B1ALIVE

Растения Калифорнии, пища, вода, укрытия и сон

Полное русскоязычное электронное собрание статей B1ALIVE

b1alive.com

Оглавление

Растения и пища 15

Шток-роза розовая — Свежие лепестки и мягкие листья высокого садового цветка · Alcea rosea 15

Лук заострённый — розовые весенние зонтики и тонкие листья · Allium acuminatum 17

Лук узколистный калифорнийский — Весенний бело-розовый зонтик и маленькая сырая луковица · Allium amplectens 19

Лук двугребневый — Горная зелень с розовыми зонтиками · Allium bisceptrum 22

Лук колокольчатый Сьерры — Сырые весенние листья среди сухих горных склонов · Allium campanulatum 25

Лук прибрежный калифорнийский — Розово-пурпурные цветки и пахучая зелень морских обрывов · Allium dichlamydeum 28

Лук краснокожий — Маленькие луковицы с красной оболочкой южных склонов · Allium haematochiton 30

Лук прозрачный калифорнийский — Белые весенние звёздочки в предгорьях Сьерры · Allium hyalinum 32

Лук неаполитанский — Белые цветки и мягкая чесночная зелень · Allium neapolitanum 35

Лук мексикалийский — Пурпурные весенние зонтики и небольшие луковицы предгорий · Allium peninsulare . . . 37

Лук трёхгранный — белые колокольчики и нежная зелень · Allium triquetrum 38

Лук однолистный — Нежные розовые зонтики прибрежных склонов и опасные луковичные двойники · Allium unifolium 41

Лук болотный тихоокеанский — Лиловые соцветия на сырых горных лугах · Allium validum 44

Чеснок виноградниковый — Трубчатые листья и луковички вместо цветов · Allium vineale 47

Амарант белый — Мелкие сырые семена летнего перекати-поля · Amaranthus albus 49

Амарант распростёртый — Ковёр летней зелени с маленькими семенами · Amaranthus blitoides 52

Щирица гибридная — Летние молодые листья на открытой почве · Amaranthus hybridus 54

Щирица запрокинутая — летние молодые листья и мелкие семена · Amaranthus retroflexus 57

Ирга ольхолистная — весенние цветки и съедобные летние плоды 60

Ирга ютская — Сладкие маленькие яблочки сухих гор и риск больных ягод · Amelanchier utahensis 63

Тихоокеанская мадрона — красная кора и осенние съедобные плоды 66

Земляничное дерево — Осенние красные шершавые плоды у старых посадок · Arbutus unedo 69

Манзанита сероопушённая — Мучнистые зрелые плоды северных прибрежных кустарников · Arctostaphylos canescens 72

Манзанита Истуда — Красная кора, белые кувшинчики и мучнистые ягоды · Arctostaphylos glandulosa 74

Манзанита крупноплодная — летние суховатые ягоды и холодный напиток · Arctostaphylos glauca 76

Манзанита — красная кора, летние плоды и холодный напиток 78

Манзанита зеленолистная — Красновато-бурые горные плоды под яркой зеленью · Arctostaphylos patula 81

Манзанита остролистная — Суховатые сладко-кислые плоды кустарника горных пустынь · Arctostaphylos pungens 84

Толокнянка обыкновенная — Красные мучнистые ягоды на стелющихся веточках · Arctostaphylos uva-ursi 86

Манзанита белолистная — Пыльно-зелёные листья и суховатые летние плоды · Arctostaphylos viscida 89

Спаржа лекарственная — ранние побеги и ядовитые красные ягоды · Asparagus officinalis 90

Лебеда садовая — Широкие нежные листья зелёного и пурпурного цвета · Atriplex hortensis 93

Лебеда копьевидная — Молодые листья солоноватых лугов · Atriplex prostrata 96

Лебедник австралийский — Красные сочные плодики среди солёной зелени · Atriplex semibaccata 99

Сурепица американская — Молодые перечные листья у горных ручьёв · Barbarea orthoceras 101

Сурепица обыкновенная — Острая зимняя зелень и кисти жёлтых цветков · Barbarea vulgaris 102

Маргаритка многолетняя — Низкие розетки, белые корзинки и сырые бутоны · Bellis perennis 104

Магония падуболистная — Жёлтые весенние кисти и кислые синие ягоды · Berberis aquifolium 107

Барбарис Фремонта — Кисловатые тёмные плоды редкого пустынного кустарника · Berberis fremontii 110

Магония нервозная — Кислые тёмные ягоды в тени хвойного леса · Berberis nervosa 112

Барбарис калифорнийский — Колючие блестящие листья и синие ягоды · Berberis pinnata 113

Барбарис стелющийся — Низкие горные куртины с сине-фиолетовыми плодами · Berberis repens 115

Свёкла морская — Нежные весенние листья на солоноватых прибрежных почвах · Beta vulgaris subsp. maritima 117

Горчица сарептская — Молодые перечные листья и жёлтые цветки · Brassica juncea 120

Рапс посевной — Нежные сизые листья под ярко-жёлтыми цветочными кистями · Brassica napus 122

Чёрная горчица — сырые листья и холодная приправа · Brassica nigra 124

Капуста огородная — Сырые молодые листья одичавшей капусты и старых посевов · Brassica oleracea 127

Brassica rapa — полевая горчица 129

Морская горчица американская — Острые мясистые листья на океанском песке · Cakile edentula 132

Морская горчица европейская — пряная зелень на песчаном пляже · Cakile maritima 135

Каландриния мензиса — розовые весенние цветки, свежая зелень и мелкие семена · Calandrinia menziesii (ранее C. ciliata) 137

Календула полевая — Небольшие золотистые цветки и перечная зелень · Calendula arvensis 141

Календула лекарственная — Оранжевые свежие лепестки на краю сада · Calendula officinalis 143

Пастушья сумка — зелень и перечные плодики · Capsella bursa-pastoris 145

Сердечник калифорнийский — Белые весенние цветки и перечные листья в дубравах · Cardamine californica . 148

Сердечник извилистый — Острая зелень влажных мест · Cardamine flexuosa 151

Сердечник волосистый — перечные листья и белые цветки · Cardamine hirsuta 153

Сердечник малосемянный — перечная зелень у лесной тропы · Cardamine oligosperma 156

Чертополох итальянский — очищенные молодые стебли без нагрева · Carduus pycnocephalus 159

Карпобротус съедобный — Жёлтые прибрежные цветы и зрелые плоды морского инжира · Carpobrotus edulis . 162

Каркас южный — Маленькие сладковатые костянки городских деревьев · Celtis australis 165

Каркас сетчатый — Мелкие сладкие плодики на каменистых пустынных склонах · Celtis reticulata 167

Каркас китайский — Мелкие тёмные плодики у городских улиц и парков · Celtis sinensis 170

Церцис западный — розовые цветки на голых ветвях · Cercis occidentalis 173

Иван-чай узколистный — Нежный весенний прирост на лесных гарях · Chamerion angustifolium 176

Чинквапин золотистый — Орехи в колючей плюске и золотистые листья прибрежных лесов · Chrysolepis chrysophylla 179

Чинквапин кустарниковый — Сладкие орешки внутри колючих горных шариков · Chrysolepis sempervirens . . . 182

Cichorium intybus — цикорий обыкновенный 185

Бодяк полевой — Очищенные молодые листья и нежные стебли · Cirsium arvense 188

Бодяк короткостолбиковый — Съедобные сырые корни северных прибрежных лугов · Cirsium brevistylum . . . 190

Бодяк обыкновенный — Мягкая сердцевина молодых колючих стеблей · Cirsium vulgare 192

Клейтония тонкая — Крошечные мясистые листочки и бело-розовые цветки на каменистых склонах · Claytonia exigua 194

Клейтония ланцетолистная — Нежные листья и маленькие сырые клубни после схода снега · Claytonia lanceolata 196

Клейтония мелкоцветковая — Весенние узкие листья и мелкие цветки у лесных ручьёв · Claytonia parviflora . . 199

Минерский салат — зелень после зимних дождей 202

Клейтония красностебельная — Нежные весенние листья над красноватой розеткой · Claytonia rubra 204

Клейтония сибирская — Розовые цветки и нежные листья влажного северного леса · Claytonia sibirica 207

Йерба-буэна калифорнийская — Душистые листья под приморскими дубами · Clinopodium douglasii 210

Кориандр посевной — кинза — Нежные пряные листья и сухие ароматные плодики · Coriandrum sativum 212

Фундук калифорнийский — Скрытый в длинном зелёном клюве съедобный орех · Corylus cornuta ssp. californica 215

Боярышник Дугласа — чёрные осенние плодики у речных опушек · Crataegus douglasii 218

Боярышник двустолбиковый — Лопастные листья и осенние красные яблочки · Crataegus laevigata 221

Боярышник однопестичный — Колючие ветви, белые весенние цветки и красные плодики · Crataegus monogyna 224

Скерда тонкостебельная — Нежная розетка с жёлтыми корзинками · Crepis capillaris 226

Скерда пузырчатая — Листовая зимняя розетка и жёлтые корзинки · Crepis vesicaria subsp. taraxacifolia 229

Айва обыкновенная — Ароматный жёлтый плод, пригодный сырым лишь после размягчения · Cydonia oblonga 231

Сыть съедобная (чуфа) — подземные клубеньки с ореховым вкусом · Cyperus esculentus 234

Хурма виргинская — Мягкие осенние плоды старых посадок · Diospyros virginiana 237

Двурядник стенной — Острая листовая зелень с мелкими жёлтыми цветками · Diplotaxis muralis 239

Двурядка тонколистная — дикая рукола на сухих пустырях · Diplotaxis tenuifolia 241

Эхиноцереус Энгельмана — Съедобные красные плоды среди длинных колючек · Echinocereus engelmannii . . 244

Лох узколистный — Серебристая листва и сладкие мучнистые плоды · Elaeagnus angustifolia 246

Мушмула японская (локва) — Оранжевые плоды ранней весны · Eriobotrya japonica 248

Аистник крупный — Мягкое основание молодых клювовидных плодов · Erodium botrys 250

Аистник цикутовый — Розовые цветки, перистые листья и длинные клювы · Erodium cicutarium 253

Аистник мускусный — нежные весенние листья и розовые цветки · Erodium moschatum 255

Руккола посевная — Пикантные резные листья и кремовые цветки · Eruca vesicaria 258

Инжир — зрелые свежие плоды · Ficus carica 260

Фенхель обыкновенный — ажурная зелень и ароматные плоды · Foeniculum vulgare 263

Белый шалфей — сырые молодые стебли и семена 266

Земляника садовая — клубника — Сочные красные плоды с семянками на поверхности · Fragaria × ananassa . 269

Fragaria chiloensis — прибрежная земляника 271

Лесная земляника — белые цветки, летние плоды и съедобные листья 274

Земляника виргинская — Горные розетки и сладкие красные плоды · Fragaria virginiana 277

Галинсога мелкоцветковая — Мягкие листочки низкого летнего сорняка · Galinsoga parviflora 280

Галинсога четырёхлучевая — Опушённая летняя зелень с крошечными белыми венчиками · Galinsoga quadriradiata

Подмаренник цепкий — Весенняя липкая зелень под деревьями · Galium aparine 285

Салал — вечнозелёный кустарник со сладкими летними ягодами 288

Подсолнечник однолетний — дикие жёлтые корзинки и сырые семена · Helianthus annuus 291

Топинамбур — Хрустящие подземные клубни поздней осени · Helianthus tuberosus 293

Вечерница матроны — Молодые горчичные листья под фиолетовыми кистями · Hesperis matronalis 296

Гибискус сирийский — Сырые летние цветки и молодые листья садового куста · Hibiscus syriacus 298

Гибискус трёхраздельный — Кремовый цветок с тёмным центром и нежные молодые листья · Hibiscus trionum 300

Горчица средиземноморская — Зимняя острая зелень и короткие стручки · Hirschfeldia incana 303

Пазник гладкий — Молодые горьковатые листья на песчаных лугах · Hypochaeris glabra 305

Пазник стержнекорневой — волосистые розетки и жёлтые цветки · Hypochaeris radicata 307

Орех Хиндса — Чёрный грецкий орех речных лесов Сакраменто · Juglans hindsii 310

Калифорнийский можжевельник — голубоватые шишкоягоды с мякотью 313

Латук канадский — Молодые мягкие листья высокой дикой салатной травы · Lactuca canadensis 316

Салат-латук огородный — Сочные хрустящие листья редкого самосева у грядок · Lactuca sativa 318

Латук компасный — Колючая жилка и молодые горьковатые листья · Lactuca serriola 321

Яснотка стеблеобъемлющая — Первые листья и розовые цветки после дождей · Lamium amplexicaule 323

Яснотка пурпурная — Пурпурные верхушки над зимней зеленью · Lamium purpureum 326

Клоповник полевой — Пахучая весенняя зелень с плоскими стручочками · Lepidium campestre 329

Перечник двухтычинковый — Низкая пахучая зелень и парные плодики · Lepidium didymum 331

Перечник широколистный — Высокие белые облака над влажными полями и острые листья · Lepidium latifolium 334

Клоповник пронзённолистный — Нежные перечные листья весны · Lepidium perfoliatum 336

Кресс-салат посевной — Нежные перечные листочки одичавших огородных посевов · Lepidium sativum 339

Перечник виргинский — маленькие плоские плодики и острая зелень · Lepidium virginicum 341

Дереза Андерсона — Красные ягоды пустынного колючего куста · Lycium andersonii 343

Дереза обыкновенная — годжи — Красные летне-осенние ягоды на дугообразных побегах · Lycium barbarum . 346

Дереза китайская — Зрелые красные ягоды на изгибистых ветвях · Lycium chinense 348

Дереза Фремонта — Весенние оранжевые ягодки пустынных кустарников · Lycium fremontii 350

Лавровый сумах — Тёмные плоды чапараля у океана · Malosma laurina 353

Яблоня домашняя — Сочные плоды одичавших деревьев у старых садов · Malus domestica 355

Яблоня тихоокеанская — Маленькие кислые яблочки у северных прибрежных болот · Malus fusca 357

Мальва критская — Мягкие недозрелые плоды весенней крупной мальвы · Malva multiflora 360

Malva neglecta — мальва незамеченная 362

Мальва никейская — Мягкие листья и незрелые круглые плодики · Malva nicaeensis 365

Просвирник мелкоцветковый — мягкие листья и зелёные плоды-колёсики · Malva parviflora 367

Мальва лесная — Большие лиловые цветки, нежные листья и зелёные колёсики · Malva sylvestris 370

Мальва мутовчатая — Крупные мягкие листья и незрелые плодики старых огородов · Malva verticillata 373

Маммиллярия двудомная — Алые сладкие плоды среди крючковатых колючек · Mammillaria dioica 376

Ромашка душистая — Ананасовый запах зелёных цветочных корзинок · Matricaria discoidea 378

Люцерна хмелевидная — мелкие молодые листья и жёлтые цветки · Medicago lupulina 380

Люцерна изменчивая — Весенние тройчатые листья и колючие спиральные бобы · Medicago polymorpha 383

Люцерна посевная — Молодые листочки и побеги старых полей · Medicago sativa 386

Мелисса лекарственная — лимонные листья у старых садов · Melissa officinalis 388

Мята канадская — Дикие мятные листья у влажных лугов · Mentha canadensis 391

Мята перечная — Освежающие молодые листья у старых влажных посадок · Mentha × piperita 394

Мята колосистая — ароматные листья у садов и канав · Mentha spicata 396

Мезембриантемум хрустальный — Листья в прозрачных каплях и прохладная прибрежная зелень · Mesembryanthemum crystallinum 399

Койотовая мята — Фиолетовые цветочные головки и холодный пряный напиток · Monardella villosa 402

Монтия ключевая — Мягкая зелень у воды и опасность загрязнённых источников · Montia fontana 405

Morus alba — белая шелковица 407

Шелковица чёрная — Тёмно-фиолетовые сочные соплодия старых садов · Morus nigra 410

Шелковица красная — Почти чёрные сочные плоды редкого одичавшего дерева · Morus rubra 412

Мескит медовый западный — Сладкие стручки пустынного дерева · Neltuma odorata 415

Базилик душистый — Свежие пряные листья и летние цветки старых огородов · Ocimum basilicum 418

Особерри — индейская слива — Ранние белые цветки и летние тёмные костянки · Oemleria cerasiformis 420

Опунция бобровый хвост — Плоские лопасти с незаметными глохидиями и розовые цветки · Opuntia basilaris . 421

Опунция хлоротическая — Пурпурные плоды на круглолистном пустынном кактусе · Opuntia chlorotica 424

Опунция Энгельмана — Малиновые пустынные плоды и нежные зелёные лепёшки · Opuntia engelmannii 427

Opuntia ficus-indica — инжирная опунция 429

Опунция прибрежная — Летние пурпурные плоды на колючих плоских стеблях · Opuntia littoralis 432

Опунция чапараля — колючие лопасти, свежие бутоны и красные плоды 434

Опунция буроколючковая — Сочные позднелетние плоды пустынных склонов · Opuntia phaeacantha 437

Душица обыкновенная — Свежая пряная зелень у старых садов и травянистых склонов · Origanum vulgare . . 439

Кислица капская — Яркие жёлтые цветки и кислые трилистники после дождей · Oxalis pes-caprae 442

Пало-верде голубое — Молодые зелёные стручки пустыни · Parkinsonia florida 445

Пассифлора голубая — Бело-синий цветок и оранжевый плод с красными ариллами · Passiflora caerulea 447

Петрушка огородная — Ароматная листовая зелень и опасность диких зонтичных двойников · Petroselinum crispum 449

Финиковая пальма — Сырые сладкие плоды оазисов и старых посадок · Phoenix dactylifera 452

Физалис угловатый — Золотистая ягода внутри десятигранного фонарика · Physalis angulata 454

Физалис толстолистный — Жёлтый плод в бумажной чашечке на пустынном склоне · Physalis crassifolia 456

Физалис длиннолистный — Зелёно-жёлтая ягода редкого одичавшего физалиса · Physalis longifolia 459

Физалис перуанский — Золотистая ягода внутри бумажного фонарика · Physalis peruviana 461

Томатилло — физалис мексиканский — Крупный зелёный плод, заполняющий бумажную оболочку · Physalis philadelphica 464

Физалис опушённый — Сладко-кислая золотая ягода внутри мягкого фонарика · Physalis pubescens 466

Сосна скрученная — Две короткие иглы и маленькие семена горных лесов · Pinus contorta 468

Сосна Култера — Гигантские шишки и крупные съедобные орешки · Pinus coulteri 471

Сосна Жеффрея — Тройные иглы, мягкие шипы шишек и сырые ядра · Pinus jeffreyi 474

Сосна сахарная — Длиннейшие шишки Сьерры и съедобные сырые семена · Pinus lambertiana 477

Сосна однохвойная — Пиньоны восточных гор и единственная игла в пучке · Pinus monophylla 480

Сосна жёлтая — Мелкие маслянистые семена под высокой рыжей корой · Pinus ponderosa 483

Сосна Парри — Крупные съедобные орешки в горных шишках · Pinus quadrifolia 486

Сосна серая калифорнийская — Крупные орешки предгорий и тяжёлые колючие шишки · Pinus sabiniana . . . 489

Подорожник вороний — Глубоко рассечённые листья у солёного побережья · Plantago coronopus 492

Подорожник ланцетный — длинные листья и тёмные колоски · Plantago lanceolata 495

Подорожник большой — широкие листья и съедобные семена · Plantago major 498

Подорожник приморский — Узкая нежная зелень на солоноватых берегах океана · Plantago maritima 501

Горец птичий — Низкие узловатые побеги у земли · Polygonum aviculare 503

Портулак огородный — сочные летние листья, побеги, цветы и семена · Portulaca oleracea 506

Слива американская — Кисло-сладкие летние плоды колючих зарослей · Prunus americana 509

Абрикос обыкновенный — Золотистые плоды старых фруктовых садов · Prunus armeniaca 511

Черешня обыкновенная — Сочные летние плоды одичавших деревьев · Prunus avium 514

Prunus cerasifera — алыча 515

Слива домашняя европейская — Летние сладкие плоды одичавших садов · Prunus domestica 518

Миндаль сладкий — Питательные ядра культурного миндаля и опасность горьких форм · Prunus dulcis 520

Вишня горькая — Маленькие красные костянки северных гор и опасные семена · Prunus emarginata 522

Вишня падуболистная — Вечнозелёные листья и красные плоды калифорнийского чапараля · Prunus ilicifolia . 525

Персик обыкновенный — Сочные летние плоды бывших фруктовых садов · Prunus persica 528

Слива японская — Сладкие летние сливы старых фруктовых посадок · Prunus salicina 530

Черёмуха поздняя — Тёмные летние плоды с опасной косточкой · Prunus serotina 532

Слива Кламат — красно-жёлтые плоды северокалифорнийских гор · Prunus subcordata 534

Черёмуха виргинская западная — терпкие тёмные плоды у горных ручьёв · Prunus virginiana var. demissa . . . 537

Гранат обыкновенный — Алые сочные зёрна осеннего плода · Punica granatum 540

Груша обыкновенная — Позднелетние плоды заброшенных садов · Pyrus communis 543

Груша азиатская — Круглые хрустящие плоды позднего лета · Pyrus pyrifolia 544

Редька дикая — весенняя зелень, цветки и хрустящие стручки · Raphanus raphanistrum 546

Raphanus sativus — одичавшая редька 549

Сумах лимонадный — красные грозди и кислый напиток без огня · Rhus integrifolia 552

Сумах сахарный — Красные плоды и холодный кисло-сладкий напиток · Rhus ovata 555

Сумах трёхлистный — Тройчатые листья и кислые плоды для холодного напитка · Rhus trilobata 558

Крыжовник горький калифорнийский — Крупные фиолетовые ягоды в железистых щетинках · Ribes amarum . 561

Золотистая смородина — свежие летние ягоды · Ribes aureum 562

Смородина прицветниковая — Синие мучнистые ягоды северного влажного леса · Ribes bracteosum 566

Крыжовник калифорнийский — Колючий куст и красные плоды на прибрежных склонах · Ribes californicum . . 569

Смородина восковая — Мелкие светлые цветки и красные ягоды в горных лесах · Ribes cereum 571

Крыжовник раскидистый — Тёмные ягоды среди шипов прибрежного куста · Ribes divaricatum 574

Смородина белоцветковая — Ароматные белые кисти и маленькие пурпурные ягоды · Ribes indecorum 576

Крыжовник белостебельный — Зелёные ветки у горных ручьёв и небольшие зрелые ягоды · Ribes inerme . . . 578

Смородина озёрная — Колючий куст с маленькими чёрными плодами у прохладных ручьёв · Ribes lacustre . . . 581

Крыжовник Лобба — Висячие красно-белые цветки и терпкие ягоды · Ribes lobbii . . . 584

Смородина чапараля — Ранние розовые цветки и мелкие пурпурные ягоды · Ribes malvaceum . . . 586

Крыжовник Мензиса — тёмная ягода в густых шипах прибрежного леса · Ribes menziesii . . . 589

Крыжовник горный — Мелкие красные щетинистые ягоды высокогорных склонов · Ribes montigenum . . . 592

