя и прямых лучей, ни чадающих бурьянов — ровная, ласковая прохлада, настоящая на душистых влажных травах. Прямо от подола покатога увала до самого русла таинственного ключа теснятся голенастые травы, раскидистые, светло-зеленые, с беловатыми шапками

соцветий. Это дягиль аптечный — краса летних лесных привольий, коренной обитатель топяных ольшаников и загложших стариц.

Дягиль прямо-таки трава-великан. Округлый, тонкобороздчатый, с краснинкой стебель вымахивает порой до двух с половиной метров. В зарослях таких и всадник скроется! Крепкие полые стебли богато украшены перистыми листьями: прикорневые — огромные, на черешках; верхние — сидячие, каждый помечен у основания пленчатым бугорком. Увенчано растение полушариями соцветий, усыпанных зеленовато-белыми лепестками.

Цветет дягиль на второй год жизни. После плодоношения отмирает, раскидав по сторонам до тысячи и более мелких семян. Но ведет он себя как двухлетник только на влажных рыхлых землях, а, скажем, на сухих, задернованных лугах дягиль порой зацветает лишь к двадцати годам. Худосочный, неприметный, затерянный среди злаков и тысячелистников, он долгие годы все не успевал вырасти да развиться, когда же наконец обсеменился — усох и пропал. После перезимовки семена дягиля прорастают, дают всходы, и стоит на лугу запестреть цветам, как снова в травостое замелькают его тощие стебельки...

Стоек дягиль. Нередка встреча с ним на заливных лугах, где подолгу застаиваются полые воды, оставляющие плотный слой наилка. Одинаково хорошо выносит это растение и затененность, и прямой свет, лишь бы почва была тучной да влага не иссякала. Почвы дягиль предпочитает нейтральные, на кислых и щелочных не уживается. А уж какой он любитель свободного воздуха! Богатырского роста дягиль достигает лишь на открытых полянах, в лесных западинах и по краям низинных болот. В дремучей лесной глухомани, в душном бору этот сын вольготных угодий не селится.

Трава дягиля издает острый характерный запах. Но еще пахучей его корневище — бурое, мясистое, с многочисленными вертикальными корнями. Сок корневища настолько крепок, что раздражает кожу до красноты. Оно и понятно, ведь в нем присутствуют сильные органические кислоты, в частности ангеликовая кислота. Сложная гамма полезных веществ: сахаров, крахмала, смол, дубителей, пектина, воска, эфирных масел и каротина — способствовала тому, что корневище дягиля признано целебным. Недаром, зная, это растение в научном обиходе поместили аптечным символом.

Корневище дягиля в году заготавливают два раза: ранней весной, как только схлынет паводок, и осенью. Весной копают корневища старых растений, а осенью — молодых, тех, что еще не цвели. Выкопанные корневища отряхивают от земли, моют в холодной воде, разрезают, затем раскладывают сушить на чердаках под железной крышей или в хорошо проветриваемом помещении. Высушенный сбор ароматен, на вид красновато-серый, вкус имеет пряный, слегка едкий. Срок хранения сбора — три года.

Искони корень дягиля собирали, чтоб улучшить пищеварение. Славился он также хорошими мочегонными и потогонными свойствами. В этом же качестве его признает научная медицина. Вот почему аптекари так ревностно запасаются им для лекарственных нужд.

Обладает дягиль и пищевыми достоинствами. В прошлом при недороде хлебов его с весны рвали к столу, а на севере он и вовсе целое лето заменял овощи. Молодые стебли и черешки, сваренные с сахаром, и теперь бывают оригинальной начинкой к мучным изделиям. Из корней можно сделать имбирное варенье. Во Франции дягиль идет на

приготовление ликера «шартрез»! В отечественном ликеро-водочном производстве он также нашел признание. Применяют его и кондитеры.

Кормовое значение дягиля невелико. На пастбищах поедается скотом разве что поначалу, а как зацветет да загрубеет — отпугнет своим запахом и коров, и овец, и даже коз. Но вот в силосе эта трава превосходна, ее смело можно выращивать на фураж для зимней консервации. Выпаса она не выносит — выбивается копытами, но скашивания не боится. И один, и два укуса ей нипочем: побеги от пеньков отрастают так ходко, что загодя, до холодов успевают набрать соцветия и обзавестись зрелыми семенами. В лесу дягиль — излюбленный корм медведей и бобров.

В мировой флоре насчитывают всего-навсего десять видов дягиля, из них пять произрастают в пределах нашей страны. Наиболее интересный вид — дягиль аптечный (*Archangelica officinalis*), о котором здесь и поведано. В народных говорах он слыл как дяглица, коровка, подраница, веретень, волчья дудка. Слово «дягиль» в славянских языках восходит к понятию «здороветь, быть сильным», отражая таким образом назначение этого истинного представителя флоры здоровья.

## Кипрей

Лес оборвался совсем внезапно, дальше простиралась неоглядная даль, обрызганная розовой пеной. Это молодая гарь, детище огненного шквала, пожравшего кондовый древостой и подгон, изрыгнув лишь черные угли. И жалкому зрелищу долго б оставаться пришлось, кабы ни кипрей. Сразу, как только остыла выжженная земля, сквозь пе-

пел, раздвигая угли, пробились зеленые продолговатые листочки. День ото дня ожог затягивался, и вот пепелище заколыхалось высокотравьем, над которым и взвились лилово-розовые султаны новосела. Другим погорельцам надобны годы для возобновления, а кипрею и одного лета хватило, чтоб возродиться, а то и заполнить собою все пространство этой обездоленной земли.

А секрет тут совсем невелик. Ведь кипрей, по-другому иван-чай, мощное корнеотпрысковое растение, его горизонтальные корни, надежно спрятанные под слоем почвы, обильно усыпаны почками. Из каждой почки и вытягивается голенастый стебель с сидячими очередными листьями, иссеченными сеточкой жилок. Помимо вегетативного размножения, иван-чай расселяется и семенами. Когда еще всюду полыхают пики соцветий, ветер уже развеивает по сторонам белые пушинки: на месте ряда цветков появились плоды-коробочки, вроде тонких стручков, из них-то и высыпались семена-малютки, снабженные длинными белыми волосками. Каждый отцветший стебель может отрясти до сорока тысяч таких семян, а всего гектар земли, занятый кипреем, дает за лето до четырех миллиардов семян отличной всхожести и с превосходной энергией прорастания. Какое же это подспорье корням, мечущим стрелы побегов! Выходит, что и огонь не в силах совладать с иван-чаем, стойко переносящим все тяготы лесного пожара, способного быстро затягивать его черные ссадины...

Целых пять лет кипрей безраздельно властвовал на молодой гари. Но вот полезли кусты, уплотнилась щетка трав, и огнеупорный иван-чай стал сдавать, редеть под натиском зеленых племен. Дальше — больше, опаленное место принялось зарастать леском, и наш первопроходец горазд

встретиться лишь островками, куртинами. Зато и теперь кипрей найдет чем пособить хилым да малым спутникам. Летом своей многоэтажной листвой он прикроет от иссушающего густого зноя всех, кто собрался к его подножию — всходы древесных пород, нежные травы. А осенью, когда внезапный заморозок жестоко побивает зеленую поросль, кипрей «нянчит», опекает малолеток: осаживает холодные ветры и даже несколько согревает подопечных. Замечено, что в кипрейных зарослях воздух теплее. Видно, растение это может излучать тепло, создавая свой микроклимат. Во всяком случае, в окружении иван-чая дольше не замирает жизнь маленьких лесных поселенцев.

А уж какой кипрей медонос! Прямо-таки чемпион пчелиных пастбищ. Если взглянуть на его цветки в погожий день, то у основания лепестков легко обнаружить капельки светлой жидкости. Это нектар, недаром по кипрейным кущам паломничают пчелы. До двенадцати килограммов меда в день прирастает в каждом улье, ежели пасечник вовремя позаботится о кипрейном угодьи. Подсчитано, что с гектара такого угодьи пчелы могут запасти до тысячи килограммов меда. Да и не одним нектаром угощает крылатых тружениц иван-чай! С его цветков пчелы снимают свой хлеб — пергу, а из оболочек этой пыльцы они умеют готовить весьма ценный клей.

Кипрей цветет с июля по сентябрь, когда пчелиная семья в самой силе, поэтому-то он и обеспечивает главный взятки. И еще одно великолепное качество этого медоноса: безотказность. Как чуть подует свежий северный ветер, даже в липняках и клеверищах иссякает нектар до того, что пчелы туда не летят, но в это же время кипрей продолжает им платить дань сполна. Интересно, щедро медоносит иван-чай лишь на легких почвах, на

глинистых да на болоте он скуден. Откачанный кипрейный мед совершенно прозрачен, налитый им стакан кажется пустым. Когда же застареет, станет крупитчатым и беловатым. Знатоки уверяют, что кипрейный мед — самый сладкий.

Издавна известен кипрей как «копорский чай» из-за села Копорье, под Петербургом, откуда многие годы вывозили сотни пудов суррогата чая. Изготавливали его так: молодые кипрейные листья сушили, ошпаривали в кадке кипятком, перетирали в корыте, затем откидывали на противни и сушили в вольном духу русской печи. После сушки листья еще раз мяли, и чай готов. По виду он сильно походил на настоящий, хотя и не обладал характерным запахом, а при внимательном рассмотрении в нем легко заметны кристаллики мельчайших друз. В заварке по цвету неотличим от натуральных сортов.

Такие прозвища, как «дикая конопля» и «дикий лен», кипрей получил из-за лубяных свойств — его стебли дают до 15 процентов выхода волокна. Когда-то из этого волокна вили веревки и сучили пряжу, годную для выделки грубой материи. «Боровое зелье» — это название дано знахарями, настоями из кипрейных листьев они лечили от головных болей и даже пробовали снимать воспаления при язве. Не остались без внимания корневища кипрея, при недороде зерновых они шли в еду. Их сушили, размалывали и полученную муку примешивали в хлеб, отчего он делался сладковатым. Пекли из муки и кипрейные лепешки. Так произошли народные прозвища этого растения — «хлебница» и «мельничник».

Ну а «пуховик» — от пуха, кипрейным пухом набивали подушки и матрацы. Называли кипрей еще: богородицына трава, сорочьи глаза, елушник, ива-трава (листья почти как у ивы), копыл-трава,

красный цвет, пустодом, скрипун (при выдергивании стебель в руках скрипит), прыг и петушковые яблоки (молодые листья по вкусу не хуже салата). В научном обиходе давно закрепилось народное название кипрея — «иван-чай».

Встречается кипрей не только на гаях, обычен он и на опушках, и в степных березовых колках, и в высокотравных лугах, и по насыпям дорог. А в горах он взбирается до высоты 2300 метров, вплотную подступая к субальпийским растениям.

## Таволга вязолистая

Сенокосная пора. Травы набрались целительной силы, потемнели от переизбытка сока, стена-стеной поднялись. Пылят злаки, завязывают бутоны бобовые, раскидывают пышный ковер луговые самоцветы. Вот закосчик взмахнул легкой косой, вздрогнуло обрызганное росой разнотравье — и покос почат! Весело пройден первый проход. Визжат срезаемые травы, с хрустом валятся в валки; всю входят в работу косари.

У луговой реки, блеснувшей в прогалине кустов, остановка. Надо ж перевести дух, вон какой ряд отмахали! Солнечный ветерок доносит с бережья роскошный запах. Чуть-чуть истомный, сладкий и какой-то наособицу душистый. По западинам, где подолгу весной застаиваются полые воды, насколько хватает глаз все подернулось кремовой кипенью метельчатых соцветий. С них-то и веет великолепным ароматом.

— Медовник распустился, — улыбчиво скажет старый крестьянин, протирая жгутом травы отбеленное полотно косы. — Он завсегда так обдает в сеновал. Страсть как пахуч.

Распощавшись с покосчиками, подойдем

вплотную к этим духовитым кустикам. Высота их немногим более метра. Твердые ребристые стебли снизу голые, кверху слегка затянуты войлочком; попадаются ветвящиеся и простые. Листьев по всему стеблю много, нет их только на верхушке, ближе к соцветию. Каждый лист перисто-пильчатый, с пятью и более пальчатыми листочками, конечный листик более крупный. Вязолистную таволгу называют неспроста, ведь многопарные листочки ее наподобие вязовых: такие же по форме и грубому жилкованию. Края зубчатые, несколько курчавятся. Наощупь плотные листочки кажутся толстыми — снизу густо опушены волосками.

Таволга вязолистная (*Filipendula ulmaria*) известна у ботаников как лабазник. Второе научное имя помогает им избежать путаницы, которая долгое время наблюдалась в систематике этого растения. Дело в том, что таволгой называют еще спирею — декоративный кустарник, украшающий наши сады и скверы. Лабазник вязолистный и считали поначалу разновидностью спиреи. Но при более пристальном знакомстве оказалось, что хотя эти растения и относятся к одному семейству розовых, но родство их весьма далекое. Таволга вязолистная — многолетняя трава, спиреи же все до одной — кустарники.

Род лабазниковых включает десять видов, и среди них самый известный, самый оригинальный вид — наша таволга (лабазник вязолистный). Его излюбленные места обитания: мокрые луга, травяные болота, закустаренные берега рек и ручьев, сырые перелески, вырубки. Предпочитают затенение.

А вообще-то у лабазника вязолистного много народных прозвищ: белоголовник, бузовый цвет, бурьян, вязовая трава, жабячьи конопельки (любит низины), мокрый малинник, медовник (пах-

нет медом), чертогрыз. Французы называют таволгу царицей лугов.

Отрастает лабазник ранней весной. Постепенно набирает ветви, кустится и с середины июня зацветает. Цветки мелкие, пятилепестные, белые или кремовые, собраны в крупную метелку. Цветение длится до конца лета, и все это время таволга источает несравненное благоухание. На склоне лета рослые кусты окончательно грубеют, меркнут, настает пора плодоношения. Плодики таволги, числом 10—12 штук, мелкие, односеменные, нераскрывшиеся, спирально закрученные; прижаты друг к другу, к цветоложу прикрепляются выше своего основания. Поспевают осенью. Весьма зимостойкое растение.

В западных лесах по болотистым тенистым опушкам нередко встреча с лабазником обнаженным. От вязолистного он отличается немногим, разве что цветом листьев: они у него с обеих сторон голые, оттого и кажутся более зелеными.

А вот еще одна таволга — лабазник степной. Низкий, щетинистый стебель, листья кожистые, курчавые, с обеих сторон затянуты мягким войлочком — типичные приспособления к выдерживанию сухости степного воздуха. Свыкся этот лабазник с суровым зноем степных суходолов и залежей, процветает себе там, где его влаголюбивые родственники не выживут и дня.

Таволга — неотъемлемое украшение русского ландшафта. Она одинаково кстати и возле заброшенного мельничного пруда, и среди дикой растительности лесного низовья. И хозяйственный прок от нее немал. С цветущих лабазников пчелы собирают щедрый медовый взятки. Их листья содержат ценный дубитель; идут на получение черной краски. Летом на таволжниках пасутся лоси. В народной медицине чай из цветов таволги при-

меняли как потогонное, отваром листьев лечились при кровотечениях и поносах, избавлялись от ран и чирьев. Сухим цветом присыпали обваренные места, избавлялись от насморка. Пасечники натирают душистой травой внутренние стенки ульев, чтоб дружной пчелы собирались. Размятую таволгу прикладывали лошадям к воспаленным копытам: будто бы снимает боль. Во всяком случае трава эта, по-видимому, не даром в простонародье слыла за «сорокоприточник» — средством от сорока недугов. Широко применялась в обиходе старинными лекарями.

