

# ATLAS GRZYBÓW SARNAKICH



## Borowik Szlachetny ( *Boletus edulis* Bull. )

Najbardziej poszukiwany grzyb jadalny. Uważany wręcz przez niektórych za jedyny prawdziwy grzyb; stąd jego stara ludowa nazwa: grzyb prawdziwy. Sarmacja, a przede wszystkim Torfowisko Koronne, jest doskonałym miejscem do jego poszukiwania i zbierania. Występuje on u nas na niemal każdym terenie leśnym i jest go dość dużo zarówno w górach, jak i na terenach nizinnych (czego doskonałym przykładem jest wspomniane Torfowisko). Oczywiście tak, jak wszędzie, również w Księstwie muszą to być tereny raczej suche (nie bagienne) z bogatą ściółką, najlepiej mchem.

Inna sprawa, że trzeba się trochę nagimnastykować, żeby borowika znaleźć. Niejednokrotnie, nie przebija się on ponad mech, ściółkę, tylko rośnie pod nimi, podnosząc lekko podłoże. Zazwyczaj wystaje tylko czubek kapelusza. Co z jednej strony jest powodem do frustracji, ponieważ ciężko go znaleźć, ale z drugiej strony nierzadko także powodem do radości – ten mały, wystający ponad powierzchnię kawałek kapelusza, okazuje się być małą częścią kapelusza i grzyba naprawdę sporych rozmiarów. Rekordy wielkości i wagi należą właśnie do Sarmacji – na suchych terenach Torfowiska znaleziono okaz mierzący 40cm i ważący 6,5 kg!

Kapelusz borowika zazwyczaj ma średnicę od 6 do 25 centymetrów. Z początku jest biały, by później przybrać kolor piaskowy, a z czasem u starszych osobników staje się jasno- i ciemnobrązowy. Początkowo kapelusz jest gładki i półkolisty, by w miarę rozwoju stać się bardziej wypukłym. Powierzchnia kapelusza jest matowa, lekko pomarszczona; w czasie deszczu staje się gładka, ale nie jest tak lepka, jak u innych (mniej szlachetnych) grzybów. Trzon borowika, zwany potocznie przez grzybiarzy 'nóżką', ma wysokość od 5 do 20 centymetrów, a grubość od 1,5 do 10 centymetrów. Jest koloru białego, szarobiałego lub piaskowego. U młodych osobników borowika szlachetnego trzon jest bulwiasty i głęboko osadzony w ziemi, później wydłuża się, staje się maczugowaty i baryłkowaty. Posiada delikatną siateczkę o białawym lub jasnobrązowym zabarwieniu, widoczną zwłaszcza w górnej części trzonu. Miąższ borowika zazwyczaj jest biały, czasem kremowy lub piaskowy, a pod skórą czerwonoróżowy. Nie jest tak gąbczasty, jak u innych grzybów, a u młodych osobników wręcz twardy. Co ważne – nie zmienia zabarwienia po dotknięciu. Zapach ma przyjemny, a smak opisywany jako orzechowy.

Swoją szlachetność borowik zawdzięcza zarówno wspaniałemu smakowi, jak i różnorodnym sposobom przyrządzania. Trzeba przede wszystkim zaznaczyć, że grzyb ten nadaje się do bezpośredniego spożycia, jak mały który z grzybów. Możemy borowika szlachetnego marynować, suszyć i przerabiać we wszelki możliwy i skuteczny sposób. Przy każdej nadarżającej okazji Leśniczy Torfowiska chwala różne specjały (głównie sosy) sporządzone z borowików przez jego małżonkę.