Смородина горная розовая — Розовые кисти весной и тёмные ягоды Сьерры · Ribes nevadense . . . 594

Крыжовник дубравный — маленькие гладкие чёрные ягоды предгорий · Ribes quercetorum . . . 597

Крыжовник Рёцля — крупные колючие ягоды Сьерры · Ribes roezlii . . . 600

Смородина кроваво-красная — весенние цветы и летние тёмные ягоды · Ribes sanguineum . . . 602

Крыжовник фуксиевидный — Зимние алые цветки и щетинистые летние ягоды · Ribes speciosum . . . 605

Крыжовник бархатистый пустынный — Мягко опушённые маленькие ягоды на сухих склонах · Ribes velutinum 608

Смородина липкая — Золотистые цветки и тёмные ягоды северных гор · Ribes viscosissimum . . . 611

Жерушник болотный — Молодые листья и побеги у влажной почвы · Rorippa palustris . . . 613

Калифорнийская дикая роза — розовые цветки и красные плоды-шиповники . . . 616

Шиповник собачий — Красные осенние плоды и бело-розовые цветки · Rosa canina . . . 619

Шиповник лесной голоплодный — Мелкие розовые цветки и осенние плоды без чашелистиков · Rosa gymnocarpa 621

Роза многоцветковая — Белые кисти цветов и маленькие красные шиповники · Rosa multiflora . . . 624

Шиповник Ну́тка — Крупные розовые цветки и красные плоды с раздражающими волосками · Rosa nutkana . . . 626

Шиповник кистистый — Осенние красные плоды у северных ручьёв · Rosa pisocarpa . . . 629

Шиповник душистый — Яблочный запах листьев и яркие осенние плоды · Rosa rubiginosa . . . 631

Шиповник морщинистый — Крупные мясистые плоды на приморском кусте · Rosa rugosa . . . 633

Роза приземистая калифорнийская — Невысокий шиповник с розовыми цветками и оранжевыми плодами · Rosa spithamea . . . 635

Шиповник Вудса горный — Розовые летние цветки и красная мякоть осенних плодов · Rosa woodsii ssp. ultramontana . . . 637

Розмарин лекарственный — Хвойно-пряные листья вечнозелёного куста · Rosmarinus officinalis . . . 640

Гималайская ежевика — спелые чёрные ягоды · Rubus armeniacus . . . 643

Малина красная американская — Летние алые ягоды на колючих горных побегах · Rubus idaeus subsp. strigosus 646

Rubus laciniatus — разрезнолистная ежевика . . . 649

Rubus leucodermis — западная чёрная малина . . . 652

Тимблберри — бесколючая лесная малина с крупными листьями 655

Салмонберри — весенние побеги, розовые цветки и оранжевые ягоды 658

Ежевика вязолистная — Тёмные ягоды на сизых дугообразных побегах · Rubus ulmifolius 661

Калифорнийская ежевика — тонкие плети и летние ягоды 662

Щавель курчавый — очень молодые листья с кислым вкусом · Rumex crispus 665

Солерос тихоокеанский — Солёные сочные побеги на берегу приливных болот · Salicornia pacifica 668

Солянка колючая — молодые зелёные побеги до появления колючек · Salsola tragus 671

Шалфей чиа калифорнийский — Семена, набухающие в холодной воде · Salvia columbariae 674

Кровохлёбка малая — Нежные листья со свежим огуречным вкусом · Sanguisorba minor 677

Смолёвка обыкновенная — Нежные весенние листья и вздутые чашечки · Silene vulgaris 680

Расторопша пятнистая — мраморные листья и острые колючки · Silybum marianum 682

Горчица полевая — Широкие жёлтые цветки и молодая острая зелень · Sinapis arvensis 685

Гулявник высокий — Нежные острые листья перекати-поля · Sisymbrium altissimum 688

Лондонская горчица — длинные стручки и зимняя зелень · Sisymbrium irio 691

Гулявник лекарственный — Маленькие жёлтые цветки и молодые острые побеги · Sisymbrium officinale 693

Томат обыкновенный — Зрелые летние плоды самосевных огородных растений · Solanum lycopersicum 696

Осот полевой многолетний — Молодые листья среди высоких жёлтых корзинок · Sonchus arvensis 699

Осот шероховатый — колючие листья и мягкие верхушки · Sonchus asper 701

Осот огородный — мягкие листья и млечный сок · Sonchus oleraceus 704

Осот нежный — Узкие резные листья с лёгкой горчинкой · Sonchus tenerrimus 707

Шпинат огородный — Нежные прохладные листья редкого огородного самосева · Spinacia oleracea 709

Звездчатка средняя — нежная зелень прохладного сезона · Stellaria media 711

Мескит винтовой — Спиральные съедобные бобы · Strombocarpa pubescens 715

Одуванчик лекарственный — весенние листья, цветы и съедобные корни · Taraxacum officinale 717

Шпинат новозеландский — Мясистые треугольные листья на песчаном берегу · Tetragonia tetragonoides 720

Козлобородник сомнительный — Жёлтый цветок и нежные весенние побеги · Tragopogon dubius 723

Козлобородник пореелистный — Мягкий молодой корень и фиолетовые утренние цветки · Tragopogon porrifolius 725

Козлобородник луговой — Нежные корни и весенние листья под жёлтыми цветками · Tragopogon pratensis . . 727

Клевер пунцовый — Алые цветочные колосья на весенних лугах · Trifolium incarnatum . . . 729

Клевер красный — тройчатые листья и розово-пурпурные головки · Trifolium pratense . . . 731

Белый клевер — зелёные листья-тройчатки и светлые цветочные головки · Trifolium repens . . . 734

Настурция большая — листья и цветы сырыми · Tropaeolum majus . . . 737

Рогоз южный — Нежные светлые сердцевины среди узких болотных листьев · Typha domingensis . . . 740

Рогоз широколистный — сырые побеги и корневища . . . 742

Черника дернистая — Низкий ковёр маленьких листьев и сладкие синие ягоды гор · Vaccinium cespitosum . . . 745

Черника тонколистная — Лесной горный куст с летними почти чёрными ягодами · Vaccinium membranaceum . 748

Голубика овальнолистная — Синие лесные ягоды на прохладном севере · Vaccinium ovalifolium . . . 751

Вечнозелёная калифорнийская черника — чёрные ягоды среди блестящих листьев . . . 754

Красная черника — алые ягоды на тонких зелёных ветвях . . . 757

Голубика болотная — Сизо-синие ягоды холодных горных лугов · Vaccinium uliginosum . . . 759

Фиалка крючковатошпорцевая — весенняя зелень с фиолетовыми цветками · Viola adunca . . . 761

Фиалка гладкая — жёлтые цветки в сырых лесных долинах · Viola glabella . . . 764

Фиалка душистая — Ароматные весенние цветки и мягкие зимние листья · Viola odorata . . . 767

Фиалка трёхцветная — Маленькие разноцветные цветки и молодая зелень · Viola tricolor . . . 770

Дикий виноград Калифорнии — весенние усики и тёмные гроздья осени . . . 772

Виноград Гирда — маленькие тёмные грозди южных каньонов · Vitis girdiana . . . 775

Виноград культурный — Сладкие грозди у старых лоз и речных оград · Vitis vinifera . . . 778

Калифорнийская веерная пальма — Мелкие тёмные плоды пустынных оазисов · Washingtonia filifera . . . 780

Юкка банановая — Жёсткие листья, кремовые цветки и мягкие зрелые плоды пустыни · Yucca baccata . . . 782

Мохавская юкка — жёсткие листья и мясистые плоды пустыни . . . 785

Унаби — китайский финик — Сладкие осенние плоды на колючих ветвях · Ziziphus jujuba . . . 788

Вода . . . 791

Винту — ручьи, возле которых жили и брали воду . . . 791

Кумеяай — как сохраняли воду в долинах при помощи камней . . . 793

Камия — пустынные кумеяай, знавшие колодцы Юха . . . 795

Олони и береговые мивок — плетёные ёмкости для воды . . . 796

Чемеуэви — вода в природных каменных чашах пустыни . . . 798

Карук — как готовили холодный напиток из ягод манзаниты . . . 799

Номлаки — как пили воду из ручья ладонью . . . 801

Кавайису — водяные бутыли и особая ложка для смолы . . . 803

Юки — как поддерживали родники в Северной Калифорнии . . . 805

Юрок — родник We’itspek, из которого брали питьевую воду . . . 807

Мивок — как пили воду из плетёных ковшиков . . . 808

Кауилья — ступенчатые колодцы temakawomal . . . 810

Кауилья — как делали сладкий напиток из мескита . . . 811

Кауилья — плетёные корзины nčat, в которых переносили воду . . . 813

Тачи-йокуты — водяная бутыль ah’ch из tule . . . 815

Чемеуэви — как защищали маленькие родники в пустыне . . . 817

Укрытия . . . 820

Кумеяай — как строили купольное жилище e’waa . . . 820

Кавайису — зимний дом tomo kahni, который защищал от дождя . . . 823

Береговые мивок — как строили жилище kotcha из ивы и tule . . . 826

Сьерра-мивок — конический дом из коровых плит без центрального столба . . . 828

Центральные мивок — переносное жилище tcaama . . . 830

Пайомкавичум — три дома kíicha из ивы, коры и tule . . . 832

Мивок — летняя тень из жердей, травы и ветвей . . . 835

Чемеуэви — открытый летний дом с растительной крышей . . . 837

Тачи-йокуты — большой овальный дом из ивы и циновок tule . . . 839

Горные кауилья — как строили дом samat из жердей, ивы, юкки и tule . . . 841

Кауилья — круглый дом kish из согнутой ивы . . . 844

Сон . . . 846

Сьерра-мивок — как устраивали постель из сосновой хвои . . . 846

Кумеяай — как спали на циновках из tule . . . 847

Тачи-йокуты — как делали большие циновки для сна . . . 849

Кавайису — как располагались для сна в зимнем tomo kahni 851

Мивок низин — большие спальные циновки из tule 852

Чемеуэви — как спали на поднятой постели из ветвей 854

Растения и пища

Шток-роза розовая — Свежие лепестки и мягкие листья высокого садового цветка · Alcea rosea

Alcea rosea

Летом у старых домов в Калифорнии часто можно увидеть высокие стебли с крупными розовыми, бордовыми, белыми или почти чёрными цветками. Цветки располагаются один над другим вдоль стебля, словно на вертикальной гирлянде. Это шток-роза, старинное декоративное растение, иногда сохраняющееся после исчезновения сада. У неё есть части, пригодные сырыми: молодые листочки, свежие лепестки и мягкая сердцевина совсем молодых побегов.



Шток-роза розовая — фотография растения

Dezidor · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Травянистый двулетник или недолговечный многолетник обычно от полутора до двух с половиной метров высотой. В первый сезон у земли образуются большие округлые или сердцевидные листья на длинных черешках; они разделены на несколько неглубоких лопастей, мягко опушены, с заметными радиальными жилками. На следующий сезон вырастает толстый прямой стебель с очередными листьями и многочисленными крупными цветками, развивающимися из пазух вдоль его верхней части. Цветок с пятью широкими лепестками, часто с многочисленными декоративными рядами у махровых сортов; в центре находится длинная тычиночная колонка. После цветения образуется круглый многодольный сухой плод, как у других мальвовых.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Alcea rosea к неместным растениям, отмечая отдельные одичавшие экземпляры в разных округах, в том числе единичные находки Sacramento и Yolo. Основные растения, встречающиеся в штате, растут в садах, около заборов, исторических зданий и на прежних клумбах. Шток-роза не является обычной дикой пищей чапараля или хвойных лесов. Декоративные посадки могут обрабатываться от ржавчины листьев и вредителей: с таких кустов листья и лепестки не собирают.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листовые розетки появляются после весеннего потепления или осенью в мягком климате. Молодые мягкие листья доступны до вытягивания высокого цветоноса. Основной сезон цветения — лето, иногда продолжается с конца весны до осени в тёплых долинах. Цветок недолговечен, поэтому свежие лепестки собирают в день раскрытия, пока они не начали увядать. Старые листья грубеют, а зрелый высокий стебель становится волокнистым.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Лепестки и бутоны. Plants For A Future отдельно подтверждает их употребление сырыми. Они имеют мягкий растительный вкус и чуть слизистую текстуру, могут добавить холодному блюду нежный цвет и объём. Молодые листья. Их едят сырыми мелко нарезанными, пока они небольшие и мягкие; взрослая волосистая листва неприятнее на вкус. Внутренняя часть совсем молодого стебля. Для неё также подтверждён сырой способ: наружные волокнистые ткани снимают, оставляя мягкую сердцевину. Корень известен как источник крахмала после специальной обработки, но в рацион без огня не входит.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Hibiscus syriacus, уже описанный отдельно, — древеснеющий куст с цветками на отдельных коротких веточках, а шток-роза — высокий травянистый цветонос, покрытый цветками вдоль стебля. Malva sylvestris обычно значительно ниже и имеет меньшие цветки. Шток-роза может быть махровой, что меняет строение венчика, поэтому сравнивают листья, стебель и плоды. Не следует употреблять любое декоративное растение только потому, что его цветки похожи на мальву. Пестициды и фунгициды в саду — отдельный риск даже при правильном виде.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=166
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Alcea+rosea
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Alcea_rosea.jpg

Лук заострённый — розовые весенние зонтики и тонкие листья · Allium acuminatum

Allium acuminatum

На открытых северокалифорнийских склонах поздней весной иногда поднимаются тонкие стебли, увенчанные розовыми звёздчатыми цветками. Узкие листья возле основания напоминают маленький лук, а под землёй находится небольшая луковица. Это Allium acuminatum — лук заострённый, известный как tapertip onion. Молодые листья, цветки и луковицы употребляли сырыми как острые приправы. Но у дикорастущих луков есть смертельно опасные двойники — прежде всего death camas, и сбор луковиц по одному внешнему сходству недопустим.



Лук заострённый — фотография растения

Matt Lavin from Bozeman, Montana, USA · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это невысокий многолетний луковичный вид, обычно около десяти–тридцати сантиметров высотой, с тонкими линейными листьями у основания. Листья мягкие, иногда плоские, иногда слегка желобчатые, появляются из небольшой оболочечной луковицы. Цветонос одиночный или их немного; он прямостоячий, почти без листьев, выходит из центра пучка. На верхушке раскрывается зонтик из многочисленных небольших звёздчатых цветов. Каждый цветок обычно розовый либо розово-пурпурный, с шестью узкими листочками околоцветника и заметно вытянутыми острыми кончиками, из-за которых вид получил название acuminatum. Цветки при полном раскрытии выглядят как маленькая розовая сфера. После отцветания образуются сухие коробочки с чёрными семенами. Луковица небольшая, примерно один–полтора сантиметра шириной. У настоящего Allium при повреждении характерный луковый запах, но отсутствие запаха или наличие похожего аромата без полного ботанического определения не должно служить разрешением на сбор.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Plants For A Future относит Allium acuminatum к луковичным Западной Северной Америки, от Вашингтона до Северной Калифорнии. Местные калифорнийские записи показывают присутствие вида на суховатых открытых горных склонах и каменистых лугах, где после зимы сохраняется достаточно влаги. Растение не образует огромных зарослей в центре Сакраменто, а в горах бывает локальным и недолговечным над землёй. На охраняемых территориях выкопка луковиц может быть запрещена и повреждает отдельное растение. Для пищевого интереса предпочтительнее небольшая часть листьев или цветков при абсолютно точном определении, а не уничтожение луковиц.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листья появляются после зимней влаги или таяния снега, обычно весной. Цветение чаще наступает в конце весны и начале лета, а в горных условиях может сдвигаться позже. Видовой справочник приводит май–июнь для умеренного климата, но календарь Северной Калифорнии зависит от высоты и продолжительности снегового покрова. В период цветения легко проверить шестилучевую форму розовых цветков и строение зонтика. Когда семена созревают и надземная зелень высыхает, местонахождение луковицы уже гораздо менее очевидно; без цветка её не следует искать для еды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает их употребление сырыми. Они имеют достаточно сильный луковый вкус и подходят как небольшая добавка к холодному салату либо другой зелени. Старые листья после цветения могут быть волокнистыми.



Лук заострённый — детальный снимок растения

Wallace Keck / U.S. National Park Service · Public domain · Источник

Розовые цветки. Видовой источник также подтверждает сырой способ для свежих цветков; они маленькие, острые и могут использоваться как приправа. Собирать большую часть цветов небольшого дикого поселения не стоит, иначе не останется семян.

Небольшие луковицы. Они съедобны сырыми только при однозначном видовом определении, но их размер невелик, а выкопка убивает растение. В практическом путешествии лучше отказаться от сбора подземных частей: слишком высок риск спутать с ядовитым луковичным растением. Зрелые семена в источнике описаны после нагрева, поэтому они не включаются.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Самая опасная путаница — Toxicoscordion (death camas), у которого тоже узкие прикорневые листья и звёздчатые цветки, обычно кремовые или зеленовато-белые. Эти растения смертельно ядовиты и растут в некоторых тех же калифорнийских сообществах. Некоторые другие луковичные могут также напоминать Allium в ранней стадии. Одного лукового запаха недостаточно: необходима уверенная ботаническая идентификация взрослого растения, включая шестидольные цветки и устройство зонтика. Если растения только с листьями, их не собирают для еды. На участках с редкими местными луковичными даже правильно определённые растения лучше оставить без сбора.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Allium+acuminatum
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=174
- https://www.fs.usda.gov/wildflowers/plant-of-the-week/allium_acuminatum.shtml

Лук узколистный калифорнийский — Весенний бело-розовый зонтик и маленькая сырая луковица · Allium amplectens

Allium amplectens

Весной на склонах предгорий Калифорнии среди трав можно увидеть тонкий прямой стебель, увенчанный почти шаровидным зонтиком бело-розовых цветков. Возле его основания отходят несколько очень узких листьев, а в земле находится маленькая луковица. Это Allium amplectens — узколистный дикий лук. В историческом материале национального парка Olompali для этого вида прямо подтверждено употребление луковиц сырыми. Но сбор диких луков требует предельной осторожности: внешне похожие растения Toxicoscordion, известные как death camas, смертельно ядовиты.



Лук узколистный калифорнийский — фотография растения

Walter Siegmund (Wsiegmund) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетний луковичный вид, обычно высотой двадцать–пятьдесят сантиметров. От небольшой округлой либо яйцевидной луковицы поднимаются два–четыре очень узких листа, иногда менее двух миллиметров шириной. Они могут иметь желобчатую поверхность, постепенно подсыхать уже к моменту массового цветения. Цветонос одиночный, довольно гладкий, цилиндрический, почти без листьев. На верхушке развивается компактный зонтик из десяти–пятидесяти небольших цветков; каждый из шести белых, светло-розовых или лиловатых листочков околоцветника, с шестью тычинками. В полную стадию зонтик напоминает небольшой светлый шар. Лепестки по мере увядания становятся бумажистыми и складываются вокруг завязи. После цветения образуются маленькие коробочки с чёрными семенами. Наружные оболочки луковицы бурые, сетчатые, с характерным узором, который ботаники сравнивают с ёлочкой. Важно определять растение по взрослым цветкам и облику целиком: одной луковицы или узкого листа недостаточно.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora признаёт Allium amplectens эндемиком Калифорнии. Наблюдения многочисленны в Butte, Tehama, Shasta, Napa, Lake, Marin, Sonoma, Mendocino и встречаются также в Placer, El Dorado и Sacramento County. Растение живёт на открытых склонах предгорий, в дубовых редколесьях, в редких хвойных сообществах и на грунтах, которые влажны зимой, но быстро пересыхают летом. Во многих местах встречается на серпентинитовых почвах. Для окрестностей Сакраменто это интересный местный лук, но не столь массовый, как луговая зелень после дождей; отдельные цветущие группы могут появляться на считанных квадратных метрах подходящего склона. Выкопка луковицы уничтожает отдельное растение, а на территории заповедника часто запрещена.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Листья начинают развиваться после зимних дождей, когда верхний слой почвы остаётся прохладным и влажным. Цветонос появляется весной; на тёплых калифорнийских склонах зонтики могут раскрываться уже в апреле–мае, в более прохладных районах — к июню. Справочник Burke Herbarium для северо-западного ареала даёт май–июль. После цветения семенные коробочки созревают, цветоносы и листья высыхают и надземная часть исчезает до следующего сезона. Маленькая луковица существует под почвой круглый год, но искать её без цветущего экземпляра не следует. Для точного определения полезно видеть и свежую шестидольную бело-розовую звездочку, и характерный узкий лист.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Небольшая луковица — сырая. Национальная парковая публикация Olompali State Historic Park для Allium amplectens прямо отмечает: луковицы ели сырыми либо жарили. Для нашего безогневого питания возможен только первый способ. Луковица имеет характерный острый луковый вкус, но очень мала — обычно около сантиметра в поперечнике. Её можно очистить от наружной сухой оболочки и съесть свежей лишь после безупречного определения цветущего растения и при наличии законного разрешения на выкопку.



Лук узколистный калифорнийский — детальный снимок растения

Bureau of Land Management Oregon and Washington · Public domain · Источник

Не делать сырой пищевой вывод по аналогии. Молодые листья и цветки у некоторых других Allium пригодны сырыми, но названный конкретный исторический источник для Allium amplectens документирует именно луковицы. Поэтому здесь не выдаём остальные части за подтверждённую видовую сырую еду. Семена также не используются.

Сбор экологически разрушителен. Выкопка маленькой луковицы лишает растение возможности цвести в следующий год, а урожай чрезвычайно скуден. Даже при достоверной идентификации

для путешественника зачастую разумнее оставить растение на месте. Никакой пользы от такого маленького продукта не стоит риска ошибиться с ядовитым соседом.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Toxicoscordion, или death camas, растёт в некоторых тех же весенних лугах и имеет сходные узкие листья и звёздчатые шестидольные цветки. Однако он смертельно ядовит: его нельзя определять пробой на вкус. Настоящие Allium пахнут луком, но запах — лишь вспомогательный, недостаточный признак. Allium unifolium часто даёт более широкие розовые зонтики на прибрежных склонах, а у Allium acuminatum лепестки вытянуты и ярче розово-пурпурные. У Allium amplectens листья особенно узкие, а цветки часто почти белые. Если неизвестное растение без цветка находится рядом с определённым луком, считать его тем же видом нельзя.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=175
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=175
- https://www.burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Allium+amplectens
- https://npshistory.com/publications/ebla/weiser.pdf
- https://static1.squarespace.com/static/5e2a215d45e116778f0ae9f0/t/61099687114e125a8a1f41f4/1628018325577/Plant%2Bsigns%2Bfor%2BOlompali%2BWeb%2Bsite%2B4-8-2021.pdf

Лук двугребневый — Горная зелень с розовыми зонтиками · Allium bisceptrum

Allium bisceptrum

На влажных луговинах Сьерра-Невады после схода снега появляются невысокие пучки узких зелёных листьев. Позднее над ними поднимаются цветоносы с розовато-лиловыми звёздчатыми цветками. Это двугребневый лук, один из местных калифорнийских видов Allium. Его луковицы, молодые листья и цветки имеют выраженный луковый вкус и могут использоваться без нагрева.



