

# Ludowe zwyczaje związane z grzybami w Polsce

Ewa Referowska-Chodak

**Abstrakt.** W artykule przedstawiono wybrane ludowe zwyczaje i przesady związane ze zbieraniem i użytkowaniem grzybów (m.in. *Lactarius vellereus* (Fr.) Fr., *Macrolepiota procera* (Scop.) Singer, *Gyromitra esculenta* (Pers.) Fr., *Lactarius deliciosus* (L.) Gray, *Paxillus involutus* (Batsch) Fr., *Craterellus cornucopioides* (L.) Pers., *Sparassis crispa* (Wulfen) Fr., *Inonotus obliquus* (Ach. ex Pers.) Pilát, *Agaricus campestris* L., *Amanita muscaria* (L.) Lam., *Coprinus comatus* (O.F. Müll.) Pers., *Amanita phalloides* (Vaill. ex Fr.) Link), zebrane przez studentów Wydziału Leśnego SGGW w Warszawie. Skonfrontowano je z dostępnymi naukowymi publikacjami. Ze względu na fakt, że jest to stopniowo przemijająca wiedza, należy zwrócić szczególną uwagę na jakość takich badań. Niniejszy artykuł ma z założenia stanowić zachętę do utrwalania dorobku polskiej tradycji i kultury w zakresie zbierania i użytkowania grzybów.

**Słowa kluczowe:** etnomykologia, użytkowanie grzybów, polska tradycja

**Abstract.** In this paper some folk customs and superstitions related to collecting and use of fungi species (including *Lactarius vellereus* (Fr.) Fr., *Macrolepiota procera* (Scop.) Singer, *Gyromitra esculenta* (Pers.) Fr., *Lactarius deliciosus* (L.) Gray, *Paxillus involutus* (Batsch) Fr., *Craterellus cornucopioides* (L.) Pers., *Sparassis crispa* (Wulfen) Fr., *Inonotus obliquus* (Ach. ex Pers.) Pilát, *Agaricus campestris* L., *Amanita muscaria* (L.) Lam., *Coprinus comatus* (O.F. Müll.) Pers., *Amanita phalloides* (Vaill. ex Fr.) Link) were presented. They were initially collected by students of Forest Faculty of WULS-SGGW in Warsaw and confronted with available scientific literature. This knowledge is diminishing, so special care should be taken about the quality of the research. The intention of this paper is to encourage recording of Polish tradition and culture within collecting and use of fungi.

**Keywords:** ethnomycology, use of fungi, Polish tradition

## Wstęp

Naród polski od dawna i do dnia dzisiejszego chętnie korzysta z grzybów (Łuczaj i Nieroda 2011, Chwaluk 2015), chociaż z biegiem czasu spektrum zastosowań grzybów stopniowo się zawężyło. Historyczne i ówczesne sposoby wykorzystania grzybów w połowie XX wieku w Polsce zestawiała Bartnicka-Dąbkowska (1964): trucizna, środek owadobójczy i odstraszający owady (w tym środek przeciwmolowy), środek upajający, podniecający, leczniczy, tzw. zapał do krzesania ognia (potwierdzone też przez Łuczaja i Köhlera 2014), środek

do okadzania pszczoł (przy podbieraniu miodu), element stroju (nakrycie głowy), smar do osi, dodatek do tabaki, przynęta dla zwierzyny łownej, środek do wyrobu atramentu, element obrzędów (przypisywana niektórym grzybom magiczna moc), przesądów i legend, pokarm. Do dnia dzisiejszego w niektórych regionach Polski korzysta się np. z hub do przenoszenia święconego ognia, do prac w pasiekach (okadzanie pszczoł przy podbieraniu miodu, zdejmowaniu rojów), owocniki bywają też wykorzystywane do robienia drobnych sprzętów, typu doniczki, popielniczki, akcesoriów wędkarskich i entomologicznych, suchych wiązanek i ozdób (Szczepkowski 2012). Z wymienionych zastosowań użytkowanie grzybów jako pokarm było i jest popularne wśród Polaków (Bartnicka-Dąbkowska 1964, Grzywnowicz 2002), początkowo będąc domeną w kręgach wiejskich, później też znajdując uznanie (zbiór jako zabawa towarzyska) w wyższych kręgach społeczeństwa (Bartnicka-Dąbkowska 1964). Badaniem ludowej, pierwotnej wiedzy o grzybach, ich wykorzystaniu, zajmuje się etnomykologia (Grzywnowicz 2002).

W dobie globalizacji, łatwego dostępu do źródeł informacji, jest to wiedza stopniowo przemijająca. Dlatego celem niniejszej publikacji jest zainteresowanie odbiorców tematyką etnomykologii i zachęcenie do włączenia się w pracę dokumentowania dostępnych jeszcze ustnych przekazów na temat zwyczajów związanych ze zbiorem i użytkowaniem grzybów. Stanowią one ważny element polskiej kultury i tradycji, i – podobnie, jak specyficzne nazewnictwo – można je zaliczyć do niematerialnego dziedzictwa kulturowego, chronionego przez Konwencję UNESCO (Konwencja 2011), której stroną od 2011 roku jest również Polska. Dziedziny, w jakich przejawia się opisywane dziedzictwo to m.in. tradycje i przekazy ustne, zwyczaje, rytuały i obrzędy świąteczne oraz wiedza i praktyki dotyczące przyrody i wszechświata (Konwencja 2011 – art. 2.2.1 a, c, d). Na Krajowej liście niematerialnego dziedzictwa kulturowego znalazły się m.in. rusznikarstwo artystyczne i historyczne według tradycyjnej szkoły cieszyńskiej, szopkarstwo krakowskie, pochod Łajkonika, flisackie tradycje w Ulanowie, procesja Bożego Ciała w Łowiczu oraz umiejętność wytwarzania instrumentu i gry na kozie (<http://www.unesco.pl/kultura/dziedzictwo-kulturowe/dziedzictwo-niematerialne>).

W artykule wykorzystano wybrane informacje pochodzące z dziesięciu wyselekcjonowanych ankiet etnomykologicznych, wypełnionych w 2011 roku przez studentów Wydziału Leśnego SGGW w Warszawie w ramach przedmiotu ochrona przyrody (na podstawie wywiadów przeprowadzanych w terenie z samodzielnie wybranymi respondentami – materiały niepublik.). Dobór ankiet uwarunkowany był osobą studenta (pilny, godny zaufania), osobą ankietowanego (starsza osoba o niższym wykształceniu i/lub zawodzie związanym ze środowiskiem, o zadeklarowanym etnicznym pochodzeniu zgodnym z miejscem zamieszkania), różną lokalizacją geograficzną wykonanych badań. Drugim podstawowym źródłem informacji były prace inżynierskie i magisterskie obronione na wspomnianym wydziale, oparte na badaniach ankietowych większej grupy respondentów na określonym geograficznie lub administracyjnie terenie. Wykorzystano następujące pozycje:

- Głowacka (2009): woj. łódzkie, pow. brzeziński, rok 2008/2009, informatorzy – 100 ankietowanych osób, w tym 6% osób powyżej 60 lat,
- Królikowski (2009): woj. mazowieckie, gm. Długosiodło, Obryte, Ostrów Mazowiecka, Brańszczyk, Wyszków, rok 2008, informatorzy – 120 ankietowanych osób, w tym 33% osób powyżej 55 lat,
- Pięcek (2011): pogranicze woj. łódzkiego i mazowieckiego, okolice Skierniewic, rok 2011, informatorzy – 100 ankietowanych osób, w tym ok. 74% osób powyżej 40 lat,

- Ledworuch (2012): woj. lubelskie, okolice Białej Podlaskiej, rok 2012, informatorzy – 100 ankietowanych osób, w tym 17% osób powyżej 60 lat,
- Kurantowicz (2012): woj. lubelskie, gm. Krasnobród, Adamów, Józefów, Zwierzyniec, Krynice, rok 2012, informatorzy – 100 osób, w tym 4% osób powyżej 60 lat,
- Neczaj (2012): woj. lubelskie, gm. Włodawa, Wiryki, Stary Brus, Sosnowka, Hanna, rok 2011, informatorzy – 100 ankietowanych osób, w tym ok. 43% osób powyżej 40 lat,
- Plona (2013): woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla, rok 2011, informatorzy – 100 ankietowanych osób, w tym 20% osób powyżej 60 lat,
- Ślubowska (2013): woj. podlaskie, gm. Gródek, Michałowo, Zabłudów, Narew, rok 2011/2012, informatorzy – 100 ankietowanych osób, w tym 55% osób powyżej 75 lat,
- Skudynowska (2013): woj. warmińsko-mazurskie, gm. Nidzica, Janowo, Janowiec, rok 2012, informatorzy – 100 ankietowanych osób, w tym 28% osób powyżej 60 lat.

Przedstawione informacje skonfrontowano z danymi z publikacji naukowych (Grzywnowicz 2002, Marczyk 2003, Siemiński 2007, Trojanowska 2008, Grzywnowicz 2011, Łuczaj i Nieroda 2011, Szczepkowski 2012, Habith i Schaar 2014, Łuczaj i Köhler 2014).

