



# Полезные Грибы

Над презентацией работала: Бурмакина Елена

Первые грибы появились  
более миллиарда лет назад.



Люди употребляли грибы в пищу и использовали для лечения многих заболеваний с древнейших времен. Но, несмотря на это, изучение полезных свойств этих удивительных организмов началось только в прошлом столетии



# Полезные свойства грибов.

- Благодаря своему богатому составу грибы способствуют укреплению иммунной системы человека.
- Регулярное употребление грибов благоприятно сказывается на умственной деятельности.
- Грибы полезны для нервной системы, помогают противостоять стрессам и депрессиям.
- Шампиньоны, по мнению многих специалистов, помогают избежать мигреней и головных болей



# Полезные свойства подберезовика:

- ◉ . Название «подберезовик» объединяет целую группу грибов, которые относятся к роду обабков. В этой группе есть подберезовик обыкновенный, подберезовик серый (он же грабовик), подберезовик черный, который еще называют «черноголовиком». В группу также входят подберезовики с названиями «разноцветный», «болотный», «розовеющий» и даже «шахматный». Объединяет все эти грибы то, что они любят расти возле березы. Общим для всех подберезовиков является их скромный внешний вид. Они имеют неяркий окрас коричневатого оттенка. Ножка у подберезовиков относительно тонкая. Все подберезовики съедобные.