## Atlas Grzybów Sarmackich

*Autor: Tomasz Pac — Leśniczy Torfowiska Koronnego*

## Podgrzybek (*Xerocomus*)

Rodzaj grzybów z rodziny borowikowatych. Na wstępie trzeba zaznaczyć, że według molekularnych badań filogenetycznych wiele gatunków wcześniej należących do rodzaju *Xerocomus* zaliczono do borowików (*Boletus*). Podgrzybki występują we wszystkich lasach, choć kiedy przyjrzymy się bezpośrednio gatunkom, to niektóre występują tylko w określonych rodzajach. Wszystkie gatunki podgrzybka są jadalne. Mimo, iż wydaje się bardzo pospolitym i szeroko występującym grzybem, to niesłusznie jest przez grzybiarzy uznawany za jakiś gorszy gatunek grzyba czy nawet *nomen omen* – podgrzyb(k)a. Łącznie z obecną grupą zaliczoną do borowików, wyróżniamy mnóstwo gatunków, a postrzeganie ich jako pospolitych bierze się z niewiedzy i braku umiejętności rozróżnienia poszczególnych gatunków. Charakterystyczną cechą niemal wszystkich podgrzybków (także tych obecnie zaliczonych do borowików) jest to, że po złamaniu, przy dotknięciu miąższ sinieje na niebiesko.

**Podgrzybek aksamitny (*Xerocomus pruinatus*)** – początkowo czysto żółty, potem czerwienieje od podstawy. Brzeg kapelusza często przebarwiony winnoczerwono. Występuje w lasach liściastych.

**Podgrzybek brunatny (borowik kasztanowy, czarnulka, grzyb płowy) (*Xerocomus badius*, *Boletus badius*)** – średnica kapelusza dochodzi do 15 cm średnicy, u młodych egzemplarzy jest on półkolisty z podwiniętymi brzegami, ciemnobrązowy z czerwonym odcieniem lub kasztanowobrunatny. U starszych egzemplarzy kapelusz jest rozpostarty, dość płaski, czasem z wywiniętymi do góry brzegami. Bardzo często spotykany w lasach iglastych i mieszanych, od czerwca do listopada.

**Podgrzybek brzoskwinowy (*Xerocomus armeniacus*)** – kapelusz początkowo morelowy, a następnie piaskowy. Występuje w cienistych, ciepłych lasach liściastych, głównie pod dębami; od czerwca do października. Bardzo rzadki, zaliczony do gatunku wymierającego, stąd też jest objęty ochroną na terenie Torfowiska Koronnego.

**Podgrzybek czerwony (*Xerocomus rubellus*)** – kapelusz o czerwonej barwie, jednak z wiekiem błednie i przybiera kolor matoworóżowy, powierzchnia matowa, szybko pęka w czasie suszy. Miąższ oliwkowożółty, rurkowaty. Występuje na trawiastych obrzeżach lasów oraz w lasach liściastych i parkach, pod dębami, lipami i brzozaami; od lipca do września. Niezbyt częsty.

**Podgrzybek gelloński (*Xerocomus gellonis*)** – kapelusz poduszkowaty w początkowym stadium rozwoju, później spłaszczony, wręcz zawinięty po bokach tak, że widać miąższ, zamszowaty. Miąższ zbity u młodych grzybów, rozarty u starszych, koloru pomarańczowego. Charakterystyczny dla Sarmacji, całej choć początkowo pojawiał się tylko na terenie Gellonii. Rośnie od czerwca do września, w lasach liściastych, na suchych terenach.

**Podgrzybek obciętozarodnikowy (*Xerocomus porosporus*)** – charakterystyczna, popękana skórka kapelusza o zabarwieniu szarozielonym i czerwono zabarwiony miąższ. Rośnie od lata do jesieni, pojedynczo i w grupach, nie raz masowo, w lasach liściastych i parkach, najczęściej pod dębami.

**Podgrzybek pasożytniczy (podgrzybek tęgoskórowy, borowik pasożytniczy) (*Xerocomus parasiticus*, *Boletus parasiticus*)** – kapelusz początkowo półkolisty, później spłaszczony, brudnożółty lub szarooliwkowy o suchej, zamszowatej powierzchni popękanej niekiedy na drobne poletka. Osadzony na trzonku, niekiedy ekscentrycznie. Miąższ żółty, cytrynowożółty. Rośnie pojedynczo lub kępkami na owocnikach tęgoskórów (grzybów trujących)

## Atlas Grzybów Sarmackich

*Autor: Tomasz Pac — Leśniczy Torfowiska Koronnego*

## Podgrzybek (*Xerocomus*)

głównie w widnych borach sosnowych. Spotykany od sierpnia do października. Podlega on na terenie Torfowiska Koronnego ochronie gatunkowej.