Nazwy łacińskie i ich autorów podano za Index Fungorum ([www.indexfungorum.org](http://www.indexfungorum.org)).

## Zwyczaje związane ze zbiorem grzybów

Poniżej przedstawiono przykłady zwyczajów i przesądów związanych ze zbiorem grzybów, z podaniem ich regionalizacji oraz źródła informacji.

- Lepiej zbierać grzyby w czasie pełni lub po pełni księżyca, po deszczu po cieplejszych nocach – wtedy grzybów jest najwięcej i są „lepsze” (woj. lubelskie, gm. Komarówka Podlaska, rok 2011, informator – kobieta w wieku 74 lat, rolnik, gospodyni domowa) (ankiety – materiały niepublik.); grzyby można zbierać, gdy księżyc ubywa (woj. łódzkie, pow. brzeziński – Głowacka 2009). Pozostaje to po części w sprzeczności z wynikami badań Siemińskiego (2007), według których w regionie kaszubskim za najlepszy czas zbioru grzybów uważa się (poza pełnią księżyca) okres „przybierania księżyca”, a nie jego ubywania. Podobne tezy dotyczące cyklu lunarnego zawarte są w opracowaniu Marczyka (2003), gdzie potwierdzono też ludowe spostrzeżenia dotyczące związków między wzrostem grzybów i deszczami. Z kolei w regionie podkarpackim (Krosno, Strzyżów) uważa się, że największy wysyp grzybów jest w okresie pełni księżyca, jednak poza deszczowymi dniami (Łuczaj i Nieroda 2011).
- W czasie pełni grzyby są robaczywe – woj. łódzkie, gm. Zgierz, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 90 lat, młynarz (ankiety – materiały niepublik.); woj. łódzkie, pow. brzeziński (Głowacka 2009). Ludowa teza o robaczywieniu grzybów w czasie pełni księżyca – szczególnie maślaków i podgrzybków – potwierdzona jest także w opracowaniu Marczyka (2003).
- Najlepszy czas na zbiór grzybów to wcześniej rano, po deszczu, gdy jest mgła, a miejsce – tam gdzie ściółka ma specyficzny (dla zbioru) zapach (woj. podkarpackie, gm. Brzozów, rok 2011, informator – kobieta w wieku 60 lat, emerytka) (ankiety – materiały niepublik.). W opracowaniu Marczyka (2003) potwierdzono ludowe spostrzeżenia dotyczące związków między wzrostem grzybów i mgłami.

- Zbiór jak najwcześniej rano, bo grzyby rosną w nocy (woj. lubelskie, okolice Białej Podlaskiej – Ledworuch 2012); woj. lubelskie, gm. Krasnobród, Adamów, Józefów, Zwierzyniec, Krynice (Kurantowicz 2012). Na Kaszubach dotąd spotykane jest przekonanie, że grzyby należy zbierać wyłącznie o świcie (Siemiński 2007). Informacje podane przez ankietowanych potwierdza także Marczyk (2003).
- Grzyby rosną po deszczu, ale po burzy nie (woj. lubelskie, okolice Białej Podlaskiej – Ledworuch 2012). Według dawniejszych wierzeń wzrost grzybów był wiązany z uderzeniem pioruna, błyskawicą, deszczem (Marczyk 2003), co raczej skłaniałoby do twierdzenia, że po burzy powinny być grzyby.
- „Po św. Jadwidze z koszyczkiem na rydze” (woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszła – Płona 2013).
- „Chodzi wrzesień po rosie, zbiera grzyby we wrzosie” (woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszła – Płona 2013).
- (o miejscu grzybobrania) Jak są jagody, to nie będzie grzybów (woj. mazowieckie, gm. Długosiodło, Obryte, Ostrów Mazowiecka, Brańszczyk, Wyszaków – Królikowski 2009).
- Gdy w lesie pojawiają się czerwone muchomory, to będą też prawdziwki (woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszła – Płona 2013).
- Warto szukać grzybów pod lipami i brzożami, pod lipami bardzo rzadko rosną grzyby trujące czy „psiaki” (woj. lubelskie, gm. Komarówka Podlaska, rok 2011, informator – kobieta w wieku 74 lat, rolnik, gospodyni domowa) (ankiety – materiały niepublik.).
- W młodych drzewostanach/sośnikach jest dużo maślaków (woj. mazowieckie, gm. Długosiodło, Obryte, Ostrów Mazowiecka, Brańszczyk, Wyszaków – Królikowski 2009; woj. lubelskie, gm. Krasnobród, Adamów, Józefów, Zwierzyniec, Krynice – Kurantowicz 2012; woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszła – Płona 2013). Obserwacje dotyczące wzrostu grzybów w sąsiedztwie konkretnych gatunków drzew wpłynęły m.in. na ich nazewnictwo, jak olszówka, brzożak, sośniak itp. (Marczyk 2003).
- Borowiki lubią piaszczyste podłoże (woj. mazowieckie, gm. Długosiodło, Obryte, Ostrów Mazowiecka, Brańszczyk, Wyszaków – Królikowski 2009), występują w lasach iglastych i dębowych (woj. lubelskie, gm. Krasnobród, Adamów, Józefów, Zwierzyniec, Krynice – Kurantowicz 2012), pod dębami (woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszła – Płona 2013; woj. łódzkie, pow. brzeziński – Głowacka 2009). Tezy te wynikają z doświadczeń, bacznych obserwacji przyrody, związków między grzybami a ich otoczeniem, które także przyczyniały się do nadania specyficznych nazw grzybom (Bartnicka-Dąbkowska 1964, Marczyk 2003).
- Na podgrzybki najlepiej tam, gdzie dużo mchu i gnijących pniaków (woj. mazowieckie, gm. Długosiodło, Obryte, Ostrów Mazowiecka, Brańszczyk, Wyszaków – Królikowski 2009); wśród dębów (woj. łódzkie, pow. brzeziński – Głowacka 2009). Komentarz – j.w.
- W zaroślach i jeżynach rosną zajączki (woj. łódzkie, pow. brzeziński – Głowacka 2009). Komentarz – j.w.
- W otoczeniu brzoż występują kozłarze (woj. lubelskie, gm. Krasnobród, Adamów, Józefów, Zwierzyniec, Krynice – Kurantowicz 2012). Komentarz – j.w.
- Pod osikami można spotkać kozłarza czerwonego (woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszła – Płona 2013). Komentarz – j.w.
- Opieńki występują w lasach mieszanych (woj. lubelskie, gm. Krasnobród, Adamów, Józefów, Zwierzyniec, Krynice – Kurantowicz 2012). Komentarz – j.w.

- Będą grzyby, bo ziemia pleśniej – na ścieżkach pojawia się grzybnia – pajęczynka (woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla – Plona 2013). Na wiązanie grzybów z pleśnią wskazuje też Marczyk (2003).
- Grzyby „lubią” rosnąć w grupach, po znalezieniu jednego warto poszukać obok; szczególnie podgrzybki, prawdziwki (woj. lubelskie, gm. Komarówka Podlaska, rok 2011, informator – kobieta w wieku 74 lat, rolnik, gospodyni domowa; woj. mazowieckie, gm. Stoczek, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 79 lat, maszynista; woj. lubelskie, gm. Jabłoń, rok 2011, informator – kobieta w wieku 56 lat, sprzątaczką) (ankiety – materiały niepublik.); woj. lubelskie, okolice Białej Podlaskiej (Ledworuch 2012). Przeświadczenie o tym, że każdy grzyb ma brata, więc kto znajdzie pierwszy grzyb, powinien szukać jego braci, jest powszechne na Słowiańszczyźnie (Marczyk 2003).
- Raz zobaczony grzyb już nie urośnie, trzeba go zerwać (woj. mazowieckie, gm. Stoczek, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 79 lat, maszynista) (ankiety – materiały niepublik.); woj. lubelskie, okolice Białej Podlaskiej (Ledworuch 2012); woj. podlaskie, gm. Gródek, Michałowo, Zabłudów, Narew (Ślubowska 2013); woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla (Plona 2013). Taki przesąd obecny jest także na Kaszubach (Siemiński 2007), był w przeszłości dość powszechny (Marczyk 2003). Aktualnie wśród młodszego pokolenia – w opisanym regionie Białej Podlaskiej – zgadza się z tym stwierdzeniem ok. 12% respondentów (Chwałuk 2015).
- Nie zbieramy grzybów z blaszkami, tych, które po dotknięciu barwią się na inny kolor (pogranicze woj. łódzkiego i mazowieckiego, okolice Skierniewic – Pięćek 2011).
- Grzyby „jadowite” nigdy nie są robaczywe, nie uszkadzają ich ślimaki ani inne zwierzęta – pogranicze woj. łódzkiego i mazowieckiego, okolice Skierniewic (Pięćek 2011); woj. warmińsko-mazurskie, gm. Nidzica, Janowo, Janowiec (Skudynowska 2013); woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla (Plona 2013). Na ten przesąd zwrócił uwagę Grzywnowicz (2002), zauważając jego szkodliwość (trujące muchomory sromotnikowe są jedzone przez ślimaki i wiewiórki). Aktualnie wśród młodszego pokolenia – na przykład w regionie Białej Podlaskiej – zgadza się z tym stwierdzeniem ok. 17% respondentów (Chwałuk 2015).
- W dostępnych współczesnych publikacjach naukowych przedstawiono jeszcze inne zwyczaje i przesady. Na przykład według wierzeń mieszkańców regionu kaszubskiego, nie można się myć przed grzybobraniem, natomiast powinno się umyć po jego zakończeniu (Siemiński 2007), a na grzyby nie powinna się wybierać kobieta ciężarna, by nie wpłynęły na nią złe moce, co wynikało z magii związanej z lasem i grzybami, związków grzybów z zaświatami (Marczyk 2003, Siemiński 2007). Nieco inną wersję zachowania przed grzybobraniem, zapisaną w XIX literaturze naukowej poświęconej etnografii, przedstawia Trojanowska (2008): przed wyjściem do lasu należało się starannie umyć, aby uniknąć niebezpieczeństw spowodowanych przez grzyby (np. choroby, odebranie krowom mleka). O rozbieżnościach w zaleceniach dotyczących mycia się przed grzybobraniem napisał także Marczyk (2003). Unikano wychodzenia na grzyby w niektóre dni, jak na przykład w dniu św. Piotra i podwyższenia Św. Krzyża (Marczyk 2003). W czasie grzybobrania nie można było modlić się, a nawet przeżegnać, by grzyby nie pochowały się pod ziemię (Trojanowska 2008). Marczyk (2003) wspomina jednak, że należało się przeżegnać, by odwrócić prognozowane złe grzybobranie po zobaczeniu zakonnicy czy księdza.