Лук двугребневый — фотография растения

Gary A. Monroe / USDA-NRCS · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетнее луковичное растение обычно высотой 15–40 сантиметров. Из небольшой подземной луковицы выходит несколько длинных плоских или чуть желобчатых листьев, часто уже заметных ранней весной. Края листовой пластинки гладкие, листья постепенно сужаются к вершине. Цветонос безлистный, тонкий, прямой и заканчивается зонтиком из нескольких или многих звёздчатых цветков. Шесть листочков околоцветника окрашены в розовый или лиловый цвет, а середина цветка содержит тычинки с заметными пыльниками. Луковица небольшая, обычно около одного–полутора сантиметров в поперечнике, покрыта тонкими сухими оболочками. При растирании настоящие листья лука дают характерный луковый запах.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Allium bisceptrum как местный калифорнийский вид. Он растёт на горных лугах, по берегам ручьёв, среди сосновых и пихтовых лесов, в более высоких районах Сьерра-Невады и других горных хребтов. В сухой долине Сакраменто естественных зарослей ждать не следует. В подходящей горной луговине растение может образовывать небольшие группы, но это не повод выкапывать все луковицы: подземная часть обеспечивает рост в следующем году.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листья появляются после весеннего увлажнения почвы, на высоких лугах — вслед за таянием снега. Основной период нежной зелени обычно поздняя весна и начало лета. Цветение чаще приходится на лето, приблизительно июнь–август в зависимости от высоты. После формирования семян листья желтеют и усыхают. Для распознавания удобно увидеть цветущий зонтик, но молодые листья бывают доступны раньше, когда определить растение гораздо труднее.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Луковицы. Plants For A Future прямо указывает их употребление сырыми: вкус сильный, а сама луковица небольшая, поэтому она скорее приправа, чем значительная порция еды. Молодые листья. Их едят свежими, мелко нарезая, как зелёный лук; жёсткие старые листья менее приятны. Цветки. Раскрывшиеся розовые цветки тоже подходят сырыми как небольшая пряная добавка. Семенные головки, для которых этноботанические источники описывают извлечение семян после нагревания в золе, в рацион без огня не включаются.



Лук двугребневый — детальный снимок растения

Dcrjsr · CC BY 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Другие местные Allium отличаются длиной и формой листьев, окраской цветков и размерами зонтика. Особенно опасно перепутать молодой лук с токсичными растениями рода Toxicoscordion — так называемым death camas. У последних нет настоящего лукового запаха, но нельзя ориентироваться только на этот признак: нужна уверенная идентификация по нескольким частям, лучше во время цветения. Никогда не выкапывают неопределённые луковицы из смешанной горной луговины.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9661
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Allium+bisceptrum
- https://ucjeps.berkeley.edu/eflora/eflora_display.php?tid=12726

Лук колокольчатый Сьерры — Сырые весенние листья среди сухих горных склонов · Allium campanulatum

Allium campanulatum

Летом на высоком солнечном лугу Сьерра-Невады иногда заметны небольшие зонтики тёмно-розовых либо лиловых колокольчатых цветков. Из земли выходит тонкий цветонос, возле него остаются узкие зелёные листья, издающие луковый запах. Это колокольчатый лук Сьерры, местный калифорнийский вид. Народы уошо использовали его как пищу; для сырого походного питания лучше всего подтверждены молодые листья, а не подземные луковицы, которые приходилось бы выкапывать.



Лук колокольчатый Сьерры — фотография растения

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя луковичная трава обычно 15–40 сантиметров высотой. Под землёй находится маленькая яйцевидная луковица с тонкими оболочками. Из неё выходят два или несколько узких, почти линейных листьев; они могут быть слегка желобчатыми, зелёными, постепенно подсыхают после цветения. Стройный отдельный цветонос заканчивается рыхлым зонтиком из примерно десяти–нескольких десятков поникающих или направленных в стороны шестичленных цветков. Листочки околоцветника розовые, лавандовые или пурпурные, иногда с более тёмной средней жилкой, в форме небольшого колокольчика. Внутри заметны шесть тычинок. Зрелые плоды — маленькие трёхгнёздные коробочки с тёмными семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Allium campanulatum к местным видам Калифорнии. Он растёт на сухих каменистых и травянистых горных склонах, среди сосновых лесов, на участках с хорошо дренированной почвой, в Сьерра-Неваде и некоторых внутренних горных районах. Это растение не связано с болотистыми лугами так тесно, как Allium validum, и не является типичной зеленью городской равнины Сакраменто. Известны наблюдения вдоль горных маршрутов Tuolumne County. Сбор на территории национальных парков и Wilderness Area может быть ограничен; сохранность небольших куртин важнее нескольких листьев.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листва появляется после снеготаяния и весеннего прогрева сухих склонов. В зависимости от высоты ранние мягкие листья доступны поздней весной — в начале лета, а цветки раскрываются примерно с конца мая до августа. На высоких склонах основной период цветения сдвинут к июлю. После плодоношения растение быстро переходит в летний покой и почти исчезает с поверхности, оставляя подземную луковицу. Нельзя искать луковицу по сухой неустановленной розетке.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. В образовательной публикации, посвящённой культурным растениям народа уошо, Allium campanulatum прямо включён в пищевые луки с тем же способом, что Allium validum: листья ели сырыми как зелень, тогда как луковицы использовались для супов и бульонов. Для условий без огня подходят только мягкие тонкие листья, срезанные понемногу после точного определения. Их можно нарезать как зелёный лук: запах и вкус пряные. Луковица традиционно использовалась в пищу, но в найденном видовом источнике именно сырой способ для неё не выделен, поэтому здесь луковицу не рекомендуют. Цветки не включены отдельно по той же причине.



Лук колокольчатый Сьерры — детальный снимок растения

Alex Abair · CC BY 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Allium validum крупнее и связан с мокрыми горными лугами; его листья обычно шире. Allium bisceptrum тоже цветёт розовыми зонтиками, но отличается строением листьев и цветков и часто формирует другие куртины. У ядовитых Toxicoscordion молодые листья могут быть похожими на лук, а подземные луковицы особенно опасно путать. Требуется увидеть настоящий шестичленный цветок Allium, строение листьев и запах. Последний не должен быть единственным доказательством. Если есть сомнения, листья не пробуют.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px3140
- https://ppolinks.com/forestservicemuseum/2022_5_73.pdf
- https://www.calflora.org/app/ipl?vrid=gr16655

Лук прибрежный калифорнийский — Розово-пурпурные цветки и пахучая зелень морских обрывов · Allium dichlamydeum

Allium dichlamydeum

Вдоль прохладного тихоокеанского побережья Калифорнии на скалистых травянистых склонах весной могут появляться узкие зелёные листья, а следом — тонкий стебель с плотным зонтиком розово-пурпурных звёздчатых цветков. Это прибрежный калифорнийский лук. Его мягкую свежую зелень и небольшие луковицы употребляли сырыми народы побережья; растение привлекательно как пряность, но не как источник большого количества пищи.



Лук прибрежный калифорнийский — фотография растения

Eric in SF · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетняя луковичная трава, обычно высотой около 15–45 сантиметров. От подземной луковицы выходит несколько узких линейных листьев, чаще похожих на тонкие зелёные ленты или почти цилиндрические трубочки; при растирании они дают характерный луково-чесночный запах. Цветонос поднимается отдельно, с верхушечным соцветием-зонтиком. Цветки небольшие, каждый с шестью лепестковидными долями насыщенного розового, лавандового или красновато-пурпурного цвета. В центре заметны шесть тычинок. После увядания соцветия образуются сухие трёхкамерные коробочки с тёмными семенами. К середине засушливого сезона листья постепенно желтеют, а луковица сохраняется под землёй.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Allium dichlamydeum к местным растениям, ограниченным Калифорнией, и приводит около двух сотен наблюдений. Вид связан прежде всего с береговыми лугами, морскими обрывами и каменистыми склонами центрального и северного побережья, приблизительно от Santa Barbara до Mendocino. Он может встречаться в прибрежных кустарниках и на серпентинитовых почвах. В Sacramento Valley это не привычный полевой лук, а в пресноводных болотах его искать бессмысленно. На береговых заповедных землях срывать растения нельзя, если правила территории запрещают сбор.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Зелёные листья отрастают после прохладных зимних дождей, в прибрежном климате наиболее мягкими бывают в конце зимы и весной. Пурпурное цветение обычно приходится на апрель–июнь, иногда сдвигается в зависимости от высоты и туманов. Когда созревают коробочки, листья начинают подсыхать. Самый удобный период распознавания — цветение, а не ранняя весна, когда похожие узкие листья растут рядом с другими луковичными.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодая зелень и луковица. Национальная парковая служба США в видовом описании прибрежного лука сообщает, что народы помо и кашайя ели зелень и луковицы как сырыми, так и после приготовления. Для походной пищи без огня достаточно мягких свежих листьев, мелко нарезанных как пряность. Луковица тоже употреблялась сырой, но выкопка убивает растение; особенно на небольших прибрежных популяциях её лучше не извлекать. Цветки обладают луковым запахом, однако самостоятельного подтверждения их сырого пищевого применения для этого вида нет, поэтому в перечень съедобных частей они не включены.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Allium peninsulare тоже образует пурпурные зонтики, но часто растёт на внутренних травянистых предгорных склонах, а не на приморских обрывах, и отличается листовыми и цветочными признаками. У некоторых Toxicoscordion ранние листья напоминают лук, однако эти растения ядовиты. Луковый запах помогает распознаванию, но одного запаха недостаточно: смотрят на шестичленные цветки, зонтик, листья и место роста. Если цветущего растения нет и вид не установлен, зелень и особенно подземные луковицы не пробуют.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=190
- https://www.nps.gov/prsf/learn/nature/coastal-onion.htm
- https://www.efloras.org/florataxon.aspx?flora_id=1&taxon_id=242101352

Лук краснокожий — Маленькие луковицы с красной оболочкой южных склонов · Allium haematochiton

Allium haematochiton

На сухих травянистых склонах Южной Калифорнии после зимних дождей иногда появляются короткие пучки зелёных трубчатых листьев. Весной над ними раскрываются зонтики беловатых звёздчатых цветков с тонкой розовой или красноватой полоской по средней жилке. Под землёй находится небольшая луковица с тёмно-красными наружными оболочками. Это краснокожий лук, который местные народы использовали в пищу и который можно употреблять сырым только при точном определении.



Лук краснокожий — фотография растения

Walter Siegmund (talk) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя луковичная трава обычно высотой 10–40 сантиметров. От короткого подземного основания выходит несколько полых узких листьев, округлых или слабо желобчатых в поперечном сечении. Они могут появиться осенью и оставаться зелёными до весеннего цветения. Цветонос сравнительно тонкий, иногда с двумя слабо выраженными гранями, заканчивается зонтиком из приблизительно 10–30 цветков. Шесть листочков околоцветника белые либо розоватые, часто с более тёмной центральной полосой. Луковицы продолговатые, иногда растут группами; наружная оболочка буровато-красная либо тёмно-красная, внутренние оболочки светлее. Зелень и луковица имеют характерный луковый запах.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Allium haematochiton к местным видам Калифорнии, зарегистрировано несколько сотен наблюдений. Он растёт в прибрежных и внутренних горах Южной Калифорнии, на травянистых участках среди чапараля, по глинистым склонам и открытым полянам, иногда на серпентинитовых почвах. Университет Калифорнии в Ирвайне отмечает этот вид в San Joaquin Hills и Santa Ana Mountains. Для сухой долины Сакраменто он не типичен, хотя отдельные удалённые популяции существуют.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После первых дождей развивается зелень, которая наиболее мягкая зимой и ранней весной. Цветение обычно происходит в марте–мае, до наступления сильной жары. К лету листья засыхают, а подземная луковица переживает период засухи. Маленькая луковица остаётся под землёй, но выкопка уничтожает будущий рост этого конкретного растения. В охраняемых природных территориях сбор запрещён, где это предусмотрено правилами.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Луковицы. Theodore Payne Foundation прямо называет Allium haematochiton съедобным луком, а калифорнийские этноботанические материалы уточняют употребление именно сырых либо запечённых луковиц; для нашего справочника подходит только сырой способ. У тщательно определённого экземпляра удаляют сухие красные оболочки и едят небольшую беловатую внутреннюю часть в качестве острой приправы. Свежие листья пахнут луком и близки по пищевому использованию к зелёному луку, но отдельное видовое свидетельство их сырого употребления менее определённо, поэтому главным подтверждённым продуктом остаётся луковица. Семена и корни отдельно в рацион не включены.



Лук краснокожий — детальный снимок растения

Walter Siegmund (Wsiegmund) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Allium triquetrum обычно имеет длинные трёхгранные листья и поникающие белые цветки, а Allium hyalinum — более рыхлые весенние зонтики и мелкие луковицы с другой оболочкой. У местных видов Toxicoscordion могут быть похожие ранние листья и луковицы, но сами растения ядовиты, поэтому одна белая луковичка не подтверждает съедобность. Надёжное определение требует увидеть цветущий зонтик, форму листьев и характер красных оболочек. Никогда не пробовать неизвестную луковицу, вырытую из смешанного травостоя.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=196
- https://www.theodorepayne.org/nativeplantdatabase/index.php?title=Allium_haematochiton
- https://nathistoc.bio.uci.edu/plants/Alliaceae/Red-skinned%20Onion%20%28Allium%20haematochiton%29/Allium%20haematochiton.htm

Лук прозрачный калифорнийский — Белые весенние звёздочки в предгорьях Сьерры · Allium hyalinum

Allium hyalinum

Весной на травянистых склонах предгорий Калифорнии можно заметить небольшой лук с тонкими листьями и нежными белыми либо розоватыми цветками. После раскрытия цветков их тонкие лепестковидные листочки кажутся почти прозрачными. Это прозрачный лук, эндемик Калифорнии. В этноботаническом справочнике USDA для него прямо описано употребление луковиц сырыми.



Лук прозрачный калифорнийский — фотография растения

Stickpen · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетнее растение с небольшой округлой подземной луковицей, обычно диаметром около половины–одного сантиметра, покрытой тонкой буроватой оболочкой. Узких листьев обычно два или три, они длинные, мягкие, слегка желобчатые либо почти цилиндрические и начинают подсыхать с верхушки к моменту цветения. Прямой тонкий цветонос достигает примерно 15–45 сантиметров. На вершине рыхлый зонтик из нескольких или десятков маленьких белых либо бледно-розовых звёздчатых цветков. В каждом по шесть листочков околоцветника; после отцветания они становятся полупрозрачными и сближаются над завязью. Цветки не собираются в плотную крупную шаровидную шапку.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Allium hyalinum местным видом, ограниченным Калифорнией. Наиболее характерны предгорья Сьерра-Невады от Kern до Butte и некоторые участки внутренних прибрежных хребтов. Растёт на травянистых и каменистых склонах, особенно на тяжёлой глинистой почве, у мшистых камней и среди предгорных дубрав. В широком смысле это близко к районам восточнее долины Сакраменто, но в самих городских газонах ожидать его не следует. Луковицы мелкие и восстанавливаются медленно после выкапывания.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Этот вид относится к ранним весенним лукам. По Flora of North America цветение в основном март–май, хотя дождливые и холодные годы меняют сроки. Зеленые узкие листья появляются раньше цветков, часто вскоре после зимних дождей. К началу лета надземная часть уже может засохнуть. Для правильного распознавания белые цветки полезны гораздо больше, чем сухие прошлогодние побеги.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Луковица. Видовой материал USDA NRCS сообщает, что народы табатулалабал употребляли этот лук в пищу, причём некоторые луковицы ели сырыми. Небольшая луковица имеет выраженный луковый аромат и подходит скорее как острая приправа, чем как основная пища. При употреблении без огня её очищают от сухой оболочки и используют свежей. Молодая зелень у многих луков тоже пригодна в пищу, но отдельного надёжного описания именно сырого употребления листьев этого вида в найденном руководстве нет; поэтому здесь пищевой вывод ограничен луковицей. Семена и корни отдельно не рекомендуются.



Лук прозрачный калифорнийский — детальный снимок растения

Stickpen · Public domain · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Среди калифорнийских предгорных Allium много видов с белыми и розовыми цветками, включая Allium unifolium и Allium amplectens, уже рассмотренные в справочнике. У прозрачного лука обычно лишь два–три узких листа и рыхлый зонтик небольших звёздчатых цветков, которые позже выглядят прозрачными. Основная опасность — другие весенние луковичные с внешне похожими узкими листьями, особенно ядовитые Toxicoscordion. Выкапывать неизвестный росток для пробы нельзя; нужно видеть характер цветка и подтверждать луковую принадлежность.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=203
- https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/cs_alhy.pdf
- https://www.efloras.org/florataxon.aspx?flora_id=1&taxon_id=242101366

Лук неаполитанский — Белые цветки и мягкая чесночная зелень · Allium neapolitanum

Allium neapolitanum

В старом прибрежном саду после влажной зимы над травой могут подняться зонтики белых шестилучевых цветков. До цветения растение выглядит как небольшой пучок широковатых мягких листьев с тонким чесночным запахом. Это неаполитанский лук — средиземноморский гость, иногда дичающий в Калифорнии; его листья, цветки и луковица известны как пища без нагревания.



Лук неаполитанский — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетнее луковичное растение обычно 20–50 сантиметров высотой. Из небольшой подземной луковицы поднимаются несколько длинных узких листьев, относительно плоских, с параллельными жилками и гладкими краями. Цветочный стебель почти безлистный, обычно трёхгранный или слегка угловатый. На верхушке раскрывается зонтиковидное соцветие из многих звёздчатых белых цветков; каждый имеет шесть белых долей околоцветника и заметные тычинки. После опыления образуются мелкие коробочки с семенами. При повреждении лист источает характерный запах луковых соединений, однако по одному запаху нельзя определять незнакомое растение и тем более проверять его на вкус.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Родина вида — Средиземноморье. В Калифорнии этот лук известен главным образом в культуре и лишь отдельными находками за пределами посадок, особенно в мягком прибрежном климате, у старых поселений и в заброшенных садах. Он не должен описываться как массовая естественная зелень штата. Из-за соседства с декоративными насаждениями главные вопросы при сборе — чья это территория, применялись ли гербициды и точно ли найденное растение принадлежит этому виду.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После зимних дождей небольшая луковица выпускает новую зелень; на побережье это часто происходит зимой, а в прохладных местах — ближе к весне. Белые зонтики обычно раскрываются в марте–мае, затем листья желтеют, а в почве остаётся луковица до следующего сезона. На сухих участках короткий период мягкой зелени заканчивается быстро. Если растение не цветёт, установить вид среди близких луков и похожих луковичных трав значительно труднее.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Листья. Plants For A Future подтверждает употребление свежих листьев Allium neapolitanum в сыром виде; их используют как нежную чесночную добавку к холодной пище. Цветки. Белые цветки можно использовать свежими, они отличаются лёгкой луковой остротой. Луковица. PFAF указывает для вида и сырое употребление небольшой луковицы. Однако её выкапывание уничтожает растение, а у одичавших немногочисленных куртин такой сбор нежелателен. Семена не рекомендуются, поскольку отдельное подтверждение сырого пищевого способа для них в используемых источниках не установлено. На обработанных декоративных клумбах нельзя собирать даже точно определённый лук.



Лук неаполитанский — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии растут местные и заносные виды Allium, отличающиеся шириной листьев, формой цветоноса, окраской цветков и строением луковиц. Самая серьёзная опасность — ядовитые растения рода Toxicoscordion, известные как death camas. Они тоже имеют узкие параллельно-жилковые листья и светлые звездчатые цветки, но не относятся к настоящим лукам. Одного белого зонтика или похожей луковицы для определения недостаточно. При любой неопределённости растение остаётся вне пищи; дегустация для распознавания недопустима.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=214
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Allium+neapolitanum
- https://powo.science.kew.org/

Лук мексикалийский — Пурпурные весенние зонтики и небольшие луковицы предгорий · Allium peninsulare

Allium peninsulare

На солнечном склоне среди сухих предгорных трав весной иногда расцветает невысокий лук с густым зонтиком ярких пурпурных звёздочек. Листья у него узкие, а под землёй находится маленькая луковица. Это мексикалийский лук — местное растение Калифорнии и соседней Бахи. Для обычной формы вида описано сырое употребление очищенных луковиц; однако внутри вида есть очень редкая охраняемая разновидность, которую в природе собирать нельзя.

КАК УЗНАТЬ

Луковичный многолетник обычно высотой 10–40 сантиметров. Луковица небольшая, округло-яйцевидная, с сухими коричневыми оболочками, которые под лупой имеют сетчатый рисунок. Листьев обычно два–три; они узкие, длиной от нескольких до десятков сантиметров, могут быть почти цилиндрическими либо слегка желобчатыми, постепенно подсыхают от кончиков. Стройный цветонос несёт зонтик из множества ярких малиновых, розовых или насыщенно-пурпурных цветков, каждый с шестью листочками околоцветника и шестью тычинками. После цветения образуются небольшие сухие коробочки, раскрывающиеся при созревании чёрных семян. Убедительная идентификация требует осмотреть цветущий зонтик, листья и оболочки луковицы.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Allium peninsulare как местный вид Калифорнии с сотнями наблюдений в южных и центральных округах, на сухих травянистых склонах, в предгорных дубравах и открытых редколесьях. Находки есть в San Diego, San Luis Obispo, Butte, Tuolumne, El Dorado и других районах; для Sacramento County отмечена лишь единичная запись. Особенно важно различать две разновидности: var. peninsulare встречается шире, а var. franciscanum имеет California Rare Plant Rank 1B.2. Последнюю собирать нельзя, и для неспециалиста разумнее вообще избегать выкопки диких луков, если есть риск попасть на редкую популяцию.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После зимних дождей появляются узкие зелёные листья, обычно в конце зимы и весной. В низких тёплых предгорьях цветение происходит преимущественно с марта по май, в прохладных местах позже, иногда в начале лета. Луковицы остаются под землёй после усыхания зелени и переживают сухой сезон. Для определения растение лучше всего наблюдать в полном цветении, когда видны характерные окраска и форма зонтика. По одной сухой оболочке в конце лета вид определяется плохо.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Очищенная луковица обычной разновидности. В калифорнийских этноботанических материалах Allium peninsulare var. peninsulare прямо описано как пищевой дикий лук, луковицы которого употреблялись сырыми либо после приготовления. Небольшую белую внутреннюю часть освобождают от сухой оболочки; её вкус острый, близок к луковому, и она скорее приправа, чем значительный продукт. Но выкопка уничтожает конкретное многолетнее растение, а редкую var. franciscanum трогать нельзя. Надёжного отдельного видового описания сырых цветков либо листьев в просмотренных источниках недостаточно, поэтому здесь пищевой вывод ограничен луковицей обычной формы, а сбор в природе не рекомендуется.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Allium dichlamydeum обычно растёт близ океана и имеет другие оттенки и особенности зонтика. Allium haematochiton часто отличается красноватыми наружными оболочками луковицы и иными цветочными признаками. Редкая разновидность самого Allium peninsulare требует ботанического ключа: её нельзя отличать только по цвету лепестков. Внешне сходные Toxicoscordion имеют ядовитые луковицы, поэтому проверяют листья, цветущие растения и луковый запах, но не полагаются исключительно на запах. Неопределённые луковицы из земли не пробуют.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=223
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=224
- https://www.efloras.org/florataxon.aspx?flora_id=1&taxon_id=242101388
- https://seeyouknowthis.com/plant/562

Лук трёхгранный — белые колокольчики и нежная зелень · Allium triquetrum

Allium triquetrum

В прибрежных садах Калифорнии зимой иногда появляется густая зелень, похожая на длинные полоски обычного лука. К весне над ней свисают белые колокольчатые цветки с тонкими зелёными полосами по лепесткам. У цветоноса заметны три грани, будто он сложен из трёх плоскостей. Это Allium triquetrum — трёхгранный лук, пришедший из Средиземноморья. Его молодые листья и цветки известны как пища без огня. Но собирать незнакомые луковичные крайне опасно: среди похожих садовых и дикорастущих растений есть сильно ядовитые.