**Podgrzybek teutoński (*Xerocomus teutonius*)** – kapelusz poduszkowaty w każdym stadium rozwoju, początkowo koloru piaskowego, później brunatny, wręcz czarny, najczęściej śliski. Miąższ początkowo biały, u starszych grzybów – zielonkawy. Charakterystyczny dla tylko dla Sarmacji, całej choć początkowo pojawiał się tylko na terenie Teutonii. Rośnie od lipca nawet do początku listopada, w lasach mieszanych, na wilgotnych terenach, głównie pod brzozaami i sosnami.

**Podgrzybek zajęczek (zajęczek, zajęcza warga, muchownik, borowik zajęczy) (*Xerocomus subtomentosus*)** – kapelusz 3-10 cm, żółty, orchowy, oliwkowy, brunatny, zamśzowy prawie aksamitny, u młodych egzemplarzy półkolisty u starszych egzemplarzy poduchowaty. Miąższ biały lub kremowy z żółtym odcieniem, miękki, mięsisty (przekrojony może chwilowo zmienić barwę). Pospolity, występuje zarówno w lasach iglastych, jak i liściastych, choć najczęściej w pobliżu dębów, pojedynczo lub grupowo; od lipca do końca października.

**Podgrzybek złotawy (borowik złotopory) (*Xerocomus chrysenteron*, *Boletus chrysenteron* Bull.)** – najbardziej z pospolitych podgrzybków (choć obecnie zaliczony do borowikowatych). Kapelusz początkowo wypukły lub półkolisty, później powoli się rozpląszcza i niekiedy lekko zapada w środku; kolor brązowy, żółto-brązowy, często z oliwkowym odcieniem, ochrowoszary i niekiedy lekko czerwony. Skórka sucha, matowa, delikatnie omszona, podczas suszy pęka na poletka i ukazuje czerwony górny część miąższu. Miąższ delikatny, miękki, biały lub jaskrawożółty. Występuje w lasach iglastych i liściastych, od czerwca do listopada.

**Podgrzybek żeberkowany (*Xerocomus spadiceus*)** – kapelusz początkowo poduchowaty, w późniejszym stadium rozwoju – płaski, o średnicy 3-10 cm, barwie brunatnej lub czerwono-brunatnej. występuje od lipca do października, w lasach liściastych i iglastych, w głębokim humusie, często wśród mchów.



## Atlas Grzybów Sarmackich

*Autor: Tomasz Pac — Leśniczy Torfowiska Koronnego*

## Pieprznik jadalny (*Cantharellus cibarius* Fr.)

Czyli popularna **kurka** (zwana także liszką) – jadalny grzyb występujący gromadnie na terenie całej Sarmacji we wszelkiego rodzaju lasach, także zagajnikach i rzadziej parkach; od czerwca do października. Rośnie w symbiozie na korzeniach lub innych organach innych roślin (tzw. mikoryza).

Kapelusz kurki jest niewielki – o średnicy 1-10 cm. U młodych guzikowaty, okrągły – z powodu podobieństwa wówczas do wielu innych, zwłaszcza trujących grzybów, lepiej, żeby niedoświadczony grzybiarz takich małych grzybów nie zbierał. Dopiero później kapelusz robi się wypukły z podwiniętym brzegiem, a u starszych okazów rozpostarty, lejkwaty i nieregularny. Początkowo kapelusz jest nawet biały, potem otrzymuje barwy jasnożółtą do pomarańczowożółtej. Powierzchnia gładka, matowa. Miąższ jest listewkowy, nie blaszkowaty – listewki są grubsze i mocniejsze. Listewki są nieregularnie i widlasto rozgałęzione. Najczęściej barwy kapelusza i daleko zbiegające na trzon. Trzon ma długości 3-7 cm i średnicy 0,7-2 cm. Także barwy kapelusza, często o jaśniejszym odcieniu. Podstawa zwężona, powyżej szerszy i łagodnie przechodzący w kapelusz. Pełny, twardy i często wygięty. Zapach grzyba jest owocowy, korzenny, nieco... pieprzowy. Zaś smak łagodny, kwaskowaty lub lekko ostry.