## Душица

Вершина лета — июль понаставит запашистых стогов, почнет жатву озимого хлеба. И весь он разубран цветами, на воле — полевыми, в садах — садовыми. Особенно трогательны полевые цветы — такие свежие и приветливые, только любоваться ими не забывай! Сугробы кипенно-белых ромашек, позлащенные гребни разливов зверобоя, кремовые кущи таволжников — кто не заметит эти рослые, броские растения? Ну а приглядевшись, легко отыскать в травостое и розовую гвоздичку, и причудливую смолевку, и душицу, по-народному материнку, ту, что нам нужна для более близкого знакомства.

Обитает душица в разреженных лесах, по опушкам, среди кустарников, а изредка в лугах и даже в посевах. Ни плотных зарослей, ни кулижек травка наша не образует: попадает лишь как примесь к другим компонентам растительности. С собой душица достаточно приметна, чтобы стоять на виду среди зеленых подружек. Стебли ее прямостоячие, при основании могут быть разветвлен-

ные, длиной до полуметра, а иногда и несколько выше; сечение их круглое. Снаружи стебли обмелтаны мягкими волосками. Листья нашей травки черешковые, собой они продолговатые, заостренные, по контуру отделаны зубчиками. Нижняя сторона листьев бледнее верхней и кажется светло-зеленой. Длинной листовая пластинка с палец.

Соцветие душицы — раскидистая метелка. Окрашена в пурпуровые или лилово-розовые тона. Сами цветочки мелкие, собраны в продолговато-округлые колоски, а колоски, в свою очередь, образуют метелку длиной с ладонь. Из чашечки цветка заметно выдаются трубка и четыре тычинки, две подлиннее и две покороче. Душица — неплохой медонос, вот почему на ее соцветия любят присаживаться пчелы, сборщицы ароматной дани. С середины лета материнка начинает плодоносить, давая коричневые трехгранные орешки, ничуть не больше маковых семян. В отечественной флоре встречаются четыре вида душицы, но хозяйственный интерес представляет лишь один вид — душица обыкновенная.

Чем интересно это растение?

Прежде всего, душица обыкновенная — пряное овощное растение. Порезанные листья ее придают блюдам аппетитный вкус и приятный запах. Особенно если прибавляют в блюда из картофеля, бобов или гороха. Издавна этой пряностью обогащали вкус вареного мяса и домашних колбас. А уж как великолепен квас, настоящий на материнке, знают лишь те, кто хоть однажды его отведал! Такой квас утолит жажду в знойную пору — будь то на сенокосе или на жатве. И не только утолит, а приятно насладит роскошным запахом, вобравшим в себя все обаяние русского разнотравья. Любители оригинальных напитков завари-

вают душицей чай, который тоже доставляет немалое удовольствие. Для заварки берут соцветия и молодые побеги. Чай из душицы целебен при грудных болезнях как потогонное. К тому же он способствует нормальному пищеварению и укрепляюще действует при заболеваниях нервной системы. Брикетты сушеной душицы продаются нашими аптеками как раз для этой цели. Иногда душистую траву используют для компрессов и для ароматизации ванн.

Кормовое значение душицы обыкновенной незначительное. Пастухи заметили, что траву эту не поедают ни лошади, ни коровы. Более благосклонны к ней овцы: вместе с другими травами они щиплют и материнку, но скусывают не всю надземную часть, а только соцветия. В Крыму и на Кавказе листья и верхушки душицы охотно поедаются козулей. И все же, несмотря на ограниченную пастбищную роль душицы, примесь ее в сене желательна: придает корму естественный аромат и обогащает вкус заготовленных трав. Как тут не вспомнить строки писателя Д. Н. Мамина-Сибиряка: «Трава успела просохнуть, и воздух курился ароматными испарениями, пахло лесной душицей, шалфеем, свежей сосновой смолой».

Несравненно шире использование душицы в хозяйственной практике. Из этой пахучей травы извлекают эфирное масло, годное для изготовления одеколона и туалетной воды. В красильном деле материнка употребляется для получения бурой и черной красок.

Как овощное растение душицу возделывают на огородах и полях. Огородники чаще всего называют эту траву майораном зимним. Отводят под майоран солнечный, плодородный участок. Хорошо удается на второй год после внесения значительной дозы навоза. Размножают душицу черенками

или делением куста. Если такой возможности нет, овощ выращивают из семян, которые сеют в грунт и ранней весной. Семена сеют рядами с расстоянием в полметра один от другого. Глубина заделки — 1—1,5 см. Всходы майорана появляются медленно, в продолжение 2—3 недель. После прорывки промежутки между кустиками оставляют не менее 25—30 см. При рассадном способе размножения растения размещают по этой же схеме. Рассаду получают в парниках при температуре 18—20 градусов Цельсия.

Срезают душицу в пору ее цветения. Сушат под навесом, а у кого есть сушилки, то в сушилках. В год посадки срезку ведут раз в течение сезона, на второй и третий годы — 3—4 раза. Чтобы пряность не выдыхалась, ее хранят в стеклянных банках с притертой пробкой.

Разводят отечественные огородники и субтропический майоран — многолетний полукустарник (тоже из семейства губоцветных). Его родина Малая Азия и Северная Америка. Это теплолюбивое растение было традиционной пряностью еще в Древнем Египте, Греции и Риме. У нас он распространен мало и то лишь на юге. Возделывают его так же, как и душицу, да и полезные свойства их сходны. В некоторых европейских странах этим майораном в основном приправляют колбасы, отчего и прозван он «колбасной травой».

В условиях Нечерноземья этот вид майорана размножают лишь рассадой. Семена его чрезвычайно мелкие — тысяча штук весит всего 0,2 грамма. Их всхожесть сохраняется 2—3 года. Перед посевом семена перетирают с прокаленным песком — так они дружнее всходят. Сеют в ящики. После высадки рассады в грунт уход за майораном сводится к поливу, рыхлению междурядий

и прополке сорняков. После дождя молодые растения подкармливают навозной жижей.

Почки и листья субтропического майорана напоминают своим запахом перец, мяту и кардамон, вместе взятые. Настоящая копилка ароматов!

## Цикорий обыкновенный

Он зацветает позно, вровень с душистой липой. Зато когда подернется голубизной, считайте подошло полное лето. Пора эта — самая благодатная в году: на лугах всюю запасаются сеном, ржаная нива наливает зерно и скоро под косилку преклонит колос, в лесу раскинута ягодная скатерть-самобранка — поспела земляника и черника. Зацвел цикорий, стало быть, солнышко застаивается в зените, тепла и света — вволю. За это наша травка и прозвана солнцевой сестрой.

А еще она в народе слывет как петровы батоги — распускает цвет около Петрова дня. Сколько тогда этих синих батогов увидишь по судолам, вдоль дорог, на залежах и пустырях! Изредка цикорий перекрывает дикое крупнотравье, вытягиваясь чуть ли не в рост человека; обычно же он лишь вкраплен в растительность, выделяясь в ней необширными кулижками. Жесткие, тонкие стебли, униженные крупными дисками голубых цветков, щетинистые прикорневые листья, напоминающие щербатые струги, толстый стержневой корень, крепко сидящий в почве, — таким цикорий обыкновенный запомнится всякому, кто пожелает его поближе узнать.

Знать же его необходимо и пасечнику, и полеводу, и сборщику лекарственных трав. Зачем? Пасечник ценит петровы батоги за медоносность: корзинки язычковых цветков одаряют пчел некта-

ром. Полевод изгоняет цикорий с пашен, чтоб не засорял посевы, и, естественно, ему надо хорошенько познакомиться со своим закоренелым недругом. Ну а травоискателю этот засухоустойчивый поселенец надобен как поставщик целебного сырья. Ведь лекарственная сила дикого цикория известна давно, и человечество об этом накопило много интересных сведений.

В аптечный сбор у него идут корни. Собирают их осенью, в сентябре — октябре, когда надземная часть травы жухнет и отмирает, а корни наиболее питательны и богаты лекарственными веществами. Корни выкапывают лопатой или выпаживают плугом. Отряхнув от земли, их обрезают и моют в холодной воде. Затем толстые корни режут на части и ставят на решете в нежаркую печь. Готовое сырье состоит из сморщенных, буроватых кусков корней. Запахом оно не обладает, на вкус горькое.

Эту горечь обыкновенному (корневному) цикорию в основном придает гликозид интибин, ценный фармацевтами. Найдены в корнях также витамины, дубители, сахара, но особенно они богаты сладким веществом — инулином. Кстати, инулин, добытый из цикория, широко применяют в питании диабетиков — заменяют им крахмал и сахар.

В медицине петровы батоги снискали хорошую славу противомикробного и вяжущего средства. Отвары и настойки из корней усиливают аппетит, улучшают пищеварение, успокаивают нервную систему. В народном врачевании цикорий применяли еще при болезнях печени, селезенки, почек, находили в нем и подкрепление слабеющим силам. При экземе, опухлях и застарелых ранах применяли обтирания спиртовой настойкой или обмывания остуженным отваром.

И уж совсем велико значение цикория как заменителя кофе. Пожалуй, нет в нашей среднерус-

ской флоре другого растения, которое бы достойнее замещало экзотический продукт. Но цикорий не только замещает кофе, а и значительно дополняет его целебные воздействия. Ведь обогащенный им напиток способствует движению крови, растворяет и выводит желчные камни, придает человеку бодрость по утрам, а ночью снимает бессонницу. Цикорий не просто добавка к кофе, а оригинальная и даже необходимая составная часть тонизирующей «чашки здоровья». Поэтому-то голубые петровы батоги и возделывают на полях, причем с приличной окупаемостью для хозяйства.

Особенно успешно освоена культура цикория в Ярославской, Ивановской и Хмельницкой областях. В культуре растение дает мясистый сладкий корнеплод, внешне похожий на редьку. На сушильном заводе такие корнеплоды моют, измельчают, подвяливают, а после обжарки размалывают в коричневый порошок, годный к употреблению. В лекарственных целях применим лишь дикий цикорий, корни культурных сортов почти не содержат горького гликозида интибина.

Корневой цикорий — великолепный корм для скота, его охотно поедают и коровы, и лошади, и овцы. И хотя из-за горечи животные сперва острегаются принимать скошенную ботву, но, привыкнув, они не отказываются от такой дачи. Правда, дойному гурту этот корм все же скармливают в ограниченном количестве, несмотря на то, что он повышает удои и улучшает качество молока, так как частая и объемная дача коровам травы дикого цикория может придать молоку совсем нежелательную горечь.

На пастбищах цикорий отрастает рано, и его сочные листочки уже при ранней пастьбе представляют скоту, особенно мелкому, неплохое довольствие. Впоследствии после прогона стад не

досчитаться не только листьев, но и соцветий, и молодых побегов — все съедено. Благодарны пастухи этой траве и в конце лета, когда многие травы на выгонах выгорят, оскудеют, а цикорий будет по-прежнему стоять. Его даже засуха не угнетает, что весьма важно при подножном стравливании. Из-за ценных питательных свойств обыкновенный цикорий вместе с подорожником и кровохлебкой введен в посевы многолетних трав, причем располагают эту травосмесь полосами среди злаков и бобовых.

При посеве срок жизни цикория длится до четырнадцати лет, в природных условиях он сохраняется еще дольше. Первые годы жизни молодые растения пребывают в вегетативном состоянии, затем начинают плодоносить, обряжаясь каждое лето голубыми, реже розовыми или белыми цветами. Сидят цветки пучками в пазухах и только на верхушках веток они располагаются одиночно. Осень для цикория — пора плодоношения. Зрелые семена, падая на влажную почву, вскоре прорастают, перезимовывая в фазе всходов. У взрослых особей еще до холодов отмирают усохшие стебли и от ботвы под снег уходят живыми лишь прикорневые розетки зубчатых листьев. Они-то весной первыми и зеленеют на пробужденном лугу.

Размножается цикорий как семенами, так и частями корней. Корень, линяя, распадается на части, каждая из которых кладет начало новому молодому кустику. Вот почему растение это легко захватывает пахотные земли, что отражено и в самом названии травы: слово «цикорий» в переводе с латинского означает «заходящий на поля».

В русских народных говорах, кроме как петровы батоги, цикорий именовали еще: шербак (листья и цветки в зазубринах), петров кнут, си-

ние батоги, серпник. Свежие листья его истари добавляли в ботвиньи и салаты, а из корней добывали фруктовый сахар и сиропы. Летом ботву и корни крестьяне запаривали на корм свиньям — едят его с жадностью. С незапамятных времен известно также, что обыкновенный цикорий — основной корм сусликов и сурков. А полевка, та даже на зиму его прячет: невелика мышка, а в травах толк знает. Не отказываются от петровых батагов и кролики — питомцы сельских звероферм.

Всего в мировой флоре насчитывают 12 видов цикория, из них четыре произрастают в пределах нашей страны. Кроме цикория обыкновенного (*Cichorium inthibus*), пожалуй, хозяйственное значение имеет еще лишь один вид — эндивий, или салатный цикорий. Возделывают его из-за сочных съедобных листьев, богатых полезными элементами — фосфором, железом, серой, и ради длинных толстых корней, идущих на выработку спирта. В странах Западной Европы эндивий выращивают как выгоночную культуру: в холодное время из подвалов достают к столу свежие отбеленные листья. Впрочем, корневой цикорий тоже годился б для витаминных салатов.

## Горец птичий

Из этой травки соткан бархат зеленых сельских улиц, она прочно овладела большаками, скотопрогонями, побережьями говорливых речек и даже прогалинами леса, испробитого стежками. Спорышевые заросли пленительны с весны до глубокой осени. В майскую благодать они сияют нежными изумрудами, летом мягкая сочная сетка ветвей окрашивает выбитые земли в глубокие темно-зеленые тона, а осень как бы ожелезит спо-

рыш, пройдетя по нему охрой. Трава-мурава всегда своеобразна, всегда рядом с человеком.

Чуткость, отзывчивость к условиям произрастания у нее поразительны. На скудных почвах она хиреет, проволокой вьется, на тучных — приподнимается от земли, смыкаясь в плотный травостой. А по краям старопашотных залежей так раскустится длинными побегами, что и одно растение покажется кулижкой. Выдернешь такой разросшийся спорыш и удивишься, как он справен и обширен. Длинный ветвистый корень подскажет, что растение это приспособится и к сухим почвам, недаром многие виды спорыша, а их описано 200, встречаются в субтропиках, где недостаток влаги ощущается постоянно.

В умеренном климатическом поясе из спорышей обычнее других горец птичий. Это однолетник, возобновляется каждый год. В начале июля на его стеблях, в пазухах овальных листьев раскрываются зеленовато-белые цветки, осенью травка обзаводится черными трехгранными орешками. Плоды осыпаются на землю, а по весне они, хорошенько промерзнув перед тем, всходят мелкими блестящими клинками. Никакие травы горец птичий в друзья не принимает, разве какой журавельник — луговую герань допустит. Или с «ведьмиными кольцами» смирится: вдруг среди спорыша залысина появилась, а на ней после дождя проскочат маленькие грибочки — луговые опятки. Говорят, что на корнях этой травы селится микориза грибов. Кстати, луговые опята съедобны. В жарком не уступят лесным дарам, к тому ж чуть-чуть отдают чесноком и вишневоу косточкой.