Лук трёхгранный — фотография растения

Hans Hillewaert · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение луковичное, многолетнее, обычно высотой несколько десятков сантиметров. Из небольшой подземной луковицы зимой появляются плоские, довольно узкие мягкие листья, которые сначала растут пучком, а затем наклоняются. Цветонос гладкий, не круглый, а отчётливо трёхгранный в поперечном сечении. На его верхушке находится поникающий зонтик из нескольких белых шестидольных цветков. По центральной линии белой доли часто проходит тонкая зелёная жилка. Цветоножки сгибаются вниз, придавая соцветию вид кисточки из белых фонариков. При повреждении правильно определённого растения ощущается характерный луково-чесночный запах; однако только по запаху делать окончательный вывод о съедобности нельзя. После цветения образуются коробочки с семенами, а надземные листья к лету постепенно засыхают.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora относит Allium triquetrum к неместным видам, встречающимся в Калифорнии на нарушенных участках. Больше всего ему подходят мягкие влажные зимы прибрежных округов. Он образует заметные группы у старых садов, по краям влажных дорожек, в тени кустарников и рядом с ручьями. В Центральной долине жаркое сухое лето сокращает время существования зелёных листьев; вид не следует описывать как повсеместную дикорастущую пищу Сакраменто. Растение может быстро распространяться луковичками и семенами, вытесняя более низкую растительность. Даже если оно растёт за пределами сада, нельзя считать его частью природной местной флоры.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Основная зелень появляется после первых продолжительных осенних и зимних дождей. В мягких местах листья бывают с конца осени до весны. Белые цветки раскрываются поздней зимой и весной; сезон сильно зависит от температуры и дождей. После цветения листья желтеют и высыхают, а растение сохраняется под землёй маленькой луковицей до следующего влажного периода. Таким образом, зелень и цветки доступнее всего в прохладную часть года; летом надземного пищевого урожая обычно нет.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо указывает их как сырую пищу Allium triquetrum. Они обладают мягким чесночно-луковым вкусом и подходят в небольшом количестве к другой зелени. Старые листья становятся жёстче и быстро отмирают после цветения.



Лук трёхгранный — детальный снимок растения

Tigerente · CC BY-SA 3.0 · Источник

Белые цветки. Тот же справочник отмечает сырые цветки: они сочные и имеют лёгкую луковую остроту. Это небольшой весенний продукт, который собирают только с растения, определённого также по трёхгранному цветоносу, листьям и зонтику.

Небольшая луковица. Видовой источник подтверждает её сырое употребление. Однако извлечение луковицы уничтожает отдельный экземпляр и особенно опасно при ошибочном определении. Поэтому в природном сборе гораздо разумнее ограничиваться листьями и цветками точно установленного вида; подземные части не стоит выкапывать без особой необходимости.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Неизвестные луковичные нельзя пробовать на вкус. Листья нарциссов Narcissus бывают похожи на луковую зелень, но их луковицы токсичны; другой опасный садовый двойник — ландыш Convallaria majalis, у которого листья шире и цветки устроены иначе. У самого Allium triquetrum определяющие признаки — трёхгранный цветонос, поникающие белые цветки с зелёной полосой и луковый запах. Ни один признак по отдельности не гарантирует безопасность. Даже правильно определённый лук из обработанных декоративных посадок нельзя употреблять из-за химикатов. На заповедных участках не выкапывают луковицы и не нарушают почву.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=238
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?latinname=Allium+triquetrum

Лук однолистный — Нежные розовые зонтики прибрежных склонов и опасные луковичные двойники · Allium unifolium

Allium unifolium

Весной на влажном каменистом прибрежном склоне Калифорнии поднимаются тонкие цветоносы с красивыми розовыми зонтиками мелких звёздочек. У основания лежат несколько узких зелёных листьев, а под землёй находится маленькая настоящая луковица. Это Allium unifolium — однолистный лук, несмотря на название нередко имеющий больше одного листа. Его листья, цветки и луковицы описаны как сырая пища. Но самостоятельный сбор без уверенного определения недопустим: в Калифорнии рядом с луками растут смертельно ядовитые «ложные луки», известные как death camas.



Лук однолистный — фотография растения

Toedrifter · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это местный многолетний луковичный вид высотой примерно двадцать–шестьдесят сантиметров. В земле образуется небольшая овальная луковица диаметром один–полтора сантиметра, покрытая сухими оболочками. От неё отрастают обычно один–три относительно узких линейных либо слегка плоских листа, которые часто начинают желтеть уже во время цветения. Цветонос прямой, гладкий, почти без листьев, несёт на верхушке плотный зонтик из нескольких–многих мелких цветов. Каждый цветок розовый, бело-розовый либо лиловый, с шестью узкими листочками околоцветника и шестью тычинками. В полной стадии цветения зонтик выглядит как небольшой шар из звёзд. После опыления возникают маленькие трёхгнёздные коробочки с чёрными семенами, венчики постепенно подсыхают. В отличие от некоторых других местных луков, этот вид имеет относительно мягкую широкую розовую гамму цветков и часто растёт во влажных весной почвах прибрежных гор. Название «однолистный» не следует использовать вместо всей ботанической диагностики.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Allium unifolium как эндемик Калифорнии с наблюдениями в Marin, Sonoma, Napa, Contra Costa, Santa Cruz, San Mateo, Mendocino и других округах. Типичные сообщества — Chaparral, Mixed Evergreen Forest и Closed-cone Pine Forest, особенно влажные весной открытые луга и каменистые склоны прибрежных хребтов. В Sacramento County природных записей почти нет, поэтому это не обычный весенний лук городской долины. Внутри подходящего участка можно встретить цветущие группы, но количество небольших луковиц ограничено. Выкопка целой луковицы уничтожает растение; такие растения лучше оставлять для будущего цветения и семян, выбирая очень умеренный сбор листьев лишь там, где это разрешено.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После зимних дождей из луковицы появляются новые зелёные листья. На тёплых западных склонах это обычно конец зимы и весна. Цветонос вырастает позднее, а розовые зонтики раскрываются весной–в начале лета; PFAF указывает июнь–июль для более умеренного климата, но калифорнийские сроки могут быть раньше. После созревания маленьких коробочек листья подсыхают и надземная часть постепенно исчезает до следующего дождливого сезона. Для пищевых листьев важна молодая зелёная стадия, для цветков — полностью раскрытый свежий зонтик. Луковицу не следует искать на пустом сухом склоне после исчезновения наземных признаков.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление. Вкус характерно луковый, острый, но обычно мягче культурного чеснока. Несколько точно определённых листочков можно нарезать в холодный салат либо к другим свежим овощам.



Лук однолистный — детальный снимок растения

Michal Maňas (Snek01) · CC BY-SA 2.5 · Источник

Свежие цветки. PFAF также подтверждает сырой способ для розовых цветков. Их можно употребить в малом количестве в качестве пряности, но не срывать все зонтики маленькой популяции.

Луковица. Сырая съедобность подтверждена, но её размер очень мал и выкопка лишает растение возможности выжить. Для практического безогневого питания правильнее отказаться от выкапывания, особенно на природоохранных землях. Нельзя употреблять незнакомую «луковичку» только из-за внешней формы.

Опасность. Toxicoscordion (death camas) может иметь похожие узкие прикорневые листья и беловатые звёздчатые цветки, но содержит смертельно опасные вещества. Не собирают лук, если

определение сделано только по листьям либо запаху, без взрослого цветущего растения. Домашним животным большие количества луков также могут быть токсичны.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Allium amplectens имеет обычно ещё более узкие листья и преимущественно белые либо светло-розовые компактные зонтики, часто растёт на сухих весной склонах. Allium acuminatum имеет более острые розово-пурпурные лепестки и иной распространённый горный ареал. Настоящие луки Allium при растирании пахнут луком, но для безопасного определения этого недостаточно: видовые особенности должны совпасть полностью. Death camas Toxicoscordion имеет шестидольные цветки и похожую общую форму луковичного растения, а его луковицы смертельно опасны. Даже если в соседней колонии лук найден точно, незнакомые листья из смешанной группы нельзя собрать вместе.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=240
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Allium+unifolium
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Alliumunifoliumbloom.jpg

Лук болотный тихоокеанский — Лиловые соцветия на сырых горных лугах · Allium validum

Allium validum

На сыром высокогорном лугу у ручья иногда растут мощные группы длинных плоских луковых листьев. В середине лета над ними стоят плотные шапочки розово-лиловых цветков. Это тихоокеанский болотный лук, необычный среди калифорнийских луков тем, что предпочитает постоянно влажную горную почву. Для него отдельно подтверждены сырые луковицы, листья и цветки.



Лук болотный тихоокеанский — фотография растения

Bob Moseley / USDA-NRCS · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя луковичная трава, чаще 30–70 сантиметров высотой. Под землёй несколько вытянутых луковиц расположены группами на толстых коротких корневищах. Листья длинные, плоские, шириной примерно 4–15 миллиметров, обычно три–шесть у растения; даже во время цветения они могут оставаться зелёными. Цветонос прямой и несёт густой зонтик из многих шестилепестковых звёздчатых цветков. Их окраска от розовой до пурпурно-лиловой. Подземные оболочки луковиц буроватые, внутренние беловатые или с пурпурным оттенком. Растертые зелёные листья и луковицы издают луковый запах.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora указывает Allium validum как местный вид Калифорнии, особенно горных лугов, болотистых окраин ручьёв и мокрых участков в сосновых, пихтовых и субальпийских лесах. Наиболее подходящие местообитания встречаются в Сьерра-Неваде и северных горных хребтах. В жаркой низменности Сакраменто такой лук в природе почти не растёт. Уязвимость влажных лугов означает, что при посещении нельзя вытаптывать густые куртины и разрушать дернину ради луковиц.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листья пробиваются после схода снега, а в горных местообитаниях это может происходить поздней весной. Цветение по ботаническим источникам обычно июнь–август, нередко именно в июле и августе. У ранних растений листья доступны до цветения, а молодые цветки — в течение нескольких недель. По окончании сезона надземная часть постепенно желтеет, но подземная куртина сохраняется.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Луковицы. В Plants For A Future для Allium validum указано их употребление сырыми; они могут быть относительно крупными и волокнистыми, с сильным луковым вкусом. Листья. Их также употребляют сырыми, мелко нарезая как зелёный лук, когда они ещё сочные. Цветки. Свежие лиловые цветки подходят для небольшой холодной приправы. Практически предпочтительнее срезать немного листьев и цветков, не выкапывая луковицы, чтобы многолетняя куртина продолжала расти. Пряность не заменяет полноценное питание; большие количества луковых способны вызывать раздражение желудка.



Лук болотный тихоокеанский — детальный снимок растения

Dcrjsr · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Allium bisceptrum обычно меньше ростом и чаще имеет более узкие листья; у болотного лука листья сравнительно широкие и куртины связаны с мокрыми горными лугами. Не следует путать его с лилиями, ирисами, чемерицами и ядовитыми представителями Toxicoscordion, которые тоже могут расти на влажных лугах. У настоящего Allium есть луковый запах, но запах не заменяет ботаническую проверку цветков, листьев и подземной части. В охраняемых луговинах сбор может быть запрещён.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=241
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Allium+validum
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Allium+validum

Чеснок виноградниковый — Трубчатые листья и луковички вместо цветов · Allium vineale

Allium vineale

На старых пастбищах и у дорог западной Калифорнии иногда растут пучки тонких зелёных трубочек, пахнущих чесноком. В начале лета над ними поднимается круглый стебель, на конце которого часто видна группа маленьких луковичек с редкими цветками. Это чеснок виноградниковый, завезённый из Европы и Азии. Его молодые листья и воздушные луковички подтверждены как сырая пряная пища.



Чеснок виноградниковый — фотография растения

Hüseyin Cahid Doğan · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетняя луковичная трава приблизительно 20–80 сантиметров высотой. Из небольшой подземной луковицы в прохладное время выходят узкие тёмно-зелёные трубчатые листья. Они полые, округлые в сечении и при надломе издают резкий чесночный запах. Цветонос прямой, чаще длиннее листьев. На его вершине образуется небольшое шаровидное соцветие, где вместо части цветков развиваются многочисленные крохотные воздушные луковички, сначала зелёные, позднее коричневатые либо пурпурные. Настоящие цветки, если присутствуют, мелкие, обычно розоватые или пурпурные, с шестью листочками околоцветника. Надземная часть летом отмирает, а осенью вновь отрастает.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Allium vineale как неместный для Калифорнии вид, распространённый очагами. Записи есть в Sonoma, Napa, Mendocino, Sacramento, Placer, El Dorado и ряде других округов. Растение встречается в лугах, старых садах, по краям пастбищ, на нарушенных травянистых землях. Это не повсеместный дикорастущий чеснок Сакраменто: в большинстве мест его может не быть. На участках у шоссе и около обрабатываемых виноградников сбор для еды исключают.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В средиземноморском климате растение часто трогается в рост после осенних дождей. Нежные трубчатые листья видны зимой и весной, иногда до начала лета. Цветонос с воздушными луковичками появляется ближе к концу весны или летом. Затем надземная часть желтеет и засыхает, а подземные луковицы переживают сухой сезон. Лучшие листья — молодые, ещё мягкие и зелёные; позднее они становятся жёсткими.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Свежие листья. Plants For A Future отдельно подтверждает их употребление сырыми; они волокнистее обычного зелёного лука и потому подходят мелко нарезанными как приправа в небольшой порции. Воздушные луковички. Они также указаны как съедобные сырыми, обладают выраженным чесночным вкусом; их можно аккуратно отделить от соцветия без выкапывания растения. Подземная луковица используется в пищевых описаниях как пряность, но для неё отдельный сырой способ недостаточно ясно выделен, поэтому в этой статье упор на листья и воздушные луковички. Сухие цветоносы не едят.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

От Allium triquetrum, трёхгранного лука, виноградниковый отличается цилиндрическими полыми листьями и головкой с воздушными луковичками; у трёхгранного лука цветки белые и колокольчатые. У некоторых других Allium листья плоские, а соцветия полностью цветковые. Молодые трубчатые листья без цветоноса могут напоминать декоративные газонные растения. В особенности нельзя путать луковые с токсичными Toxicoscordion и похожими луковичными; чесночный запах помогает, но не заменяет совокупность признаков и цветущую стадию.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=242
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Allium+vineale
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=242

Амарант белый — Мелкие сырые семена летнего перекати-поля · Amaranthus albus

Amaranthus albus

На сухом пустыре или около старого сельского поля летом иногда появляется бледно-зелёный кустик с многочисленными тонкими ветвями. К осени у основания листьев созревают маленькие сухие плодовые коробочки с тёмными семенами. Это белый амарант, обычное сорное растение многих районов Калифорнии. В сыром виде у него документированы именно семена; молодая зелень в проверенных источниках чаще описана после приготовления, поэтому в этой статье листья не предлагаются как салат.



Амарант белый — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее растение обычно высотой 20–70 сантиметров, иногда ниже при плохом увлажнении. Стебли светло-зелёные либо беловатые, многочисленные, ветвятся почти от основания, а к концу сезона образуют рыхлую округлую форму, которую может перекатывать ветер. Листья небольшие, очередные, овальные или обратнояйцевидные, с цельным краем и коротким черешком, иногда заканчиваются небольшой выемкой. Цветки крохотные, зеленовато-белые, собраны не в огромную верхушечную метёлку, а преимущественно небольшими клубочками у основания листьев. Семена примерно миллиметровые, круглые, гладкие и блестящие, чаще тёмно-коричневые или чёрные.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

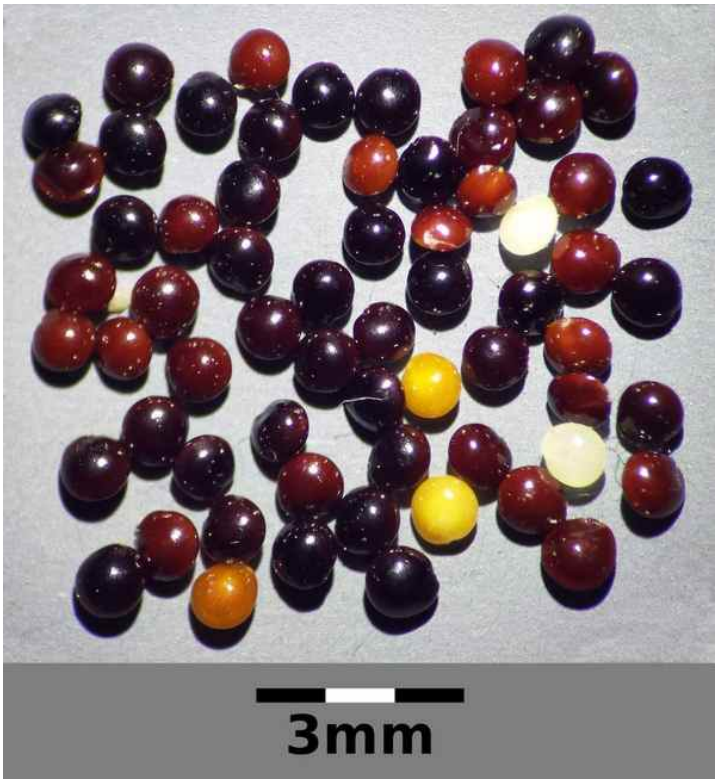
Calflora отмечает Amaranthus albus как неместную для Калифорнии однолетнюю траву и содержит более тысячи наблюдений. Встречается в открытых сухих и нарушенных местообитаниях по всему штату: в Sacramento Valley, на побережье, в предгорьях и южных районах. Часто выбирает край пашни, обочину или уплотнённую почву, но для сбора сырой пищи подходят лишь чистые места, не связанные с дорогами, промзонами, животными отходами и гербицидами. На удобренных нитратами полях зелёные части особенно нежелательны.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Прорастает обычно после весеннего потепления, когда почва уже достаточно тёплая. Летом быстро ветвится и формирует многочисленные зеленоватые цветочные клубочки. Семена поспевают в конце лета и осенью, когда бумажистые оболочки легко раскрываются. Если слегка потрясти полностью созревший сухой побег над чистой ёмкостью, из него могут высыпаться десятки мелких семян. В дождливую погоду собранный материал требуется быстро просушить без плесени.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Созревшие семена. Plants For A Future отдельно указывает их употребление сырыми. Они очень мелкие и твёрдые, поэтому просто проглотить их целиком не лучший способ получить пищу: значительная часть может пройти через пищеварительный тракт непереваренной. Чистые семена можно тщательно растереть вручную до мелкой сырой крупки и смешать с холодной водой или другой готовой пищей. Перед этим следует отсеять сухие острые остатки стеблей, пыль и насекомых. Листья этого вида справочник рекомендует преимущественно приготовленными; в рационе без огня мы их не используем. Семена не следует брать с растения, выращенного на загрязнённой земле.



Амарант белый — детальный снимок растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Amaranthus retroflexus обычно более толстый прямостоячий стебель, крупные листья и массивная верхушечная метёлка, а у белого амаранта соцветия сидят маленькими клубочками в пазухах листьев. Amaranthus blitoides, уже описанный в справочнике, больше стелется по земле и отличается побегами и плодами. По одному чёрному семени определить амарант невозможно. Сначала смотрят форму куста, листья, расположение цветочных клубочков и спелые плодики, затем собирают семена. В некоторых местах похожие амаранты способны накапливать нитраты и оксалаты.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=271
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Amaranthus+albus
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=271

Амарант распростёртый — Ковёр летней зелени с маленькими семенами · Amaranthus blitoides

Amaranthus blitoides

Летом на сухой нарушенной почве иногда вырастает низкий широкий ковёр из многочисленных тонких веточек. Маленькие овальные листья образуют густую зелёную массу, а у основания листьев заметны невзрачные зеленоватые соцветия. Это распростёртый амарант, местный для Калифорнии вид. Его молодые листья можно есть без нагрева, хотя вкус бывает довольно резким и предпочтительны маленькие порции.



Амарант распростёртый — фотография растения

Amirh. absnd · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее травянистое растение, стебли которого лежат по земле и расходятся из центрального корня, иногда приподнимая концы. Отдельные побеги могут вытягиваться на 20–60 сантиметров и более. Листья очередные, небольшие, эллиптические или обратнояйцевидные, с цельным краем и короткими черешками. Стебли часто красноватые и мясистые, ветвятся многократно. Мелкие зеленоватые цветки собраны плотными клубочками в пазухах листьев. Плоды содержат тёмные семена, обычно крупнее, чем у некоторых других мелких амарантов; созревшая семенная оболочка раскрывается.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Amaranthus blitoides местным видом Запада Северной Америки, включая Калифорнию, и приводит сотни наблюдений. Он встречается на сухих и периодически влажных нарушенных площадках, в садах, у полей, на рыхлом грунте, в пойменных открытых местах. В Sacramento Valley его вполне можно увидеть летом после полива или дождя. Однако возле дорог и на удобренных нитратами полях особенно высок риск загрязнения. Для сырого употребления подходят только чистые, не обработанные растения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Семена обычно прорастают с наступлением устойчивого весеннего тепла, после чего побеги быстро расползаются по земле. Молодые мягкие листья появляются весной и в начале лета, цветение продолжается летом и осенью до холодов. В жару растение может быстро загрубеть. Собирать листья удобно до того, как верхние пазухи заполнились зрелыми грубыми семенными клубочками.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future подтверждает, что листья Amaranthus blitoides употребляют сырыми, хотя прямо отмечает резкий, иногда едкий вкус. Поэтому это не основной салат: годятся совсем молодые мягкие листочки в небольшой смеси с более нейтральной зеленью. У амарантов, в том числе у этого вида, возможно накопление оксалатов и нитратов, особенно на удобренной почве; большие сырые порции не рекомендуются. Семена тоже съедобны, но их обычные пищевые способы предполагают поджаривание или варку, поэтому здесь их не выдаём за полноценную подтверждённую сырую пищу. Корни не используют.



