**Рекомендации по сбору, приготовлению и покупке грибов**

Осенью, в грибной сезон, учащаются случаи отравления грибами. Чтобы избежать неприятных последствий после употребления кулинарных блюд из грибов, важно соблюдать следующие меры предосторожности.

Рекомендуем собирать грибы вдали от дорог, магистралей, вне населенных мест, в плетеные корзины - так грибы дольше сохранят свежесть. Нельзя собирать грибы в ведра, полиэтиленовые пакеты или мешки – это приводит к быстрой порче грибов. Собирайте только хорошо знакомые виды грибов, срезая каждый гриб с целой ножкой.

Все принесенные домой грибы в тот же день нужно перебрать, отсортировать по видам, и вновь внимательно пересмотреть. Выкидывайте все грибы без ножек, червивые, старые, дряблые, а также несъедобные и ядовитые, если их все-таки по ошибке собрали. Обязательно нужно подвергнуть грибы кулинарной обработке в день сбора, при этом каждый вид грибов готовить отдельно.

Занимаясь заготовкой грибов, необходимо помнить, что одной из главных причин возникновения пищевого отравления является неправильная технология приготовления грибов. Чтобы обезвредить грибы, нужно их специальным образом обработать - очистки от земли, травы, промыть под проточной водой, а затем отмочить в чистой воде или отварить в чистой подсоленной воде (после чего воду обязательно слить). В процессе такой обработки вредные вещества удаляются из плодового тела гриба – только после этого можно использовать грибы для приготовления грибных блюд.

Помните, что нельзя мариновать или солить грибы в оцинкованной и глиняной глазурованной посуде, хранить грибы в тепле.

Не рекомендуется употреблять кулинарные блюда из грибов детям до 14 лет, беременным и кормящим женщинам, людям с заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

Не рекомендуем покупать свежие, сушеные, соленые, маринованные грибы, приготовленные в домашних условиях, у случайных лиц, в местах несанкционированной торговли.

На рынках и ярмарках покупайте только известные Вам грибы в свежем или сушеном виде, при этом обращайте внимание на внешний вид: грибы должны быть с целой шляпкой и ножкой, чистыми, сухими, не червивыми.

При покупке грибов и грибных консервов в магазинах внимательно изучайте информацию о продукте на упаковке. Не покупайте продукт в деформированной упаковке или с нарушенной целостностью, без информации о продукте.