Dotychczasowe próby uprawy tego gatunku zakończyły się niepowodzeniem, choć podobno obecny Leśniczy Torfowiska Koronnego próbuje tego dokonać i niewielkie efekty ponoć widać (przy niestety wielu niepowodzeniach). Kurka ceniona jest ze względu na aromat, smak oraz twardość i chrupkość. Ale do spożycia zaleca się młode, zdrowe grzyby. Można je przyrządzać na wiele sposobów. Smażenie powinno trwać krótko, ponieważ w innym wypadku mocno twardnieją i nie nadają się do jedzenia; znana jest powszechnie ze swych walorów smakowych i zapachowych jajecznic z kurkami szanownej małżonki Leśniczego Torfowiska. Marynowane ustępują walorami smakowymi kilku innym popularnym gatunkom grzybów jadalnych, przy tym do przetworów tego rodzaju zaleca się stosować same kapelusze z krótko odciętym trzonem. Kurki duszone i konserwowane dobrze jest mieszać z grzybami zawierającymi duże ilości śluzów (podgrzybkami, opieńkami, maślakami). Kurki po suszeniu nie mają atrakcyjnego wyglądu, dlatego zaleca się dosuszenie ich do kruchości i zmielenie na mączkę grzybową. Niestety mączka ta traci szybciej aromat i szybko bywa atakowana przez mole spożywcze.

Trzeba jednak uważać, żeby nie pomylić kurki z innymi grzybami występującymi w Sarmacji, zwłaszcza trującymi – kielichowcem pomarańczowym (świeci na zielono(!), rośnie na pniakach dębów, kasztanowców), który jest trujący i niejadalną lisówką pomarańczową (bardziej regularne blaszki i gęściej osadzone).



## Atlas Grzybów Sarmackich

*Autor: Tomasz Pac — Leśniczy Torfowiska Koronnego*

## Gołąbek (Russula)

Grzyb rosnący w symbiozie na korzeniach lub innych organach innych roślin (tzw. mikoryza). Występuje we wszystkich rodzajach lasów, jednak to zbyt ogólne określenie, ponieważ rodzajów gołąbka jest bardzo dużo. Jeśli wydaje się Czytelnikom, że to podgrzybków było dużo, to muszą zaznaczyć, że gołąbków jest ponad 200 (!). Ale spokojnie, tutaj opiszę tylko kilka z nich. Występują rodzaje zarówno jadalne, jak i niejadalne, czy trujące. Blaszkowatość ich mięszu dodatkowo powoduje, że można pomylić je z innymi także trującymi i niejadalnymi grzybami (także pomiędzy różnymi gatunkami samych gołąbków).

**Gołąbek buczynowy (gołąbek merowski) (*Russula nobilis*, *Russula mairei*)** – silnie trujący grzyb. Kapelusz ma koloru od różowego do cynobrowego, czasami biało nakrapiany, o średnicy 4-8 cm. Mięsz blaszkowaty, biały, pod skórką zabarwiony na różowo, zapach lekko owocowy. Blaszkki u starszych osobników czasem żółtawe, z lekko wyszczerbionym ostrzem. Trzon jest biały, o długości 2-6 cm, średnicy do 2 cm, pełny. Rośnie w lasach liściastych, przede wszystkim pod bukami czewonymi, na suchych glebach wapiennych; od lipca do października.

**Gołąbek czarny (*Russula albonigra* Fr.)** – grzyb niejadalny. Kapelusz o średnicy 5-15 cm, młody wypukły, później płaski, w środku zagłębiony, początkowo kredowobiały, później brązowawo poplamiony, a po dotknięciu czerniejący, dojrzały jest prawie całkowicie węglisczarny. Mięsz kruchy, biały, blaszkowaty na przekroju bardzo szybko czerniejący, o ostro piekącym smaku i niewyraźnym zapachu. Trzon o długości 4-8 cm i grubości 1,5-3 cm, cylindryczny, u dołu zwężony, początkowo biały, później czerniejący, wewnątrz gąbczasto wypełniony. Rośnie w lasach liściastych zwłaszcza pod dębami i brzoza, od czerwca do sierpnia.