## Zwyczaje związane z wykorzystaniem grzybów

Poniżej podano przykłady praktyczne i przesady związane z zastosowaniem/użytkowaniem wybranych gatunków grzybów, z podaniem ich regionalizacji oraz źródła informacji.

Grzyby niezależnie od gatunku:

- wszystkie grzyby w młodym wieku są jadalne (pogranicze woj. łódzkiego i mazowieckiego, okolice Skierniewic – Pięcek 2011),
- grzyby gotować przynajmniej pół godziny/bardzo długo (woj. mazowieckie, gm. Stoczek, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 79 lat, maszynista; woj. podlaskie, gm. Szudziałowo, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 58 lat, rolnik) (ankiety – materiały niepublik.); woj. lubelskie, gm. Krasnobród, Adamów, Józefów, Zwierzyniec, Krynice (Kurantowicz 2012); woj. łódzkie, pow. brzeziński (Głowacka 2009). Według Marczyka (2003) gotowanie i zlewanie wody stanowiło w tradycji element oczyszczania grzybów (nie tylko w sensie toksyn czy gorzkiego smaku), przechodzenia od natury do kultury. O długim gotowaniu lub smażeniu grzybów (co najmniej 15 minut) w tradycji regionu podkarpackiego (Krosno, Strzyżów) wspominają także Łuczaj i Nieroda (2011),
- przez gotowanie, marynowanie w occie czy suszenie można pozbyć się trucizny z grzybów (woj. warmińsko-mazurskie, gm. Nidzica, Janowo, Janowiec – Skudynowska 2013). Jest to tylko częściowo słuszne, według Grzywnowicza (2002) dłuższe termiczne obrabianie (co najmniej 15 minut) wskazane jest w przypadku grzybów szkodliwych na surowo, jak podgrzybek brunatny, opieńki, czerwone kozaki, pozwala to na rozkład niezdrowych substancji,
- małe grzybki, młode lepiej nadają się do marynowania, a większe, starsze – do suszenia (woj. lubelskie, gm. Komarówka Podlaska, rok 2011, informator – kobieta w wieku 74 lat, rolnik, gospodyni domowa) (ankiety – materiały niepublik.),
- dawniej uważano, że grzyby należy suszyć na słońcu na blasze, a nie na kuchni, do teraz sporo osób tak postępuje (woj. lubelskie, gm. Komarówka Podlaska, rok 2011, informator – kobieta w wieku 74 lat, rolnik, gospodyni domowa) (ankiety – materiały niepublik.),
- dawniej suszono grzyby na słońcu bądź w wędzarni w „wiankach”, a potem przechowywano w specjalnych komorach ziemnych (woj. warmińsko-mazurskie, gm. Nidzica, Janowo, Janowiec – Skudynowska 2013),
- dawniej uważano, że powinno się suszyć grzyby zaatakowane przez robaki, to robaki zginą (woj. podlaskie, gm. Szudziałowo, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 58 lat, rolnik) (ankiety – materiały niepublik.). Grzywnowicz (2002) przestrzega przed jedzeniem grzybów robaczywych i starych, jako niebezpiecznych dla zdrowia człowieka,
- dawniej uciąło się tarninę i nabijało na nią grzyby i tak się je suszyło (woj. podkarpackie, gm. Brzozów, rok 2011, informator – kobieta w wieku 60 lat, emerytka) (ankiety – materiały niepublik.). O suszeniu grzybów nabitych na sęczki rozwidlonych gałęzi wspomina Marczyk (2003), był to zwyczaj kultywowany na Warmii i Mazurach, z tą różnicą, że podsuszano grzyby w dymie wędzarniczym,
- suszone grzyby można potem wykorzystywać przez cały rok (Pięcek 2011, Ślubowska 2013), np. do bigosu i barszczu (woj. lubelskie, gm. Jabłoń, rok 2011, informator – kobieta w wieku 56 lat, sprzątaczką), a także zupy grzybowej (woj. podlaskie, gm. Narew, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 50 lat, leśnik) (ankiety – materiały niepublik.);

poza bigosem i zupą grzybową wymieniono także żurek, zalewajkę, sosy i jako farsz do pierogów, uszek, krokietów, zwrócono uwagę na tradycyjne wigilijne potrawy z udziałem suszonych grzybów (woj. lubelskie, gm. Włodawa, Wiryki, Stary Brus, Sosnowka, Hanna – Neczaj 2012; woj. podlaskie, gm. Gródek, Michałowo, Zabłudów, Narew – Ślubowska 2013; woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla – Płona 2013). Według Trojanowskiej (2008) obecność grzybów na wieczerzy wigilijnej w XIX wieku wynikała z łączenia grzybów z zaświatami, z kolei Marczyk (2003) zwrócił uwagę na inny wymiar obecności grzybów na Wigilię – na stole powinny być znaleźć się potrawy z podstawowych roślin uprawnych oraz płodów pochodzących ze zbieractwa, by w kolejnym roku zapewnić sobie ich urodzaj. Ważną rolę grzybów w wigilijnej tradycji Polaków podkreślają także Łuczaj i Nieroda (2011). Suszenie grzybów wymieniane było jako jeden ze sposobów użytkowania grzybów w XIX-wiecznych ankietach etnobotanicznych (Łuczaj i Köhler 2014),

- kiedyś przyrządzano więcej potraw z grzybów, więcej ich suszono, grzyby były zasalane w glinianych garnkach (woj. warmińsko-mazurskie, gm. Susz, rok 2011, informator – kobieta w wieku 49 lat, technik technolog) (ankiety – materiały niepublik.); o soleniu grzybów – jako tradycyjnym kresowym sposobie konserwacji grzybów, szczególnie rydzów – wspomniano także w badaniach Płony (2013). Należy rozumieć ten wpis („więcej potraw”) w kategoriach ilościowych, a nie jakościowych, gdyż grzyby stanowiły ważny składnik pożywienia w czasach biedy, w niektórych regionach spożywano je w sezonie codziennie (Marczyk 2003),
- świeże grzyby smaży się na patelni z cebulą, można robić kotlety mielone z grzybami, pierogi i knedle z nadzieniem grzybowym, jajecznice z grzybami (kurkami), zupy ze świeżych grzybów (szczególnie kurek) (woj. lubelskie, okolice Białej Podlaskiej – Ledworuch 2012; woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla – Płona 2013), można też smażyć w panierce, robić pasty grzybowe i stosować grzyby w sałatkach, jako farsz do krokietów (woj. lubelskie, gm. Krasnobród, Adamów, Józefów, Zwierzyniec, Krynice – Kurantowicz 2012; woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla – Płona 2013); dodatkowo sos grzybowy ze śmietaną (woj. podlaskie, gm. Gródek, Michałowo, Zabłudów, Narew – Ślubowska 2013; woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla – Płona 2013), a także składnik pizzy, zapiekanek, naleśników z grzybami lub z mięsem i grzybami, rurek z grzybami, sufletów – np. z zielonkami, pasztetów – np. z maślaków (woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla – Płona 2013); dodatkowo grzyby obsmażane w cieście (woj. łódzkie, pow. brzeziński – Głowacka 2009). Na rozszerzanie się palety dań z grzybami w związku z publikowaniem przepisów w czasopiśmie, pojawianiem się nowych mód i przypraw, zwracają uwagę Łuczaj i Nieroda (2011),
- na wsiach stosowane jest jeszcze (ale coraz rzadziej) kiszenie grzybów – grzyby układane są warstwami, przesypane solą i obciążane z wierzchu (pogranicze woj. łódzkiego i mazowieckiego, okolice Skierniewic – Pięcek 2011; woj. warmińsko-mazurskie, gm. Nidzica, Janowo, Janowiec – Skudynowska 2013) lub też zalewano grzyby słonym roztworem, a przed użyciem płukano i moczo w chłodnej wodzie ok. 48 godzin (woj. podlaskie, gm. Gródek, Michałowo, Zabłudów, Narew – Ślubowska 2013). Według Marczyka (2003), różnica między kiszeniem i soleniem grzybów polegała na tym, że kiszono głównie grzyby surowe, a solono zwykle grzyby wcześniej obgotowane. O kiszeniu/kwaszeniu grzybów (borowiki, gąski żółte, koźlarze, maślaki, podgrzybki, rydze) – jako obyczajowi starym, szczególnie na Kresach – piszą Łuczaj i Köhler (2014),