Как только не топчут траву-мураву! В деревнях по ней каждодневно ходят люди, гоняют стада коров и овец; домашняя птица не обойдет

спорыш — и все нипочем: растет и растет. Оттого, знать, в народе и зовут птичий горец топтун-травой. Утром с росцей на спорыш выгоняют пасти рогатый скот — поедаемость травы великолепная, днем его щиплют свиньи, клюют куры и гуси. Овцы, возвращаясь с сытных пастбищ, так и норовят вечером еще ухватить травки-муравки: вкусна, питательна. Промысловые зверьки — ондатра и суслик и те не гнушаются отведать топтун-травы. На нее спешивается даже боровая дичь — тетерева, глухари, рябчики: орешки склевывают. Певчие птицы в клетках и то не забыли спорыш, положишь плодики — съедят. Молодые стебельки его годятся и к столу как свежая зелень.

Спорыш — живой клад белка и сахаров. Обнаружены в нем и такие полезные микроэлементы, как кальций, фосфор, цинк, кремний. А уж как он богат витаминами! Аскорбиновой кислоты — витамина С трава-мурава, например, содержит в три раза больше, чем хваленые лимоны. И хотя цветки спорыша нектара не дают, но на листьях и стеблях заметен налет воска; в его соке присутствуют смолы и дубильные вещества. Богатая гамма полезных химических соединений выдвинула горец птичий в ряд ценных кормовых трав. Сено из чистого спорыша питательностью не уступит бобовым — люцерне, клеверу, чине. Правда, его впрок не копят: за пределами селений нет чистых зарослей. Но в смеси с другими травами он попадает в душистые стога.

Не обошли вниманием нашу травку аптекари. Высушенную с цветками в тени, ее назначают от многих болезней: в Алжире — от лихорадки, в Австрии — при нервном истощении и слабости. В народной медицине многих стран настоями спорыша понижают кровяное давление, унимают

кровотечения, лечат туберкулез. Длиннен список благодетелей этой самой распространенной травы: ее вытяжки и настои помогают избавиться от недугов печени, почек и желудка, а мази — от некоторых кожных болезней. Когда-то измельченную свежую траву прикладывали к ранам и язвам — способствует заживлению. Спорыш входит в число лекарственных растений международного рынка. Полагают, что его целебные свойства обусловлены наличием таноидов.

Старинные русские «Зельники» прописывали птичий горец от ушибов и чахотки. Самобытные лекари велели им парить ноги «от опухоли, когда оттопчут» — отсюда и название травы «топтун».

А вообще-то в разных местах Руси его называли неодинаково. Пензенские крестьяне прозвали спорыш галочьей гречихой, впрочем, так он слыл почти повсеместно, поскольку находится в родстве с посевной гречихой (из одного семейства). Гусятник — прозвище воронежского происхождения, колёсница — архангельского, куроед — нижегородского, развивная и свиной буркун — отмечены в ставропольских говорах. На Тамбовщине спорыш известен как самоурышка. Слово «спорыш» — от спориться: растение это по весне отрастает ходко, споро, да и размножается быстро — каждая особь дает до двухсот семян в год...

Стелется зеленым рядом, сравнивая выбоины и бугорки, курчавится узловатыми стебельками распростертая травка. Затопчут — к земле припадет, дадут волю — потянется ввысь. Скромные запросы существования, неистребимая жажда роста и расселения помогли птичьей грече занять все обитаемые континенты. На возделанные поля не зарится, в огороды не лезет, ее удел — затягивать крепкие материковые и малопоемные

земли, хотя на рыхлых, щедрых почвах чувствует себя куда вольготнее.

Если верить легенде, то спорыш будто бы однажды совсем собрался уйти в горы — отшельничать. Пополз было к стремнинам, а навстречу ему старая колдунья, с пучками злых былий. «Ты, — говорит, — зря лезешь сюда. В горах скалы, ветры, морозцы постукивают: пропадешь. Ступай лучше к людям в долины, мешай им». Послушался спорыш колдунью и воротился восвояси.

Только не в тягость он людям. На спорышевых зарослях жируют стада, его травой изгоняют болезни, а из корней готовят синюю краску под стать индиго. Как есть — добрый спутник человека.

## Чабрец

Сухой холм, открытый всем ветрам, скуден на травы. Изнуренные летней жарой, они тут особенно низкорослы и худородны. Даже полыни неприглядны, торчат кое-где вихрами. Одни дикие гвоздики, заронившись искорками в жесткое разнотравье, да луговая герань — журавельник, рассыпав сиреневые кустики по сторонам, несколько скрашивают окрестность. Но что это: песчаный склон густо усеян мелкими розовато-лиловыми цветочками! Ползучие стебельки плотно прижались к земле и только веточки, несущие головки соцветий, немного приподняты. Да это же чабрец, по-другому, тимьян ползучий, богородская трава — несравненный степняк с вечно-зелеными продолговатыми листочками!

Душистей чабреца травы не сыскать. Его запах будто вобрал в себя обаяние суходольных трав, их сильное благоухание перед редкими, но

грозными ливнями. Пучок богородской травы надолго обрадует натуралиста очарованием роскошного аромата, неброским, зато милым обликом. Недаром в языческую старину наши предки именно чабрецом воскурляли фимиа́м своим идолам, бросая пахучие стебли на малиновые угли костра. Это он, тимьян, придает подстенью и стени тот колорит, ту нетленную поэзию, без которых открытые места утратили б невыразимое обаяние. Здесь, как писал в «Очарованном страннике» Николай Лесков, «чабрец пестрит белизну», раскрашивает неказистые травостои в лиловые тона.

Тимьян ползучий деревянист — его жесткие, тонкие стебли прочны, суховаты. Неспроста и волосисты они: так растению легче выдерживать летний зной. Листочки чабреца, само собой, маленькие, тощие, иначе нашего степняка замучила б жестокая жажда. Реснички по краям округлых пластинок, желёзки с лицевых сторон кожистых листьев — все это придает чабрецу жаровыносливость, стойкость к засушливой погоде. Поэтому-то он в лесной зоне и предпочитает затягивать сухие пески и селиться в душном бору, карабкаясь на самый солнцепек.

Соцветие богородской травы — головчатое, убористое. Состоит из розовых или лилово-красных цветков. Сияет чабрец в продолжение целого лета, затем лепестковая краса блекнет, наступает плодоношение. Каждый плод тимьяна состоит из четырех сплюснутых, весьма мелких орешков. Растение это дает обилие расщепляющихся помесей, что значительно затрудняет определение видов. И все-таки во всем разнообразии тимьянов флористы выделяют несколько сот видов, из них 136 встречаются на территории нашей страны. Остановимся же мы только на тимьяне пол-

зучем, том самом поселенце суходолов и душных боров, который так симпатичен своим роскошным запахом и по-настоящему оригинален, полезен.

Как и все его ближайшие родственники, чабрец богат эфирными маслами, нашедшими широкое признание у парфюмеров и фармацевтов. Но особое место он занимает в народной медицине. Тимьяновыми чаями и настоями издавна снимают завалы горла, укрощают кашель и коклюш; теплыми выжимками травы, приложенными снаружи, снижают боль, вызванную радикулитом. Широко применяли тимьян для ароматических ванн (50 граммов травы на ведро кипятку): помогают при нарушенном обмене веществ.

В крестьянском обиходе чабрец, или, как его еще называли, щекрец, чабор, исстари приносили в избы на зеленой семицкой неделе — для запаха. Шел он и на отдушку питий. В одном из памятников славянской письменности XII века читаем: «Брашна... с зелием, яко с кропом и чабром». Интересно описана богородская трава и в старых ботанических руководствах. Например, Андрей Тимофеевич Болотов в одной из работ, относящейся к 1781 году, указывает: «Она имеет свойство укреплять желудок, голову и сердце, унимать рвоту и резь в животе, исправляет всякую дурноту в желудке, производит аппетит, прогоняет спячку и дурноту из головы, острит и укрепляет зрение... При наружном употреблении разгоняет она опухоли, тугости и шишки. И помогает от шума и звона в ушах...» Конечно, свойства нашей травки здесь значительно преувеличены, а то и просто захвалены. В настоящее время тимьян ползучий используется в аптекарском деле для приготовления пертусина — известного препарата от кашля.

Собирают траву только в пору цветения. Для

этого серпом нажинают головчатые соцветия, которые и рассыпают под железной крышей нетолстым слоем. При частом перемешивании сбор можно сушить и под навесом.

Когда сырье высохнет, его обмолачивают в материи, а затем вскруживают на решетке, чтоб отделить грубые стебли от смеси листьев, цветков и тонких веточек. Вкус сырья горьковато-пряный, слегка жгучий, при растирании слышится приятный запах.

«Охотятся» за чабрецом как на песчаных холмах, так и в разреженных сосновых лесах, по суходольным лугам, вдоль полей и опушек. На чистые заросли полагаться не приходится, поскольку тимьян ползучий чаще всего лишь пятнами вкраплен в низкорослое разнотравье. И открывается сборщикам не вдруг, а после тщательного поиска.

Известен тимьян и как овощная культура. Его вполне можно выращивать на огороде, подобно другим пряным растениям. Почвы под богородскую траву подбирают легкие, известковые, хорошо сдобренные перегноем. Участок должен быть, конечно, солнечным, открытым. Навозное удобрение вносят в предыдущем году. Размножают рассадой или посевом семян непосредственно в грунт. Для выращивания рассады пользуются парниками и теплицами. Семена сеют в посевные ящики ранней весной, до схода снега. Семена прорастают довольно долго — около двух недель. Всходы затем прореживают. Рассаду размещают на грядке рядами, расстояние между ними 35—45, а между растениями — 20 см.

При посеве в грунт семена раскладывают в мелкие лунки или рассеивают вразброс. Землей заволакивать их не надо, достаточно посевы прихлопнуть доской, а затем полить через тонкое

ситечко. Поначалу всходы тимьяна развиваются слабо, почему и нуждаются в тщательном просмотре. Уход за развивающимися растениями будет заключаться в прополке и рыхлении грядки, а на второй и третий годы потребуются подкормки удобрениями. Отзывчив овощ и на внесение извести. Наибольшую продуктивность чабрец развивает на третий и четвертый год жизни. Потом посадку возобновляют. Размножение возможно делением кустов. Эту операцию откладывают на весну. Где климат холодный, богородскую траву целесообразно возделывать как однолетнюю культуру.

Убирают тимьян несколько раз в течение лета. Первую срезку стеблей приурочивают к поре цветения. Срезанные стебли связывают в пучки, которые и сушат в затененном месте. Огородный тимьян не хуже дикого годится для приправки салатов и как гарнир к рыбным и мясным блюдам. Придаст он пикантный привкус овощным блюдам, скажем, из гороха, чечевицы или бобов. В промышленности из тимьяна получают ценное эфирное масло, необходимое для консервов, колбас и ликера. Пряная трава чабреца находит применение при засолке огурцов.

## **Аир обыкновенный**

«И душистый гнет он аир, и, скользя очеретом, стебли длинные купавок рвет сверкающим веслом» — так Алексей Константинович Толстой изобразил аир в балладе «Алеша Попович». По существу, здесь все верно: аир высок — приходится подгибать веслом, душист, и растет он среди камыша, тростника и других болотных и береговых трав, поименованных южанами одним сло-

вом — очерет. Отыщется аир как по берегам рек, озер, прудов, так и в старицах, по днищам лощин, мокрых балок и в долинах рек. Цветки его невзрачные, собраны в буровато-зеленоватый початок. Может быть, из-за них и дано растению научное прозвище — *Asogus*, то есть неукрашенный, некрасивый. Правда, имеется и другое толкование, по которому научное название аира восходит к греческому слову акорон, что означает «душистый».

Высоким вырастает аир, до метра с четвертью. Стоит этакая зеленая трость в окружении зеленых мечей — так выглядят листья, собранные пучками. Крепятся листья к ветвистому корневищу. Цветоносный стебель не круглый, а сплюснутый: на одной стороне прочерчен желобок, на другой острится ребро. Початок соцветия «нанизан» на мясистый стержень, при основании соцветие обвернуто кроющим листом — крылом. Поскольку покрывало продолжает стебель, початок кажется отогнутым, боковым. Длина его 4—12 сантиметров. Цветет аир в пору наивысшего напряжения солнца, в июне — июле. Цветки его обоеполые, каждый состоит из одного пестика и шести тычинок. Чешуйчатых листочков околоцветника тоже шесть.

Аир в нашей стране цветет редко, а плодов и вовсе не завязывает. Бесплоден он, кстати, во всей Европе, ведь здесь не водятся нужных для него насекомых. А нужны они, чтоб переносить пыльцу с тычинок на рыльца. Зато на своей исконной родине, в Индии, растение это завязывает в початках сочные красные ягоды. У нас аир распространяется исключительно вегетативно, с помощью корней. А они куда как ветвисты и ползучи. Шнурами оплетая поверхность почвы, корни «избегают» залезать в сырой ил, поскольку

волоски без доступа воздуха не развиваются. Само корневище толстое, бурое, с рубцами, оставленными отмершими листьями, внутри белое, губчатое. «Ир, или водяная райская трава... Корень со снаружи красноват, внутри бел, толщиной в палец, легок, составлен из множества коленцев, покрыт волокнами и имеет пронзительный и нарочито приятный запах. Он содержит в себе много масла и летучей соли», — читаем в старинном травнике (XVIII век). Повсеместное название корневища — ирный корень.

Целебно корневище аира, во флоре здоровья ему назначено одно из весьма почетных мест. Найдены в корневище эфирное масло, носитель запаха — азориновый альдегид, действующее вещество — каламин. Обнаружены в ирном корне также крахмал, витамин бодрости — аскорбиновая кислота и акорин — ароматическая горечь, которая по заключению врачей повышает у человека «возбудимость к вкусовому раздражению, усиливает отделение желудочного сока». С античных времен зачислен аир в разряд лекарственных растений. Его применяют как желчегонное и мочегонное средство, а в последнее время им лечат и язвенную болезнь желудка.

Согласно рекомендации отвар готовят из расчета 15 г измельченного корневища на 3—3,5 стакана воды и пьют по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{2}$  стакана 3—4 раза в день перед едой.

Заготавливают корневища в конце лета и осенью. Копают их, разумеется, только там, где заготовка не повредит природе. Есть еще обширные запасы аира, особенно по Днепру, Северному Донцу и Южному Бугу. Выкопанные корневища обрезают от остатков листьев и стеблей, моют в холодной воде, а затем режут на куски. Толстые части расщепляют на тонкие доли. Поначалу

сырье подвяливают в тени, после чего ножом снимают кору и сушку продолжают там же, под навесом или на чердаке. Раскладывают куски тонким слоем.

Потребность в аире велика, поэтому в ряде стран его выращивают как промышленную культуру. Размножают кусками корневищ, снабженных мелкими корешками. Эти-то куски зарывают во влажную землю или прибрежный ил. Заросли получают густые, с богатым выходом целебного сырья. А оно необходимо не только для аптечного дела. Аир — древнейшая пряность, соперничающая с лавровым листом: придает вкус и запах блюдам, облагораживает рыбные консервы и фруктовые компоты. Засахаренный аир заменяет редкие у нас пряности — имбирь, корицу и мускатный орех. Отдушка пудингов и печенья им бывает весьма привлекательной. Требуется аир при изготовлении ликеров и пива. Вполне возможно добыть из корневищ пищевой крахмал.

Ирный корень нужен кожевенникам — для дубления овчин, парфюмерам — при выработке зубных порошков, паст и настоек для полоскания рта. Ирное масло употребляется для выделки мыла и помад. Успокаивающе действуют ароматические ванны, приготовленные с помощью корня аира. Бондари листьями этого растения конопатят кадки, ушаты и чаны.

Принадлежит аир к семейству ароидных, которое в основном состоит из многолетних трав, имеющих толстые корневища и даже клубни. Есть среди них лианы и плавающие водные растения. Листья их крупные, толстые, иногда мясистые. Цветки, как и у аира, собраны в плотный початок. Назначение покрывала — кроющего листа соцветия — защищать початок от ненастья. Семейство ароидных в мировой флоре представ-

лено двумя тысячами видов. Распространены преимущественно в тропиках и субтропиках. В нашей стране найдено 15 видов, из них род аир состоит всего из одного вида — аира обыкновенного (*A. calamus*).