Амарант распростёртый — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Amaranthus albus имеет более прямостоячие веточки и иной облик плодов, а Amaranthus retroflexus формирует высокий стебель и крупные верхушечные соцветия. Горец птичий Polygonum aviculare тоже стелется ковром, но его узлы окружены плёнчатыми раструбами, которых нет у амаранта. По красноватому стеблю различить виды нельзя. Для точного определения нужно видеть невзрачные цветочные клубочки и листья, поскольку у многих сорняков сходный низкий рост.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=273
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Amaranthus+blitoides
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Amaranthus_blitoides_absnd.jpg

Щирица гибридная — Летние молодые листья на открытой почве · Amaranthus hybridus

Amaranthus hybridus

Когда весенние дожди уже закончились, на рыхлой тёплой земле у огородов начинают быстро расти высокие травы с широкими зелёными листьями и плотными верхушечными кистями. Одна из них — щирица гибридная. Молодые растения дают мягкую зелень, которую можно употреблять без нагрева, но у этого вида особенно важно учитывать удобрения и состав почвы.



Щирица гибридная — фотография растения

Sam Thomas · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее прямостоячее растение, которое при хорошей влаге вырастает примерно от 50 сантиметров до полутора-двух метров. Стебель сравнительно толстый, зелёный или красноватый, иногда ветвится и становится ребристым. Листья очередные, на заметных черешках, от яйцевидных до ромбических, с цельным краем и выраженными жилками. У крупных листьев основание может слегка вытягиваться, а верхушка быть заострённой. Мелкие зеленоватые цветки собраны в плотные верхушечные и пазушные колосовидные соцветия; со временем в них развиваются очень маленькие тёмные семена. Щирица не образует ярких лепестковых цветков: зелёные соцветия в середине лета часто выглядят как плотные шероховатые метёлки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Amaranthus hybridus — неместное растение, которое встречается в Калифорнии на тёплых нарушенных землях, включая сады, края полей, насыпи и поливные пустыри. Оно способно быстро прорастать после рыхления почвы и регулярного полива. В то же время многие внешне похожие щирицы штата относятся к другим видам; фотографии случайного огородного сорняка ещё не подтверждают, что это A. hybridus. У обочин, промышленных площадок и около интенсивно удобряемых грядок такую зелень собирать нельзя.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После прогрева почвы появляются мелкие всходы; в Центральной долине это часто конец весны и начало лета, в прохладных областях позднее. До вытягивания стеблей листья особенно тонкие и мягкие. С середины лета растение наращивает цветочные метёлки, а к концу сезона созревают мелкие семена. Даже в июне старые листья у быстро выросшего растения могут быть грубыми; правильнее ориентироваться на возраст побегов, а не только на календарь.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и всходы. Plants For A Future прямо указывает, что нежные листья и молодые растения Amaranthus hybridus едят сырыми. Их вкус мягкий, травянистый, и небольшая порция может дополнить холодную зелёную смесь. Сильно выросшие растения часто собирают как овощную зелень для приготовления, но это уже другой способ, который здесь не рассматривается. Семена. Они известны как зерновая пища, однако обычные источники описывают их переработку в каши или хлеб, поэтому в статье нет рекомендации есть их сырыми. Щирицы способны накапливать нитраты, особенно на богатой азотом почве; листья также содержат оксалаты. Сырая щирица не годится для больших ежедневных порций и совершенно не подходит для сбора с неизвестно обработанных участков.



Щирица гибридная — детальный снимок растения

Ei'eke (Eiseke Bolaji) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Amaranthus retroflexus часто имеет более заметную шероховатую опушённость верхних побегов и другие детали цветков и прицветников; у Amaranthus powellii верхушечные соцветия могут быть длиннее и уже. Некоторые виды скрещиваются, а по одному листу различить их трудно. Для точного определения нужны зрелые цветки, прицветники и плоды, а не только общий силуэт метёлки. Рекомендации о съедобности одного вида щирицы нельзя автоматически переносить на любую похожую траву. Во время распознавания растение не пробуют на вкус.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=280
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Amaranthus+hybridus
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Amaranthus_hybridus,_Micheldever_(53155217770).jpg

Щирица запрокинутая — летние молодые листья и мелкие семена · Amaranthus retroflexus

Amaranthus retroflexus

Когда влажная весенняя земля прогревается, на открытых участках начинают быстро подниматься крупные травы с широкими листьями. Среди них есть щирица запрокинутая: сначала маленький нежный всход, затем крепкий высокорослый однолетник с плотной зелёной верхушечной метёлкой. Молодые листья известны как съедобная зелень без огня; к осени растение приносит множество крошечных семян. Но это одна из тех распространённых трав, у которых качество почвы особенно важно для еды.



Щирица запрокинутая — фотография растения

Lynk media · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее растение из семейства амарантовых, часто высотой от 30 сантиметров до 1,5–2 метров на плодородной влажной почве. Стебель прямостоячий, крепкий, зелёный, местами красноватый, с короткими жестковатыми волосками; у основания нередко виден красный или розовый оттенок корня. Взрослые побеги могут быть ребристыми и ветвиться в верхней части.

Листья расположены очередно, на длинных черешках. Пластинки чаще яйцевидные или ромбически-яйцевидные, с цельным либо слабо волнистым краем, выраженной сетью жилок и слегка заострённой вершиной. Нижние листья крупнее верхних. В жару часть листьев бывает поникшей, но само название вида не означает, что листья всегда загнуты назад.

Цветки очень маленькие, зеленоватые, собраны в плотные колосовидные метёлки на верхушках и в пазухах верхних листьев. Верхушечное соцветие выглядит грубым и шероховатым. При созревании

формируются маленькие сухие плоды, каждый с одним блестящим тёмно-коричневым или почти чёрным семенем. У зрелых растений для видового определения важны детали прицветников, опушения и плодов.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Щирица запрокинутая встречается в Калифорнии на открытых нарушенных участках и полевых окраинах. Её можно найти на залежах, в рыхлой почве вдоль полей и пастбищ, на старых насыпях и около поселений. Летнее тепло и доступ к влаге позволяют ей быстро вырастать; в густой естественной лесной тени она обычно не доминирует.

Вид распространён далеко за пределами Калифорнии и известен как сорная трава во многих районах США. Но широко распространённый сорняк не означает безопасный пищевой ресурс. Щирицы поглощают из почвы азот и могут накапливать нитраты, особенно при избытке удобрений. Поэтому растения с активно обрабатываемых полей и возле стоков не подходят для сбора сырой зелени.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Поздняя весна. После устойчивого прогрева почвы появляются всходы с несколькими тонкими листьями. Их легче спутать с другими щирицами, чем взрослые цветущие растения.

Начало–середина лета. Быстро растут новые листья и мягкие верхушки; до появления плотных метёлок зелень обычно менее грубая.

Лето–осень. Возникают и вытягиваются соцветия, затем созревают мелкие семена. На тёплых участках этот процесс продолжается до первых заметных похолоданий.

Стадия растения важнее календаря: ранняя зелень подходит для ограниченного сырого употребления гораздо лучше старых крупных листьев.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Лесная служба США указывает применение совсем молодых листьев щирицы запрокинутой как салатной зелени, пока растение ещё невысокое и стебель не стал деревянным. Вкус мягкий, травянистый. Сырой способ не подходит для крупных ежедневных порций: из-за возможных нитратов и оксалатов зелень не должна становиться основой рациона.



Щирица запрокинутая — детальный снимок растения

NY State IPM Program at Cornell University · CC BY 2.0 · Источник

Молодые всходы. Университетский справочник NC State приводит использование всходов в свежих салатах. Однако на этой стадии щирицу трудно отличить от близких видов, поэтому практический сбор возможен лишь тогда, когда происхождение растения точно установлено по более взрослым экземплярам той же популяции.

Зрелые семена. Они очень мелкие, но съедобны; университетские справочники упоминают их сырой способ употребления и холодное измельчение в порошок. Наиболее понятный пищевой материал — чистые зрелые семена из полностью определённого растения. Сбор затрудняется тем, что отделить такое мелкое зерно от растительных оболочек без инструментов непросто.

Листья взрослых растений, грубые стебли и корни здесь не предлагаются как сырая пища. Пищевые сведения о щирицах не отменяют известной способности этого вида накапливать нежелательные вещества; растения с неизвестных удобренных почв лучше не использовать.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Amaranthus hybridus также образует высокие зелёные метёлки и широкие очередные листья, но отличается деталями прицветников, плодов и опушения. Amaranthus powellii часто имеет более узкие удлинённые верхушечные соцветия; Amaranthus blitoides обычно ниже и часто стелется по земле. У некоторых видов происходят скрещивания и существуют промежуточные формы.

Красноватый корень, один широкий лист или наличие зелёной метёлки сами по себе не подтверждают вид. Для точного определения важно увидеть взрослые побеги, цветки и плоды. Особенно нельзя проверять принадлежность растения вкусом молодых всходов.

ИСТОЧНИКИ

• US Forest Service FEIS — Amaranthus retroflexus: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/amaret

- NC State Extension — Amaranthus retroflexus: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/amaranthus-retroflexus/
- Purdue University — Redroot Pigweed (нитраты и оксалаты): https://ag.purdue.edu/department/arge/PACs/sipac/toxic-plants/redroot-pigweed.html
- UC Statewide IPM — Redroot Pigweed: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/redroot-pigweed/

Ирга ольхолистная — весенние цветки и съедобные летние плоды

Amelanchier alnifolia

Среди лесных опушек, каменистых склонов и горных кустарников весной можно увидеть иргу с белыми цветками, собранными в небольшие кисти. Позднее на этих же ветвях поспевают маленькие плоды — от красно-фиолетовых до почти тёмно-синих. Их едят свежими и сохраняют после естественной сушки.



Ирга ольхолистная — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Ирга ольхолистная — листопадный кустарник, часто высотой от одного до трёх метров, хотя в благоприятных местах вырастает выше. Молодые побеги серовато-коричневые; листья простые, очередные, с короткими черешками. Лист овальный или почти круглый, со светлее окрашенной изнанкой и зубчиками, особенно ближе к вершине. Весной листья раскрываются рядом с кистями белых цветков, каждый цветок состоит из пяти лепестков.

Плоды созревают группами. Они округлые, обычно около одного сантиметра в поперечнике; на верхушке остаётся маленькая звёздочка чашечки. Незрелые плоды красноватые, спелые становятся тёмно-пурпурными или почти сине-чёрными. Внутри — мягкая сладкая мякоть и несколько мелких семян. Несмотря на название «ягоды», в ботаническом смысле это мелкие яблоковидные плоды.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Этот вид родом из западной части Северной Америки. В Калифорнии он отмечен прежде всего в северных и горных районах, в прибрежных и внутренних хребтах, в предгорьях и лесных просветах Сьерра-Невады. Например, наблюдения Calflora есть в округах Плейсер, Эль-Дорадо, Невада, Сискию и Плумас.

Ирга предпочитает открытые места с достаточным светом, края леса и склоны. Она может расти группами, но не является повсеместным плодовым кустарником в жаркой части долины Сакраменто.

КОГДА ДОСТУПНА

Белые цветки раскрываются весной, в зависимости от высоты и погоды — примерно с апреля по июнь. Листва развивается вместе с цветением или вскоре после него.

Плодам нужно ещё несколько недель, чтобы поспеть. На тёплых участках первые зрелые плоды могут появиться в начале лета, на высоких и прохладных — в июле–августе, местами позже. Листья желтеют и опадают осенью: это не вечнозелёное растение. Пищевой сезон связан именно с плодоношением.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. Их едят свежими, когда они стали мягкими и тёмными. Мякоть зрелых плодов бывает сладкой и слегка яблочной по вкусу; небольшие твёрдые семена находятся внутри. На североамериканском западе иргу собирали многие народы. Племенное издание карук Uxraah описывает свежие ягоды и высушенные запасы из ирги; в других районах Северной Америки зрелые плоды также использовали без варки.



Ирга ольхолистная — детальный снимок растения

Meggar · CC BY-SA 3.0 · Источник

Плоды для хранения. Их можно было высушивать без нагрева и есть позднее. Важно различать свежий плод и запас после сушки: последний доступен за пределами короткого летнего урожая.

Листья и молодые веточки в этой статье не названы человеческой сырой пищей. USDA Forest Service описывает цианогенные гликозиды в побегах и листьях ирги, особенно в молодых веточках. Поэтому из растения собирают только подтверждённую пищевую часть — зрелые плоды; листья, молодые ветви и отдельно растёртые семена не используют как замену еды.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Плоды ирги могут напоминать чернику, но растут на кусте с зубчатыми простыми листьями и имеют характерную засохшую чашечку на конце. У настоящих Vaccinium другая форма цветка: чаще маленький колокольчик, а не белый пятилепестковый цветок в кисти. Похожие виды ирги могут пересекаться по ареалу и образовывать гибриды, поэтому важны листья, цветки и местность, а не только цвет плода.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Amelanchier alnifolia: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/amealn
- Lady Bird Johnson Wildflower Center, Amelanchier alnifolia: https://www.wildflower.org/plants/result.php?id_plant=AMAL2
- Calflora, Amelanchier alnifolia (наблюдения по округам): https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8419
- Karuk Tribe, Uxraah: Native Edible Berries (ирга, свежие и сушёные плоды): https://nctcc.org/wp-content/uploads/2017/05/G8L2NativeEdibleBerries_booklet.pdf

Ирга ютская — Сладкие маленькие яблочки сухих гор и риск больных ягод · Amelanchier utahensis

Amelanchier utahensis

На солнечных предгорных склонах и сухих каменистых отрогах Сьерра-Невады иногда растёт невысокий куст с небольшими овальными листьями. Весной он покрывается белыми пятилепестковыми цветками, а летом на веточках висят маленькие плоды, похожие на тёмные мини-яблоки. Это Amelanchier utahensis — ирга ютская, или western serviceberry. Полностью зрелые здоровые плоды можно есть сырыми. В отличие от знакомой ирги ольхолистной, эта ирга чаще связана с более сухими каменистыми склонами и иногда даёт суховатые, менее сладкие ягоды.



Ирга ютская — фотография растения

Eric Hunt · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Ирга ютская — листопадный кустарник, часто высотой от одного до трёх метров, с несколькими прямыми древесными стволиками. Кора молодых побегов сероватая либо красно-коричневая, старые ветви темнее. Листья очередные, сравнительно небольшие, овальные, обратнояйцевидные или округловатые, со светлой нижней поверхностью; зубцы обычно заметнее в верхней половине края. Молодые листочки нередко слегка опушены и кажутся бледнее старых. Ранней весной появляются группы белых цветков с пятью узкими лепестками и многочисленными тычинками. После опыления развиваются маленькие плоды типа яблока, первоначально зелёные. Они постепенно проходят розоватую и красную стадии, затем могут стать тёмно-пурпурными, хотя оттенок неодинаков у разных популяций. На верхушке плода сохраняется маленькая звёздчатая чашечка. Внутри расположены небольшие семенные камеры, а не одна косточка. Растение хорошо заметно во время белого цветения, но взрослую иргу приходится различать по листу и плоду вместе.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora признаёт Amelanchier utahensis местным видом Калифорнии и приводит множество наблюдений в Yellow Pine Forest, Foothill Woodland, Chaparral, Pinyon-Juniper Woodland и высокогорных сообществах. В отличие от обычной садовой ирги, природные кусты часто растут на сухих горных склонах, в редколесьях и на каменистых обрывах. Встречаются в предгорьях Сьерры, восточных горах и части южных пустынных хребтов. В равнинном Sacramento County растение не следует считать массовой ягодной культурой. Плодоношение может заметно отличаться даже между соседними кустами: одни дают приятные сладкие плоды, другие — суховатые и твёрдые.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной после зимнего покоя распускаются белые цветки и молодые листья; в тёплых предгорьях это обычно март–апрель, на больших высотах позже. После цветения завязываются зелёные миниатюрные яблочки. Они растут в течение нескольких недель и приобретают красную либо пурпурную окраску. Видовой источник указывает созревание с июня по август с поправкой на высоту и осадки. На одном кусте плоды нередко поспевают неравномерно, поэтому внимательно проверяют каждый. Осенью листья желтеют и опадают, незабранные плоды могут высохнуть. Тёмный цвет не всегда гарантирует зрелость; мякоть должна быть мягкой и здоровой.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелые здоровые плоды. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Amelanchier utahensis. Лучшие плоды имеют сладковатый яблочный вкус с ноткой винограда; другие бывают сухими и пресными. Их можно съесть свежими, не раскусывая и не размалывая семена. Источник предупреждает о цианогенных соединениях в других частях растения, поэтому листья, кора и молодые побеги не считаются едой.



Ирга ютская — детальный снимок растения

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Источник

Больные плоды исключены. У этой ирги встречается ржавчинный гриб, который деформирует яблочки и может придавать им оранжевую окраску и необычный нарост. Такие плоды нельзя выдавать за особую съедобную форму. Для сырого употребления выбирают нормальную мякоть без наростов, плесени, гнили и неприятного запаха.

Холодное пюре и сушка. Мягкую зрелую массу можно размять, не дробя семена, либо естественно высушить здоровые плоды при подходящих условиях. Но на влажном участке сушка часто вызывает порчу. Эта ирга даёт небольшие сезонные порции, а не гарантированный большой урожай.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Amelanchier alnifolia — уже описанная ирга ольхолистная — имеет более крупные листья и обычно связана с менее сухими лесными и пойменными местообитаниями. У A. utahensis лист часто светлее снизу, куст ниже и чаще растёт на каменистых предгорьях. Боярышник Crataegus также образует мелкие яблочки, но на ветвях часто есть колючки и листья имеют другой рисунок лопастей. У некоторых дикорастущих яблонь Malus плоды значительно больше и другой формы. Нельзя определять растение только по «маленькой тёмной ягоде»; нужны белые весенние цветки, листья и устройство плода.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=304
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Amelanchier+utahensis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Amelanchier_utahensis.jpg

Тихоокеанская мадрона — красная кора и осенние съедобные плоды

Arbutus menziesii

В калифорнийских лесах есть дерево, которое можно узнать по гладкому стволу цвета красной меди. На нём постоянно отслаиваются тонкие завитки коры, а густые блестящие листья остаются зелёными даже зимой. Весной мадрона цветёт маленькими белыми колокольчиками, а к осени даёт округлые красные плоды, которые употребляли свежими.



Тихоокеанская мадрона — фотография растения

Awinch1001 · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Мадрона, или мадроньо, — крупный вечнозелёный кустарник или дерево, способное вырастать на многие метры. В затенённом лесу ствол нередко тянется вверх; на открытом склоне крона становится широкой, ветви изгибаются в разные стороны. Главная примета — красновато-оранжевая гладкая кора, которая отделяется тонкими слоями, открывая новые светлые участки.

Листья простые, крупные, овальные, кожистые и глянцевые, располагаются очередно. Они имеют почти цельный край и заметно светлую изнанку. В отличие от многих листопадных лесных деревьев мадрона сохраняет значительную часть своей листвы на протяжении всего года.

Цветки небольшие, кремово-белые, кувшинчатые, как у родственницы манзаниты, но собраны в многочисленные поникающие соцветия. После цветения образуются мелкие округлые плоды. Сначала они зелёные, потом желтоватые и оранжевые, а зрелые — красные или насыщенно

красно-оранжевые. Поверхность плода немного бугристая, мякоть мягкая и мучнистая, внутри мелкие семена. Плоды обычно около сантиметра в поперечнике.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Это местное дерево тихоокеанского побережья от Калифорнии до Британской Колумбии. В Калифорнии мадрона обычна в подходящих лесах Береговых хребтов и на западных склонах Сьерра-Невады. Она растёт рядом с дубами, соснами, дугласиями, иногда секвойями, любит хорошо дренированные склоны и светлые места леса.

В северных и центральных лесных районах мадрону можно встретить часто, иногда целыми группами. На влажных северных склонах или в затенённых оврагах её бывает меньше, а на открытом дне сухой долины Сакраменто она не столь массовая. Красноватый ствол — один из самых заметных лесных ориентиров даже без плодов.

КОГДА ДОСТУПНА

Кожистые листья присутствуют круглый год, с января по декабрь. Весной появляется свежая листва; одновременно или немного раньше развиваются кремовые цветки. Во многих районах Калифорнии цветение приходится на апрель–июнь.

Плоды растут в течение лета и постепенно краснеют. Основной сезон зрелых ягод — позднее лето и осень, особенно сентябрь–ноябрь. На некоторых деревьях плоды остаются и позже. Их наличие сильно зависит от местности, дождей и возраста дерева; не всякое дерево даёт одинаковый урожай.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые красные плоды. Плоды мадроны употребляют сырыми, когда они полностью окрасились и стали мягкими. В горах и на побережье сроки различаются: USDA Forest Service отмечает созревание осенью и сохранение ягод на ветвях иногда до декабря. Их вкус может казаться слегка сладким, мучнистым или терпким. USDA Forest Service отмечает историческое употребление этих ягод коренными народами Западного побережья, а описание Arbutus menziesii в Plants For A Future также прямо указывает сырые зрелые плоды.



Тихоокеанская мадрона — детальный снимок растения

Awinch1001 · CC BY 4.0 · Источник

В историческом описании народа Bear River Северной Калифорнии мадрона названа среди растений, дававших съедобный осенний урожай. У этого вида небольшие плоды с мучнистой мякотью и многочисленными мелкими семенами, поэтому даже богатое плодоношение не похоже на урожай крупной садовой ягоды.

Свежие ягоды едят умеренно: у некоторых людей большие количества плодов мадроны вызывают тошноту. Вечнозелёные листья, красная кора и древесина служат приметами вида, но в человеческую сырую пищу в этой статье не входят.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У мадроны крупный гладкокорый ствол, большие блестящие листья и красноватые бугристые плоды. У близкой манзаниты Arctostaphylos manzanita обычно гораздо более низкая кустарниковая форма и меньшие листья, а плоды имеют другую структуру. Среди декоративных деревьев встречается Arbutus unedo с красными округлыми плодами, но его легко отличать по форме листвы, коре и характеру роста. Красный плод сам по себе не заменяет определение дерева.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Arbutus menziesii: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/arbmen
- USDA Forest Service, Silvics of North America — Pacific Madrone: https://research.fs.usda.gov/silvics/pacific-madrone
- Plants For A Future, Arbutus menziesii, сырые зрелые плоды: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Arbutus+menziesii

Земляничное дерево — Осенние красные шершавые плоды у старых посадок · Arbutus unedo

Arbutus unedo

Осенью в некоторых калифорнийских городах можно заметить вечнозелёное дерево, у которого одновременно свисают маленькие белые кувшинчатые цветки и круглые плоды, похожие на красные шарики с зернистой поверхностью. Это Arbutus unedo — земляничное дерево, привезённое из Средиземноморья. Его полностью созревшие красные плоды можно есть сырыми в небольшом количестве. Важно не путать его с местным тихоокеанским мадроне Arbutus menziesii, у которого плоды значительно меньше и иной вкус.