**Gołąbek cukrówka (*Russula alutacea*)** – grzyb jadalny, o orzechowym, bardzo przyjemnym smaku. Kapelusz jest niekształtny i w środku trochę wklęsły o barwie bardzo zmienna – najczęściej szaropurpurowa, albo purpurowa z odcieniem lila. Skórka z górnej części kapelusza łatwo się zdejmuje. Mięsz blaszkowaty, biały o łagodnym smaku. Blaszkki grube i szerokie. U młodych osobników kremowe, u starszych ciemnożółte. Trzon niski, biały, miejscami z różowymi smugami, bez pierścienia o wysokości 5 - 8 cm. Rośnie w lasach iglastych, a także pod brzoza i bukami, od lipca do października. Mimo wysokich walorów smakowych grzyb nie nadaje się do przerobu, ponieważ jest kruchy i źle znosi transport.

**Gołąbek grynszpanowy (*Russula aeruginea*)** – grzyb jadalny, ale gorszej jakości. Kapelusz ma wielkość 5 - 10 cm, powierzchnię gładką, suchą i matową, w czasie deszczu staje się śliski, kolor trawiastozielony, zielony do prawie białego (na szczycie przeważnie ciemniejszy). Młode mają kapelusz kulisty, u starszych staje się szerokorozpostarty. Mięsz biały lub szary, blaszkowaty, o łagodnym smaku (tylko blaszkki mają nieco piekący smak). Blaszkki są szerokie, gęsto ustawione i o różnej długości. przy trzonie nie przyrośnięte, lub tylko nieznacznie. U młodych osobników białe, u starszych kremowe. Trzon jest gładki i walcowaty, biały u podstawy rdzawoplamisty, zaostrowany bez pierścienia. Wysokość 4 - 6 cm, grubość 1 - 2 cm. U młodych okazów pełny, u starszych gąbczasty w środku. Rośnie w lasach świerkowych, a także pod brzoza, od lipca do sierpnia.

**Gołąbek śliczny (*Russula rosea* Pers.)** – grzyb co do zasady niejadalny, jadalny dopiero po kilkugodzinnym moczeniu i sparzeniu, nadaje się do zaprawienia w occie. Kapelusz ma średnicę 4-12 cm, młody jest półkulisty, potem robi się wypukły, a dojrzały jest już płaski, w środku zwykle wklęsły, zazwyczaj koloru cynobrowoczerwonego, choć także karminowoczerwonego albo różowego, często dobarwiony – plamisto, żółtoochrowo. Skórka sucha, aksamitna, matowa, trudna do oddzielenia od mięszu kapelusza, w czasie suchej pogody popękana. Mięsz blaszko-

## Gołąbek (Russula)

waty, biały, bardzo ścisły i twardy, surowy o łagodnym smaku i owocowym zapachu, który zmienia się po gotowaniu i przypomina terpentynę. Blaszki gęste, na ostrzu kosmkowate i często czerwonawe. Trzon ma długość 3-6 cm i grubość 1,5-3 cm, nieregularnie cylindryczny, masywny, pełny, biały, często delikatnie czerwonawo lub czerwona-woliliowo nabiegły, czasem cały czerwony, matowy. Za młodu gładki, później nieco pomarszczony. Podstawa ochrowo plamista. Rośnie we wszystkich rodzajach lasów, ale głównie pod bukami, na glebach wapiennych; od lipca do października.

**Gołąbek wyborny** (gołąbek jadalny, surojadka, serwiotka) (*Russula vesca*) – jadalny grzyb, nadający się do zup i duszenia. Kapelusz ma bladochrowy, czerwonawy lub brązowoczerwony, często w różowe lub fioletowe plamy, na brzegach najpierw gładki, potem lekko bruzdkowaty, o średnicy 4-12 cm. Za młodu półkulisty, potem wypukły, w końcu płaski zwykle z wgłębieniem pośrodku. Skórka matowa, niezupełnie sięgająca do krawędzi kapelusza. Miąższ blaszkowaty, kruchy, biały, na przekroju zabarwia się miejscami na rdzawobrązowo. Blaszki zaokrąglone przy brzegach kapelusza, dojrzałe mają rdzawe plamy na ostrzach. Smak nieznaczny, łagodny, przypominający orzechy laskowe. Młody grzyb pachnie niewyraźnie, stary... jak śledzie. Trzon jest cylindryczny, zawężony na dole, pełny, twardy, biały, u podstawy żółtawy lub rdzawochrowy. Rośnie najczęściej na torfowiskach i w górach, w lasach liściastych i iglastych, pod dębami, bukami, sosnami lub świerkami, przy odpowiedniej pogodzie zawsze w dużych ilościach, od czerwca do października. Niestety podatny i często atakowany przez larwy owadów.

