

Najednou zrovna když oddychovali po obzvlášť napínavé honičce, se ozvalo tajemné zabrumlání. „Jeníčku, slyšels to? Co to jenom mohlo být? Že by... medvěd?“ Obě děti se vyděšeně rozhlédly a pak jim to došlo. Kdepak medvěd! To na sebe hlasitým kručením upozornila jejich prázdná břítka. Co si počít, když jim ze svačiny zbylo jen pár drobečků? Naštěstí se jako na zavolanou o jejich nosíky otřela lákavá vůně – daly o sobě vědět lesní jahůdky. A o kousek dál se modrají borůvky! A tamhle, u té bachraté houby, se červenají maliny! Mňam!



Na co je potřeba si dát pozor?

Brusnice borůvka



Při sběru si musíme dát pozor na **jedovaté bobule**, které nám mohou svým vzhledem připomínat jedlé plody. Proto vždy sbíráme jen to, co **opravdu známe!** Příkladem je jedovaté **vrání oko čtyřlísté**, které lze zaměnit za borůvku.

Vrání oko čtyřlísté



Jedlé plody



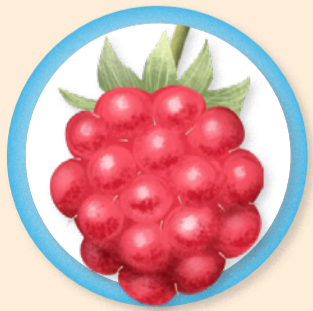
Jahody

Tyto malé červené voňavé plody si můžeme užít při svých procházkách do lesa během léta. Rostou na přizemních rostlinkách. Najdeme je většinou na slunných místech.



Brusinky

Tyto drobné červené plody rostou na nízkých keřících. Často je nalezneme na svazích hor, na vršovištích či v jehličnatých lesech. Dozrávají v pozdním létě a mají lehce nahořklou chuť.



Maliny

Tohle oblíbené ovoce roste na keřích, které mají šlahouny. Když jsou maliny zralé, mají sytě růžovou barvu a jsou snadno utrhnout. Mají příjemně výraznou sladkou chuť a jsou výborné do dezertů a marmelád.



Ostružiny

Ostružiny jsou podobné malinám, ale zralé mají černofialovou barvu a trpčí chuť. Rostou na keřích, které mají trnité šlahouny, proto dávejte pozor, až je budete sbírat! Ostružiny obsahují velké množství cenných látek a rády je okusují i srnky.

Nejen jehličnany a květy listnáčů provoní les. Také spousta lahodných plodů, které rostou na keřích, stromech či přímo ze země, vám zamotají hlavu. Stejně jako Jeníčkovi a Mařence, kteří si pochutnávali

na sladkých lesních dobrotách a mohli oči nechat na velkých a voňavých houbách, které rostly všude kolem. Ale pozor! Některé plody a houby sice vypadají na první pohled velice lákavě, ale mohou být prudce jedovaté.



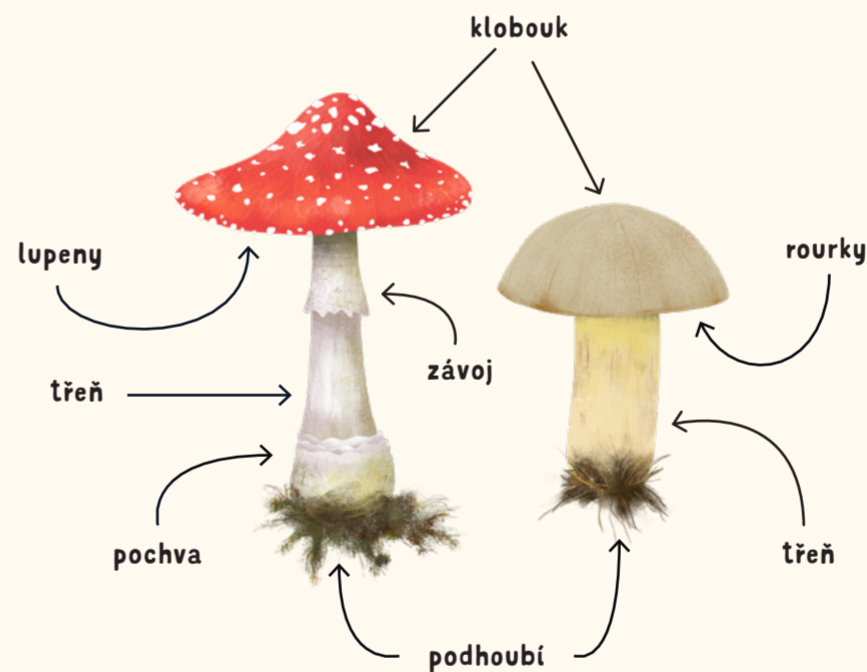
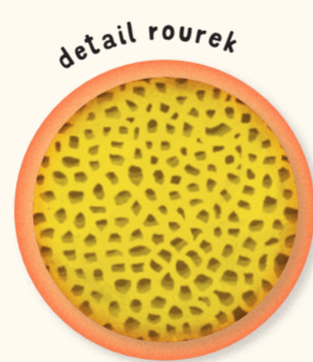
Borůvky