Земляничное дерево — фотография растения

Imnulls · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это вечнозелёный кустарник или небольшое дерево, часто несколько метров высотой, с густой кроной и коротким стволом. Молодые ветви красноватые, старая кора буро-красная и местами отслаивается пластинками. Листья очередные, продолговато-овальные, кожистые, блестящие, с мелкими заметными зубчиками по краю. На концах ветвей осенью появляются свисающие группы небольших белых или бледно-розовых кувшинчатых цветков, похожих на цветки манзаниты. После опыления плоды развиваются очень медленно, поэтому спустя год растение нередко одновременно несёт новые цветки и созревающие плоды прошлого сезона. Сначала плод зелёный, затем жёлто-оранжевый, наконец насыщенно-красный. Его поверхность покрыта многочисленными небольшими пирамидальными бугорками, а внутри находится мягкая сладкая зернистая мякоть с мелкими семенами. Зрелые плоды часто осыпаются при лёгком касании.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Arbutus unedo как неместное дерево Калифорнии, зафиксированное в том числе в Los Angeles, San Diego, Alameda, San Francisco, Santa Barbara и Sacramento County. Наблюдений немного относительно обычных сорняков, а большинство деревьев связаны с озеленением, старинными садами и декоративными посадками. В природных лесах Сьерры это не массовый местный вид. В районах с мягкой зимой земляничное дерево может плодоносить довольно регулярно, особенно если не страдает от сильной летней засухи. Но плоды на деревьях вдоль тротуаров принадлежат владельцу участка или находятся на территории с отдельными правилами: внешняя доступность ещё не означает разрешённого сбора.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Листья сохраняются круглый год, поэтому по зелёной кроне нельзя узнать пищевой сезон. Цветение часто начинается осенью, примерно в октябре–декабре, и может частично продолжаться зимой. Плоды из прошлогодних цветков медленно окрашиваются, часто достигая полной зрелости в ноябре–декабре. На тёплом побережье срок может растягиваться, а в сухой внутренней долине изменяться из-за погоды. Зелёные и оранжевые плоды ещё обычно терпкие; лучше выбирать мягкие ярко-красные, легко снимающиеся с ветви. Плод, уже пролежавший на грязной земле, может начать бродить или плесневеть и не должен употребляться сырым.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелый красный плод. Plants For A Future прямо подтверждает его сырое употребление у Arbutus unedo. Мякоть сладковатая, иногда пресная или слегка терпкая, а поверхность ощутимо зернистая. Зрелый плод можно разрезать и съесть мягкую внутреннюю часть; мелкие семена обычно находятся в мякоти. Вкус меняется от дерева к дереву, поэтому не стоит обещать, что любой плод похож на садовую клубнику. Название происходит от внешнего сходства с земляникой, а не от ботанического родства.



Земляничное дерево — детальный снимок растения

Orac29 · CC BY-SA 4.0 · Источник

Небольшая порция вместо большого урожая. Спелые плоды довольно быстро становятся переспелыми и могут ферментироваться на ветке или после падения. Особенно мягкий плод с сильным алкогольным либо уксусным запахом оставляют. В видовом источнике рекомендовано умеренное употребление. Его можно размять холодным способом и съесть сразу, но не оставлять массу в жаркой машине на длительный срок.

Листья, цветки, кора, корни и зелёные незрелые плоды не включены в подтверждённую сырую пищевую часть.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Arbutus menziesii, местный тихоокеанский мадроне, имеет более крупный рост, гладкую красно-оранжевую кору, а ягоды обычно гораздо мельче и собраны плотными гроздями. У Arbutus unedo плод крупнее и шершавее, а цветки нередко присутствуют одновременно с красными плодами. У манзанит Arctostaphylos листья тоже кожистые и цветки кувшинчатые, но плод мелкий, твёрдый, часто с несколькими крупными косточками. Определять стоит весь куст с листьями, цветками и ягодами, а не один красный шарик. Не следует использовать плоды с декоративных посадок, обработанных инсектицидами или фунгицидами.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9284
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=9284
- https://pfaf.org/User/plant.aspx?LatinName=Arbutus+unedo

Манзанита сероопушённая — Мучнистые зрелые плоды северных прибрежных кустарников · Arctostaphylos canescens

Arctostaphylos canescens

На северных приморских склонах Калифорнии в чапарале можно увидеть густой куст с красно-коричневой корой и листьями, которые будто припорошены серым налётом. Особенно светлыми выглядят молодые побеги и нижняя сторона листьев. Зимой и весной на концах ветвей раскрываются небольшие бело-розовые колокольчики, а позднее образуются плотные красно-коричневые ягодоподобные плоды. Это сероопушённая манзанита, местный северокалифорнийский вид. Её зрелая мягкая плодовая мякоть пригодна в пищу без нагрева, но семенные косточки лучше отделять.



Манзанита сероопушённая — фотография растения

Tom Hilton (Flickr) · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Вечнозелёный куст обычно 1–2 метра высотой, иногда до трёх, с густым разветвлением и гладкой красновато-ржавой корой старых ветвей. Молодые побеги покрыты коротким белым войлочным опушением. Листья очередные, кожистые, овальные либо округло-овальные, примерно 2–5 сантиметров длиной, без зубчиков по краю; новые листья серо-белые от волосков, старые могут становиться зеленее и гладче. В зимне-весенний сезон на верхушках появляются короткие ветвистые кисти поникающих урновидных цветков с розовато-белым венчиком и пятью крошечными зубцами. После них развиваются маленькие уплощённо-округлые костянки около 8 миллиметров, со временем буровато-красные, с суховатой мучнистой мякотью.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Arctostaphylos canescens как местный вид прибрежной северной Калифорнии. Его можно встретить от районов Santa Cruz и Marin через Sonoma, Mendocino и Humboldt до Del Norte, на солнечных песчаных, серпентинитовых и каменистых склонах, среди чапараля и в просветах сосновых лесов. В Sacramento Valley это не обычная манзанита, а на большинстве склонов Сьерра-Невады растут другие виды рода. Отдельные подвиды и местные формы могут различаться; при сборе важно не повредить маленькие популяции и соблюдать ограничения природных территорий.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветение происходит в прохладный сезон, обычно зимой и ранней весной, на высоких и более влажных участках позже. Плоды наливаются весной и становятся красновато-коричневыми ближе к лету либо ранней осени, в зависимости от туманов и осадков. Полная зрелость видна по окраске, суховатой мягкости и лёгкому отделению плодовой кисти. Зелёные твёрдые плоды оставляют. Важнее выбрать чистые зрелые плоды, чем пытаться получить большой урожай с редких кустов.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелая плодовая мякоть. Ботанические и пищевые обзоры манзанит подтверждают употребление свежих зрелых плодов Arctostaphylos; у сероопушённого вида они небольшие и довольно мучнистые. Мякоть можно аккуратно раздавить и отделить твёрдые косточки, затем съесть понемногу. Особенно удобно растереть чистые спелые плоды в холодной питьевой воде и процедить: получается лёгкий сладко-кислый напиток без огня. Плоды с плесенью и посторонним запахом не подходят. Семена, жёсткие косточки, листья и кора не входят в пищевой способ; большие порции сухой мякоти могут раздражать пищеварение.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Arctostaphylos glandulosa тоже имеет опушённые побеги, но часто образует прикорневое древесное утолщение, от которого куст восстанавливается после пожара, а листья и цветочные кисти устроены иначе. У Arctostaphylos manzanita старые листья обычно зеленее и глянцевее, куст может быть выше. Наличие красной коры и маленького коричневого плода недостаточно для определения: в Калифорнии десятки близких манзанит, некоторые редкие. Надёжный признак сероопушённого вида — сочетание густого белого опушения молодых ветвей и листьев, формы цветочных кистей и северного приморского ареала.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/entry/psearch.html?namesoup=Arctostaphylos+canescens
- https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/arctostaphylos-canescens
- https://www.ars.usda.gov/ARSUserFiles/1718/PDF/2008/Encylopedia%20of%20Fruit%20and%20Nuts%20Arbutus-strawberry%20tree%202008.pdf

Манзанита Истуда — Красная кора, белые кувшинчики и мучнистые ягоды · Arctostaphylos glandulosa

Arctostaphylos glandulosa

В чапарале Калифорнии нередко встречается манзанита с гладкими красноватыми стеблями, жёсткими вечнозелёными листьями и множеством маленьких белых кувшинчиков весной. Летом вместо цветков поспевают плотные мучнистые плоды. Манзанита Истуда интересна тем, что для неё самой, а не только для рода Arctostaphylos, USDA подтвердило употребление зрелых плодов сырыми и сушёными.



Манзанита Истуда — фотография растения

Franz Xaver · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно это ветвистый куст около одного–трёх метров высотой. У основания часто заметно утолщённое древесное образование, из которого куст способен возобновляться. Крупные ветви красновато-бурые и гладкие, но молодые побеги, черешки и соцветия нередко покрыты железистыми волосками и кажутся липкими. Листья кожистые, от овальных до продолговатых, с цельным краем, на обеих сторонах зелёные. Весной на концах веточек появляются поникающие гроздья белых или слегка розоватых цветков кувшинчатой формы. Зрелый плод округлый, обычно красновато-бурый, с суховатой мякотью и несколькими твёрдыми внутренними частями.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Arctostaphylos glandulosa к местным видам Калифорнии и приводит тысячи наблюдений, особенно в прибрежных хребтах, в смешанных лесах и чапарале. Вид встречается от северных округов до южнокалифорнийских гор; однако распределён не равномерно. Он предпочитает хорошо дренированные склоны и светлые редколесья. Некоторые узко распространённые подвиды охраняются; на территории заповедников и в редких популяциях ничего не собирают.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветение обычно приходится на влажную часть года — от конца зимы к весне, в более прохладных горах позже. Плоды формируются после цветения и темнеют главным образом летом, иногда до ранней осени. У разных популяций сроки существенно различаются из-за высоты, температуры и количества зимних дождей. Вечнозелёная листва доступна круглый год, но пищевой сезон относится именно к созревающим плодам.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. В обзоре USDA Fire Effects Information System для Arctostaphylos glandulosa сказано, что их ели свежими, высушивали и использовали в напитках. У полностью зрелого плода мякоть суховатая и кисло-сладкая. Её можно употреблять сырой небольшими порциями. Естественная сушка сохраняет плод без огня, но перед едой важно исключить плесень и порчу. При холодном разминании с чистой водой твёрдые части следует отделить процеживанием. Ядра косточек, листья, кора и корни не предлагаются здесь как сырая пища.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

От Arctostaphylos viscida этот вид часто отличается более тёмной зеленью листьев, липкими железистыми молодыми побегами и наличием корневого древесного утолщения. Arctostaphylos manzanita чаще образует высокий куст с более заметной гладкой корой. Но в Калифорнии много близких и изменчивых манзанит, в том числе редкие подвиды A. glandulosa. Сравнивают форму листьев, железистость побегов, соцветия, плод и место произрастания, а не только характерную красную кору. Нельзя собирать плоды, если вид определён приблизительно.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=548
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/arcgla
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Arctostaphylos_glandulosa.jpg

Манзанита крупноплодная — летние суховатые ягоды и холодный напиток · Arctostaphylos glauca

Arctostaphylos glauca

На каменистых склонах чапараля можно увидеть кустарник с гладкой красноватой корой и густой сизо-зелёной кроной. Зимой или весной из зелени свисают небольшие белые кувшинчатые цветки, а к лету поспевают округлые красновато-бурые плоды, заметно крупнее, чем у многих других манзанит. Это Arctostaphylos glauca — крупноплодная манзанита. Она относится к тем кустарникам Калифорнии, из зрелых плодов которых готовили холодное питьё без нагревания. Сами ягоды можно есть сырыми понемногу, помня об их мучнистой текстуре и твёрдых семенах.



Манзанита крупноплодная — фотография растения

Joe Decruyenaere · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это вечнозелёный куст или небольшое дерево, иногда достигающее нескольких метров высотой. Стволики и старые ветви имеют гладкую красно-коричневую кору, местами отслаивающуюся тонкими пластинками. Молодые веточки светлее, могут иметь сизоватый оттенок. Листья очередные, плотные, овальные или округло-яйцевидные, с ровным краем и коротким черешком; сверху выглядят серовато-зелёными из-за воскового налёта. На цветущих ветвях образуются небольшие группы поникающих бело-розовых цветков, каждый похож на маленький закрытый кувшинчик с узким отверстием. После опыления развивается округлая костянка с тонкой кожицей и плотной мучнистой внутренней массой. По мере зрелости плод становится буровато-красным и твёрдым либо слегка податливым; внутри находится несколько крупных, сильно одревесневших косточек. В отличие от сочной ежевики, мягкой сладкой массы здесь совсем немного.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Arctostaphylos glauca как местный вид Калифорнии, особенно частый в чапарале и лесах можжевельника и деревьев Джошуа на юге и в центральных предгорьях. Много находок в San Benito, Los Angeles, Riverside, San Diego, Santa Clara и San Luis Obispo; отдельные кусты есть в других округах. Это не обычный дикорастущий куст долины Сакраменто, поэтому на местном сайте важно не обещать его рядом с каждым парком. Манзанита любит солнечные склоны и хорошо переносит летнюю сухость, однако год плодоношения сильно зависит от весенних условий. На заповедных территориях сбор может быть запрещён.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Листья сохраняются круглый год, но они не являются пищей этой статьи. Цветение у манзанит может начинаться уже зимой в тёплой части штата и продолжаться весной; в местных горных районах наступает позже. После опыления формируются небольшие зелёные плоды. Они медленно растут, краснеют либо буреют, чаще созревают летом и в начале осени. Плотный зрелый плод способен ещё некоторое время держаться на ветке после окончания роста. Зимняя зелёная крона не означает зимней доступности плодов. Самые пригодные для холодного напитка плодики берут после полного изменения окраски и созревания.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды можно употреблять сырыми — такой способ подтверждён PFAF именно для Arctostaphylos glauca. Они мучнистые, кисловатые, иногда с приятной сладостью на поверхности, но тяжело разжёвываются и перевариваются. Поэтому не следует есть большие горсти и тем более разгрызать твёрдые косточки.



Манзанита крупноплодная — детальный снимок растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

Холодный напиток — особенно интересная местная пищевая традиция. В видовом источнике описано, как плоды слегка смачивали чистой водой, разминали руками, затем оставляли в воде на солнце приблизительно на двенадцать часов и процеживали. Получалась сладковато-кислая жидкость без кипячения. Для безопасного современного варианта нужно использовать питьевую воду, чистую посуду и не оставлять напиток в жаре на длительное время: историческая длительность на солнце не гарантирует микробиологической безопасности. Разумнее сделать короткий холодный настой и употребить его свежим.

Листья, стебли, кора и цветки не входят в перечень еды. Отдельные сообщения о размолотых сухих косточках нельзя переносить в рекомендации есть их сырыми.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Arctostaphylos manzanita, уже описанная в отдельной статье, похожа красной корой и кувшинчатыми цветками, но имеет свои размеры листьев и плодов и другой основной ареал. Низкорослая A. uva-ursi стелется по земле и даёт мелкие красные плоды; в нашем каталоге она не рекомендована из-за противоречивой оценки безопасности. У A. glauca куст гораздо выше, листья сизоватые, а зрелые плоды крупнее. Нельзя определять манзаниту по одной красной коре, особенно у кустов без цветков и плодов. Мучнистая мякоть и приятный запах также не подтверждают вид. При чувствительности пищеварения большие количества ягод лучше исключить.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=556
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=556
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Arctostaphylos+glauca

Манзанита — красная кора, летние плоды и холодный напиток

Arctostaphylos manzanita

На сухих солнечных склонах Калифорнии встречается кустарник с необычайно гладкой красно-коричневой корой. Издали его видно по причудливо изогнутым ветвям и плотной зелени, остающейся на кусте даже зимой. Весной среди листьев появляются маленькие колокольчики цветов, а летом созревают округлые красноватые плоды. Именно плоды манзаниты давали пищу и холодный напиток без огня.



Манзанита — фотография растения

Burkhard Mücke · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Arctostaphylos manzanita — вечнозелёный кустарник, обычно от одного-двух до нескольких метров высотой. Стволы и взрослые ветви гладкие, красновато-коричневые, с тонкой отслаивающейся поверхностью. У молодых побегов окраска другая: они могут быть зеленоватыми или слегка опушёнными.

Листья простые, кожистые, овальные, с цельными краями, расположены очередно. Их поверхность плотная, обычно серовато- или темно-зелёная. Цветки мелкие, белые или чуть розоватые, собраны в небольшие поникающие группы. Каждый напоминает маленький кувшинчик с узким отверстием.

Плоды округлые, похожие на крошечные яблочки: сначала зелёные, затем розовеют или краснеют, позднее становятся красно-бурыми. У них относительно сухая, мучнистая мякоть и твёрдые внутренние части. Это не мягкая сочная ягода вроде ежевики. На одном кусте плоды созревают постепенно.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Это местный вид западной Северной Америки, широко представленный в северной и центральной части Калифорнии. Особенно характерен для предгорного чапараля, солнечных склонов Береговых хребтов, Сьерра-Невады и смешанных дубово-сосновых сообществ. На склонах с подходящими почвами кустарники образуют заметные, местами очень густые заросли.

Манзанита хорошо переносит сухое лето. В Калифорнии есть несколько близких Arctostaphylos, в том числе виды со сходной красной корой, поэтому здесь рассматривается исключительно Arctostaphylos manzanita. Поэтому краснокорый кустарник на южнокалифорнийском побережье

необязательно относится именно к Arctostaphylos manzanita: в штате растёт много других манзанит.

КОГДА ДОСТУПНА

Кожистые листья остаются на кусте все двенадцать месяцев, но это не означает, что их ели сырыми. Основная пищевая часть — плоды.

Цветочные кисти появляются в прохладную часть года: часто зимой и в начале весны, приблизительно с января до апреля, в зависимости от участка. Плоды наливаются весной и летом. На многих склонах зрелые красноватые или бурые плоды доступны летом и ранней осенью, ориентировочно с июля по октябрь. На высоте сезон сдвигается.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. Их ели свежими, иногда разжёвывая мучнистую мякоть. Плоды не обязательно приятно сочные: вкус может быть сладковатым или терпким, а твёрдые внутренние части не похожи на семена культурной ягоды. Исторические этноботанические сведения о сыром употреблении манзаниты сохранились в материалах USDA Natural Resources Conservation Service.



Манзанита — детальный снимок растения

Paul Asman and Jill Lenoble · CC BY 2.0 · Источник

Плоды для холодного напитка. Из спелых плодов готовили прохладное питьё: мякоть разминали, смешивали с холодной водой и пропускали через сито или плетёное фильтрующее приспособление, отделяя каменистые части. В описании USDA NRCS приведён именно напиток из плодов, приготовленный без варки. В калифорнийских источниках упоминаются такие способы у нескольких коренных народов, включая карук и майду. Огня для этой процедуры не требовалось.

Высушенные плоды. Часть урожая сохраняли после естественной сушки. Высохшие плоды можно было держать вне короткого сезона созревания, а затем размачивать водой. Кору, листья и цветки

здесь не включаем в человеческую сырую пищу: их круглогодичное присутствие или употребление для непищевых целей не означает, что это съедобная зелень.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии растёт множество манзанит, похожих друг на друга красноватой корой, плотными листьями и колокольчатыми цветками. Поэтому определение именно Arctostaphylos manzanita требует учитывать размер и форму листьев, побеги и ареал, а не только цвет коры. У тойона Heteromeles arbutifolia плоды красные и созревают зимой, листья обычно имеют зубчатый край и заметно иные соцветия; это другой кустарник.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Arctostaphylos manzanita, морфология и местообитания: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/arcman
- USDA NRCS, Whiteleaf Manzanita Plant Guide, пищевое использование и холодный напиток: https://www.nrcs.usda.gov/plantmaterials/capmcpg13358.pdf
- Calflora, Arctostaphylos manzanita: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=565

Манзанита зеленолистная — Красновато-бурые горные плоды под яркой зеленью · Arctostaphylos patula

Arctostaphylos patula

В горах Сьерра-Невады, где сосновый лес редеет и солнце освещает каменистый склон, можно увидеть широкие вечнозелёные кусты с гладкой красноватой корой. Их зелёные листья хорошо заметны зимой, а ближе к концу лета на веточках созревают маленькие коричневато-красные плоды. Это Arctostaphylos patula — зеленолистная манзанита. Её полностью зрелую тонкую мякоть можно употребить сырой или использовать для холодного напитка. Но несколько очень твёрдых косточек занимают значительную часть плода, поэтому манзанита не заменяет горсть мягких ягод.



Манзанита зеленолистная — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетний кустарник, часто до полутора–двух метров высотой, широко расходящийся от основания; на некоторых сухих склонах он ниже и почти стелется вдоль земли. Старые ветви красно-коричневые, довольно гладкие, местами кора отслаивается тонкими лентами. Молодые побеги зеленоватые или краснеющие. Листья расположены очередно, толстые и кожистые, широко-овальные, ярко-зелёные, с гладким краем и коротким черешком. От сизолистных манзанит лист отличается прежде всего отсутствием выраженного серого воскового оттенка. Зимой и ранней весной в небольших свисающих группах раскрываются белые или розоватые цветки-кувшинчики с узким отверстием. После опыления развиваются круглые зелёные плодики, на которых сохраняются остатки цветка. К концу лета они окрашиваются в красновато-бурый цвет, диаметром приблизительно сантиметр, с суховатой кисло-сладкой наружной мякотью и несколькими твёрдыми внутренними косточками. Внутри одной завязи может быть четыре–восемь твёрдых семенных частей; это важно при выборе способа употребления.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Arctostaphylos patula как местный вид Калифорнии и приводит несколько тысяч наблюдений. Особенно типичен он для Yellow Pine Forest и Red Fir Forest: открытых солнечных мест смешанных горных лесов, обочин лесных троп, каменистых склонов. Встречается в Сьерра-Неваде, Каскадных горах и других горных районах штата. Для поездки из Сакраменто его правильнее искать на подъёме в предгорья и горы, а не на равнинном газоне. На подходящих склонах кусты могут образовывать большие плотные массивы, но их плодоношение заметно меняется между годами и участками. Восстановление после пожаров также неодинаково у разных подвидов и популяций; отдельный красивый куст лучше не повреждать.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Молодые побеги появляются с весенним потеплением, а листья сохраняются круглый год. Цветение обычно приходится на конец зимы и весну; справочник PFAF для умеренных условий указывает март–май. После опыления зелёные круглые плоды медленно растут, затем начинают краснеть. Полностью зрелые красно-бурые плоды чаще доступны с августа по октябрь. На большой высоте созревание нередко запаздывает относительно солнечного нижнего склона. Зимняя зелень и весенние цветки сами по себе не являются пищевым сезоном ягод. После затяжных осенних дождей отдельные плоды быстро портятся, а сухие старые ягоды могут оставаться на ветвях без мягкой мякоти.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелая наружная мякоть плода. Видовой справочник Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление плодов Arctostaphylos patula. Они терпковато-кислые, иногда приятные и напоминают маленькое кислое яблоко. Можно аккуратно раздавить зрелый плод и съесть мягкую наружную часть, не разгрызая твёрдые косточки. Мякоть очень тонкая, и поэтому даже несколько десятков плодов не дают большой порции.



Манзанита зеленолистная — детальный снимок растения

M. Simmonson / USFS Region 5 · CC BY 2.0 · Источник

Холодный плодовый напиток. Чистые зрелые плоды можно коротко размять в питьевой воде и тщательно процедить, чтобы в стакан не попали твёрдые части. Пищевой источник подтверждает использование плодов в напитках, но алкогольные способы брожения и приготовление с нагреванием к нашему безогневому питанию не относятся. Напиток готовят свежим и не выдерживают на жаре длительное время. Порошок из целых косточек не рекомендован: несмотря на отдельные исторические сведения, для сырого употребления ядра видовой источник не даёт столь же ясного подтверждения.