- resztki po obraniu grzybów można wysypać pod drzewa np. w ogrodzie, może się rozsiać (woj. lubelskie, gm. Komarówka Podlaska, rok 2011, informator – kobieta w wieku 74 lat, rolnik, gospodyni domowa; woj. podlaskie, gm. Piątnica, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 70 lat, emeryt) (ankiety – materiały niepublik.). Współcześnie wśród ankietowanych studentów Akademii Wychowania Fizycznego w Białej Podlaskiej 23% wyrzuca resztki grzybów do lasu (Chwaluk 2015),
- po zbiorze nie można długo przechowywać grzybów, do przerobu powinno się przystąpić od razu po powrocie z lasu (woj. lubelskie, gm. Włodawa, Wyryki, Stary Brus, Sosnowka, Hanna – Neczaj 2012; woj. warmińsko-mazurskie, gm. Nidzica, Janowo, Janowiec – Skudynowska 2013); woj. lubelskie, gm. Krasnobród, Adamów, Józefów, Zwierzyniec, Krynice – Kurantowicz 2012); woj. podlaskie, gm. Gródek, Michałowo, Zabłudów, Narew (Ślubowska 2013),
- sposoby na stwierdzenie, czy grzyby są trujące: poczernienie srebrnego przedmiotu zanurzonego w gotowanym wywarze z grzybów, zwarzenie się mleka, do którego wrzucano grzyby (pogranicze woj. łódzkiego i mazowieckiego, okolice Skierniewic – Pięceć 2011); czernienie cebuli, z którą smaży się grzyby, czernienie srebrnych sztućców, którymi się je grzyby (woj. lubelskie, okolice Białej Podlaskiej – Ledworuch 2012); czernienie cebuli, z którą gotuje się grzyby (woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla – Plona 2013; woj. łódzkie, pow. brzeziński – Głowacka 2009). O testach z wykorzystaniem cebuli czy srebrnej łyżki piszą także Grzywnowicz (2002) i Marczyk (2003),
- nie należy długo moczyć grzybów suszonych, ponieważ tracą aromat (woj. podlaskie, gm. Gródek, Michałowo, Zabłudów, Narew – Ślubowska 2013). Według Grzywnowicza (2002) dotyczy to także moczenia grzybów w trakcie ich oczyszczania – powinno polegać raczej na szybkim opłukaniu pod bieżącą wodą. Znaczenie dla zachowania pełnego aromatu i smaku grzybów ma także czas termicznej obróbki świeżych grzybów. Grzywnowicz (2002) zaleca, by trwała ona raczej krótko (10-15 minut),
- (nie dot. grzybów jadalnych) napar z hub (bez określenia gatunku) stosowano na rany i krwawienie (woj. podlaskie, gm. Szudziałowo, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 58 lat, rolnik, informacje jeszcze od dziadków) (ankiety – materiały niepublik.); słyszano o leczniczych właściwościach hub, w tym hubiaka pospolitego, ale ich nie stosowano (woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla – Plona 2013). Lecznicze zastosowanie hub (modrzewiowej, z gruszy, ze śliwy, z wiśni, hubiaka pospolitego, włóknouszka ukośnego – aktualnie błyskoporka podkorowego i porka brzożowego – aktualnie białoporka brzożowego) potwierdził u karpaccich górali Grzywnowicz (2011), a dawniejsze stosowanie w regionie kaszubskim grzybów do leczenia problemów skórnych (wypryski, wrzody) i reumatycznych – Siemiński (2007). Grzywnowicz (2002), Trojanowska (2008), Szczepkowski (2012) oraz Łuczaj i Köhler (2014) podają, że z hub rosnących głównie na starych drzewach liściastych (dębach i bukach, a także brzożach), jak m.in. hubiak pospolity, przygotowywano opatrunki tamujące krwawienia, krojąc w paski lub rozbijając środkową warstwę grzybów (czasem wcześniej gotując) i formując z niej płatki. Wynikało to z właściwości antibakteryjnych i higroskopijnych. Natomiast nalewki z hub (w zależności od gatunku) miały pomóc w leczeniu „febry”, niestrawności i biegunki (Trojanowska 2008). Marczyk (2003) dodaje także wykorzystanie hub z drzew owocowych (zwłaszcza grusz) przeciw czerwonce, choć u karpaccich górali były wykorzystywane do tego raczej huby ze śliw (Grzywnowicz 2011). Współczesne badania



potwierdzają obecność substancji leczniczych m.in. w białoporku brzozywym i hubia-ku pospolitym, w tym o właściwościach przeciwnowotworowych (Grzywnowicz 2002, Szczepkowski 2012). Należy pamiętać, że obecnie część z tych hub jest pod ochroną gatunkową – ścisłą: pniarek lekarski (*Fomitopsis officinalis* (Vill.) Bondartsev & Singer) lub częściową z możliwością pozyskania: błyskoporek podkorowy (*Inonotus obliquus* (Ach. ex Pers.) Pilát) (Rozporządzenie 2014).

Mleczaj chrząstka (*Lactarius vellereus* (Fr.) Fr.)

- woj. lubelskie, gm. Komarówka Podlaska, rok 2011, informator – kobieta w wieku 74 lat, rolnik, gospodyni domowa: grzyby dawniej pospolicie zbierane, teraz już tylko „przez starych grzybiarzy”, wygotowywano je kilkakrotnie zmieniając przy tym wodę, by nadawały się do jedzenia, obecnie już się tego prawie nie robi (ankiety – materiały niepublik.),
- w połowie XIX wieku mleczaj chrząstka był obficie zbierany przez „pospólstwo”. Poprzez moczenie pozbawiano go goryczy, potem go kwaszono do zimowego użytku. W końcu XIX wieku parzono je (trzykrotnie) dla pozbawienia goryczy, a następnie – w zależności od regionu – gotowano z cebulą i przyprawami, a po dodaniu octu podawano z kartoflami (Kurpie) bądź też kwaszono (Polesie) (Marczyk 2003). Zbieranie gatunku przez „lud” „na pokarm” w różnych regionach Polski potwierdzają wpisy w XIX-wiecznej ankiecie etnobotanicznej, choć jednocześnie zdarzają się pojedyncze wpisy uznające ten gatunek za niejadalny, a nawet jadowity (Łuczaj i Köhler 2014).

Czubajka kania (*Macrolepiota procera* (Scop.) Singer)

- woj. podlaskie, gm. Nowinka, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 75 lat, rolnik: „kanie” najlepiej przyrządzać marynując całe grzyby w dużym pojemniku, wcześniej zasypując solą. Według niego są to jedne z najsmaczniejszych grzybów, ale coraz mniej ludzi umie je dobrze przyrządzić (ankiety – materiały niepublik.),
  - kanie należy smażyć w panierce, jak kotlety schabowe – woj. podkarpackie, gm. Brzozów, rok 2011, informator – kobieta w wieku 60 lat, emerytka; woj. lubelskie, gm. Jabłoń, rok 2011, informator – kobieta w wieku 56 lat, sprzątaczką; woj. warmińsko-mazurskie, gm. Susz, rok 2011, informator – kobieta w wieku 49 lat, technik technolog (ankiety – materiały niepublik.); woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszła (Plona 2013). Smażenie kań (na maśle) w regionie podkarpackim potwierdzają Łuczaj i Nieroda (2011),
  - woj. podlaskie, gm. Narew, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 50 lat, leśnik: ankietowany najpierw obgotowuje kanię, a dopiero potem panieruje w jajku i bulce tartej i smaży (ankiety – materiały niepublik.),
  - według Grzywnowicza (2002) czubajka kania zajmuje wysokie drugie miejsce (zaraz po prawdziwku) na angielskich i amerykańskich listach przysmaków mykologów.
- Piestrzenica kasztanowata (*Gyromitra esculenta* (Pers.) Fr.)
- woj. lubelskie, gm. Komarówka Podlaska, rok 2011, informator – kobieta w wieku 74 lat, rolnik, gospodyni domowa: grzyby dawniej pospolicie zbierane, teraz już tylko „przez starych grzybiarzy”, wygotowywano je kilkakrotnie zmieniając przy tym wodę, by nadawały się do jedzenia, obecnie już się tego prawie nie robi (ankiety – materiały niepublik.),
  - pogranicze woj. łódzkiego i mazowieckiego, okolice Skierniewic (Pięćek 2011): przez niektórych ankietowanych jej wartość użytkowa została wysoko oceniona. W ankietach etnobotanicznych z końca XIX wieku w regionie sieradzkim uważana była za bardzo pożywny pokarm (Łuczaj i Köhler 2014),