**Gołąbek złotawy** (*Russula aurea*) – bardzo smaczny grzyb jadalny. Kapelusz lśniący, o średnicy 4-8(10) cm. Za młodu półkulisty, później płaski, w środku często zagłębiony lejkowato, najpierw jaskrawożółty do cytrynowożółtego, niekiedy całkiem czerwony, czasem też ze złocistożółtymi lub pomarańczowymi plamkami. Brzeg na starość krótko żłobkowany. Miąższ blaszkowaty, białawy, pod skórką kapelusza żółty, zwięzły bez zapachu, o łagodnym smaku. Blaszki gęste, po dojrzeniu na brzegach jaskrawożółte. Trzon cylindryczny do maczugowatego, biały z żółtym odcieniem, za młodu dość ścisły. Rośnie, w lasach liściastych, iglastych i mieszanych, od lipca do września, przede wszystkim w okolicach wód, pod dębami lub świerkami, co ciekawe – tylko na glebach zawierających wapń.



## Atlas Grzybów Sarmackich

*Autor: Tomasz Pac — Leśniczy Torfowiska Koronnego*

## Muchomor Czerwony (*Amanita muscaria*)

Grzyb trujący, jednak ze względu na charakterystyczny wygląd, do przypadkowych zatrucí dochodzi rzadko, najczęściej u dzieci, choć zdarzają się zatrucia samobójcze, a także u osób spożywających ten gatunek grzyba w celach odurzających.

Kapelusz muchomora ma średnicę do 20 cm, jest czerwony, czasem jaśniejszy, a nawet pomarańczowożółty, pokryty jest białymi plamkami. Miąższ jest blaszkowaty, biały, kruchy, nie zmienia koloru po uszkodzeniu, bez zapachu i o łagodnym smaku. Blaszkki są czasem bladeżółte, gęsto ustawione, nie przyrośnięte przy trzonie. Trzon muchomora czerwonego jest biały lub żółty, o wysokości do 20 cm z pierścieniem na 3/4 wysokości. Nasada trzonu jest bulwiasta, otoczona wałeczkowatym zgrubieniem.

Rośnie lasach liściastych, iglastych i mieszanych, przede wszystkim w młodych zagajnikach brzozowych lub sosnowo-brzozowych. Występuje od lipca do listopada.

Śmiertelność w zatruciach muchomorem czerwonym w Sarmacji wynosi do 5%. Bywa mylony z jadalnym (pod długim gotowaniem) muchomorem czerwieniejącym. Brak specyficznej odtrutki, a leczenie przeprowadza się w warunkach szpitalnych – płukanie żołądka oraz leczenie objawowe.

Może być używany jako naturalna trucizna na muchę domową (inne muchówki są niewrażliwe). Istnieje teza, że starożytni, a nawet wczesnośredniowieczni wojownicy teutońscy spożywali muchomora czerwonego przed walką, celem wprowadzenia się w szal berserka. Wcześni Gellonowie spożywali go do wprowadzania się w stan religijnego odurzenia. Wandejczycy w starożytności wytwarzali z niego napój saohma używany do obrzędów religijnych; składany w ofierze, ale także do wprowadzania się w stan transu.



## Atlas Grzybów Sarmackich

*Autor: Tomasz Pac — Leśniczy Torfowiska Koronnego*

## Muchomor sromotnikowy (muchomor zielonawy) (*Amanita phalloides*)

Grzyb śmiertelnie trujący, zawiera dwa rodzaje toksyn. Główną toksyną odpowiedzialną za zatrucie po spożyciu muchomora sromotnikowego jest alfa-amanityna. Jest to jeden z najsilniej trujących grzybów występujących w Sarmacji (prawdopodobnie bardziej trujący jest tylko Muchomor Sarmacki).

