

Съедобные лесные ягоды

Ежевика



В качестве лечебного средства от кустарника берут только листья и плоды. Первые следует собирать во время цветения кустарника, а ягоды после их созревания и приобретения черного цвета. Цветение кустарника происходит в июне и июле, плодоношение – с августа по сентябрь. Плоды крупные, имеют внешнее сходство с малиной, однако черного цвета с сизым налетом. Плоды составляют крупные костяночки в малом количестве. Сама косточка сплюснута, достаточно большая.

Небольшой вечнозеленый кустарничек. Стебель ветвистый. Листья брусники кожистые, вытянутые, блестящие, зеленого цвета. Цветет брусника в мае-июне. Поспевают в августе-сентябре. Ягоды брусники круглые, ярко-красного цвета.

Предпочитает сосновые и еловые леса (бор).

Местами, брусничники образуют сплошные заросли длиной в несколько километров. Брусника, благодаря своему составу, богатому микроэлементами, издавна используется в народной медицине, как лекарственное средство.

Брусника



Черника



Она предпочитает сосновые боры, широколиственные и пихтово-еловые леса. На горях черника иной раз образует сплошные черничные пустоши без древесного яруса. Она любит кислую, каменисто суглинистую почву.

Вечнозелёные, полувечнозелёные или листопадные кустарники, редко маленькие деревца, с тонкими прямостоящими, ребристыми побегами, ветвящимися под острым углом. Кора коричневатая- или буровато-серая.

Барбарис



Голубика



По внешнему виду (особенно из-за схожести листьев) голубику можно спутать с черникой. От черники голубика отличается более светлыми стеблями и формой цветоложа на ягоде: у черники оно ровное, почти круглое, у голубики более изломанное; по вкусу ягоды черники и голубики также сильно отличаются.

Это растение способно расти и в сырых заболоченных местах, и на сухих участках в горах, мирясь с очень бедными и очень кислыми почвами. Приспособляемость голубики объясняется большим разнообразием ее естественного ареала обитания. Ведь в природе голубика растет и в лесах, и на болотных кочках.

Клюква



Вечнозеленый стелющийся ветвистый кустарничек с тонкими стеблями длиной до 80 см. Стебли гибкие, одревесневающие, темно-бурые, с приподнимающимися цветоносными веточками и короткими нитевидными пушистыми однолетними веточками.

Цветет в мае-июне, плоды созревают в сентябре, сохраняются на растении до весны, поэтому их можно собирать не только осенью, но и весной, после схода снегового покрова – перезимовавшая, она гораздо слаще.

Малина



Малина обыкновенная — листопадный полукустарник с многолетним корневищем, из которого развиваются двухгодичные надземные стебли высотой 1,5—2,5 м. Плоды малины употребляют как свежими, так и замороженными или используют для приготовления варенья, желе, мармелада, соков.

В народной медицине используются плоды и листья при простуде, гриппе, как жаропонижающее средство.

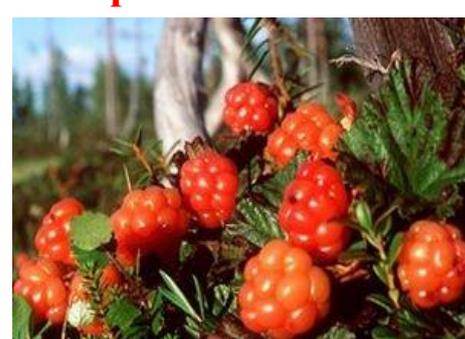
Земляника



Включает в себя как дикорастущие виды (например: земляника лесная, полевая, зелёная, клубника настоящая и т. д.), виды, не существующие в диком виде (например, Земляника садовая, часто ошибочно называемая клубникой), так и те виды, которые существуют в дикой и культурных формах (например, Клубника настоящая или земляника мускусная, мускатная).

Морошка

Морошка – небольшое многолетнее травянистое растение. Плод – сборная костянка, вначале красноватая, а при созревании янтарно-желтая. Цветет в мае-июне, созревает в июле, августе. Плод – кисло-пряный, винный.



Ягодники морошки соседствуют с брусникой, рядом часто растет багульник, много сфагнового мха. Такие места – излюбленные пастбища белых куропаток и токующих глухарей.

Костяника



Цветёт в мае-июне, плоды созревают в июне-августе. Распространена по всей территории СНГ, за исключением южных районов. Растет в лесах среди кустарниковых зарослей и на старых вырубках, на умеренно влажных, мшистых почвах.

Листья растения содержат дубильные вещества, аскорбиновую кислоту, флавоноиды, микроэлементы (марганец, медь, железо, цинк и др.), плоды – аскорбиновую кислоту, флавоноиды, пектиновые вещества, сахар, жир, фитонциды.

Ягоды можно подавать в сахаре или со сливками, с молоком и мёдом, в виде соуса и сухой приправы, костяничной водицы и кофейного напитка. Из костяники делают уксус и вино, сложный чай, её сушат. Но лучше всего есть ягоду свежей.