- według Marczyka (2003) piestrzenice kasztanowate suszono lub spożywano w świeżej postaci, na przykład w okolicach Gorlic smażono na maśle i przyprawiano jajkiem. Zwraca on także uwagę na przypisywane na Podlasiu gatunkowi właściwości lecznicze (odkażające). Grzywnowicz (2002) przestrzega przed możliwością śmiertelnego zatrucia piestrzenicą, a Łuczaj i Köhler (2014) zauważają, że współczesne użytkowanie tego gatunku zanika, co ma związek z kilkudziesięcioletnią kampanią informacyjną na temat zagrożeń, które wynikają z jego spożycia.  
Mleczaj rydz (*Lactarius deliciosus* (L.) Gray)
- woj. podlaskie, gm. Nowinka, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 75 lat, rolnik: rydze najlepiej smakują po dodaniu ich do jajecznicy (ankiety – materiały niepublik.),
- woj. podkarpackie, gm. Brzozów, rok 2011, informator – kobieta w wieku 60 lat, emerytka: rydze, podobnie jak opieńki, najlepiej marynować (ankiety – materiały niepublik.). Według Łuczaja i Nierody (2011) współcześnie ten gatunek jest znówu na Podkarpaciu częściej spotykany i marynowany np. na sprzedaż w dużych nizinnych miastach. W XIX wieku poza marynowaniem stosowano też kwaszenie, dzięki czemu korzystano z rydzów potem przez całą zimę (Marczyk 2003). Potwierdzają to wpisy w ankietach etnobotanicznych z końca XIX wieku o kwaszeniu rydzów na aktualnym terytorium Białorusi oraz w okolicach Garwolina – z dodatkiem cebuli i pieprzu. Z kolei marynowanie zgłoszono w regionie poznańskim (Łuczaj i Köhler 2014),
- woj. lubelskie, gm. Włodawa, Wyrki, Stary Brus, Sosnowka, Hanna (Neczaj 2012): rydze smaży się na blasze. O walorach zapachowych i smakowych rydzów pieczonych na ruszcie, docenianych już w XIX wieku, pisze Marczyk (2003). Według autora pieczono je także na węglach bądź smażono na tłuszczu. O wyjątkowych walorach smakowych tego gatunku świadczy jego łacińska nazwa – „*deliciosus*” oznacza pyszny, smaczny, wyborny. W XIX wieku w regionie sieradzkim gatunek ten określany był jako „pańska bedka”, rzadko jedzony przez lud, a raczej sprzedawany na targach i po dworach (Łuczaj i Köhler 2014),
- dawniej w regionie raciborskim posiekane świeże rydze przykładano na wrzody, by dojrzały i pękły (Marczyk 2003).  
Krowiak podwinięty (*Paxillus involutus* (Batsch) Fr.)
- woj. lubelskie, gm. Komarówka Podlaska, rok 2011, informator – kobieta w wieku 74 lat, rolnik, gospodyni domowa: grzyby dawniej pospolicie zbierane, teraz już tylko „przez starych grzybiarzy”, wygotowywano je kilkakrotnie zmieniając przy tym wodę, by nadały się do jedzenia, obecnie już się tego prawie nie robi (ankiety – materiały niepublik.). Łuczaj i Köhler (2014) zauważają, że współczesne użytkowanie tego gatunku zanika, co ma związek z kilkudziesięcioletnią kampanią informacyjną na temat zagrożeń, które wynikają z jego spożycia. Należy jednak podkreślić, że w XIX wieku niektórzy respondenci ankiety etnobotanicznej uważali prawdopodobnie ten gatunek (pod hasłem „świnki”, „swiniorki”) za niejadalny, szkodliwy – zarówno w wymienionym wyżej regionie lubelskim, jak i poznańskim (Łuczaj i Köhler 2014),
- woj. lubelskie, okolice Białej Podlaskiej: olszówkę należy dwa razy obgotować (Ledwornuch 2012),
- woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla: olszówki gotować, żeby nie były trujące (Plona 2013),
- woj. łódzkie, pow. brzeziński: olszówki gotujemy 7 razy przynajmniej 9 godzin (Głowacka 2009). W regionie łódzkim (ale okolice Kutna), jak również w okolicach Kalisza

w końcu XIX wieku gotowano olszówki „na barszczu na kwaśno przyprawianym, przez co tenże nabiera ciemnego koloru jak zupa ‘czarnina’” (Łuczaj i Köhler 2014).

Lejkowiec dęty (*Craterellus cornucopioides* (L.) Pers.)

- woj. lubelskie, gm. Komarówka Podlaska, rok 2011, informator – kobieta w wieku 74 lat, rolnik, gospodyni domowa: często zbierany, uważany za przysmak (szczególnie w pierogach), mniej „zapalonych”, obeznanych grzybiarzy odstrasza czarny kolor grzyba, uważany czasem za niejadalny (ankiety – materiały niepublik.),
- woj. lubelskie, gm. Włodawa, Wiryki, Stary Brus, Sosnówka, Hanna (Neczaj 2012) – bardzo wysoko ocenione walory użytkowe,
- woj. łódzkie, pow. brzeziński: farsz do pierogów (Głowacka 2009),
- walory smakowe grzyba potwierdza Grzywnowicz (2002) zauważając jednocześnie, że zabarwienie przez te grzyby potraw na ciemno zniechęca prawdopodobnie ludzi do ich użytkowania. Według autora, lejkowiec dęty zajmuje dwunaste miejsce na angielskich listach przysmaków mykologów. W końcu XIX wieku ich spożywcze użytkowanie potwierdzono w ankietach etnobotanicznych dotyczących regionu małopolskiego (Łuczaj i Köhler 2014),
- dawniej w regionie sieradzkim lejkowcem dętym kadzono chore wymiona krów (Marczyk 2003).

Szmaciak gałęzisty (*Sparassis crispa* (Wulfen) Fr.) – aktualnie siedziun sosnowy

- woj. lubelskie, gm. Komarówka Podlaska, rok 2011, informator – kobieta w wieku 74 lat, rolnik, gospodyni domowa: grzyb rzadko spotykany, nie zbierany, uważany za niejadalny, a nawet lekko trujący, za to bardzo często niszczone (ankiety – materiały niepublik.),
- grzyb czasem zbierany do celów jadalnych – woj. łódzkie, gm. Zgierz, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 90 lat, młynarz; woj. podlaskie, gm. Szudziałowo, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 58 lat, rolnik; woj. warmińsko-mazurskie, gm. Susz, rok 2011, informator – kobieta w wieku 49 lat, technik technolog (bardzo wysoka ocena jakości użytkowej grzyba) (ankiety – materiały niepublik.); woj. lubelskie, gm. Włodawa, Wiryki, Stary Brus, Sosnówka, Hanna (Neczaj 2012); woj. lubelskie, gm. Krasnobród, Adamów, Józefów, Zwierzyniec, Krynice (Kurantowicz 2012); woj. podlaskie, gm. Gródek, Michałowo, Zabłudów, Narew (Ślubowska 2013). Zbieranie przez lud do celów spożywczych w XIX wieku potwierdzono w ankietach etnobotanicznych dotyczących regionu Janowa Lubelskiego, Sieradza – tam gotowano go z mlekiem (Łuczaj i Köhler 2014). Według Grzywnowicza (2002) jest to grzyb wyjątkowo smaczny,
- w końcu XIX wieku we wschodniej Galicji wierzono, że ususzony i utarty na proszek owocnik leczy zastarzałe rany (Marczyk 2003). Grzywnowicz (2002) zwrócił uwagę na antygrzybowe właściwości sparassolu, substancji występującej w owocnikach, dzięki której tak łatwo nie pleśnieje.