Когда-то полагали, что аир был занесен к нам в средние века татарами. Согласно легенде в пору нашествия всадники раскидывали куски ароматного корневища по водоемам, чтобы они, зарастая аиром, делались еще чище. А завозили корни из Малой Азии. Татарське зилля — украинское прозвище аира — как раз и напоминает о подобной легенде. Ботаники рассуждают иначе. Ими найдено немало материалов о другом пути проникновения травы на европейский континент. Пахучее растение было завезено из Южной Индии в Португалию в XVI веке, и тогда же в Прагу и Вену из Константинополя. Из ботанических садов аир быстро «шагнул» на восток.

В античные времена европейцы пользовались не растением как таковым, а пряностью, приготовленной из его корней. Видовое название травы *calamus* означает «трость». Невзрачная трость и есть наш аир, который будто бы гнул веслом Алеша Попович. Только похитчик красавиц не мог его видеть в былинные времена, значит, и плавание богатыря состоялось позже. Впрочем, баллада А. К. Толстого всего лишь поэтическая выдумка, опозитизированная легенда.

А в легенде все возможно.

## Лапчатка прямостоящая

Растение это исстари почитается среди лекарственных за наилучшее. Деды так и называли его «могущник», то есть могучее, исполненное не-

обыкновенных сил. Потом для целебного сбора искатели чаще всего охотятся за подземной частью травы, калган же не рвут, а копают — ценен корнем. Роют травку осенью, когда листья пожухнут и отомрут, или по весне, до распускания зелени. При листьях и стебле корень могущника как бы одалживает им свои запасы, беднеет на время. Зато, прежде чем увянуть, они с лихвой наделяют его знатным достоянием.

Чем же знатен дикий калган? Прежде всего целебными свойствами. Список его благодетельных действий, пожалуй, самый длинный в сравнении с теми, что принадлежит лекарственным травам. Судите сами: настоями калгана излечивают воспаления и язву желудка, останавливают желудочные кровотечения, унимают изнурительный понос, обезболивают зубную боль. Его мазями и отварами пользуются при ожогах, выведении мокнувших экзем, заживлении ран, обморожении. Водным же отваром (20 граммов корня на литр воды) полощут горло от ангины и рот — от цинги. Цыпки на руках и ногах, обветренные, истресканные губы крестьяне издавна смазывали калгановой мазью, которую сами же и готовили: ложку мелко порезанных корней на коротке варят в стакане коровьего масла, смесь процеживают — и мазь готова! Интересно, что в Болгарии этой травой избавляются еще и от заболеваний печени, а также от желтухи и ревматизма. В арсенал отечественной государственной фармакопеи взята в 1961 году.

Кроме лечебных, есть у калгана и немалые хозяйственные достоинства. Как отменный дубитель он на виду у кожевников и в этой роли затмил дубильный корень ратании, ввозимый ранее из Южной Америки; как краситель (с квасцами дает красную, а с железным купоросом —

черную краску) его ценят красильщики. Благодаря бактерицидным свойствам дикий калган признан необходимым в рыбоконсервном производстве.

В научном обиходе калган чаще всего называют лапчаткой прямостоящей (*Potentilla erecta*). Многолетник этот возобновляется каждой весной. Стоит земле обвять и подсохнуть, как в разреженных сосновых лесах, на влажных лугах, среди кустарников, по берегам речек, а то и на пустошах появляются тройчатые прикорневые листочки на длинных черешках. Но вот травы загустели, приподнялись, и наша лапчатка тоже погнала стебельки: тонкие, вилочкой, поднятой кверху. На стебельках — листочки, многомного, только все они без черешков, зато трехлопастные пластинки снабжены двумя боковыми крупными прилистниками, отчего весь лист кажется пятипальчатым, не похожим на нижний, прикорневой.

Но вот настало полное лето — зенит тепла, и лапчатка прямостоящая распустила цветочки — желтые, величиной с ноготок, и каждый на своей верхушечной или пазушной ножке. Теперь уже нижние листья отсохли — не нужны, а стеблевые возмужали, заметнее покрылись редкими волосками. Цветок калгана четырехлепестный и этот признак надо запомнить крепче, поскольку пятилепестные лапчатки — нелекарственные и, естественно, в сбор не годятся. Особенно часто набивается в знакомство новичку лапчатка гусиная, та, что затягивает спокойные деревенские улицы и коровьи тропы на выгоне. И конечно, обманет начинающего травника, ежели тот не взглянет на лепестки (их пять, а нужна с четырьмя), да и листья у гусиной лапчатки вроде птичьего перышка — нарезные. А всего у нас встречается

ся 148 видов лапчатки, распространенных по всей стране.

Плодоносит лапчатка в исходе лета, когда даже некости изреживаются и полегают. Семянки ее сборные, состоят из нескольких голых, слегка сморщенных плодиков.

Корень калгана толстый и короткий, схож с клубнем. На ощупь он тверд, деревянист, многоглав. В земле располагается косо, длина его — от 3 до 7 сантиметров. Обрастающие корешки тонкие, густые, для лекарственных целей их не берут.

Рюют калган в сентябре — октябре или ранней весной. Для этого пользуются лопатой, а где заросли значительные и заготовка ведется в больших размерах — применяют плуг. Выпаханные корни выбирают, отрясают от земли, травянистую часть и мелкие корешки обрезают, а гниль счищают. Собранное сырье обмывают в холодной воде, затем сушат. Делается это так: подвяленные на воздухе корни раскладывают нетолстым слоем на чердаках за железной крышей или под навесом. Можно пользоваться и сушилкой, только температура воздуха в ней не должна превышать 50—60 градусов.

Сухие корневища снаружи бурые, на изломе темнокрасные: поверху они как бы рябые — в ямочках. Запах готового сбора приятен, но выражен слабо, хотя при растирании усиливается. На вкус калган — весьма терпкий. Химическим анализом в корнях обнаружили дубильные вещества, крахмал, хинную и яблочную кислоты, воск, смолы, камедь и сахара. Сбор не теряет целебных свойств до шести лет. Хранить полагается в мешке, в сухом, проветриваемом помещении.

Расскажем, наконец, и о народных прозвищах

лапчатки прямостоящей. Кроме могущника, ее еще величали действительной травой — из-за лекарственной силы. Вязиль, завязный корень, завязник стоячий — все эти клички намекают на вяжущие свойства калгана. А что такое шептуха? Так травку прозвали, видимо, суеверы, которые обращались к знахарям за помощью. Ведь те, прежде чем дать коренья, читали заговор, шептали — отсюда и прозвище. Перевяжиха — значит; кровь останавливает; червошник и черец — скорее всего даны из-за лечебных же свойств. Так что в говорах калган запечатлен исключительно как растение-целитель.

## Лопух большой

Есть ли среди наших трав что-нибудь обыкновеннее лопуха? Бросовый участок земли, лощина, пустырь, канава — где только не попадается эта зеленая громадина! Даже ботаники называют лопух вульгарным растением, уж проще, кажется, и не бывает. Жилистый, мясистый с красной ствол, поставленный прямо и основательно — не столкнешь и тележным колесом; темно-зеленые листья, распластанные противнями: тяжелые черешки. Весь облик лопуха являет собой силу, как являет ее медведь, пестун природы. Кстати, ученое название лопуха *Arctium* происходит от греческого слова *arctos* — медведь; так наречено растение еще в античные времена. Зеленый медведь спокойно дремлет за оградами усадеб, скрывая от зноя наседок с цыплятами, лягушек, жу-желиц и всякую иную живность.

Пробуждается лопух в самую раннюю рань весны. Пригреет солнышко плешивые бугры, и

вот по их ямкам, ложбинкам, канавам уже воспряли широкие листья. Скомканные, морщинистые, но сразу крупные по сравнению с зелеными усиками злаков, с белесыми вихрами полыни. Что за тайная сила питает этого лопухового медвежонка? Ведь почва еще так скудна и расщеплива на питательные соки, что с ходу, приемисто не начать расти как на дрожжах. А вульгарный поселенец растет, невзирая на холода и возвратные заморозки.

Медведь на зиму запасает жир под кожей, им и пробавляется весь долгий срок полуспячки; лопух запасает все необходимое в толстом веретене корня. Попробуйте по осени откопать да полюбоваться им, этим стержневым коричневатым запасующим органом. Заметим, что лопухи, плодоносившие в прошлом году — торчали всю зиму из-под снега с репьями на макушке, — по весне окончательно исчезают. Их корни мертвы, отсохли давно. Лопух в природе ведет себя как типичный двулетник: в первый год развивает розетку листьев, набирается питательных веществ, которые под осень стекают в кладовые корня; на другое лето годовалый «медведь» выкидывает мощный ствол, цветет, обзаводится корзинками семян — репьями и, отплодоносив, погибает. От репьев и прозвище — репейник, употребляется наравне с «лопухом» — другим названием травы.

Итак, наш старый знакомый — репейник большой (A. larra). Предлесье, закустаренные спуски к рекам, крепостные рвы, запущенные усадьбы, куда ни пойдешь, столкнешься с этим гордецом и упрямым. Через штакетник высовывается он с задворок, так и норовит попасть в сад; из лесных чащоб выходит к крайкам полей, застыв на этом рубеже молчаливым стражником. Где пашут и сеют — там ему не место; вот отыскать

бы старую залежь, но где ее найдешь? В благоприятных условиях лопух большой достигает человеческого роста, но попадались и трехметровые гиганты. Всю силу корней, всю мощную машину фотосинтеза мобилизуют на второй год медвежьих кусты, чтобы бороздчатые стебли крепки, к свету тянулись, чтобы истовой цвели головки, разбросанные по зарослям горящими углями. У однолетнего большого лопуха корень длинный, до 60 сантиметров, мочка ветвистых корешков прошивает почвенный горизонт и вглубь и вширь. В лопухах воткнуть лопату негде, так забита земля кореньями и корешками. Аршинной длины листья грубые, как грубы их гранистые черешки. Лицевая сторона вроде зеленой клеенки, изнаночная — седой войлок. Цветет этот здоровяк в июне — августе, семян дает до тысячи штук на куст.

Если подсчитать, сколько угодий в лопухе — пальцев на руке не хватит. Первое: лопух — корм для скота. Нет, не с корня его берут четвероногие, как берут пастбищную траву, а в силосе едят, подобно подсолнечнику или борщевнику. Силосуют лопух вместе с соломенной резкой, лебедой и осокой; от такого корма коровы заметно прибавляют удой. Второе: зеленый медведь держит в своих лапах птичий корм. Семена лопуха куры клюют лучше многих других — только подсыпай. Третье, очень важное угодье в репейнике — пищевое. Вот удивитесь: лопух съедобен! В Сибири и на Кавказе лопух издавна считается овощным растением. В Японии его возделывают на грядках, и называется он там «дово». Какие части лопуха съедобны? Весной, когда овощной стол беден, это растение поставит на кухню молодые листья и черешки. В нежном возрасте они вкусные. Отваривай в супах да бульонах — и

ешь на здоровье. Можно отварить, посолить и с маслом, тоже не без пользы. Осенью лопух подарит кулинару мясистые корни. В них заупорены богатства немалые — богаты инулином, сахарами, эфирными маслами. Молодые корни лопуха потребляют как морковь. А если их посушить и растереть в муку — чем не добавка к хлебу? При недородах раньше такую муку подмешивали к ржаной, из расчета 1:2, и выпеченный хлеб достойно назывался хлебом.

Четвертое угодье в лопухе — маслянистое. Отжатое из его семян масло, правда, для еды не годится — горчит, но как осветительное, а также для мыловарения и для замены глицерина — отличное. Олифа из этого масла получается высшего качества. Лопух обладает целебными свойствами, и пятое угодье в нем — лекарственное. Находится оно в корне, в том самом, что мясист и съедобен. В старинных фармакопеях его называли корень бурданы: мочегонное и потогонное средство. Не остались без внимания народных лекарей семена и листья репейника. Семена прописывали как мочегонное и слабительное, а листья прикладывали при опухолях и золотухе.

Шестое, возможно, не последнее угодье лопуха — косметическое. Испытанные эликсиры для рощения и укрепления волос составлялись чаще всего на репейном масле. Добывают это масло не из семян, а из корней, в которых находятся эфирные вещества.

Лопух, лопушник, арпей... Как только не зовут его в народе. Казахи называют это растение жапрак, азербайджанцы — пытраг, армяне — кратук, грузины — орованда. Везде на виду медвежьей силы трава. «Дед ходит по баштану и... прикрывает лопухами арбузы» — вспомнятся слова Н. В. Гоголя из «Заколдованного места».

А вот из «Братьев Карамазовых» Ф. М. Достоевского: «У плетня, в крапиве и в лопушнике, усмотрела наша компания спящую Лизавету». В классической прозе множество раз упоминается лопух.

Род лопухов не велик, представлен 11 видами. Своим происхождением обязан Средиземноморью. Распространен широко, некоторые виды занесены даже на Американский континент. У нас в стране, кроме большого, совсем нередок лопух войлочный (*A. tomentosum*). Стебель его тоже рослый, 60—150 сантиметров, поверху затянут войлоком. Черешки, как и у большого, оттопыренные, прямые, но в затененных местах могут изгибаться дугами. Корзинки по созревании семян легко распадаются. Все полезные свойства, присущие большому репейнику, в равной степени относятся и к его войлочному собрату. Некоторые цветоводы находят этот лопух декоративным, предлагая его выращивать вблизи клумб. Но предубеждение о «вульгарном» облике травы пока сильнее желания обзавестись оригинальным дикарем. Большой и паутинистый лопухи легко скрещиваются между собой, пуская на свет многочисленные гибридные формы.

Остановим взгляд на самом маленьком репейнике. Ему и название — лопух мелкий (*A. minus*). Ростом с аршин, зато статью осанист и ветвист, зелен. Нижние листья крупные, повыше — мельче. И разница в величине листьев разительная: признак общий для лопухов.

«Прицепится, как репей», — говорят в народе о навязчивом человеке. Да, репейник привязчив, Его круглые корзинки, снабженные крючками, прилипчивы и к одежде, и к шерсти животных. Ближе к осени от них прямо-таки проходу нет. Так и расселается лопух, так и путешествует на чужих ногах. Неплохо приспособился...

## Чемерица Лобеля

Ей первой достаются свежие рассветы, глубокие росы и плотные предосенние туманы. Ведь чемерица — обитательница пойм, мокрых лугов и заболоченных некосей, а там, понятно, сырость да холода. Одинок и таинственно простаивает она среди скудных, рано стареющих травостоев, выделяясь тугими стеблями над всей немногочисленной зеленой свитой. Мощная, под стать кукурузе (и внешне немного похожая на нее, хотя относится не к злакам, а к лилиям), чемерица по-настоящему разрастается лишь на диких землях, на подолгу не паханных неудобьях. Да и как иначе, ежели многолетник этот зацветает лишь на двадцатый, а то и на тридцатый год жизни! Только тогда обзаводится трава метелкой беловато-зеленых крупных цветков.

А весь срок ее жизни простирается на пятьдесят и более лет. Надземная часть травы каждую осень отмирает, а корневище уходит под снег живым. Переждет в стылой почве зиму, но как вернутся теплые дни и прогреется дернина, мясистое корневище пробудится от длительного сна и опять примется выгонять крепкий зеленый стебель, обернутый крупными листьями. Впрочем, в молодом возрасте чемерица обладает считанным числом листьев: сперва одним, через год двумя. К поре расцвета трава набирает наконец десять, изредка пятнадцать листьев, и на этом их счет приостанавливается. Чемерица достигла зрелого возраста и главное для нее теперь — давать семена. Но и с плодоношением нет спешки — даже пышные особи цветут с перерывами в два-три года.