Листья, цветки, кора и корни не входят в перечень сырой пищи.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Arctostaphylos glauca имеет более сизые, словно припудренные листья и обычно более крупные плоды; её мы уже описали отдельно. Arctostaphylos manzanita также отличается побегами, размерами и ареалом. Arctostaphylos viscida часто обладает липкими железистыми побегами и более сероватой листвой. Поэтому одного красноватого стволика и белого кувшинчатого цветка мало: определяют весь куст, листовую пластинку, плод и географию. Не следует есть неизвестную ягоду только потому, что рядом растёт другой съедобный вид манзаниты. В национальном парке и на природоохранном участке действуют отдельные правила сбора.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=596
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Arctostaphylos+patula

Манзанита остролистная — Суховатые сладко-кислые плоды кустарника горных пустынь · Arctostaphylos pungens

Arctostaphylos pungens

В южных горах и на сухих склонах юго-запада США встречается вечнозелёная манзанита с твёрдыми заострёнными листьями и красноватой корой. Зимой и весной на ней раскрываются мелкие белые колокольчики, а к тёплому сезону созревают небольшие красно-коричневые плоды. Это остролистная манзанита, один из видов Arctostaphylos, плоды которого можно употреблять сырыми. Однако в Калифорнии род особенно богат близкими местными и редкими видами, поэтому чужой куст нельзя считать именно этим видом по одному красному плоду.



Манзанита остролистная — фотография растения

Dick Culbert · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Вечнозелёный кустарник обычно около одного–трёх метров высотой, сильно ветвистый. Молодые веточки иногда опушены; старые стволики и крупные ветви приобретают красно-бурую отслаивающуюся кору. Листья очередные, толстые, кожистые, овальные либо узкояйцевидные, с острым кончиком и цельным краем; часто стоят почти вертикально относительно ветки. Соцветия состоят из небольших групп поникающих беловатых или бледно-розовых урновидных цветков, каждый с пятью короткими отогнутыми зубчиками. Плоды круглые, плотные, сначала зелёные, позднее красноватые или рыже-коричневые, внутри одна или несколько твёрдых косточкоподобных семенных частей. Суховатая мякоть может быть заметно мучнистой.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Plants of the World Online и PFAF относят Arctostaphylos pungens к юго-западной Северной Америке; Calflora также отмечает вид на южных калифорнийских склонах, но исторически это название применяли к нескольким растениям, которые сейчас выделяют в другие виды. Поэтому в Калифорнии его нельзя ожидать во всех зарослях манзаниты: особенно важны сухие каменистые сообщества близ границы с Аризоной и Мексикой, горный чапараль и отдельные переходные участки. На северных склонах и возле Сакраменто почти всегда растут другие Arctostaphylos. Нельзя распространять название на местные редкие эндемики.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Мелкие колокольчатые цветки раскрываются в прохладный сезон и весной в зависимости от высоты и влажности. Плоды растут весной, к лету или началу осени приобретают более тёмную красно-коричневую окраску, нередко высыхают прямо на кусте. Сезон созревания сильно меняется от места и годовых осадков. Для сырого употребления годятся только равномерно зрелые плоды без плесени, с нормальной суховатой мучнистой мякотью. Зелёные твёрдые костянки не собирают.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелая мякоть плодов. PFAF прямо подтверждает сырое употребление Arctostaphylos pungens. Вкус кисло-сладкий, иногда приятно яблочный, но мякоть суховатая и мучнистая, поэтому большие количества трудно есть и переваривать. Чистый плод можно аккуратно размять и съесть мягкую наружную часть, отделяя твёрдые внутренние косточки. В чистую прохладную воду допускается добавить холодно размятые зрелые плоды и отцедить твёрдые части, получая лёгкий фруктовый напиток без огня. Листья, кора и корни не используются как сырая пища.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Arctostaphylos patula и Arctostaphylos manzanita в Калифорнии встречаются намного шире, но отличаются сочетанием листьев, коры, опушения молодых побегов и строением цветков. Некоторые их исторические названия включали слово pungens, поэтому старое латинское имя на гербарной карточке не гарантирует нынешний вид. От Arctostaphylos glauca растение также отличается признаками листьев и плодовых групп. Если нельзя достоверно определить конкретный вид по флористическому ключу, плоды неизвестного кустарника не пробуют. Даже у правильно определённой манзаниты твёрдые косточки не равнозначны мягкой мякоти.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Arctostaphylos+pungens
- https://www.calflora.org/species/sci-A.html
- https://powo.science.kew.org/

Толокнянка обыкновенная — Красные мучнистые ягоды на стелющихся веточках · Arctostaphylos uva-ursi

Arctostaphylos uva-ursi

В северных прибрежных лесах и на холодных открытых склонах земля бывает покрыта низким вечнозелёным ковром. Среди гладких кожистых листочков осенью краснеют маленькие круглые плоды. Толокнянка — родственница манзанит; её ягоды съедобны без нагрева, хотя по вкусу они гораздо суше и преснее, чем черника.



Толокнянка обыкновенная — фотография растения

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетний стелющийся кустарничек обычно возвышается всего на 5–20 сантиметров над землёй, но одревесневшие побеги расходятся вширь на десятки сантиметров. Старые веточки красновато-коричневые, местами с отслаивающейся тонкой корой. Листья небольшие, обратнояйцевидные, с округлой вершиной, цельным краем, сверху глянцевые и тёмно-зелёные, снизу немного светлее. Они не имеют зубцов. Цветки поникающие, белые с розовым оттенком, собраны по нескольку, каждый напоминает маленький кувшинчик с узким отверстием. Плоды круглые, гладкие, при зрелости ярко-красные, примерно 6–10 миллиметров в диаметре.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает природные популяции в Humboldt, Del Norte, Mendocino, Marin, San Mateo, Monterey, Mono и некоторых других округах Калифорнии. Растение выбирает песчаные или каменистые хорошо дренированные участки, прохладные хвойные леса, приморские дюны и некоторые горные склоны. В сухой равнине Сакраменто оно не является обычным дикорастущим кустом. В подходящих местах может образовывать сплошной низкий покров.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Поникающие светлые цветки раскрываются преимущественно весной. Зелёные плодики растут летом, а краснеют в конце лета и осенью. В холодных районах часть созревших ягод может оставаться на веточках под снегом. Листья остаются зелёными круглый год, но это не означает, что их можно включить в сырую пищу.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. USDA Forest Service прямо относит свежие ягоды толокнянки к запасной, или аварийной, пище: они суховатые, мучнистые и почти безвкусные. PFAF дополнительно подтверждает употребление плодов сырыми и высушенными без нагрева. Мякоть окружает твёрдые внутренние плодики; их не нужно разгрызать. Сухие спелые ягоды иногда смачивают чистой холодной водой, чтобы они были менее мучнистыми. Большие порции не подходят: высокое содержание дубильных веществ может вызывать неприятные ощущения.



Толокнянка обыкновенная — детальный снимок растения

Isidre blanc · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В отличие от высоких манзанит толокнянка стелется по самой земле. Arctostaphylos nevadensis и другие низкие манзаниты тоже похожи, поэтому важны строение веточек, листьев и соцветий. У брусники Vaccinium vitis-idaea похожие красные плоды, но иная форма цветков и листья с характерными точками на нижней стороне. Особенно важно не переносить съедобность красного плода на листья толокнянки: они известны сильнодействующими веществами и не подходят как салатная зелень.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora — Arctostaphylos uva-ursi: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=624
- USDA Forest Service FEIS — kinnikinnick: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/arcuva
- Plants For A Future — Arctostaphylos uva-ursi: https://pfaf.org/USER/plant.aspx?latinname=Arctostaphylos+uva-ursi

Манзанита белолистная — Пыльно-зелёные листья и суховатые летние плоды · Arctostaphylos viscida

Arctostaphylos viscida

На сухих красноватых склонах предгорий Сьерры растут кусты с гладкой красной корой и светлой сизой листвой. Весной на них видны маленькие светлые цветки-кувшинчики, а летом — суховатые шаровидные плоды. Это белолистная манзанита, одна из местных манзанит, плоды которых использовали свежими и в холодных напитках.



Манзанита белолистная — фотография растения

Walter Siegmund · CC BY 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетний вечнозелёный куст обычно от одного до нескольких метров высотой. Стволики и крупные ветви покрыты гладкой красно-коричневой корой, местами старые участки шероховаты. Листья простые, овальные или округло-яйцевидные, жёсткие, с цельным краем; их светлый сизо-зелёный тон сразу отличает куст от многих тёмнолистных манзанит. Молодые веточки могут быть железистыми и липкими. Цветки небольшие, белые или розоватые, собраны в поникающие кисти, напоминают крошечные кувшинчики. Плод округлый, с плотной кожицей и мучнистой мякотью вокруг твёрдых внутренних частей.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает белолистную манзаниту как местный вид California chaparral. Она нередко становится заметным кустарником на сухих каменистых склонах, среди сосен и дубов предгорий, в том числе в горных районах севернее и восточнее долины Сакраменто. На ровных поливных землях и в сырых прибрежных низинах её обычная среда отсутствует.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветочные кисти появляются ближе к концу влажного сезона; сроки зависят от высоты и зимних дождей. Плоды развиваются весной и обычно созревают летом, иногда захватывая раннюю осень. Уже покрасневшая снаружи костянка может оставаться достаточно жёсткой, поэтому при сборе оценивают зрелость всей группы плодов.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. Пищевое использование манзанит относится прежде всего к суховатой сладковато-кислой оболочке плода. Её можно есть свежей небольшими количествами, не пытаясь раскалывать твёрдые внутренние косточки. Холодный напиток получают из размятых зрелых плодов и чистой холодной воды, затем процеживают, чтобы удалить твёрдые части. Именно для Arctostaphylos viscida руководство USDA NRCS описывает употребление сырых и сушёных ягод народом винту и приготовление холодного процеженного напитка у мивок. После холодного настаивания напиток употребляют свежим; длительное хранение приводит к брожению.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Другие манзаниты Калифорнии тоже имеют красную кору и маленькие колокольчатые цветки. Arctostaphylos patula отличается более зелёной листвой и иными побегами, а у Arctostaphylos manzanita листья и структура цветочных кистей могут быть другими. По ягоде невозможно надёжно определить конкретный вид; нужны лист, веточка, цветочная кисть и место произрастания. У отдельных популяций есть природоохранные ограничения.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=632
- https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/pg_arvi4.pdf
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/arcvis

Спаржа лекарственная — ранние побеги и ядовитые красные ягоды · Asparagus officinalis

Asparagus officinalis

Весной на старых огородах и вдоль некоторых калифорнийских каналов из почвы поднимаются короткие толстые зелёные копья с плотно сомкнутыми верхушками. Позднее они вытягиваются в высокие разветвлённые стебли, одетые тонкой ажурной зеленью, похожей на мягкие иголочки. Это Asparagus officinalis — спаржа лекарственная, известный овощной вид, который местами ушёл из культуры. Его молодые побеги можно есть без огня, но летние красные ягодки женских растений ядовиты и не относятся к плодовой пище.



Спаржа лекарственная — фотография растения

Rasbak · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Спаржа — многолетняя трава с долговечным подземным корневищем и мощными мясистыми корнями. Каждую весну от корневища отрастают новые зелёные или пурпурноватые побеги, сначала короткие и толстые, с плотными коническими верхушками. На стебле заметны маленькие треугольные чешуйчатые листья, прижатые к поверхности; настоящие крупные листья у спаржи отсутствуют. По мере роста побег вытягивается до метра или выше и многократно ветвится. Тонкие зелёные игольчатые образования — это видоизменённые веточки-кладодии, растущие пучками. Летом появляются мелкие зеленовато-жёлтые колокольчатые цветки. Растения обычно раздельнополые: на женских после опыления формируются круглые зелёные, позднее красные блестящие ягодки. Они выглядят привлекательно, но не являются съедобными плодами. К зиме наземные стебли желтеют и отмирают, а корневище остаётся живым.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Asparagus officinalis в Калифорнии как неместный вид, местами одичавший из садов и сельхозпосадок. Записи относительно немногочисленные по сравнению с обычными сорняками; растение встречается на старых огородах, вдоль канав, по краям полей, дорог и у бывших хозяйственных участков. В долине Сакраменто выращивание культурной спаржи хорошо известно, однако искать массовые природные заросли среди нетронутых лугов неправильно. USDA и университетские источники отмечают способность вида натурализоваться рядом с дорогами и влажными ложбинами. Культурная спаржа на частном участке остаётся собственностью владельца независимо от того, вышла ли она за пределы грядки.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Ранней весной при потеплении из земли появляются молодые мясистые побеги. В Sacramento Valley это обычно конец зимы и весна, часто с марта до мая, в зависимости от температуры почвы и влаги. Молодой побег растёт быстро и вскоре перестаёт быть нежным. К лету стебель высокий и сильно разветвлённый; появляются мелкие цветки и мягкая зелёная «хвоя» кладодиев. На женских растениях к концу лета и осени могут созреть красные ягоды, которые нельзя пробовать. Осенью наземная часть желтеет и отмирает. Поэтому сырой пищевой сезон спаржи короткий и не совпадает с временем красных ягод.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Совсем молодые побеги. Montana State University Extension прямо рекомендует употреблять спаржу сырой, а Plants For A Future подтверждает этот способ для молодых побегов Asparagus officinalis. В пищу берут плотный зелёный побег с сомкнутой верхушкой, когда его нижняя часть ещё не стала древесной. После промывания чистой питьевой водой нежный участок можно отломить по месту естественного перегиба и есть свежим либо нарезать в холодный салат. Вкус мягкий, травянистый, слегка сладкий. На старом побеге жёсткая нижняя часть неприятна и может быть волокнистой.



Спаржа лекарственная — детальный снимок растения

Titantoma · CC BY-SA 3.0 · Источник

Не красные ягоды. North Carolina State Extension предупреждает, что плоды спаржи способны вызвать желудочные расстройства; они не пригодны для употребления ни сырыми, ни после разминания. У некоторых людей контакт с сырыми молодыми побегами вызывает раздражение кожи. При такой реакции растение не следует использовать. Летняя ажурная зелень, семена и корни не включаются в пищевой перечень.

Отдельные побеги нельзя срезать до истощения старой куртины: для продолжения роста растению нужны зелёные стебли. Не используют сырые побеги с обработанных сельскохозяйственных полос.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Молодой побег спаржи выглядит характерным, но на стадии появления из земли его можно спутать с побегами декоративных спарж и иных травянистых многолетников. Принадлежность к Asparagus officinalis подтверждают, проследив развитие взрослого растения: мелкие чешуевидные листья, ажурные пучки кладодиев, небольшие зеленовато-жёлтые цветки и на женских растениях красные ягоды. Декоративные Asparagus densiflorus и Asparagus setaceus не следует приравнивать к пищевой спарже. Особенно опасна идея есть красные ягоды только потому, что весенние побеги того же растения съедобны. В сомнительном случае молодые побеги не пробуют.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9707
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/asparagus-officinalis/common-name/garden-asparagus/
- https://www.montana.edu/extension/nutrition/nutrition-cooking-culture/food-fact-sheets/asparagus.html
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?latinname=asparagus+officinalis

Лебеда садовая — Широкие нежные листья зелёного и пурпурного цвета · Atriplex hortensis

Atriplex hortensis

Возле старого огорода или на заброшенной грядке может появиться высокий кустистый однолетник с широкими мягкими листьями. Одни растения ярко-зелёные, другие пурпурные, почти бордовые. Это садовая лебеда, иногда называемая горным шпинатом. В отличие от многих солончаковых кустарников, её выращивали специально ради мягкой листовой зелени: молодые листья употребляют сырыми без нагрева.



Лебеда садовая — фотография растения

Salicyna · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее растение, при хорошей влаге вырастающее от полуметра до полутора метров и выше. Стебель прямой, прочный, заметно ребристый, ветвится в верхней половине. Листья очередные, на черешках, крупные, от широких треугольных до копьевидных, у основания часто с двумя боковыми угловатыми выступами. Край листа почти цельный либо с неглубокими зубцами. Цвет листьев бывает зелёным, желтовато-зелёным и тёмно-пурпурным, причём окраска не всегда одинаковая на одном растении. Цветки невзрачные, зелёные или красноватые, в высоких разветвлённых соцветиях. Плоды заключены между парой увеличенных прицветничков, семена мелкие и плоские.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Atriplex hortensis как неместное и очень редкое вне культуры растение Калифорнии, с небольшим количеством самостоятельных наблюдений. Основная часть встреч — сады, бывшие огороды и места случайного самосева возле поселений, а не дикие солончаки и пустынные склоны. Лебеда способна расти в тёплых долинах, включая район Сакраменто, при наличии влаги. Участок может быть частным, а огородные растения иногда обрабатывают химикатами. Нельзя объявлять их свободной природной пищей только потому, что они проросли за забором.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

При умеренной температуре всходы появляются с весны, а в мягком климате — после прохладных дождей. Молодые листья наиболее сочные в начале роста, до активного вытягивания цветоноса. В жаркое сухое лето лебеда быстро грубеет и формирует высокие соцветия; при поливе может дать повторный мягкий прирост. Семена созревают летом и осенью, но для пищевого использования без огня здесь они не подходят.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает их употребление сырыми. Они мягкие, с умеренно солоноватым и похожим на шпинат вкусом; свежие листочки удобно мелко нарезать и добавлять к другим растениям. Выбирают мягкие молодые верхушки, пока они не стали жёсткими. Как и другие лебедовые, растение может накапливать нитраты при выращивании на сильно удобренной почве, а в листьях могут быть оксалаты: большие сырые порции нежелательны. Семена отдельно описаны после приготовления и вымачивания из-за сапонинов, поэтому без огня их не едят.



Лебеда садовая — детальный снимок растения

Carole Ritchie · Public domain · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Atriplex semibaccata, уже описанный в справочнике, стелется по земле, листья у него небольшие, а плодовые прицветнички становятся красными. Atriplex lentiformis — крупный древеснеющий серо-зелёный куст, тогда как садовая лебеда — высокий однолетник с широкими мягкими листьями. Chenopodium album имеет мучнистый налёт на молодых листьях и иной характер соцветий. По одному треугольному листу определить съедобный вид нельзя; проверяют стебель, плодовые прицветнички и взрослое растение.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=983
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Atriplex+hortensis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Atriplex_hortensis

Лебеда копьевидная — Молодые листья солоноватых лугов · Atriplex prostrata

Atriplex prostrata

На низком участке побережья или у солоноватой впадины иногда растёт трава с матовыми зелёными листьями, форма которых напоминает наконечник копья. При достаточной влаге она может образовывать раскидистый кустик даже на почве, где многим другим травам тяжело. Это лебеда копьевидная — заносный вид, у которого нежные молодые листья известны как свежая зелень.



Лебеда копьевидная — фотография растения

Ryan Hodnett · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее растение с ветвящимися прямостоячими или стелющимися стеблями, в зависимости от условий высотой примерно 20–90 сантиметров. Нижние листья нередко треугольно-копьевидные: у них вытянутая верхушка и две направленные в стороны либо назад небольшие доли у основания. Верхние листья обычно уже и проще по форме. Поверхность может выглядеть серовато-зелёной из-за мелких мучнистых пузырьков, обычных для рода Atriplex. Цветки крошечные, зелёные и невзрачные, собраны в рыхлые колосовидные соцветия. При созревании женские цветки формируют характерные прицветнички, окружающие плод, важные для определения вида.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Atriplex prostrata встречается в Калифорнии как неместное растение на побережье, на нарушенных влажных участках, у солончаков, в засолённых низинах и иногда вдоль внутренних водоёмов. Оно терпит соль лучше многих обычных салатных трав. Но терпимость к соли не означает экологическую чистоту места: прибрежный ил, грязные канавы и старые промышленные отложения могут содержать загрязняющие вещества, которые окажутся и на листьях. В Сакраменто искать такую траву среди обычных сухих газонов бессмысленно; больше шансов на подходящих влажных засолённых почвах.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После дождей растение быстро выпускает новые листья, а при сохранении влаги растёт до тёплого времени года. Весной и в начале лета на мягких верхушках можно найти тонкие листья с менее выраженной солоноватостью. Позже стебель удлиняется, появляются зеленоватые соцветия, затем созревают плоды. На сухом берегу листья грубеют гораздо раньше, чем на постоянно влажном участке. При определении полезно дождаться формирования характерных плодовых прицветников.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. В справочных материалах по Atriplex prostrata отмечено употребление нежных листьев сырыми, как небольшой солоноватой добавки к другим растениям. У взрослой травы вкус бывает более выраженно солёным; старые плотные листья не так удобны для сырой пищи. У этого вида нельзя считать соль показателем безопасности: растения из мест со сточной водой или тяжёлыми металлами непригодны. Оксалаты также требуют умеренности, особенно если рацион уже включает много другой богатой ими зелени. В некоторых странах лебеду готовят как овощ, однако способы с нагревом в этот материал не входят. Зрелые семена и корни не предлагаются в сырой рацион без надёжного отдельного подтверждения.



Лебеда копьевидная — детальный снимок растения

Ryan Hodnett · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии встречается множество Atriplex — местных и заносных. У Atriplex patula листья тоже могут быть копьевидными, а у Atriplex hortensis они нередко значительно крупнее. Отдельные виды отличаются главным образом формой прицветников вокруг плода, поэтому по одной молодой розетке их нельзя уверенно разделить. Некоторые калифорнийские лебеды редки и нуждаются в сохранении местообитаний. Не следует пробовать неизвестный вид только потому, что его листья солоноватые и имеют копьевидные очертания.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11366
- https://eattheplanet.org/atriplex-prostrata-triangle-orache/
- https://www.echocommunity.org/en/resources/a349afcb-7d2d-43a5-a5ec-ec95274b60ae

Лебедник австралийский — Красные сочные плодики среди солёной зелени · Atriplex semibaccata

Atriplex semibaccata

На песчаном засолённом склоне у побережья Калифорнии иногда растёт низкая расползающаяся трава с серо-зелёными листьями. На женских растениях к концу лета среди веточек появляются небольшие мясистые красные плодики, резко выделяющиеся на фоне бледной листвы. Это австралийский лебедник, растение, завезённое как кормовое и затем распространившееся самостоятельно. Его зрелые плоды употребляют сырыми, но из-за соли и небольшой мякоти подходят лишь как редкая закуска.