Błyskoporek podkorowy (*Inonotus obliquus* (Ach. ex Pers.) Pilát) – dawniej włókouszek ukośny, gatunek pod ochroną częściową z możliwością pozyskania (Rozporządzenie 2014)

- woj. łódzkie, gm. Zgierz, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 90 lat, młynarz: teściowa chora na raka była skutecznie leczona wywarem z „huby brzozy” (ankiety – materiały niepublik.),
- pogranicze woj. łódzkiego i mazowieckiego, okolice Skierniewic (Pięcek 2011): kilka osób stwierdziło, że słyszało o leczniczych właściwościach „huby brzozowej” – wyciąg z tego grzyba ma ogólnie wzmacniać organizm,

- woj. podlaskie, gm. Szudziałowo, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 58 lat, rolnik: napar z „czagi” stosowany był na dolegliwości żołądkowe (informacje jeszcze od dziadków) (ankiety – materiały niepublik.),
- woj. lubelskie, gm. Jabłoń, rok 2011, informator – kobieta w wieku 56 lat, sprzątaczką: wywar z „huby brzozonej” pomaga na wrzody i guzy, osobiście nie stosowane (ankiety – materiały niepublik.),
- woj. lubelskie, gm. Włodawa, Wiryki, Stary Brus, Sosnówka, Hanna: 12 osób słyszało o właściwościach leczniczych błyskoporka w leczeniu nowotworów, w tym znajomi dwóch z tych osób stosowało w tym celu wywary z owocników (Neczaj 2012),
- woj. lubelskie, okolice Białej Podlaskiej: 4 osoby stosowały w celach leczniczych „hubę brzozy” i „guz występujący na brzozie” (Ledworuch 2012),
- woj. lubelskie, gm. Krasnobród, Adamów, Józefów, Zwierzyniec, Krynice: 19 osób słyszało, a 7 osób stosowało „hubę brzożową” (na nowotwory, poprawia odporność) i „czyr brzożowy” (zbiera się go z drzew żywych i suszy, następnie miele się i zalewa przegotowaną wodą na noc i pije rano. Stosuje się na chory żołądek, wątrobę, nerki, pęcherz moczowy lub też w przypadku złośliwych guzów nowotworowych. Ankietowany do tej pory nie stosował, ale zamierza stosować) (Kurantowicz 2012),
- woj. warmińsko-mazurskie, gm. Nidzica, Janowo, Janowiec: 9 osób zna hubę brzożową jako środek leczniczy przy problemach z żołądkiem, pęcherzem moczowym i nerkami, grzyb ten spożywano w postaci sproszkowanej w małej ilości, gdyż większa mogłaby zaszkodzić człowiekowi (Skudynowska 2013),
- woj. podlaskie, gm. Gródek, Michałowo, Zabłudów, Narew: „czyr brzożowy” wskazywany jako grzyb leczniczy (Ślubowska 2013),
- woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla, rok 2011: huba na brzozie wskazywana była jako grzyb leczniczy (Plona 2013),
- lecznicze użytkowanie „czyra” w odniesieniu do nowotworów oraz nieżyłtów żołądkowo-jelitowych potwierdza u karpaccich górali Grzywnowicz (2011), a ogólnie dla terenu Polski Marczyk (2003). Już w XIX wieku używano tego gatunku jako leku na raka. Pod tym pojęciem rozumiano schorzenia żołądka i jelit, a także choroby nowotworowe z silnymi bólami. Przygotowywano do picia odwar ze sproszkowanego grzyba (Marczyk 2003, Trojanowska 2008) lub krojono grzyb w cienkie plastry, wygotowywano i przykładano na zmienione miejsca. Inne zastosowanie wiązało się ze stosowaniem opatrunków z „czyra” (Trojanowska 2008). Współczesne badania potwierdzają obecność w błyskoporku substancji leczniczych o właściwościach przeciwnowotworowych (Grzywnowicz 2002, Szczepkowski 2012) i immunostymulujących, poza powyższymi zastosowaniami grzyb ma m.in. pozytywne oddziaływanie na centralny układ nerwowy (Szczepkowski 2012). Mimo że błyskoporek był wykorzystywany do leczenia już w XIX w., nie został on jednak wymieniony w ówczesnej ankiecie etnobotanicznej dotyczącej m.in. tradycyjnego nazewnictwa/użytkowania grzybów jadalnych i niejadalnych (Łuczaj & Köhler 2014).  
Pieczarka łąkowa (pieczarka polna) (*Agaricus campestris* L.)
- woj. podlaskie, gm. Nowinka, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 75 lat, rolnik: ankietowany słyszał o tym, że pieczarki polne mają właściwości lecznicze (na rany skórne), ale osobiście tego nie stosował (ankiety – materiały niepublik.),
- już w XIX wieku młode osobniki uważano za przysmak. Pieczarki były marynowane, a suszone, potłuczone i uzupełnione ziołami stosowane były jako zaprawa do mięs. Pie-

czono je także na blasze bądź gotowano w śmietanie (Marczyk 2003). Według XIX-wiecznej ankiety etnobotanicznej, pieczarka uważana była w regionie sieradzkim za bardzo pożywny grzyb, choć raczej sprzedawany „na targach i po dworach”, a w okolicach Garwolina prawdopodobnie gotowana z kaszą jaglaną bądź pieczona z solą np. wprost na węglach (Łuczaj i Köhler 2014),

- w połowie XIX wieku wierzono, że woda nalana na pieczarki (bez podania gatunku) i zostawiona do otwarcia pieczarek miała leczyć brodawki na rękach (Marczyk 2003). Grzywnowicz (2002) podaje, że wszystkie jadalne pieczarki miały zastosowanie w leczeniu astmy, chorobach skóry, alergiach i egzemach. Współcześnie za jeden z ważniejszych grzybów o właściwościach leczniczych uważa się pieczarkę dwuzarodnikową. Zakres jej stosowania obejmuje zapobieganie i leczenie uzupełniające w chorobach nowotworowych, ochronę i wzmocnienie funkcjonowania wątroby oraz wspieranie leczenia ran i zapobieganie nadmiernemu bliznowaceniu (Habith i Schaar 2014). To ostatnie zastosowanie jest bliskie temu podanemu w badaniach ankietowych na Podlasiu (ankiety – materiały niepublik.).

Muchomor czerwony (*Amanita muscaria* (L.) Lam.)

- woj. podlaskie, gm. Nowinka, rok 2011, informator – mężczyzna w wieku 75 lat, rolnik: ankietowany słyszał o tym, że niewielka ilość muchomora czerwonego (wyciąg z tego grzyba) polepsza pracę organizmu, ale osobiście tego nie stosował (ankiety – materiały niepublik.). Według Marczyka (2003) nalewka na ususzonym muchomorze czerwonym miała leczyć zgagę. W ankietach etnobotanicznych z końca XIX wieku znalazł się wpis z aktualnego regionu Białorusi o picciu spirytusu „nalanego na muchomor” w „różnięciu żołądka”,
- woj. lubelskie, gm. Jabłoń, rok 2011, informator – kobieta w wieku 56 lat, sprzątaczką: gotowanie 6 godzin muchomora zlikwiduje właściwości trujące, ankietowana osobiście tego nie próbowała (ankiety – materiały niepublik.),
- woj. warmińsko-mazurskie, gm. Susz, rok 2011, informator – kobieta w wieku 49 lat, technik technolog: „nie jedz muchomor, bo będziesz chory” (ankiety – materiały niepublik.),
- pogranicze woj. łódzkiego i mazowieckiego, okolice Skierniewic: kilka osób stwierdziło, że muchomor czerwony leczy zwyrodnienia stawów (Pięcek 2011). Właściwości antyreumatyczne, a także lecznicze względem dyzenterii i zmian skórnych przypisywane były muchomorowi przez górali karpaccich (Grzywnowicz 2011). Wszystkie te zastosowania znane były już w XIX wieku (Trojanowska 2008), przy czym w zależności od przypadłości w różny sposób przyrządzano lekarstwa: nalewki z surowych lub suszonych owocników, esencje, gotowane lub świeże owocniki (Marczyk 2003, Trojanowska 2008). W ankietach etnobotanicznych z końca XIX wieku podano też fermentowanie owocników szczelnie zamkniętych w butelce umieszczonej w „końskiej mierzwie” przez 4 tygodnie – do leczenia reumatyzmu (Łuczaj i Köhler 2014),
- muchomor jako trutka na muchy: rozgniecione muchomory posypane cukrem – pogranicze woj. łódzkiego i mazowieckiego, okolice Skierniewic (Pięcek 2011); rozgniecione muchomory posypane cukrem lub polane śmietaną – woj. lubelskie, okolice Białej Podlaskiej (Ledworuch 2012); w pomieszczeniach wykładano podpieczonego na blaszce muchomora, zamykano szczelnie drzwi i okna, po kilku godzinach wietrzono – woj. warmińsko-mazurskie, okolice Reszla (Plona 2013); młode owocniki smażone na kuchni