Приглядимся к дурнушке среди лилий, может, и она обладает чем-то интересным? Да, чемерица

Лобеля (*Veratrum Lobelianum*) незаурядна. Это ядовитейшее растение, настоящий «зеленый анчар». Два грамма ее свежих корней убивают лошадь. Она токсична всеми надземными и подземными частями, особенно ядовиты корни и корневище. Вот почему скот не трогает чемерицу ни на лугу, ни в стойлах. Равнодушно на пастбище пройдут мимо и коровы, и лошади — не нагнутся. Ведь домашние животные, по словам фуражиров-кормовиков, «все хорошее сгрызут, а плохое обойдут». Бывает, правда, что какой-нибудь несмышленный теленок и поест чемерицы. Отравление не замедлит сказаться. Вскоре бедняга начинает беспорядочные движения, затем у него появляются слабость, обильное слюноотечение, судороги. Только быстрым ветеринарным вмешательством можно спасти животное от гибели.

Но яды, как известно, и целебны. Они истари в арсенале лекарственных средств. Например, в народной медицине та же чемерица широко применялась как наружное для разного рода растираний и обезболивания. Ее спиртовыми настоями, водными отварами, мазями пользовались при невралгии и воспалительных заболеваниях суставов. Травой этой также избавлялись от вшивости, крестьяне ею травили тараканов. «Прусских тараканов не изволите ли присоветовать потчевать чемерицею? А именно: накопав ее кореньев, оскобля и чисто вычистив, положить наперед в свежую сметану и в патоку на неделю, чтоб они напитались, и потом уж потчевать оными», — читаем в одном из трудов А. Т. Болотова за 1782 год.

В аптечный сбор идут лишь корневища осенней копки. Именно после отмирания ботвы корневая система обладает наибольшим запасом цен-

ных сильнодействующих алкалоидов, таких, как протовератрин. Копают чемерицу осторожно, стараясь не обдирать, не портить придаточных корней. После ботву тщательно обрезают, а корневища с плотной мочкой корней очищают от земли, промывают в холодной воде, режут вдоль на куски и раскладывают в теплом помещении для просушки: сухое корневище снаружи темно-бурой окраски, на изломе серое. Все операции по переборке и упаковке сырья ведут в увлажненной марлевой маске, иначе едкая пыль, раздражая слизистую верхних дыхательных путей, вызовет длительное чихание. Хранят чемерицу отдельно от других лекарств. Срок хранения — три года.

Не забыта чемерица и в ветеринарной практике. Чемеричной водой изводят паразитных насекомых, ею же усиливают жвачку у крупного рогатого скота, а отвары применяют как рвотное для свиней и собак. Чемеричная мазь — испытанное средство против чесотки. Но что особенно интересно, в последнее время «зеленый анчар» снискал исключительное внимание у садоводов-любителей. Ведь именно настоями чемерицы оказалось легче всего избавиться от таких садовых вредителей, как яблоневая моль, тля, плодоярка, кольчатый шелкопряд и вишневый слизистый пилильщик.

Инсектицидный настой сделать по силе каждому садоводу. Для этого в ведро воды кладут 250 граммов сухих корневищ, выдержанный двое суток настой сцеживают, после чего он готов к распылу. Если под рукой сухих корней не окажется, отыскивают на лугу сырую ботву и уже на ней делают настои, увеличив, само собой, дозировку ядовитого сырья. Ботву лучше брать ту, что помоложе. Вообще же зелень чемерицы бо-

гата алкалоидами лишь в начале вегетации, то есть в мае. Это как раз тот месяц, когда химическими средствами защищать сад от насекомых не всегда безопасно, и чемерица хорошо выручает находчивых хозяев. Против медведки и грызунов применяют отравленные приманки, которые готовят на основе чемерицы.

Помогает чемерица и огородникам. Настоями этого растения легко уничтожить шестиногих вредителей, вроде совки гаммы и капустной белянки. Против рапсового цветоеда и жуков свекловичного долгоносика неплохо опудрить посадки чемеричным порошком. Для этого сухие корни размолоть или растереть в тонкий порошок, которым затем и опудрить растения с соблюдением всех правил по контактам с ядом.

На засоренных чемерицей лугах трава эта встречается в таком изобилии, что и на квадратном метре порой насчитаешь до тридцати ее особей. На редкость много чемерицы на Ставропольщине, в Поволжье и Белоруссии. Исследователями замечен интересный факт: на Алтае, в Армении и некоторых районах Челябинской области чемерица Лобеля лишена токсичных алкалоидов и, конечно, для заготовок не годится. Всего в Северном полушарии известно 12 видов чемерицы, из них восемь встречаются в нашей стране. На чемерицу Лобеля весьма похож близкий ей вид — чемерица белая (*V. album*). У нее такие же стеблеобъемлющие дугожилые листья и ростом она такая же, только цветы не беловато-зеленые, а белые. Опыляется тоже мухами. Корневища белой чемерицы подходящи как для аптекарского, так и для хозяйственного сбора. Растет в основном на Западной Украине, в Карпатах и на Дальнем Востоке.

Латинское название чемериц — *Veratrum* за-

крепилось за ними с античных времен (так упоминаются еще в трудах Плиния). Видовое наименование — «чемерица Лобеля» дано в честь голландского ботаника Лобеля, жившего с 1538 по 1616 год. Русские народные прозвища «зеленого анчара» — волчок, чемера, кадило. Порошком из листьев крестьяне присыпали раны животным «от червей», отварами корня мылись от шелудивости, а мазью натирались от чесотки. На пастбищах и заказных лугах чемерицу надо выкашивать и удалять, потому как на корню и в сене эта трава весьма ядовита. Цветет она в июне — июле.

## «Волшебные травы»

«Три орудия есть у врача — слово, растение и нож» — этот афоризм древних медиков во многом незыблем и теперь. Достаточно сказать, что около половины всех лечебных средств фармацевты получают из продуктов растительного происхождения. Научная медицина в нашей стране использует 200 видов растений, из них значительное число собирается в лесу, на лугах, в речных долинах. Что касается народной медицины, то в ее арсенале набор видов растений еще богаче. Коллекция Всесоюзного института лекарственных растений (под Москвой) насчитывает 2000 видов растений, нашедших применение преимущественно в народной медицине.

Добрые и злые травы... Сколько о них сложено сказаний, легенд и песен! Добрые названы ласково: травушка-муравушка, мурава-духовитая, трава шелковая; злые — отталкивающие: лихие травы, лютые коренья, отрава. Растения-целители, которыми врачевали от недугов и хво-

рости, исстари почитались особо. Являясь нередко добычей ловкачей, выдававших себя за чародеев, лекарственные растения порой не только не приносили облегчения страждущим, но и служили во вред, так как знахарство нередко шло рука об руку с суеверием и невежеством.

Зелейщики-травознаи, веками выступавшие в роли облегчителей человеческих недугов, стремились во что бы то ни стало обзавестись рукописями травников. Ведь в них — вся премудрость ведунов, общавшихся с «нездешней силой». До нашего времени травников сохранилось очень немного. Чародеи тщательно прятали их, умирая, отказывали лишь особо доверенным близким. Этнографы усердно трудились, чтобы собрать даже небольшую часть этих письменных руководств для знахарей.

Исследования показали, что самые древние травники (старше 300 лет) попали в Россию из Польши, более поздние — из Германии. Конечно, при переходе из рук в руки травники не только пополнялись, но и обрабатывались литературно, иногда весьма умело.

Когда-то подобные травники были авторитетными даже для просвещенных слоев населения, скажем, для духовенства. Нередко случалось, что и сами священники брались за перевод или составительство этих руководств. Иногда как бы в оправдание себе они предваряли их такими рассуждениями: «Врачебное художество не вбранно не только мирянам, но и инокам». Приводились и богословские изыскания.

В лечебнике, хранившемся в Соловецком монастыре, прямо говорилось, что он «сочинен из дохтурских наук преосвященным Кир Афанасием, архиепископом Холмогорским и Вожским» (1696 год). Лечебникам давались изощренные назва-

ния: «Травоврач», «Зельник», «Жизненник», «Цветник», «Травник». Встречались и более причудливые: «Ковчежец медицейский», «Прохладный Вертоград».

В этих рукописях даже самые заурядные растения наделены таинственными свойствами. Так, об осоте сказано: «Трава осот добра: кто ее знает, тот человек талант обрящет. А растет красна и светла, листочки кругленьки, что денежки, собой в пядь, а цвет розный. Растет кустиком по сильным местам раменским. Ту траву держать торговым людям: носи при себе где ни пойдешь, много добра обрящешь, и от людей честь будет, и великою славою тот человек вознесется. А корень ее светел, как воск». Носи, дескать, осот при себе, с ним не пропадешь и честь узнаешь.

Там же втолковывалось, что, обзаведясь ряской, ревнивый супруг может выведывать секреты своей благоверной, стоит только положить эту траву «в головы жене, и она скажет, что было с ней — добро или зло, а положить надобно в сих числах: 19, 20, 25». Вздорность таких умозаключений очевидна.

Как отголосок седой старины сохранились повествования о девяти волшебных травах: плакуне, цветущем папоротнике, разрыв-траве, тирличе, одолень-траве, адамовой голове, орхилине, прикрыше и нечуй-ветре. При научном анализе сведений об этих растениях, заключенных в заговорах, заклинаниях, старинных травниках, в легендах, открывается одна интересная сторона: у волшебных трав есть реальные прообразы, зачастую ничем не примечательные обитатели лугов, лесов и берегов рек. Попробуем сравнить сведения о волшебных травах, почерпнутые из бытовавших поверий, с данными науки о растениях и их свойствах. Это сопоставление, на наш взгляд, сдерги-

ваает покрывало таинственности со многих легенд.

**Всем травам мати.** Человек, сутулясь, проник в храм, встал с пучком травы лицом на восток и зашептал:

— Плакун, плакун! Плакал ты долго и много, а выплакал мало. Не катись твои слезы по чисту полю, не разносись твой вой по синю морю. Будь ты страшен злым бесам, полубесам, старым ведьмам киевским. А не дадут тебе покорища, утопи их в слезах; а убегут от твоего позорища, замкни в ямы преисподние. Будь мое слово при тебе крепко и твердо. Век веком!

Человек творил заговор на плакун-траву. Называли его чародеем, ведуном, знахарем. Наговорная трава в представлении суевера приобретала свойства устрашать нечистую силу, заставляла плакать бесов и ведьм.

Взглянув на такую траву глазами ботаника, заметим, что перед нами всего лишь дербенник иволистный (*Lithrum salicaria*), прозванный в народе плакун травой. Растет дербенник по сырым местам, берегам рек и прудов, а также среди зарослей ольшаника и на влажных заливных лугах. Цветет с июня до сентября. Все растение содержит дубильные вещества, скотом не поедается. Медонос. Род дербенниковых «литрум» получил название из-за темно-красных цветов. Происхождение латинского наименования восходит к греческому «лудрон» — кровь.

Дербенник иволистный никакими лекарственными или другими достоинствами не отличается, он даже не входит в государственную фармакопею — утвержденный список растений-целителей. Но в поверьях «плакун-трава — всем травам мати». Знахари готовили из нее порошки и настойки, которыми пользовались от многих болезней. Когда-то в пермских деревнях отвар из корня пла-

куна употребляли при грыжах, от болей в желудке и даже «от тоски». В народе дербенник иволистный называли еще: дикие васильки, дубник, подбережник, твердык, тройчак, кровавница, верба-трава.

Откроем старинный травник на странице, где описано это растение. Читаем: «Есть трава-плакун, а растет при озерах, высока в стрелу, цвет багров и та трава вельми добра; держи в чистоте, давай скоту, который вертится, или которые ребята не спят — клади в головы, а крест из нее вырезать носить при себе вельми добро».

В приведенном описании правдиво лишь то, что плакун-трава «растет при озерах», остальное надумано.

**Перунов огнецвет.** Разгар лета. Тепло и влага сделали свое — травы выросли, набрались живительной силы. Подоспело среднелетнее цветение — пора сбора целебных растений. На Руси исстари этот срок приурочивался ко дню Аграфены-купальницы (6 июля), когда устанавливается такая теплынь, что и старики купаются. Как пелось в украинской песне: «Где Иван купался, берег колыхался»... Травоискатели назвали этот день «Аграфены — злые коренья». Что ж, пожалуй, так оно и есть. Ведь из кореньев, собранных в такую пору, изготавливали сильнодействующие снадобья и зелья, от которых выздоравливал или погибал не один больной. Знахари почитали день Аграфены еще и потому, что за ним стоял знаменитый Иван Купала — время сбора волшебных трав, «время козней лукавого».

В ночь на Ивана Купалу, по утверждениям суеверов, совершаются самые невероятные чудеса. «Расцветает всем цветам цветов» папоротник, показывается разрыв-трава, цветущая так недолго, что еле успеешь прочесть «Отче наш», «Богородицу» и «Верую». Колдуны в Иванову ночь ходили

за тирлич-травой и орхилином. В ночь под Иванов день затевались игрища, зажигались купальские огни, умывались росой.

Иван Купала... В этом имени слились христианские и языческие верования. Иван — Иоанн Креститель, который «купал», крестил Христа, и Купало — языческий идол, которому в далекие времена «благодарения и жертвы в начале жатв приносили».

Сказание гласит, что папоротник, или, как его еще называли, перунов огнецвет, жар-цвет, кочедыжник, цветет только в ночь под Ивана Купалу. Происходит будто бы так. Между листьями, похожими на крылья орла, подымается, как светящийся уголек, цветочная почка. Она движется, прыгает и к тому же щебечет. В полночь почка с треском раскрывается, появляется огненный цветок, озаряющий все вокруг. Некоторые добавляют, что при этом раздается гром и сотрясается земля.

Смельчак, отважившийся обрести цветок папоротника, должен прийти в лес, найти подходящее место, зачураться, очертить себя кругом и ждать пока появится цветок. Как только он покажется, нечистая сила будет что есть мочи стараться испугать смельчака. Но пугаться нельзя — нечисть цветком овладеет, а поддавшегося на страх одурочит на всю жизнь. В легенде советуют цветок вложить в рану на ладони, после чего, не оглядываясь, бежать домой. По дороге нечисть пуще прежнего будет соблазнять и одолевать страхом, но цветок отдавать нельзя. Овладевшему цветком папоротника подвластны все тайны и чары. Такова легенда.

Наукой достоверно установлено, что папоротник никогда не цветет. Принадлежа к тайнобрачным, растение размножается спорами, созревающими на обратных сторонах листьев. Но откуда

же пошло поверье о цветущем папоротнике, была ли для такой легенды основа? На этот вопрос ответим позже, в рассказе о волшебной разрыв-траве. А сейчас добавим лишь, что современная медицина использует папоротник для лечения некоторых болезней. Правда, пригодным находят только щитовник мужской (*Dryopteris filix-mas*). Это растение с мощным, чешуйчатым корневищем, содержит филиксовую и флаваспидовую кислоты, эфирное масло, дубильные вещества и крахмал. Сделанные из него таблетки, применяют против ленточных глистов.

Заметим, что папоротник давно известен как глистогонное средство, но из-за неумелого приготовления лекарств в средние века слава его померкла. Только упорство одиночек вернуло ему честь. Получилось так, что вдова швейцарского врача Нуффера оказалась обладательницей глистогонного рецепта, состав которого держался ею в секрете. Французский король Людовик XVI в 1775 году выкупил этот рецепт за большие деньги и обнародовал его. Оказалось, что лекарство приготавливалось из папоротника. С тех пор легендарное растение вошло во все европейские фармакопеи.