Kapelusz muchomora sromotnikowego ma kształt dzwonek, czasem zbliżony do płaskiego, o średnicy 6–12 cm, barwy białozielonej, oliwkowozielonej, szarozielonej, brunatnozielonej, na brzegu zwykle jaśniejszy, czasem żółtawy. Trzon jest białawy z odcieniem żółtozielonym, o wysokości 8–15 cm i grubości 1–2,5 cm. Ma wyraźny pierścień, gładki, lub słabo prążkowany. Nasada trzonu jest wyraźnie zgrubiała, bulwiasta. Miąższ jest blaszkowaty, biały, nie zmienia koloru po przetłamaniu, ma łagodny smak i słodkawy, nieco mdły zapach. Blaszki są gęste, u starszych okazów mają lekki odcień żółtozielony.

Występuje najczęściej w lasach liściastych, także w mieszanych, rzadziej iglastych. Rośnie pojedynczo, lub w małych grupkach, przeważnie blisko dębów, buków, sosen i brzoź. Rośnie od lipca do października. W całej Sarmacji jest pospolity.

Bywa często mylony z gąską zielonką, gołąbkim zielonawym, muchomorek cytrynowym (niejadalny ze względu na nieprzyjemny smak, ale ponoć nieszkodliwy dla człowieka), czasem także z czubajką kanią.

Toksyny zawarte w muchomorze sromotnikowym są niezwykle odporne na gotowanie i inne czynniki niszczące, zachowują swoje właściwości na wiele lat. Spożycie 50 gramów suchej masy grzyba grozi śmiercią.



## Muchomor Sarmacki (*Amanita sarmateis*)

Grzyb bardzo trujący, chyba najsilniej ze wszystkich występujących w Sarmacji.

Kapelusz muchomora sarmackiego ma średnicę 6-12 cm, barwę żółtą, żółtozieloną, a czasem pomarańczową, nakrapianą czarnymi wypustkami. U młodych osobników ma kształt dzwonkowaty, z czasem robi się płaski, u starszych osobników brzegi są lekko wywinięte do góry. Trzon ma wysokość 10–25 cm i grubości 3–4,5 cm, a barwę fioletową. Ma wyraźny gładki, postrzępiony na brzegach pierścień. Miąższ jest blaszkowaty, biały u młodych, u starszych pomarańczowy, czasem fioletowy. Zmienia kolor po przełamaniu na fioletowy. Ma słodkawą i ostry zapach. Blaszkki są gęste, nieregularne, zrosnięte przy trzonie, u starych okazów pojawiają się fioletowe plamki.



Naukowcy wciąż się głowią i zastanawiają skąd w nim tak zróżnicowana zawartość toksyn i o tak dużym stężeniu oraz trwałości. Zawiera spore ilości, kilkukrotnie wyższe niż u innych muchomorów, muskaryny oraz kwasu ibotenowego, które są także halucynogenne. Kwas ibotenowy w tym muchomorze jest trwały i nie przechodzi w mniej szkodliwy muscimol, dlatego świeże osobniki są równie trujące co suche. Działanie tych składników toksycznych powinny być przeciwstawne, ale w tym przypadku działają jakby równolegle. Oprócz tego muchomor zawiera amanitotoksyny i fallotoksyny głównie uszkadzające wątrobę. Ich stężenie jest wyższe niż w muchomorze sromotnikowym.