- woj. łódzkie, pow. brzeziński (Głowacka 2009). Tradycja takiego wykorzystania muchomora czerwonego jest długa, o czym świadczą wpisy w ankietach etnobotanicznych z końca XIX wieku, np. z regionu sieradzkiego, okolic Garwolina – tam surowe polewano mlekiem (Łuczaj i Köhler 2014). Stosowanie muchomorów (jednak bez określenia gatunku) jako trutki na muchy potwierdził Siemiński (2007), podając kaszubski sposób: rozgniatano grzyby w naczyniu, a następnie dodawano do nich mleko i cukier. Grzywnowicz (2011) potwierdza takie zastosowanie muchomora czerwonego u karpaccich górali, a Trojanowska (2008) podaje jeszcze dodatkowe zastosowanie: papką z rozgniecionych muchomorów smarowano szczeliny w podłogach i ścianach, żeby pozbyć się pluskiew,
- warto też wspomnieć o magicznych zastosowaniach muchomora czerwonego, który wprowadzał w trans, odurzenie (Grzywnowicz 2002). Wytwarzano z niego także truciznę (Łuczaj i Köhler 2014).
- Czernidłak kołpakowaty (*Coprinus comatus* (O.F. Müll.) Pers.)
- woj. lubelskie, gm. Włodawa, Wyryki, Stary Brus, Sosnowka, Hanna: kilka ankietowanych osób słyszało o właściwościach leczniczych czernidłaka w leczeniu nalogu alkoholowego (Neczaj 2012),
  - woj. podlaskie, gm. Gródek, Michałowo, Zabłudów, Narew: wiedza o leczniczych właściwościach gatunku z opowiadań rodziców i dziadków (Ślubowska 2013),
  - Grzywnowicz (2002) stwierdza, że to czernidłak pospolity (*Coprinopsis atramentaria*) jest jednym z grzybów, powodujących syndrom „antyalkoholowy”. Wynika to z faktu, że po zjedzeniu grzyba wypicie alkoholu w ciągu trzech dni daje objawy zatrucia (objawy skórne, wymioty, palpacje serca, skoki ciśnienia, bóle głowy, a nawet śpiączkę). To może tłumaczyć wypowiedź z pierwszej cytowanej ankiety, ze względu na podobieństwo gatunków (Neczaj 2012). Jednocześnie według autora czernidłak kołpakowaty zajmuje wysokie szóstę miejsce na angielskich listach przysmaków mykologów. W XIX-wiecznych ankietach etnobotanicznych podano z regionu Garwolina sposób ich przygotowania do jedzenia: „wygotowywa się w wodzie, płucze, a później gotuje z kaszą” jagłą (Łuczaj i Köhler 2014),
  - dawniej czarna maź z czernidłaka wykorzystywana była jako atrament, wspólnie wykorzystuje się czernidłaka m.in. w leczeniu cukrzycy (skutecznie obniża poziom cukru we krwi), zaburzeń trawiennych, hemoroidów i niszczeniu wybranych komórek rakowych (Habith i Schaar 2014).
- Muchomor sromotnikowy (muchomor zielonawy) (*Amanita phalloides* (Vaill. ex Fr.) Link)
- woj. łódzkie, pow. brzeziński: młode owocniki zalane spirytusem służyły do polewania oparzonych miejsc (Głowacka 2009),
  - Grzywnowicz (2002) zwraca uwagę na wysoką toksyczność gatunku, który powoduje najczęściej zgonów. Jednocześnie zauważa, że zawarta w muchomorze substancja amanullina ma właściwości cytotatyczne, potencjalnie przeciwnowotworowe.

## Podsumowanie

Powyżej przedstawiono tylko wybrane przesady i zwyczaje związane ze zbiorem i użytkowaniem grzybów. W rzeczywistości jest ich znacznie więcej (np. Marczyk 2003), choć o większości można mówić już tylko w aspekcie historycznym. Poza literaturą naukową bywają przedstawiane w literaturze bardziej popularnej (np. Sieczkowski 2011a, 2011b).

Zdecydowanie większą wiedzę na temat zwyczajów związanych ze zbiorem czy użytkowaniem grzybów posiadają osoby starsze, po 50. roku życia, z niższym wykształceniem (podstawowym), mieszkające na wsi (Głowacka 2009, Ledworuch 2012), a i tak wyrażają one opinię, że dużo więcej na te tematy wiedzieli ich rodzice i dziadkowie (Pięćek 2011). Wiedza ta stopniowo zanika (Skudynowska 2013), mimo że przekaz międzypokoleniowy nadal pełni najważniejszą rolę wśród źródeł informacji o grzybach u dzieci i młodzieży, jako tradycyjny, sprawdzony, oparty na doświadczeniu i praktyce (Łuczaj i Nieroda 2011, Chwaluk 2015). Jest to zjawisko zauważalne także w innych częściach świata (Łuczaj i Nieroda 2011), aczkolwiek – w przypadku Polski – regionalnie może zachodzić wolniej, o czym świadczy oparta nadal na wielu wierzeniach i przesądach wiedza studentów Akademii Wychowania Fizycznego w Białej Podlaskiej dotycząca odróżniania grzybów jadalnych od trujących (Chwaluk 2015). Liczne dawne reguły, których należało przestrzegać przy zbiorze grzybów, wynikały z przekonania o ich magicznym pochodzeniu, związkach z zaświatami (Marczyk 2003). Współcześnie prowadzone badania ankietowe wykazują, że dzieci zbierają mniej gatunków grzybów niż dorośli w tym samym regionie (Łuczaj i Nieroda 2011), co może skutkować w przyszłości ograniczeniem tradycyjnej wiedzy dotyczącej zbioru i użytkowania tych „pomijanych” gatunków. Niezbyt szerokie spektrum gatunków grzybów zbierane jest też przez młodzież akademicką (Chwaluk 2015). Warto również zauważyć, że wśród dorosłych – w zależności od płci – bywają różne preferencje odnośnie do częstotliwości chodzenia na grzyby, a także zbierania poszczególnych taksonów grzybów. W regionie podkarpackim grzyby nieco częściej zbierają mężczyźni, ale potem to głównie kobiety je zagospodarowują (Łuczaj i Nieroda 2011).

W zakresie użytkowania grzybów wśród współcześnie żyjących osób przeważa wiedza związana z walorami smakowymi i przydatnością do konsumpcji, a w zdecydowanie mniejszym stopniu obecna jest wiedza o leczniczych właściwościach poszczególnych gatunków (Siemiński 2007 – w odniesieniu do regionu kaszubskiego). Potwierdzają to przytoczone wyniki ankiet prowadzonych przez studentów Wydziału Leśnego SGGW w Warszawie, w których informacje o grzybach używanych w celach leczniczych są znacznie rzadsze i mniej konkretne od wypowiedzi związanych z ich spożywczym wykorzystaniem. Być może zależy to od regionu badań – stosunkowo dużo wiadomości na temat leczenia głównie hubami zebrał współcześnie od starszych górali karpaccich Grzywnowicz (2011). Cennym źródłem informacji o ludowej wiedzy z XIX wieku na temat leczniczych właściwości grzybów jest opracowanie Trojanowskiej (2008) pt. „Wiedza o grzybach leczniczych w polskiej literaturze naukowej XIX wieku”. Autorka przedstawiła tam tradycyjne lecznicze zastosowanie nie tylko hub, ale też grzybów jadalnych – na przykład suchych lub świeżych borowików, koźlarzy i maślaków. Suszone grzyby moczono w mleku i przykładano na wrzody, co miało ułatwiać ich pęknięcie i oczyszczenie, takie okłady działały też chłodząco i łagodząco. Potwierdza to w swoim opracowaniu także Marczyk (2003). Należką ze smardza jadalnego leczono z kolei gościec (Kieleccyzna, okolice Hajnówki). Ówczesna wiedza była połączeniem doświadczeń oraz wyobrażeń o leczniczych właściwościach grzybów, które to wyobrażenia wiązały się z podobieństwem kształtu czy faktury grzyba do objawów leczonego schorzenia czy wyglądu uzdrawianego organu (Marczyk 2003, Trojanowska 2008). Według autorki do dnia dzisiejszego w lecznictwie niekonwencjonalnym mają zastosowanie muchomor czerwony, purchawki czy huba brzożowa. Na przykład w homeopatii preparat z muchomorą czerwoną pomaga m.in. przy długotrwałym lub intensywnym wysiłku umysłowym, psychozach,

odmrożeniach i stwardnieniu rozsianym (Grzywnowicz 2002). Według Grzywnowicza Polska czy Niemcy należą do tych państw, w których znajomość i wykorzystanie leczniczych właściwości grzybów zanikło, choć nie do końca, w efekcie upływu czasu i braku osób, które kontynuowałyby tę sztukę. Jednak dziedzina ta – rewidując dawne bezpodstawne przesady – przeżywa aktualnie renesans. Mykoterapia wpływa bowiem regulująco na cały organizm, co pozwala względnie szybko usunąć dolegliwości (Habith i Schaar 2014).

Spżywanie grzybów było i jest najważniejszym aspektem ich użytkowania. W dawniejszych czasach stanowiło w wielu przypadkach podstawę wyżywienia, szczególnie ubogich osób na wsiach, w trudnych okresach (przednówek, nieurodzajny rok, lata głodu). Za najstarsze sposoby przyrządzania grzybów uważa się kisenie, solenie, pieczenie nad ogniskiem i na blasze (Marczyk 2003). Z czasem spektrum potraw i sposobu ich przyrządzania rozszerzyło się, czego dowodem są pomysły na dania z grzybami opisane w cytowanych ankietach. Mimo że Polacy uważani są za naród mykofilny, pojawiają się współcześnie spostrzeżenia, że potrawy z grzybów zaczynają mieć mniejsze znaczenie ze względu na mykofobiczne mody z zagranicy (Grzywnowicz 2002).