**Разрыв-трава.** По преданию, разрыв-трава достается лишь тому, кто имеет цветок папоротника и корень плакуна. О разрыв-траве мечтали воры и кладоискатели, ведь она разрывает запоры тюрем и превозмогает сатанинскую силу, стерегущую клады. Разрыв-траву называли еще «скакун» и «прыгун», так как цветок ее будто бы в Иванову ночь скачет, прыгает. Известна она еще под именем ключ-травы.

Легенда повествует, что когда-то разбойники зарывали клады, запирали их под землей на замки, а ключи бросали в воду. Владелец разрыв-

травы будто бы может отпирать заговоренные клады. Утверждалось также, что, если бросить разрыв-траву в кузницу, кузнец работать не сможет. Узнают ее так: на которой траве в Иванову ночь коса переломится, та и есть разрыв-трава.

Конечно, в подобных поверьях здравого смысла нет, здесь много от сказки, баснословия, суеверия. Но вот что интересно: в народных сказаниях встречается упоминание о том, что разрыв-трава — все тот же папоротник или очень похожа на него. Когда же ботаники стали проверять подоплеку поверья, выяснять, есть ли у волшебной травы прообразы, то оказалось, что есть. Ими являются два вида папоротника: ужовник (по-латыни — офлюгоссум, что в переводе означает «змеязычный») и гроздовник (ботрихиум). У этих папоротников имеется нечто похожее на кисть цветков. Ежели внимательно присмотреться к такой «кисти», то это всего лишь вытянутая часть листа с «бутончиками» — спорангиями, открывающимися в сухую погоду. С виду измененная часть листа напоминает стрелку с кистью цветов (не зря ужовник получил название змеязычник: от его листьев отходит вырост, напоминающий узкий язык змеи).

Сходство с цветком и послужило толчком к легенде о цветущем папоротнике. Ужовник и гроздовник встречаются в наших лесах очень редко, что также прибавляло таинственности. В действительности же ни один вид папоротника никогда не цвел и цвести не может. Это растение нецветковое.

**Ведьмино зелье.** Сказания гласят: накануне Иванова дня ведьмы отправляются на Лысую гору за травой тирлич. «Тирлич да жабыя костка смиряют гнев властей». Траву эту называли еще стародубкой и бешеной травой. Волшебная тирлич, судя по указаниям этнографов, принадлежит

к семейству горечавковых. Есть и более точные указания: тирлич — золототысячник (*Sentaurium minus*).

Тирлич ошибочно называли стародубкой. Стародубка, или адонис весенний, цветет в апреле — мае. Принадлежит к семейству лютиковых, а не горечавковых. Если же это золототысячник, то он признается медициной как средство, повышающее аппетит, способствующее лучшему пищеварению. Встречается по сухим местам, кустарникам и на полянах. Цветет с середины июня до сентября. Золототысячник содержит гликозиды и алкалоиды. Горькие настои из него — излюбленное лекарство, применяемое в народной медицине от малярии и желудочных заболеваний. В настоящее время золототысячник собирают как лекарственное сырье.

**Одолень-трава.** В заговоре на путь-дороженьку сказано: «Еду я из поля в поле, в зеленые луга, в дольные места, по утренним и вечерним зорям умываюсь медяною росой, утираюсь солнцем, облакаюсь облаками, опоясываюсь чистыми звездами. Еду я во чистом поле, а во чистом поле растет одолень-трава. Одолень-трава! Не я тебя поливал, не я тебя породил; породила тебя мать сыра-земля, поливали тебя девки простоволосые, бабы-самокрутки. Одолень-трава! Одолей ты злых людей: лихо бы на нас не думали, скверного не мыслили. Отгони ты чародея, ябедника. Одолень-трава! Одолей мне горы высокие, доли низкие, озера синие, берега крутые, леса темные, пеньки и колоды... Спрячу и я тебя, одолень-трава, у ретивого сердца, во всем пути и во всей дороженьке».

Одолень-трава наделена свойствами охранять людей, едущих в иные земли, от разных бед и напастей. Ее вкладывали в ладанку и носили как амулет. Что же это за растение?

Оказывается, всего-навсего кувшинка (*Nymphaea candida*) — жилица прудов, тихо текущих вод, заливов и стариц. Белые лепестки, серо-желтые рыльца и тычинки делают кувшинку заметной на водной глади. Кувшинку когда-то еще называли русалочьим цветком. В старинном травнике записано: «Одолень растет при реках, ростом в локоть, цвет рудожелт, листочки белые. И та трава добра, коли человека окормят; и дав ту траву, скоро пойдет низом и верхом. И корень травы добр от зубной болезни, и пастуху, чтобы стадо не расходилось, или кто тебя не любить станет и хочешь его присушить — дай ясти корень».

Внешний облик кувшинки нарисован правильно, правда, лепестки здесь названы листочками. Цветок «рудожелт», то есть красно-желтый. Согласно этому отрывку одолень-травой можно «присушить», приворотить. Как тут не вспомнить картину замечательного русского художника — Михаила Васильевича Нестерова «За приворотным зельем». Молодуха, огорченная любовной неудачей, пришла просить совета знахаря-колдуна. Придавленно смотрит она на появление чародея. Дремучий, кондовый «избавитель» обводит ее мутным взглядом. Человек попал в сети суеверия... Картина хоть и написана лирично, но лиризм этот трагический.

За приворотное зелье когда-то слыла также трава симтарин. Что под ней подразумевалось, выяснить не удалось. Эта трава будто бы имеет четыре листочка: «первый синь, другой червлен, третий желт, а четвертый багров». До введения бинарной номенклатуры в названиях растений царила такая неразбериха и путаница, что по старому наименованию не всегда удается выяснить, какое у растения современное название. Вот, к примеру, как называли в разных местах

лютик едкий (*Ranunculus acris*): жемчужок, сондарь, зоря луговая, копеечный цвет, маслянка, жабник. Травознаям выгодно было засекречивать один и тот же вид растения множественностью наименований. Это делало его познания малодостижимыми.

**Царь во всех травах.** «А кто хочет диавола видеть или еретика, и тот корень возьми водой освяти, и положи на престол и незамай 40 дней, и те дни пройдут, носи при себе — узришь водяных и воздушных демонов... А когда кто ранен или сечен — приложи к ране, в три дня заживет». Речь идет о легендарной мандрагоре, известной еще под названием: адамова голова, мужской корень, покрик, сонное зелье.

Корень «царя во всех травах» похож на редьку с причудливыми выростами. Этот замысловатый корень пользуется большим почетом на Западе. В Россию весть о волшебной мандрагоре пришла из Европы. В русских сказаниях главенствующего положения не получила. Привозная легенда проникла больше в письменные источники, чем в чародные верования.

Серьезно в магические действия адамовой готовы верили только охотники. В «великий четверг» полагалось окуривать мандрагорой охотничье снаряжение, оно-де приобретает удачливость. Обыкновенно чародей вместо «царя во всех травах» давал простодушному суеверу что-нибудь другое. Ведь мандрагора в пределах нашей страны найдена только недавно. Это посчастливилось сделать Ольге Фоминичне Мизгаревой, директору опытной станции Всесоюзного института растениеводства в Кара-Калу (Туркмения). Из пяти видов, составляющих род мандрагор, три произрастают исключительно на Средиземноморском побережье, один — в Гималаях и тот, что недавно

найден, — в Туркмении. Кстати, последний оказался очень податливым, легко переносит «неволю», то есть искусственное выращивание. За мандрагору часто принимали солодкий корень — скополию корниолийскую, принадлежащую тоже к семейству пасленовых, но входящую в другой род. Народные названия адамовой головы: черный осот, пупочник, шишкарник, шелобольник, пусто-тел, кукушкины сапожки.

В средневековье бытовало много рассказов о смертельном риске, которому подвергает себя ризотом (корнеискатель) при выкапывании мандрагоры. Молва предписывала ему повернуться лицом к западу, очертить троекратно ножом с заветным растением, привязать мандрагору к хвосту черной собаки и заставить ее выдернуть корень. Выдерживаясь, адамова голова издавала страшный крик. Вот почему мандрагора названа еще трава-покрик. Если же вырывать ее самому, без собаки — найдешь погибель.

Выдумки о мандрагоре настолько нелепы, что никакой научной критики не выдерживают. Волшебства в этом растении не больше, чем в любом другом. Корень содержит гиосциамин, скополамин и другие алкалоиды.

**И прочая.** В послании игумена Памфила псковскому наместнику (XVI век) о сборе трав и корней сказано так: «Егда приходит великий праздник Рождества Предтечева, исходят огньницы, мужие и жены черовицы по лугам, и по болотам, и в пустыни, и в дубровы, ищущи смертные отравы и приветрочрева...» Вот в эту-то пору и ходили травознаи за орхилином, растущим при больших реках. Срывать орхилин полагалось через серебряную гривну (шейный обруч). Орхилин будто бы охраняет от дурного глаза и порчи.

Трава прикрыш называлась еще волкобой, омег, блекот, дегтярка, недоспелка, копеечный чистяк, овечье рунишко, черное зелье, одномесячник. По-научному — борец шерстистоустый из семейства лютиковых. Цветет с половины июня до августа. Попадаетея в лесу и закустаренных лугах.

Чародеями собиралась осенью «в великоденский мясоед», употреблялась против свадебных наговоров. Делалось это так. Когда невесту везли в дом жениха, знахарь забегал вперед, клал траву-прикрыш под порог. Предупрежденная родными о проделке знахаря, невеста, входя в дом, должна была перепрыгнуть через порог, не наступая на траву. Ежели невеста этого не сделает, то наговоры злых людей «возымеют силу».

Еще более нелепа легенда о нечуй-ветре. Растет волшебная трава будто бы по берегам рек и озер. Собирают в глухозимье, под Васильев вечер. Причем найти нечуй-ветер могут лишь слепцы. Наступая на сказочную траву, слепцы-де чувствуют, как она колет их слепые глаза. Если нашедший возьмет нечуй-ветер не руками, а ртом, он обретет способность останавливать ветер, а также ловить рыбу без неводов.

Густой завесой суеверий окутано растение петров крест. Известно, что произрастает оно в широколиственных лесах, но обнаружить его можно в пору цветения, в апреле — мае. Затем надземная часть — соцветие отмирает.

Петров крест живет за счет растения-хозяина — орешника или ольхи, паразитируя на их корнях. Стебель петрова креста под землей, там он ветвится, образуя фигуры, напоминающие крест, что и дало происхождение видовому названию. Растение лишено зеленой окраски, вместо листьев имеет чешуи. Поверье напугивало брать петров крест «от еретика».

**Как возникают легенды.** Как произошли легенды о травах, почему некоторым растениям приписаны сверхъестественные свойства? Чтобы ответить на эти вопросы, вспомним, что к познанию окружающего мира люди шли не прямым, а окольным путем, в сопутствии с верованиями и суемудрием. Всякому сколько-нибудь загадочному, непонятному явлению приписывалась потусторонняя сила. Нецветковое растение папоротник, например, удивляло пылкое воображение суевера своим видом и необычным способом размножения. Все растения цветут, а это нет, значит, оно особенное, отмечено тайной. Так вокруг папоротника начинают возникать легенды, сказания. В них-то обитатель лесов и наделен теми свойствами, которых человек наяву у него не наблюдал: папоротник расцветает, но не просто, а по-сказочному, волшебю.

Толчок к легенде могли дать растения и необычные, и мало встречаемые, недоступные. Ужовник и гроздовник уникальны в нашей флоре, попадаютсч чрезвычайно редко. Низенький папоротничек с «кистью цветков», разве не диво? Разрыв-травой его назвали потом, когда он прослыл растением с тайнами.

Непосвященный в травознаство человек не мог найти редкого растения, а чародею-травискателю оно иногда встречалось. И если он его находил, то старался сбыть повыгоднее. Простой человек — бедный много не даст, а вот кто промышлял темным делом или искал клады, не скупился, лишь бы заручиться помощью сказочной силы для осуществления своего предприятия. По легенде, если кладоискатель натрет глаза разрыв-травой, то земля перед ним расступится и клады сами откроются. Кто-то, наверно, пробовал так «искать» клады и, конечно, не находил их, но

легенду опровергать не осмеливался. Все валил на проделки нечисти, которая якобы помешала ему.

«Удивительное» в жизни растения — один из главных поводов к возникновению легенд. Так, петров крест (*Lathraea squamaria*), развивающийся в основном под землей и внешне похожий на крест, не мог не попасть в число легендарных растений. И он стал легендарным.

Кувшинка — цветок водоемов тоже не как другие, ведь пруды и бочажки — обиталища всякой нежити, значит, и цветок там не без тайн. И его называли русалочьим.

Истоки легенд реже восходят к преувеличению свойств, которыми обладает растение. Это относится главным образом к лекарственной флоре. Мандрагора и золотытысячник относится как раз к такому ряду.

На Востоке женьшень, на Западе мандрагора — у того и у другого растения имеющиеся свойства преувеличены до сказочных размеров, и поэтому их путь к сказке, к легенде был весьма недолгим.

Происхождение поверий о фантастических травах (например, о нечуй-ветре) восходит к мечтаниям человека возвысится над природой: остановить ветер и т. п. Эти фантазии так преувеличивались, что теряли реальные формы и смысловые связи с действительностью.

Современная наука открыла много полезных свойств, которыми обладают те или иные растения. Не обнаружены только сверхъестественные, потому что их просто не бывает.

## Не меркни, одолень-трава

За деревней Сёминов Заволжье мне привелось увидеть подлинную цветущую поляну. Будто бы только что проходил ею Пантелеймон-целитель, угодник Божий, в чьем ведении вся роскошь русского разнотравья. И подумалось тут, а ведь еще так недавно весь родимый край преизбыточествовал растениями — луговыми, лесными, влажных мест обитания. Отчего же так оскудела флора, прямо таки на глазах одного поколения? Красные книги пухнут от издания к изданию, множатся списки исчезающих видов недавно еще таких обыкновенных по заказным санным угодьям, приовраженным полосам, а в Подстепье — по широченным лентам большаков. Убережем ли остатки, и кому этой бережью ведать?

Само собой, природа отчего края требует нравственного подхода со стороны каждого человека. Поступать по совести — не будет в убыток хозяйствованию, где бы оно ни разворачивалось. «Совесть — тысяча свидетелей» — сказано ведь не сейчас, и по совести относиться к нетленному достоянию природы как раз и будет тем нравственным стержнем, который оградит человека от любого неблагоприятного дела. Ущерб кормящему ландшафту — сельскому виду местности — не оправдается ни очевидной, ни тем более мнимой пользой. А сколько делалось именно таких попыток!

Безрассудство мелиораторов перепортило земельный фонд государства и не только земельный. Из-за сверхъестественного подпора воды погублены леса на многие версты от водохранилищ. Изникают тут ценные породы деревьев, и на смену соснам и елям поспешила вездесущая осина, а с нею береза и черная ольха. О дубах, вязах,

липах тут и речи нет. Что лес погибает, сигналист можжевельник: не растет, не зеленеет, усох.

