

# Грибы

**Вешенка обыкновенная**

# Вешенка обыкновенная

- Вешенка обыкновенная (Pleurotus ostreatus)
- Категория: съедобный.
- Двойники: отсутствуют.
- Другие названия: вешенка устричная, устричный гриб, глыба.







- Шляпка необычной формы (высота 0,5-2 см, диаметр 6-30 см): обычно глянцевая, белая, серая или пепельная, реже бурая, фиолетовая, коричневая, светло-желтая. Округлая и мясистая.
- Как видно на фото и по описанию гриба вешенка, шляпка молодого гриба имеет форму ушной раковины и характерно завернутые края. Со временем края распрямляются, и шляпка становится практически плоской с характерными волнистыми краями. Наощупь шляпка гриба очень гладкая.

- **Ножка (высота 0,5-3 см):** обычно белая или немного сероватая, гладкая на ощупь, очень маленькая или практически отсутствует. Обычно цилиндрической формы, часто изогнута вбок, расширяется снизу вверх.
- **Вешенка** — хищный гриб, способный парализовывать и переваривать некоторых первичнополостных червей благодаря содержащемуся в ней нематоксину. Поэтому она практически не бывает червивой.

# Употребление в пищу

- Низкокалорийный и очень полезный гриб. В нем много белка, нужных человеческому организму аминокислот, есть аскорбиновая кислота, витамин РР, фосфор, железо и другие элементы.

# Где и когда растут грибы вешенки обыкновенные

- Часто на мертвых деревьях или гнилых пнях, реже на умирающих лиственных и хвойных деревьях. Предпочитает расти рядом с березами, ивами и осинами.
- **Когда растут вешенки:** с середины сентября и до конца декабря в странах Евразийского континента. Вешенка обыкновенная предпочитает низкие температуры, поэтому начинает расти с наступлением осени. Но может появиться и в летнее время, если долго стоит прохладная погода.