Ze względu na fakt, że cytowane w opracowaniu ankiety bywały wypełniane też przez młodsze osoby, pojawiły się wpisy, by nie niszczyć grzybów niejadalnych i trujących (Pięcek 2011, Ledworuch 2012, Neczaj 2012, Ślubowska 2013, Plona 2013) bądź by nie transportować grzybów w foliowych workach (Neczaj 2012, Plona 2013). Na ich podstawie widać ewolucję podejścia do korzystania z grzybów, związaną z powszechną edukacją ekologiczną (szanowanie środowiska) czy lepszym stanem wiedzy o procesach zachodzących w grzybach pod wpływem trzymania ich zamkniętych w plastikowym opakowaniu. W tym pierwszym przypadku można porównać z wypowiedziami o nazwach grzybów niejadalnych czy trujących, odnotowanymi w połowie XX wieku przez Bartnicką-Dąbkowską (1964): „Te grzyby najwyżej kto nogą kopnie, a nie nazywa” (wieś Radomno k. Nowego Miasta Lubelskiego), „To się nogą liga, nie nazywa” (Abramy k. Mińska Mazowieckiego), „Nie ziem, to takie to się nogo popicha, do jeścio nie potrzebuje” (Szymany k. Szczytna). Z drugiej jednak strony notowane też były wierzenia, że temu, kto kopie grzyby nogami, nie będzie się szczęścić (Marczyk 2003). Innym przykładem ewolucji w użytkowaniu grzybów jest ich mrożenie – szczególnie tych o zwięzłym mięszu, jak „podgrzybki, prawdziwki i kurki” (Pięcek 2011, Ledworuch 2012, Łuczaj i Nieroda 2011, Neczaj 2012), czego ludzie w przeszłości nie mieli możliwości czynić.

Część z przedstawionych zwyczajów/przesądów ma uzasadnienie, wynika z trafnego obserwowania przyrody, w tym związków grzybów z otoczeniem (podłoże, roślinność) i warunkami meteorologicznymi (deszcze, wilgoć). Część natomiast wynika z dawnego specyficznego podejścia do grzybów, które uważano za element magiczny, związany z zaświatami, na przykład niebezpieczeństwo płynące z grzybobrania dla ciężarnych kobiet. Niektóre z dawnych przekonań są wręcz groźne dla zdrowia, jak na przykład te związane z przydatnością do spożycia grzybów, które są jedzone przez leśne stworzenia bądź wszystkich młodych osobników. Tym niemniej jest to jeden z elementów folkloru, tradycji, o którym warto pamiętać, mając jednocześnie prawidłową wiedzę dotyczącą zbioru i przetwarzania grzybów.

Podobnie, jak w przypadku badań etnomykologicznych poświęconych ludowemu nazewnictwu grzybów, w pracach badawczych związanych z tradycjami zbioru i wykorzystania grzybów należy zwrócić uwagę na wiek respondentów (starsi wiedzą więcej), ich etniczne pochodzenie (by właściwie odzwierciedlić tradycje regionu, w którym prowadzone



jest badanie) oraz staranne przygotowanie materiałów (zdjęć grzybów, ich eksponatów, by wyeliminować informacje wynikające ze złego rozpoznania gatunku). Regionalne znaczenie może mieć także płeć respondentów (Łuczaj i Nieroda 2011, Chwałuk 2015). Wartość takich badań wciąż może być duża, a konsekwencje ważne dla człowieka. Potwierdza to choćby rozwój badań nad leczniczymi właściwościami dawniej stosowanych w tym celu grzybów (m.in. antybiotycznymi) i coraz szersze stosowanie mykoterapii (Grzywnowicz 2002, Trojanowska 2008, Habith i Schaar 2014). A zatem oprócz ochrony samych grzybów warto też chronić ludową wiedzę o grzybach.

## Literatura

- Bartnicka-Dąbkowska B. 1964. Polskie ludowe nazwy grzybów. Prace językoznawcze PAN nr 42. Wyd. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław-Warszawa-Kraków.
- Chwałuk P. 2015. Zainteresowanie zbieraniem grzybów i wiedza o nich u studentów Akademii Wychowania Fizycznego w Białej Podlaskiej – czy jesteśmy jeszcze mikofilami? *Etnobiologia Polska* 5: 7-14.
- Głowacka E. 2009. Badanie stanu wiedzy i świadomości etnomikologicznej mieszkańców terenu Leśnego Kompleksu Promocyjnego Lasu Spalisko-Rogowskie. Praca magisterska obroniona w Katedrze Ochrony Lasu i Ekologii SGGW.
- Grzywnowicz K. 2002. Grzyby i ludzie czyli od etnomykologii do mykotechnologii. Wyd. Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin.
- Grzywnowicz K. 2011. Etnomykologia górali karpaccich. W: Polskie tradycje użytkowania grzybów oraz ich ochrony wkładem do europejskiego dziedzictwa kultury. Streszczenia referatów i posterów. Wyd. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź, 51-52.
- Habith U., Schaar C. 2014. Grzyby prozdrowotne: przyrodolecznictwo z tradycją odkryte na nowo (ze wstępem mykologicznym profesora Krzysztofa Grzywnowicza). Wyd. Dedal, Warszawa.
- Konwencja 2011. Konwencja UNESCO w sprawie ochrony niematerialnego dziedzictwa kulturowego. Dz. U. nr 2011.172.1018.
- Królikowski M. 2009. Badanie etnomikologiczne na obszarze Puszczy Białej. Praca inżynierska obroniona w Katedrze Ochrony Lasu i Ekologii SGGW.
- Kurantowicz T. 2012. Badania etnomikologiczne wśród mieszkańców leśnych okolic Roztocza. Praca inżynierska obroniona w Katedrze Ochrony Lasu i Ekologii SGGW.
- Ledworuch G. 2012. Badania etnomikologiczne wśród mieszkańców leśnych okolic Białej Podlaskiej. Praca inżynierska obroniona w Katedrze Ochrony Lasu i Ekologii SGGW.
- Łuczaj Ł., Köhler P. 2014. Grzyby w ankiecie Józefa Rostafińskiego (1850-1928) ogłoszonej w 1883 r. Mushrooms in Józef Rostafiński's (1850-1928) questionnaire from 1883. *Etnobiologia Polska* 4: 5-54.
- Łuczaj Ł., Nieroda Z. 2011. Collecting and Learning to Identify Edible Fungi in Southeastern Poland: Age and Gender Differences. *Ecology of Food and Nutrition*, 50.4: 319-336.
- Materiały niepublik. – materiały (ankiety) zgromadzone w Zakładzie Mikologii i Fitopatologii Leśnej SGGW w Warszawie
- Marczyk M. 2003. Grzyby w kulturze ludowej. Wyd. Wydawnictwo Atla 2, Wrocław.

- Neczaj R. 2012. Badania etnomikologiczne na terenie Naleśnictwa Włodawa. Praca inżynierska obroniona w Katedrze Ochrony Lasu i Ekologii SGGW.
- Pięcek K. 2011. Badania etnomikologiczne okolic leśnych Skierniewic. Praca inżynierska obroniona w Katedrze Ochrony Lasu i Ekologii SGGW.
- Plona M. 2013. Badania stanu wiedzy etnomikologicznej mieszkańców okolic Reszla. Praca magisterska obroniona w Katedrze Ochrony Lasu i Ekologii SGGW.
- Rozporządzenie 2014. Rozporządzenie Ministra Środowiska z dnia 9 października 2014 r. w sprawie ochrony gatunkowej grzybów. Dz. U. nr 2014.0.1408.
- Sieczkowski G. 2011a. Grzyby – leśne skarby na naszym stole. Wyd. Wydawnictwo Olesiejuk, Ożarów Mazowiecki.
- Sieczkowski G. 2011b. Z babcinego notatnika. Grzyby. Wyd. Wydawnictwo Olesiejuk, Ożarów Mazowiecki.
- Siemiński T. 2007. Grzybobranie w kaszubskich lasach, jako współczesna forma ludowego zbieractwa na przykładzie lasów okolic Bytowa. W: W. Łysiak (red.) Las w kulturze polskiej. Materiały z V Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej, Cisna, 19-21.05.2006. Wyd. ECO, Poznań, 453-457.
- Skudynowska 2013. Badania etnomikologiczne wśród mieszkańców terenu Nadleśnictwa Nidzica. Praca inżynierska obroniona w Katedrze Ochrony Lasu i Ekologii SGGW.
- Szczepkowski A. 2012. Grzyby nadrzewne w innym świetle – użytkowanie owocników. Studia i Materiały CEPL w Rogowie, 32: 171-189.
- Ślubowska M. 2013. Badanie poziomu wiedzy etnomikologicznej mieszkańców terenów Nadleśnictwa Żednia. Praca magisterska obroniona w Katedrze Ochrony Lasu i Ekologii SGGW.
- Trojanowska A. 2008. Wiedza o grzybach leczniczych w polskiej literaturze naukowej XIX wieku. Rozprawy z dziejów nauki i techniki, T. 18. Wyd. Retro-Art, Warszawa, 317-356.
- [www.indexfungorum.org](http://www.indexfungorum.org) – baza danych Index Fungorum
- [www.unesco.pl/kultura/dziedzictwo-kulturowe/dziedzictwo-niematerialne](http://www.unesco.pl/kultura/dziedzictwo-kulturowe/dziedzictwo-niematerialne) – strona internetowa Polskiego Komitetu ds. UNESCO

**Ewa Referowska-Chodak**

Katedra Ochrony Lasu i Ekologii SGGW  
echodak@wl.sggw.pl