И травянистый покров погубляется. Весной в лесу не полюбуешься «вторым небом», составленным из цветов ветреницы, сон-травы, незабудок. А ведь недавно все это было! От тяжелой руки осушителя померкла и водная краса, как-то: радужный болотный ирис-касатик, одолень-травя (водная лилия, кувшинка чисто-белая — по-другому); исчезает валериана, дербенник иволистный, вахта трилистная, благовоннейший среди трав — аир. Все реже отыщется купальница, ненаглядный дар уходящей весны. При осушке поймы реки Дубны навсегда утрачена уникальная шаровидная водоросль — клаудофора, с детский мяч каждая. Живым изумрудом зеленела она на песчаных плесах Заболотского озера, а как заторфовалось дно — пропала. Примечательно, что именно эта водоросль — свидетельница доледникового прошлого Замосковья, и озер, где такое чудо еще водится, на всем свете по пальцам пересчитать. Говорят, шаровидная водоросль осталась разве что в Чудском озере да в Гренландии где-то.

А что на совести равнодушных крестьян немалый грех за пропажу святынь нерукотворных — дело известное. Распашка приовражных полос вплоть до бровки обрыва (тут ли ищут целину?), разделка большаков и их обуживание, практика покосчиков скашивать травостой «подчистую», не оставляя и куртинок некоси, а некоси-то и нужны как семенные участки! Ранний выгон скота на неустоявшуюся еще землю, пока она держит сырость полых вод, приводит к тому, что выбивается пастбище, уминается под копытами. А нужно пер-вотравью повольтотничать, почве созреть окончательно. Тогда будет молоку прибавка, и пастбище

не пострадает. Так-то и почва не утомилась бы, и ботанический состав сена не ухудшился. Нужно звонкое, духовитое, или, как раньше говорили, ягодное, сено — питательное и едовое, от него в яслях остатка не отыщешь.

В родном моем Подстепье, на Тамбовщине, бывало, строго следили за тем, где и когда пасти стада. С выгонов, балок, а осенью с жнивья — ото всюду приходили удоиницы сытыми. Но вот померещилась цель преобразовать природу. Померещилось, а затем, как водится, и пошло, и поехало. Где цвела и пела жизнь, теперь чернеет жалкий телеграфный столб и к нему прильнувший виток пыльной дороги. Полосы распаханы, подвинулось поле. Загублено все то, что холилось веками. Поморили и болота. В хлебопашенном краю они, бывало, блюдцами круглились среди бескрайних полевых просторов. Весною на болотах устраивались журавлиные игрища, а чуть обозначатся у серых голенастых птиц пары, разлетаются журавли попарно на свои болотные уголья, и две пары не останутся рядом — только одна. Зато чибисов, уток — уйма! Из трав на болотах густели не одни осоки-резаки, тут занимались полыхатки и купальницы, и калужницы, а на подходе к берегу укрепку держали клевера, столбунцы кислейшего щавеля, лапчатки, из них главным образом лекарственной. Сено тут для коней запасали, аж возы скрипели. Где болото посуше — и вовсе безотказное сенное уголье. Никому ничто не мешало. И вот извели то, что надобно блюсти. С мелких болот теперь не возят сено, не убирают на распахках и хлеб — вымокают озимые в уютных блюдцах, неможется растениям на бедной и холодной земле. Журавлиное болото обкорнали, выглядывают одни кочки. Не стало птиц, пропали ценные травы. Разве по совести так поступают?

Не дала бы совесть исчезнуть красоте. Повреждая природу, повреждаем человека. Его, разумного!

И вот новая напасть — туристские рати с их индустрией отдыха. Эти уж похуже самого Мамая. Турист прежде всего свободен от занятий, он тешит себя, забавляется. Ему хочется развлекаться, компаниями шастать. Мучительно и растравительно для ландшафта его присутствие. Турист запаливает костры, рубит деревья, чтобы сжечь, рвет цветущие растения, обшаривает ягодники и грибные места, оставляя после себя бытовой хлам и смрад пепелища. «Да все, что ль, такие туристы?» — вправе спросить читатель. Развелось много и таких, не сосчитать. Поведение туриста на природе должно регулироваться этическим и уголовным кодексом, шатунов надо вразумлять нормативными запретами: развел костер в непопозволенном месте — штраф, сорвал живую редкость — плати. Может быть наказание и строже, и неотвратимее. Не сбрасывайте со счетов и то, что туристы в основном гуртуются недалеко от больших городов, где леса уже избиты техногенными последствиями, и ежели здесь еще такая нагрузка применится — вольная воля природы будет омрачена погибелью...

Поле, степь — что родственное в этих словах? Поле, полюшко, польцо — поленая земляца, засеваемая хлебными злаками, урожайными травами или отведенная под картофель, овощи. А степь — нераспаханная, материковая залежь, исконная целина. В современном обиходе смысловая разница этих слов определилась в значительной несходимости. Но, слушая старинные песни, как не подивиться тому, что в них поется о полях, на которых росли травы да еще цветущие? Вспомним: «Я ли в поле да не травушка была»

или «Цвели в поле цветики да поблекли»... Траву тогда не сеяли, обходились благословенной, дикой, о какой и в народной загадке сказано: «Не сеяно, не полото — зеленое золото». Травосеянием занялись в России сравнительно недавно, в конце XVIII века.

Ан дело-то в другом. Когда-то наши предки называли степь диким и даже чистым полем. Степь и поле соседствовали и в угожьях, и в понятиях. Алексей Константинович Толстой в балладе «Пантелеймон-целитель» так и пишет: «Пантелей-государь ходит по полю, и травы, и цветов ему по пяс...» Памятуя это, полнее ощущаешь и прелесть пушкинских строк: «Цветы последние милей роскошных первоцветов полей». Поле употреблено здесь в значении степь, где трав и цветов — предизобильно.

Как весна, задают вопрос один и тот же: ребята зажигают сухую ветошь трав, не пагубно ли это для первоотравья? Огонь выедаёт труху, подбираясь к корням злаков и всего разнотравья, это, может быть, и не страшно. Ведь пожогги минутные, не пережгут того, что в земле укрепилось. Да, так-то оно так, но вот спрятавшимся в отпаде насекомым приходится туго. Когда эти сполохи возникают, не все еще шестиногие проснулись, и огонь им вред окажет. Так что палы весенние, поджоги лугов и степи надо пресекать, не допускать шалостей. Урона никто не подсчитывал, а он все-таки получается.

И все же самую большую угрозу диким растениям представляет так называемое окультуривание естественного ландшафта. В результате такого вмешательства растительное сообщество не только страдает, но и нередко безвозвратно исчезает. Угрозе исчезновения в первую очередь подлежат редкие виды, такие, к примеру, как пред-

ставители семейства орхидных. Дело в том, что губит их не только красота цветков. Дикие орхидеи обладают чрезвычайно уязвимой биологической структурой. Они исключительно чувствительны к малейшим изменениям экологической среды, подвергшейся вмешательству мелиораторов и химиков. Их благоденствие напрямую зависит от насекомых, причем каждый вид орхидей требует своего насекомого-опылителя.

Но вот, казалось бы, все прошло благополучно: и не тронул человек, и нашел необходимый шестиногий опылитель. Не тут-то было, оказывается, нужен еще микроскопический избранник — гриб. Семена орхидных столь малы — в самой малой коробочке их созревает до четырех миллионов! Жизненные зачатки ослаблены, нет в семенах даже начального запаса питательных веществ. Содружество с почвенным грибом необходимо для деятельного существования этого растения. Его корни густо оплетаются паутинками гриба. Дело сделано, но еще не целиком. Растения прижились, а цветков все нет. Наконец на пятый год жизни зацвели да и то не все. Некоторые наши дикие орхидеи зацветают лишь на двенадцатый год.

Орхидеи, орхидеи... Какие они в нашем краю, скажем, в среднерусском лесу?

Это прежде всего венерин башмачок, или, по-другому, башмачок настоящий. Он и всегда-то был редок, а теперь почти не попадает. Венерин башмачок обитает под пологом леса, зацветает, когда исполнится 15—17 лет.

Еще одна орхидея — офрис насекомоносный. Ростом пониже башмачка (20—25 см), соцветие состоит из дюжины цветков, которые вместе напоминают муху со сложенными крыльями, оттого и прозвище.

Там же, где и предыдущая орхидея, растет пыльцеголовник красный. Пыльцеголовник редок, встречу с ним примешь за диво.

Более часто встречаемая орхидея — ятрышник шлемовидный. Его соцветия похожи на колоски. Цветки душистые, окраской светло-лиловые или бело-розовые, губа пурпуровая, посередке белое пятно. «Лепестки» соединены в шлем, оттого и название — шлемовидный. Цветет ятрышник в мае — июне, попадает на влажных лугах и среди кустарников. Все наши орхидеи подлежат строгой охране.

В число редких и исчезающих попало немало представителей других семейств. Например, реликт древнейшей флоры — лунник оживающий — вид из семейства капустных.

Еще одна редкость — прострел раскрытый, или сон-трава. Ярко-фиолетовые цветки сон-травы раскрываются в весеннем лесу, когда еще там нет тени.

А вот растение водное — орех чилим, или рогульник. Плавающие листья на вздутых черешках, цветки под водой, белые. Орехи рогатые, осенью опадают на дно, где могут сохраняться, не теряя всхожести, много лет (по некоторым данным, до 50 лет). Чилим — растение пищевое, его орехами питались древние люди. Сейчас редок из-за истребления расхитителями природных богатств. Уничтожает его и ондатра.

Истощаются, скудеют запасы и такого растения, как толокнянка обыкновенная. Вечнозеленый кустарничек когда-то густо стлался по сосновым лесам. Но заготовщики лекарственного сырья нанесли ему невосполнимый урон. И теперь толокнянка обыкновенная во многих местах сделалась редкостью необыкновенной.

Оберегайте все виды колокольчиков, не тро-

гайте ландыш майский, а в совсем ранневесеннем лесу помогите сохранить волчегодник, медуницу и хохлатку. Любуйтесь, но не расхищайте ветреницу дубравную, купальницу европейскую, любку двулистную, ятрышник пятнистый, или кукушкины слезки. Список редких и исчезающих растений большой, и он с годами, к сожалению, удлиняется. Подумайте: три процента всех наших растений уже «краснокнижники», а всего под угрозой стать редкими и редчайшими оказалась пятая часть всей родной флоры!

К сожалению, роль Красных книг с их любованием исчезающих видов бесславна. Издавались книги в ранге подарочных, с парадным шиком и напускной роскошью. Не смиренно, как подобает прискорбному списку (какая роскошь, ежели пошла речь об исчезающих существах!), с направлением по адресу к специалистам — лесникам, краеведам, руководителям хозяйств, а огулом для всех и, по сути, справляя очередную кампанию. Бум, одним словом. Раскушайте альбомы, один другого увесистей! Попавший в такой альбом вид не будет пропущен по незнанию, его разыщут и скорее всего изымут с живых страниц природы. Так, к примеру, произошло с рябчиком шахматным на приокских долах, с северными орхидеями — дремликом, венериным башмачком, кукушкиными слезками. Припоминается и такой случай. В горах Туркменистана в укромном урочище отыскалась чрезвычайная редкость — легендарная мандрагора, растение прямо-таки необычайное. О нем оповестило местное телевидение, с экрана показали, как выглядит, где найдено. И вот не стало там мандрагоры, расхищена браконьерами. А ведь помимо эстетической значимости вид этот имел большие биологические достоинства, ценимые селекционерами. Ман-

драгора — родственница томата, его наперсница в селекционном деле. Теперь попробуй найди.

Расхитителями растительного царства надо считать и сборщиков лекарственного сырья. Мы имеем в виду сборщиков в основном неорганизованных, из разряда барышников и модных знахарей. Именно они рвут и сушат, рвут без разбора. Скажем, тот же зверобой, если его срезать, а не дергать с корнем, жил бы и жил. А с корнем когда дерут — исчезает на другой же год. Зачем дергаешь, зачем порешь горячку, возьми ножницы и срежь у зверобоя одну верхушку! Но маклак боится — обгонит его кто, ему абы ухватить. И ведет себя, как хищник, — бедово.

Между тем стоит лишь присмотреться к флоре здоровья — заметишь: целебные растения можно приручить. Тот же зверобой, а вместе с ним ландыш, пустырник, веронику лекарственную разводят в саду. Растут они там превосходно, и силы вящей набирают на усадьбе больше, чем на вольной воле. Вот и смекни, что лучше...

«У природы чрезмерно не брать — отдавать не придется» — завет дедов. Берегите родимую землю, ее «зеленое золото» — растения. Без них счастливой жизни не бывает. Великость окружающего мира соизмеряется достойным к нему отношением.

# Чай & Берендея

Чай — поистине напиток первой необходимости. Где бы человек ни оказался, а стакан кипятка, сдобренный щепоткой заварки, и обрадует, и взбодрит. Но как быть, ежели заварки с собой не оказалось? Ведь в таком положении может оказаться не только турист, но и геолог, лесник на далекой заимке, охотник, рыболов и просто любой из людей, окажись он один на один с природой. А потом просто интересно знать, можно ли пить чай, когда нет настоящей заварки или ее нечем заменить.

**Заварка на любой вкус.** Да, чайной заварки в лесу, на лугу и в саду сколько хочешь. Умейте ею только пользоваться. Кипрейные, земляничные, малиновые, яблоневые, ежевичные, черничные, вишневые листья могут превосходно заменять натуральный чай. А кто не слышал о липовом цвете? Он тоже дает отличный настой. Есть и другие заменители покупной заварки. Натуралисты, например, весной пьют чай из брусничных почек. Не обходят они своим вниманием кислицу, по вкусу напоминающую лимон. А чага, а душица и побеги цветущего вереска, а тимьян, а нежные листья таволги и бадана — напитки из них давно знакомы в крестьянском быту!

Конечно, я далек от мысли противопоставлять традиционный чай подручным средствам. Подчеркну лишь достоинства тех и других. А они есть,

и их немало. Так, натуральный чай содержит теин и кофеин, действующие на нервную систему: бодрят или успокаивают в зависимости от состояния человека. В луговых, лесных и садовых чаях подобных стимулирующих веществ нет, зато оригинальные настои питательны, поскольку содержат белок, сахара, жиры, к тому же обладают целительной силой. Что касается аромата, крепости и приятного вкуса, то всем этим суррогаты обладают вполне, надо лишь уметь хорошо их приготовить.

**Листья и цветы.** Начнем с листьев, ведь их для заварки и заготовить легче, да и продукт они дают внешне весьма схожий с натуральным чаем. Свежие и сушеные листья можно применять в заварках отдельно или в смесях. Обыкновенно, когда напиток готовят наскоро, по-походному, и чайную смесь подобрать непросто, пользуются одним-двумя видами растений. В условиях же, более подходящих для подборки чайной рецептуры, лучше пользоваться смесью из нескольких заменителей: каждый из них внесет свою лепту в рождение напитка.

Самый простой способ заготовки «чайных» листьев впрок — сушка. Собранные в сухую погоду листья надо разложить ровным слоем под навесом в хорошо проветриваемом помещении или на чердаке под железной крышей, и когда сбор подвянет, его время от времени перемешивают, чтоб не слежался и не закис. Сушеные листья осматривают, очищают от примеси и лома, затем режут на чайники и слегка обжаривают в печи. При обжарке лист теряет свою естественную окраску, темнеет и при заварке дает аппетитный настой.