Objawy zatrucia pojawiają się już po najmniejszym dotknięciu językiem kapelusza. Początkowo pojawia się uczucie osłabienia i dezorientacji, szum w uszach. Stąd też czasem biorą się zaginięcia początkujących grzybiarzy sarmackich. Już po 5-10 minutach mogą wystąpić zaburzenia żołądkowo-jelitowe (wymioty, biegunka, bóle brzucha). Następnie, po 0,5-1,5 godziny od posmakowania, pojawiają się halucynacje, głównie wzrokowe, typowe dla większości środków halucynogennych. Nawet po posmakowaniu, gdy zobaczymy wyżej opisane objawy u siebie, należy udać się jak najprędzej do lekarza, który powinien także zbadać wątrobę i woreczek żółciowy, czy nie uległy zmianom występującym po zatruciu. Dodatkowo przy dotknięciu złamanego miąższu, który wydziela mleczko, występują rozległe zmiany skórne, kończące się w skrajnych przypadkach objawami poparzenia. Przy cięższych zatruciach, spowodowanych już spożyciem, kolejne objawy to: pobudzenie psychoruchowe, narastające aż do szału, wzrost napięcia mięśniowego, drgawki, zaczerwienienie skóry, wzrost temperatury nawet do 40°C. W skrajnie ciężkich zatruciach może dojść do śpiączki. W przebiegu śpiączki może dojść do zgonu, na tle niewydolności wątrobowej lub krążeniowo-oddechowej.

Przerób – gotowanie, suszenie, marynowanie – tylko wzmacnia działanie niektórych z toksyn. Dlatego też po takim 'przyrządzeniu' grzyb ten staje się bardziej trujący i/lub bardziej halucynogeny. W starożytnych źródłach odnotowywano 'pękanie' ludzi po spożyciu przetworzonych Muchomorów Sarmackich, co prawdopodobnie wiązało się z ekstremalnym napięciem mięśni.

## Atlas Grzybów Sarmackich

*Autor: Tomasz Pac — Leśniczy Torfowiska Koronnego*

## Muchomor Sarmacki (*Amanita sarmateis*)

Mimo wyżej opisanych skutków zatrucia, a może właśnie ze względu na niektóre z nich, Sarmaci spożywali Muchomory Sarmackie w starożytności! Było to np. jedno z pierwszych narzędzi do... wykonywania kary śmierci wśród ludów sarmackich. Skazany był na siłę karmiony surowymi grzybami w takiej dawce, że zapadał w śpiączkę i umierał po paru dniach. Czasem wykorzystywano tak skazanych na śmierć w bitwach, walkach – podawano im na tyle mniejszą dawkę, że w śpiączkę zapadali później. Wcześniej wpadali w szał i z napiętymi do granic możliwości mięśniami byli rzucający w pierwszej linii we wszelkich bitwach. Jeśli nie ginęli, a zdarzało się to bardzo rzadko, najpóźniej na drugi dzień po walce zapadali w śpiączkę i umierali. Podobnie ginęli wielcy wodzowie i dowódcy wojsk, którzy chcieli odejść w walce, w glorii chwały, a nie umierać ze starości. Najbardziej doświadczeni gellońscy i teutońscy szamani smakowali, a czasem jedli w bardzo małych ilościach te muchomory, aby wprawić się w trans. W tamtych czasach także młodzi ludzie próbowali w większych zażywać w celach halucynogennych, jednak przeżywalność takich przypadkach sięgała 1%; choć zabawy przed śmiercią mieli zapewne wiele. Istnieją niepotwierdzone plotki, że Muchomora Sarmackiego używa się w Zakonie Feniksa, jednak nie wiadomo czemu by miał on służyć, ani także czy przypadkiem plotki te nie są rozsiewane przez wrogich Teutończyków, tudzież wrogich Gellonii Starsarmatów.

Z ostatnich badań Leśniczego Torfowiska Koronnego, wynika, że Muchomor Sarmacki może chronić drzewa, pod którymi rośnie. Zwabia szkodniki, zwłaszcza te pełzające, które próbują go zjeść, po czym zdychają bardzo szybko. Drzewa, przy których rosną Muchomory Sarmackie, mają zdrowe korzenie. Niestety z powodu szerokich środków ostrożności, badania postępują bardzo wolno, a udokumentowanych wyników jest wciąż za mało. Nie wiadomo czy Muchomor Sarmacki wpływa na szkodniki latające. Nie została także sprawdzona w pełni też Leśniczego, że opary (!) Muchomora Sarmackiego wpływają na obumieranie składanych w pniach, czy koronach drzew jaj owadów.



## Atlas Grzybów Sarmackich

*Autor: Tomasz Pac — Leśniczy Torfowiska Koronnego*