Borůvky jsou **sladké modré bobulky** velikosti hrášku, které rostou na nízkých keřících. Jsou výborné jen tak samotné nebo jako náplň do knedlíků. Jsou **prospěšné pro oči**, a pokud jich sníme více, zbarví nám jazyk do **fialova**.

LESNÍ PLODY

Houby

Houby jsou **samostatnou skupinou** živých organismů. Jejich plodnice se nejčastěji skládají z **třeň** (nohy) a **klobouku** a mohou mít roztočivé tvary. Na spodní části klobouku se nacházejí buď **lupeny**, anebo **roučky**. Ty bývají často u hřibovitých hub.



Jedlé houby

Pýchavka obecná



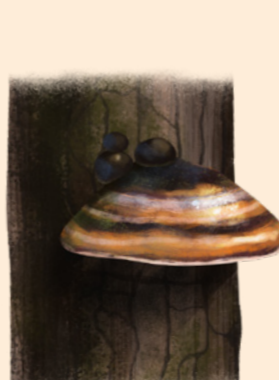
Křemenáč březový



Pokud se vyznáme v houbách, můžeme si v lese nasbírat mnoho chutných **jedlých kousků**. Oblíbené jsou zejména různé hříby. Sbírané houby ale **před tepelnou úpravou neochutnáváme**, protože některé jedlé druhy jsou za syrova **jedovaté!**

Nejedlé houby

Trounatec pásovaný



Hnojník strakatý



Kromě jedlých hub, které jsou chutné, lze v lesích nalézt i houby, které mají pro člověka **nepříjemnou chuť**. Říkáme jim houby nejedlé. Sice se nám nejspíše nic nestane, pokud je sníme, ale také si na nich vůbec **nepochutnáme**.

Plody lesa

Les má pro nás připravena různá překvapení. Pokud se budeme pozorně dívat, můžeme spatřit jak různá zvířata ve svém **přirozeném prostředí**, tak zajímavé **stromy a rostliny**, které nám mohou poskytnout **něco k snědku**.

Kdo využívá lesní plody

Je skvělé, že si můžeme pochutnat na lesních plodech, nicméně nejsme jediní, kdo je má rád. Třeba takový **medvěd** bobule miluje a **veverky** jsou mistři v uschovávaní plodin – houby si zavěšují na stromy a dělají si tak vlastní spížírnu.



Jak se chovat v lese

Když se vydáme do přírody, měli bychom se v ní chovat **slušně a ohleduplně**. Proto neničme rostliny, které obíráme, neotrháváme zbytečně velká množství a **necháváme vždy i pro zvířata**. Při sběru hub **nekopeme** do těch, které nesbíráme.



Jak uchovat plody

V létě je v přírodě jedlých plodů spousta, ale co dělat, když si je chceme užít i po **zbytek roku**? Naštěstí existuje celá řada způsobů, jak je uchovat. Z ovoce můžeme vyrobit **marmeládu, kompot** či **šťávu** a houby můžeme **nasušit**.

Jedovaté houby

Muchomůrka zelená



Hřib satan



Pozor, v lese se můžeme setkat i s houbami, které obsahují látky způsobující různé **zdravotní problémy**, či dokonce **otravy**. Těmto houbám říkáme jedovaté. Proto je nezbytné znát dobře všechny houby, které **sbíráme** a následně doma **jíme**.