Более сложный способ обработки свежего листа — ферментация (брожение). Применяется как при производстве натурального чая, так и при заготовке его заменителей из листьев кипрея, земляники, клубники, малины, ежевики, яблони и виш-



Вереск

Душица

Иван - чай

Мелисса

Майник

Коровяк склептровидный

Подорожник

Ромашка аптечная

Василек

Зверобой



Чабрец



Фиалка трехцветная



Чина луговая



Шалфей



Черёда



Золототысячник

Пустырник



Чага



ни. Суть этого способа заключается в том, что собранные листья сперва завяливают, чтобы они потеряли часть влаги и стали мягкими. Для этого им достаточно побывать в летней тени от трех до пяти часов. Завяленные листья скручивают в ладонях и закатывают на столе или рифленой доске до тех пор, пока не сделаются сырыми и липкими. Выступивший зеленый сок — признак того, что состояние клеток листа нарушено и с помощью воздуха там начнутся окислительные процессы. Скрученные листья складывают в ящик (можно в кучу), сверху их закрывают влажной тканью и так оставляют для брожения часов на семь — десять. После этого листья рассыпают на противень и сушат в печи или на солнце. Заварка из листьев, прошедших ферментацию, дает вкусный, хорошо окрашенный настой без неприятного травяного запаха.

Томление — третий способ обработки свежих листьев. Свежий чайный сбор завяливают, подобно тому, как это делается при ферментации, затем листья загружают в котел (чугун, керамический горшок) и ставят в нежаркую печь часов на двенадцать. Запаренное сырье вываливают на стол, листья закатывают в ладонях и ставят на противнях сушить. Сушеный лист готов к употреблению.

К и п р е й н ы й л и с т собирают все лето с высоких стеблей кипрея. Отправляются за кипреем в сухую погоду, после схода росы. Чайный сбор, принесенный в ненастье, получается хуже качеством или даже совсем негодным. Листья срывают лишь здоровые, не попорченные вредителем или болезнью и, конечно, не отмершие. Обрабатывают их способом ферментации. При просушке сброженного листа следят, чтобы он в печи не подгорал и не пережарился. Нормально высушенный продукт легко крошится в руках, чайники окрашены под цвет натуральных. Кипрейный чай хранят в деревянном

ящике в сухом месте. Интересно, что вкусовые качества заменителя в процессе хранения становятся не хуже, а лучше.

Иногда летом ферментацией кипрейных листьев не занимаются, их лишь рвут да сушат в тени. Зато перед употреблением суррогата хлопот не избежать. Сушеные листья замачивают в горячей воде и оставляют влажными часа на полтора. Затем приступают к скручиванию листьев, их сушке и сортировке. Готовые для заварки чайники не должны быть крупнее 4 миллиметров. Лист, перетертый в пыль, дает мутный, непривлекательный настой. А вообще-то, когда кипрейный лист правильно заготовлен, из него получается золотисто-желтый, прозрачный напиток, обладающий приятным запахом и слабым вяжущим вкусом. «Копорка» в давние времена была самым распространенным заменителем чая и почиталась нелишней при любом достатке. Для организма совершенно безвредна. Чтобы усилить крепость напитка, в копорский чай добавляют другие свойские заменители.

**Земляничны́й лист** заготовить совсем легко. Кто же не видал на лесных полянах, в рощах и по вырубкам этих тройчатых зазубренных листочков! Для заварки годятся и листья садовых земляник. Помните только, что чай осеннего сбора получится более приятным и на вкус, и на цвет. Поэтому земляничный лист срывают в конце лета, когда он застаревает и теряет часть дубителей. У клубники листья вкуснее с побегов.

Отменной заварка оказывается уже из свежих или наскоро высушенных листьев, но если сырье завялить, скрутить и просушить после ферментации, такой чай восхитит даже самых придирчивых любителей ароматных напитков. Обрывают с кустиков лишь здоровые, неповрежденные пластинки, без черешков. О земляничном листе как заменителе на-

турального чая известно с весьма отдаленных времен. Еще Андрей Болотов в XVIII веке описывал оригинальную заварку. Этот испытатель природы сам отправлялся в сухую погоду за земляничными цветками и листьями. Щепоть сушеной смеси он находил достаточной для приготовления трех чашек напитка. «Я положил ее щепотку в чайник, налил горячую воду и дал так, как чаю, настояться. По налитии в чашку оказалось, что вода имела цвет точно чайный, запах хотя был, но не так уж велик, вкус ее не имел в себе ничего противного и столь много на чай похожего», — читаем в «Экономическом магазине» прославленного русского агронома.

Заваривают чай и сушеными земляничными ягодами. Сушат их в нежаркой печи, раскидывая тонким слоем на решетках или деревянных рамках, обтянутых кисеей. Поскольку находки будут разного размера, то крупные ягоды надо время от времени переворачивать, а мелкие, высохшие, снимать, чтоб не подгорели. Усыхает земляника по весу в пять раз. Сушат ягоды, разумеется, и на солнце, и на чердаках под железной крышей, но в вольном духу русской печи они легчают скорее и проще. Ссыпают сушеную землянику в жестяную коробку; там ягоды не теряют своего запаха и цвета в продолжение года.

Чаще всего чай заваривают молодыми листьями брусники, ежевики, малины и черной смородины. Большие знатоки флоры здоровья рекомендуют не обходить вниманием также листья таволги, шиповника, вишни, яблони и груши, побегов тимьяна и душицы. Что ж, пожалуй, и на этом перечень «чайных» претендентов не кончается. Известно, что немцы, например, в такой перечень еще включают листья просвирника, манжетки, погремка, подорожника, ясменника, сивца,

тысячелистника, пижмы, грушанки, лаванды, горечавки и душистого колоска. Они находят возможным даже не пренебрегать для чайного застолья листьями вяза, ив, ясеня и березы. Конечно, подобные рекомендации неплохо было бы проверить при случае и нашим любознателям природы.

Собирают листья в ясные, сухие дни, после схода росы. Сборы сушат и хранят отдельно. Для запасов все листья нуждаются в немедленной сушке, причем на солнце их оставлять нельзя, иначе потеряют свойственный цвет и аромат. В сенях, клетях, сараях, под навесом, на чердаках, террасах — вот где хорошо вести первичную сушку и завяливание. Сушат листья и в маленьких пучках, развешанных по стенам. Те сборы, что не нуждаются в ферментации, после сушки мелко режут, обжаривают (подрумянивают) на сковородке, и хранят как готовый продукт. В чайник кладут из расчета три грамма заварки на стакан кипятка.

Аромат чая узнают по запаху разваренных листьев, а крепость — по цвету настоя. Очень приятно смотрятся кипрейный, земляничный, малиновый, вишневый, яблочный и черносмородиновый напитки.

И все-таки интереснее чай заваривать смесью разных листьев. Обычно берут в равных навесках сушеные листья яблони и земляники, вишни и яблони, клубники и малины, земляники и клубники, вишни и кипрея, яблони и кипрея. Применяют и другие сочетания. Чтобы усилить аромат напитка, к сухой заварке неплохо добавить свежие листья, нарезанные стружкой. Приятную отдушку придадут листья черной смородины, мяты, душицы, ясенника, донника и тысячелистника. Для знакомства попробуйте заварить чай смесью из 10 частей земляничного, 10 частей яблоневого и 0,5 части смородинового листа.

Любой чай станет еще аппетитней, если в него положить лепестки роз и жасмина. Заварку из брусничных листьев заливают не кипятком, а холодной водой, после чего чайник ставят на огонь хорошенько покипеть. Настой получится хоть и темный, но прозрачный, на вкус несколько вяжущий.

Брусничные и черничные листья собирают в мае — июле, ежевичные — в июне — июле, кипрейные — в июле — августе, яблоневые и вишневые — в августе — сентябре, а лесной малины — все лето. Верхушки вереска срывают, когда кустарничек этот стоит в полном цвету, в июле — августе.

**Л и п о в ы й ц в е т** истари известен в крестьянском обиходе. Помимо медового запаха и нежного вкуса чай из липовых листьев обладает еще и потогонным действием. Оттого-то самобытные исцелители охотно включали его в фармакопейный сбор для лечения разного рода простудных заболеваний. Но и здоровый человек не в накладе от ароматного дара липняков: чай из сушеных цветков превосходно утоляет жажду, надолго запоминаясь своим особенным ароматом. И пусть пот прошибет пьющего запашистый чай, беды в том нет, не надо только сразу выходить на холод.

Рвут цветы без узких желтоватых листочков, но можно и с ними. Сушат в печи или на солнце. Перед заваркой сушеный липовый цвет слегка поджаривают, чтобы вкусовой букет напитка стал еще богаче, в чайник добавляют щепотку смеси из листьев других растений. Срывают липовый цвет лишь при сухой погоде, в утренние часы.

**Плоды и корни.** Рассказывая о землянике, мы уже упомянули о незабываемой заварке из сушеных ягод этой обаятельной жилицы леса. Но кто откажется от чайного напитка, настоящего на плодах рябины, шиповника, боярышника, терна и

яблони-дикушки. Такое угощение обычно всем доставляет удовольствие, и немалое. Надо лишь уметь обработать лесные дары. Заварку из фруктов и корнеплодов готовят как в сухом виде, так и в виде «малинки» — с добавлением в чайный продукт немного патоки.

Заготовка фруктового чая сводится к сушке, обжарке и дроблению плодов. Все эти процессы ведут отдельно по каждому продукту, а смесь составляют перед употреблением, исходя из вкуса тех, кто собрался чаевничать. Дробят обжаренные плоды с таким расчетом, чтобы крупка была по возможности равномерной и сечение каждой чаинки не превышало квадратных миллиметров. Самую мелкую крупку (2×2 мм) пускают в «малинку», а среднюю и большую — предназначают для сухой заварки. Конечно, в домашних условиях специальных дробилок нет, в таком случае пользуются ступками, кофемолками и мясорубками.

Ягоды рябины собирают после первых морозов, когда они приобретут большую сладость. Сушат осмотрительно: из-за обилия сахаров ягоды на сильном огне чернеют снаружи и пригорают, оставаясь в середине совершенно сырыми. Подгорелый продукт будет горчить в заварке и ожидаемых результатов не даст. Зато при медленной сушке (температура 90 градусов) рябина просушивается равномерно, почти не меняет расцветки, теряет почти всю горечь и заметно подслащивается.

Сушеную рябину полезно подрумянить — теперь уже не страшен огонь в 160—180 градусов, ибо, обжаренная, она не слеживается при хранении да и цвет настоя получится более густым. Во фруктовой заварке рябина занимает не более четвертой части, иначе напиток окажется жгучим, с горчинкой.

У б о я р ы ш н и к а в чайную заварку годятся

как листья, так и плоды. Срывают плоды осенью, когда они бывают румяными и мягкими. После сушки продукт поджаривают на сухой сковородке, а затем измельчают. Благодаря высокому содержанию растворимых веществ окраска настоя получится густой и довольно приятной на вкус.

Плоды колючего терновника редко попадают в лукошко: отпугивает терпкий сок. Но если терн подержать на морозце, то его плоды окажутся куда как съедобны! Подсластившись, они потеряют лишнюю терпкость, а та, что останется, придаст лакомству пикантную остроту. Для чайных напитков урожай терна снимают осенью. Способ обработки обычный: плоды сушат, поджаривают и дробят. Доля навески — одна четвертая часть заварки. Похоже обрабатывают дикие яблоки и груши.

А вот обработка шиповника требует некоторых тонкостей. Перед сушкой плоды этой дикой розы надо слегка раздробить, иначе они пережгутся снаружи, внутри же так и останутся сырыми. После поджарки шиповник не дробят, потому что высвобожденные семечки могут основательно испортить внешний вид продукта.

Превосходная заварка выйдет также из корней луговых трав — цикория и одуванчика. Копают корни весной или осенью: в период покоя в них оказывается наибольшее количество питательных и вкусовых веществ. Особенно много в этих корнях инсулина — вещества, похожего на крахмал. Неплохой заменитель чая — огородная морковь.

Выкопанные корни моют, чистят, режут на мелкие части, затем сушат и обжаривают. Цикорий при обжарке выделяет много газов; затвердевает чайный продукт не сразу, а лишь после того, как его вынут из печи и остудят. Правильно обжа-

ренные корни легко крошатся, имеют хорошо про-сохшую середину. Темный цвет цикорному настою сообщают сахара, которые при обжарке корня превращаются в карамель. Размолотый цикорий можно добавлять для крепости настоя почти во все чайные заварки, приготовленные из листьев.

Чай из корней одуванчика во многом напоминает цикорий порошок. Выкопанные корни сперва подвяливают (пока не перестанут выделять на изломе млечный сок), потом сушат и обжаривают. Молотый корень одуванчика — оригинальное подспорье для выработки кофейных и чайных продуктов.

Хранят сухие луговые, лесные и садовые чаи в сухом прохладном помещении, подальше от остропахнущих предметов. Не ставят рядом с чаями также свежие овощи, ягоды и зелень, от которых оставленная про запас заварка может отволгнуть и заплесневеть. Фруктово-ягодные чаи полезно сверху присыпать сахарным песком, особенно строго следят за «малинкой», ведь она уже сама по себе сырая и добавочная влага легко ее испортит. Все чаи хранят в отдельных ящиках и жестяных банках.

## СО Д Е Р Ж А Н И Е

ЯГОДНОЕ РАЗДОЛЬЕ . . . . .	3
Земляника . . . . .	3
Черника . . . . .	10
Костяника . . . . .	15
Ежевика . . . . .	20
Брусника . . . . .	27
Голубика . . . . .	32
Черемуха . . . . .	38
Его зовут терновник . . . . .	44
Шиповник . . . . .	50
Рябина . . . . .	55
Калина . . . . .	57
Барбарис . . . . .	64
Клюква . . . . .	68
Боярышник . . . . .	75
СЧАСТЛИВОЕ ЛУКОШКО . . . . .	81
РОДНИК ЗДОРОВЬЯ . . . . .	97
Мать-и-мачеха . . . . .	100
Адонис весенний . . . . .	104
Крапива двудомная . . . . .	107
Одуванчик . . . . .	113
Первоцвет весенний . . . . .	117
Чистотел . . . . .	122
Кислица обыкновенная . . . . .	125
Тмин обыкновенный . . . . .	128
Щавель кислый . . . . .	132
Щавель конский . . . . .	136
Ятрышник пятнистый . . . . .	140
Купена аптечная . . . . .	152
Мята . . . . .	155
Дягиль аптечный . . . . .	159
Кипрей . . . . .	162
Таволга вязолистная . . . . .	166
Душица . . . . .	169
Цикорий обыкновенный . . . . .	173
Горец птичий . . . . .	177
Чабрец . . . . .	181
Аир обыкновенный . . . . .	185
Лапчатка прямостоящая . . . . .	189
Лопух большой . . . . .	193
Чемерица Лобеля . . . . .	198
«Волшебные травы» . . . . .	202
Не меркни, одолень-трава . . . . .	217
ЧАЙ БЕРЕНДЕЯ . . . . .	226

---

Научно-популярное издание

---

**Стрижев Александр Николаевич**  
**ЛЕСНАЯ СКАТЕРТЬ-САМОБРАНКА**

Редактор *Н. Феоктистова*  
Главный отраслевой редактор *В. Демьянов*  
Мл. редактор *Н. Карячкина*  
Художник *Н. Беляева*  
Худож. редактор *М. Бабичева*  
Техн. редакторы *Н. Клецкая, И. Белкина*  
Корректор *Л. Соколова*

ИБ № 12010

Сдано в набор 04.10.91. Подписано к печати 10.03.92. Формат бумаги 70×100<sup>1</sup>/<sub>32</sub>.  
Бумага кн. журнальная. Гарнитура литературная. Печать офсетная. Усл. печ.  
л. 9,10. Усл. кр.-отт. 9,42. Уч.-изд. л. 9,13. Тираж 75 000 экз. Заказ 2614. С-14.  
Издательство «Знание». 101835, ГСП, Москва, Центр, проезд Серова, д. 4. Ин-  
декс заказа 926706. Ордена Трудового Красного Знамени Тверской полиграфиче-  
ский комбинат Министерства печати и информации Российской Федерации.  
170024, г. Тверь, проспект Ленина, 5.