Лебедник австралийский — фотография растения

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетний низкий ветвистый полукустарник или трава, стелющийся по почве и нередко образующий коврики до метра шириной. Побеги тонкие, сначала зеленоватые, потом частично древеснеют. Листья очередные, небольшие, продолговатые или овальные, цельнокрайние, с серо-зелёной лицевой стороной и серебристо-белым мучнистым покрытием снизу. Цветки мелкие, зеленоватые и невзрачные; мужские и женские цветки могут располагаться на разных растениях. На женских ветках после опыления развиваются характерные красноватые мясистые прицветнички вокруг плода, с ромбовидной или треугольной формой. Именно они напоминают крошечные красные ягодки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает тысячи наблюдений Atriplex semibaccata в Калифорнии и относит его к инвазивным неместным растениям. Особенно часто он встречается в прибрежных солончаковых сообществах, на песчаных нарушенных землях, в сухих лугах, прибрежных кустарниках и по окраинам засолённых почв Южной Калифорнии. В Sacramento Valley отдельные находки существуют, но растение не столь типично, как на некоторых приморских участках. Солевые отложения и промышленные загрязнения в таких местообитаниях не всегда видны.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После дождей растение даёт новый зелёный прирост; листья могут сохраняться долго в мягком климате. Мелкие цветки формируются в тёплый сезон, а женские плодовые прицветнички постепенно краснеют главным образом летом и осенью. Плодики следует собирать только когда они уже равномерно красные и мягкие. Зеленоватые твёрдые образования не подходят для употребления. В очень сухой сезон ветки могут почти не плодоносить.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые красные мясистые плодики. Plants For A Future прямо описывает их употребление сырыми и отмечает пищевое использование коренными жителями Южной Калифорнии, включая кауилья. Их можно есть свежими в небольших количествах; вкус одновременно солоноватый, терпкий и слегка кислый. При плодоношении выбирают только чистые красные прицветнички без песка и повреждений. Молодые листья иногда упоминаются как съедобные, но из-за высокого содержания солей и обычного применения после вываривания они не рекомендованы здесь как надёжная сырая пища. Семена также не включены.



Лебедник австралийский — детальный снимок растения

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Большой лебедник Atriplex lentiformis растёт крупным кустом и не образует столь характерных красных ромбических мясистых плодиков. Atriplex canescens имеет сухие четырёхкрылые плодики, а не красные сочные образования. Молодая зелень многих солянковых выглядит одинаково серой и мучнистой, поэтому определить растение можно по плодам и общему стелющемуся облику. Употреблять неизвестные солончаковые растения по одному солёному вкусу нельзя. В солончаках и у дорог возможны тяжёлые металлы и другие загрязнения.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1003
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Atriplex+semibaccata

Сурепица американская — Молодые перечные листья у горных ручьёв · Barbarea orthoceras

Barbarea orthoceras

На влажном горном лугу, у ручья или в прохладной лесной долине весной можно увидеть розетку плотных блестящих зелёных листьев. Позднее над ней появляется прямой стебель с мелкими жёлтыми четырёхлепестковыми цветками и длинными узкими стручками. Это американская сурепица, местное растение западных гор Калифорнии. Совсем молодые листья можно есть сырыми как острую крессовую добавку, но не в больших количествах.

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя или недолговечная травянистая форма обычно высотой от 20 до 80 сантиметров, иногда больше. Нижние листья на черешках, лировидные: одна крупная конечная округлая доля и несколько меньших боковых; поверхность иногда блестящая, край зубчатый. Стеблевые листья постепенно уменьшаются и могут частично охватывать стебель. Цветки мелкие, жёлтые, типичные для семейства капустных: четыре лепестка крестом, шесть тычинок, вытянутая завязь. После цветения возникают прямые узкие стручки, длиной несколько сантиметров, ориентированные вверх или под углом к оси соцветия. При зрелости стручки буреют и раскрываются, выпуская мелкие семена.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora зарегистрировала более тысячи наблюдений Barbarea orthoceras в Калифорнии и считает вид местным. Он встречается в мокроватых лугах, горных ручьях, в редколесьях жёлтой сосны, красной пихты, скрученной сосны и на субальпийских участках. По влажным речным долинам возможен и на более низких высотах. В Sacramento Valley и около ферм похожие жёлтые крестоцветные часто принадлежат другим видам: точную американскую сурепицу не следует объявлять повсеместной. Вода на пастбищах и у сточных канав делает зелень непригодной для сырого употребления.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После схода снега и весеннего увлажнения образуются мягкие прикорневые розетки. В тёплых низинах молодая зелень возможна уже весной, в высокогорье — в начале лета. Жёлтые цветки и стручки формируются позже, обычно с поздней весны до середины лета, иногда к августу на высоких склонах. После вытягивания цветоноса листья становятся заметно горше и жёстче. Для еды выбирают только раннюю мягкую розетку до цветения.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и розетка. Plants For A Future отдельно подтверждает сырое употребление Barbarea orthoceras, а North Carolina State University Extension отмечает перечный, крессовый вкус и необходимость умеренности. Несколько свежих маленьких листочков удобно мелко нарезать в холодный салат. Зелень может быть жгучей и у чувствительных людей вызывать раздражение; в источнике также упоминается возможное влияние на работу почек, поэтому большие порции и регулярное употребление не рекомендуются. Бутоны иногда едят после приготовления, но доказательства конкретно сырого способа для этой части менее определённы, и в данный список они не включены. Корни и грубые стебли не используются.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Barbarea vulgaris — близкая неместная сурепица с похожими блестящими листьями и жёлтыми соцветиями. Отличить её от американской можно по форме зрелого плода, листьям и совокупности ботанических признаков, но на молодой розетке это трудно. У Sisymbrium irio и других горчиц листья могут быть похожими, однако стручки устроены иначе. Цветок из четырёх жёлтых лепестков встречается у десятков видов, не все из которых подтверждены для сырой пищи. Поэтому до уверенного определения взрослого растения пробовать неизвестную зелень не следует.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1057
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Barbarea+orthoceras
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/barbarea-orthoceras/

Сурепица обыкновенная — Острая зимняя зелень и кисти жёлтых цветков · Barbarea vulgaris

Barbarea vulgaris

На влажной земле у лугов, ручьёв и старых полей иногда видны плотные розетки блестящих зелёных листьев. Весной из центра поднимается прямой стебель с ярко-жёлтыми крестовидными цветками. Это сурепица обыкновенная, известная также как зимний кресс. Молодые листья можно есть без огня, но они гораздо острее обычного салата и подходят только для небольшой вкусовой добавки.



Сурепица обыкновенная — фотография растения

AudreyMuratet · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Barbarea vulgaris — двулетняя или недолговечная многолетняя трава чаще 30–80 сантиметров высотой. У основания листья тёмно-зелёные, иногда блестящие, лировидные: крупная округлая конечная доля и несколько меньших боковых долей вдоль черешка. Стеблевые листья уменьшаются, часто обхватывают стебель ушками. Цветки мелкие, с четырьмя чисто-жёлтыми лепестками, собраны в верхушечную кисть. После цветения возникают длинные узкие стручки, расположенные под углом к стеблю; у созревающих стручков виден характерный короткий носик. Розетка может сохраняться зелёной всю прохладную зиму.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит этот вид к неместным растениям Калифорнии и отмечает сравнительно немного наблюдений: это не одна из самых обычных горчиц штата. Его находят во влажных местах у ручьёв и в пойменных сообществах, на сырых нарушенных лугах и по берегам канав. В долине Сакраменто такие участки существуют, но конкретное местообитание должно быть подтверждено. Растение из сточных канав и обработанных полей для сырой еды не годится.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После осенних дождей и зимой вырастает новая розетка. В низинах молодые листья пригодны преимущественно зимой и ранней весной. Цветочный стебель поднимается весной, позже образуются стручки. В более холодных и влажных районах молодая зелень сохраняется дольше, а сезон цветения отодвигается ближе к лету. Старые листья после образования цветоноса становятся горькими и жёсткими.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. В Plants For A Future для Barbarea vulgaris специально отмечено их употребление сырыми, мелко нарезанными в салат. Вкус жгучий, похожий на кресс-салат или горчицу, поэтому достаточно нескольких небольших листьев. Молодые открывшиеся цветки также названы пригодными как холодное украшение пищи. Цветоносы и бутоны в видовом справочнике обычно предлагают приготовленными, поэтому здесь их как отдельный сырой овощ не рекомендуют. Крупные старые листья и корни также исключены из пищевого раздела.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Сурепица отличается от Brassica rapa более тёмной прикорневой листвой с выраженной конечной долей и строением стручков. У дикого редиса Raphanus sativus цветки могут быть белыми или лиловыми, а стручки заметно сегментированы. У Sisymbrium officinale стручки прижаты к стеблю. Для надёжного различения лучше одновременно видеть нижнюю розетку, жёлтый цветок и молодой плод. Не следует пробовать любое крестоцветное растение без определения вида.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1059
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Barbarea+vulgaris
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Barbarea_vulgaris_1.jpg

Маргаритка многолетняя — Низкие розетки, белые корзинки и сырые бутоны · Bellis perennis

Bellis perennis

На прохладных поливаемых калифорнийских газонах иногда растут маленькие розетки округлых листьев. Из их середины поднимаются короткие цветоносы, каждый с белой корзинкой и яркой жёлтой серединкой. Это обычная европейская маргаритка Bellis perennis, давно выращиваемая в садах и местами одичавшая в Калифорнии. Её небольшие листья, цветочные бутоны и лепестки подтверждены как сырые съедобные части. Однако городская клумба или газон могут обрабатываться химикатами, и это важнее ботанической съедобности.



Маргаритка многолетняя — фотография растения

Sabina Bajracharya · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Bellis perennis — низкий многолетник с прикорневой розеткой листьев, способный сохранять зелень большую часть года во влажной земле. Листочки овальные или обратнояйцевидные, у основания сужаются в короткий черешок, иногда с немного волнистым или слабо зубчатым краем. Они располагаются близко к земле. Цветоносы выходят из середины розетки по одному, обычно без листьев, высотой от нескольких до пятнадцати сантиметров. На каждом конце находится одна цветочная корзинка: по краям много белых язычковых цветков, часто с розоватыми кончиками, в центре — жёлтые трубчатые цветки. В сумерках и при непогоде корзинка может частично закрываться. После цветения образуются маленькие сухие семянки, а не ягодки. Нельзя называть каждую белую «ромашку» маргариткой: у многих похожих видов выше стебель, сильно рассечены листья и иначе устроены цветочные корзинки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Bellis perennis как неместный многолетник Калифорнии, преимущественно растение, вышедшее из культуры. Наблюдения встречаются в San Francisco, Alameda, Marin, Mendocino, Humboldt и Sacramento County, но особенно часто оно растёт в садах и на поливаемых газонах. В отличие от дикого подорожника, этот вид не следует считать повсеместным на сухих склонах Central Valley. На тёплой открытой земле без воды зелень быстро угнетается, а на прохладной влажной лужайке сохраняется почти круглый год. В городских парках и частных садах часто действуют ограничения на сбор растений и применяются средства ухода за газоном.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

В мягком прибрежном климате листья могут оставаться зелёными почти постоянно. В Sacramento Valley наиболее приятная молодая зелень появляется в осенне-зимний прохладный период и весной, если участок поливается. Цветение чаще заметно с ранней весны до начала лета, но в прохладном месте может повторяться. Цветочные бутоны доступны непосредственно перед раскрытием, а лепестки — пока корзинка свежая. После увядания образуются сухие семянки, которые в этом атласе не используются как пища. Сильная летняя жара и недостаток воды уменьшают количество сочных листьев.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future подтверждает их сырое употребление. Вкус немного терпкий или кисловатый, у отдельных растений довольно мягкий. Листья можно нарезать и добавить в небольшой холодный салат, не вырывая всю розетку.



Маргаритка многолетняя — детальный снимок растения

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Источник

Неоткрывшиеся бутоны и белые лепестки. Видовой источник отдельно называет их сырыми съедобными частями. Бутоны дают заметный растительный вкус, а лепестки мягче. В пищевом перечне речь именно о Bellis perennis, а не об общей категории декоративных «ромашек».

Корни, зрелые семена и жёсткие цветоносы не включаются в безогневой способ. Отдельное предупреждение связано с растениями семейства сложноцветных: людям с известной реакцией на них следует избегать новой зелени. Из газонов, где используют гербициды или есть отходы животных, сырой сбор исключён.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ромашка пахучая Matricaria discoidea не имеет такого белого ободка и обладает другим запахом; у ромашки аптечной Matricaria chamomilla листья сильно рассечены. У нивяника Leucanthemum vulgare значительно более высокие стебли и крупные цветочные корзинки. У Bellis perennis кругловатые листья собраны у земли, а короткий безлистный цветонос несёт одну корзинку. У газонных декоративных сортов бывают махровые розовые или красноватые цветки, что требует дополнительной проверки вида. Не собирают растение, если для определения приходится опираться только на белые лепестки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1065
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1065
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Bellis+perennis

Магония падуболистная — Жёлтые весенние кисти и кислые синие ягоды · Berberis aquifolium

Berberis aquifolium

Среди вечнозелёных кустов на северных лесных опушках выделяется растение с листьями, похожими на маленький падуб. Весной оно покрывается солнечно-жёлтыми кистями цветков, затем формирует гроздья тёмных ягод. Эти плоды кислые даже после созревания, но их давно используют как пищу.



Магония падуболистная — фотография растения

Meggar (original uploader) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это вечнозелёный кустарник высотой приблизительно 1–2 метра. Крепкие побеги несут большие непарноперистые листья с несколькими блестящими жёсткими листочками. На каждом листочке по краю несколько острых зубцов-шипиков; молодая листва иногда бронзовая. Жёлтые цветки распускаются густыми кистями на концах ветвей, каждый цветок мал, но вся кисть очень заметна. Позднее развиваются круглые синевато-чёрные ягоды с налётом, собранные группами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

В естественных сообществах эта магония тяготеет к светлым лесам, опушкам и горным склонам северной части Калифорнии. Рядом с человеческим жильём её могут высаживать в садах: декоративное дерево или куст на участке не означает дикорастущий источник пищи. Для засушливой низменности Сакраменто характернее посадки, а не сплошные природные заросли.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Яркие кисти раскрываются обычно весной. В тёплых низких местах ягоды темнеют во второй половине лета; в прохладных районах это может случиться ближе к осени. У зрелого плода кожица тёмная и мягче, чем у зелёной ягоды. Вечно зелёные листочки, несмотря на привлекательный вид, здесь не рассматриваются как еда.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелые ягоды. Плоды Berberis aquifolium едят сырыми, хотя они намного кислее столового винограда. На ягодную кисть приходится немало семян и немного сочной оболочки. Они подходят для небольших свежих порций; возможно холодное растирание зрелых ягод с водой с отделением косточек. Цветки. PFAF указывает употребление цветков сырыми, но это небольшая сезонная добавка, а не основная пища. Сухие корни, кора и листья не входят в рацион без огня.



Магония падуболистная — детальный снимок растения

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

С Berberis nervosa этот вид можно спутать из-за одинаковых жёлтых цветков и синих плодов. Падуболистная магония обычно гораздо выше, её листочки крупнее и жёстче. У Berberis pinnata форма листьев и характер куста варьируют, поэтому точный вид определяют по ботаническому ключу, а не только по ягодам. У всех этих кустарников не следует переносить съедобность плода на горькие части растения.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Berberis+aquifolium
- https://extension.oregonstate.edu/catalog/sp-50-536-preserving-fruits-wild-berries-fruits
- https://www.calflora.org/

Барбарис Фремонта — Кисловатые тёмные плоды редкого пустынного кустарника · Berberis fremontii

Berberis fremontii

На каменистых пустынных склонах Южной Калифорнии встречается необычный вечнозелёный куст: его жёсткие серо-зелёные листья вооружены острыми зубцами, весной он распускает жёлтые цветки, а к концу сезона образует небольшие овальные ягоды. Это барбарис Фремонта, который также называют пустынной магонией. Зрелые плоды подтверждены как съедобные сырыми, однако в Калифорнии вид имеет статус редкого растения, и собирать ягоды в природных популяциях не следует.



Барбарис Фремонта — фотография растения

Andy Blackledge · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Вечнозелёный многоветвистый кустарник обычно 1–3 метра высотой, иногда выше. Стебли прямостоячие, кора сероватая. Листья очередные, непарноперистые, состоят чаще из пяти–семи мелких плотных листочков; их окраска серая, сизая либо синевато-зелёная. Каждый листочек жёсткий, края снабжены несколькими крупными острыми зубцами. Весной появляются короткие кисти жёлтых цветков с шестью лепестками и многочисленными яркими тычинками. Позднее в кистях созревают небольшие продолговато-яйцевидные ягодоподобные плоды, в зависимости от формы буровато-красные, пурпурные или почти тёмные. Внутри сравнительно мало сочной мякоти и несколько семян.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora и California Native Plant Society относят Berberis fremontii к редким местным видам. Находки связаны с восточной и южной частью пустыни Мохаве, районами Joshua Tree, можжевелово-сосновыми редколесьями и каменистыми склонами Peninsular Ranges. В Sacramento Valley этот барбарис не встречается как обычная дикая пища. Его популяции местами малочисленны и находятся в охраняемых сообществах. При встрече в природе разумно ограничиться наблюдением и фотографией; пищевое использование допустимо обсуждать лишь для законно выращенного и достоверно определённого растения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Жёлтые кисти цветов появляются весной, нередко в апреле–июне, сроки зависят от высоты и осадков. Небольшие плоды растут летом, а окончательно окрашиваются к концу тёплого сезона, иногда осенью. На одном кусте могут сочетаться зелёные незрелые и зрелые пурпурные либо буро-красные плоды. Для оценки спелости смотрят не только на цвет, но и на мягкость и строение плодовой кисти. В засушливые годы урожай бывает крайне мал.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелые плоды. PFAF отдельно отмечает сырое употребление Berberis fremontii и сравнивает вкус с кисловатой ягодой, у которой мало мякоти и много семян. У некоторых растений плоды сочнее, у других более сухие и кислые. Теоретически их можно есть целыми в небольшом количестве либо холодно размять и отделить кожицу с семенами, используя только чистую мякоть. Но из-за природоохранного статуса не следует брать урожай в диких калифорнийских популяциях. Листья, корни и кора барбарисов содержат активные алкалоиды и здесь не являются сырой пищей.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Berberis haematocarpa образует более узкие листочки и обычно красные сочные плоды; в пустынях юга оба вида бывают очень похожи. Berberis higginsiae — редкий родственный куст; Calflora предостерегает от употребления любых его частей. Для различения нужно видеть длину и форму отдельных листочков, цвет спелых плодов, цветочные кисти и местообитание. Ядовитый или редкий барбарис нельзя считать съедобным только по принадлежности к роду. Острые листовые зубцы тоже легко ранят пальцы.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Berberis+fremontii
- https://www.theodorepayne.org/nativeplantdatabase/index.php?title=Berberis_fremontii
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px3140

Магония нервозная — Кислые тёмные ягоды в тени хвойного леса · Berberis nervosa

Berberis nervosa

В сырых хвойных лесах северной Калифорнии на лесной подстилке растут невысокие кусты с жёсткими блестящими листьями. Весной над ними появляются жёлтые цветки, а летом — маленькие сине-чёрные ягоды с резким кислым вкусом. Это низкая лесная магония, известная также под названием Berberis nervosa.



Магония нервозная — фотография растения

Stickpen · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно не выше 30–60 сантиметров, нередко растёт куртинами. Листья сложные, каждый состоит из нескольких кожистых листочков с острыми колючими зубцами по краю. Центральная ось листа длинная; заметны боковые жилки, образующие рельефную сеточку. Молодая листва светлее старой. Жёлтые мелкие цветки собраны в вытянутые кисти, которые торчат вверх над листьями. Круглые зрелые ягоды сине-чёрные, иногда с сизым налётом, обычно около 8 миллиметров.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Растёт в подлеске влажных хвойных лесов, среди секвой, дугласий и других деревьев в северной части штата. В таких местах может образовывать заметные группы, но в жаркой открытой долине Сакраменто в естественной среде почти не встречается. В сухие годы урожай на затенённых кустах бывает скромным.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Основной рост молодых побегов связан с прохладной влажной весной. Цветение приходится на весну, а ягоды обычно темнеют летом, чаще в июле–сентябре. В прохладной прибрежной полосе их созревание сдвигается. Вечнозелёные листья доступны круглый год, но не являются рекомендованной сырой пищей.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые ягоды. Для Mahonia nervosa в пищевом справочнике прямо указаны плоды, которые можно есть сырыми. Мякоти немного, внутри довольно много семян; вкус кислый, иногда терпкий. В традиционной кухне кислые ягоды сочетали с более сладкими плодами; такой способ не требует тепла. Сырую зелень этого растения употреблять не следует: найденный пищевой способ для листьев предполагает варку, а не свежий салат.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Более высокий Berberis aquifolium образует крупные прямостоячие кусты и большие листья, а Berberis repens стелется ниже и обычно связан с более сухими горными местообитаниями. Похожая листва бывает у падуба, но у падуба другой тип цветков и красные плоды. Потребление ягод возможно лишь при уверенном распознавании цветущего или плодоносящего растения.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Mahonia+nervosa
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5422
- https://www.wsdot.wa.gov/publications/manuals/fulltext/M3120/ECR.pdf

Барбарис калифорнийский — Колючие блестящие листья и синие ягоды · Berberis pinnata

Berberis pinnata

У некоторых калифорнийских дубрав под деревьями стоит невысокий вечнозелёный куст с резными жёсткими листьями. Он почти сразу заметен во время цветения: жёлтые гроздья выступают над тёмной листвой, а к лету появляются синие плоды. Это местный калифорнийский барбарис, один из родственников орегонского винограда.



Барбарис калифорнийский — фотография растения

Franco Folini · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение иногда поднимается до полутора метров, но на склонах может стелиться и иметь широкую раскидистую форму. Листья сложные, с несколькими крупными глянцевыми листочками, по краям которых выступают жёсткие заострённые зубцы. Листочки бывают волнистыми, нередко с красноватым оттенком молодого прироста. Соцветия плотные, состоят из маленьких жёлтых цветков. Плоды округлые и при полном созревании становятся синевато-чёрными; в кисти они выглядят как маленький кислый виноград.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Вид встречается в западной части штата: в прибрежных хребтах, в дубовых лесах и чапарале, на каменистых склонах и по опушкам. Известен на центральном и южном побережье и в отдельных горах близ Лос-Анджелеса. Не стоит ожидать его в каждом квартале Сакраменто — здесь нужны подходящие природные сообщества.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветение часто начинается ещё в конце зимы в мягком климате побережья и продолжается весной. Тёмные плоды появляются после цветения, обычно летом. В разных районах сроки меняются с высотой, количеством осадков и экспозицией склона. Сначала зелёные плоды не являются подходящей пищей.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые ягоды. Theodore Payne Foundation прямо указывает съедобность синих ягод калифорнийского барбариса. Они кислые, с семенами; для сырой еды используют только мягкие полностью созревшие плоды. Их можно есть небольшими порциями, не пытаясь использовать листья как салатную зелень. Вечнозелёные побеги и яркие корни содержат иные вещества, поэтому пищевой вывод о плодах на них не распространяется.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Берберис падуболистный Berberis aquifolium похож окраской плодов и цветков, но обычно формирует более высокую прямостоячую массу. Berberis nervosa ниже и связан с влажными северными хвойными лесами. Точное определение некоторых местных барбарисов сложно из-за изменчивости и близких подвидов: помимо формы листьев обращают внимание на место роста, цветочную кисть и плод.

ИСТОЧНИКИ

- https://theodorepayne.org/nativeplantdatabase/index.php?title=Berberis_pinnata_ssp._pinnata
- https://www.calflora.org/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Mahonia+pinnata

Барбарис стелющийся — Низкие горные куртины с сине-фиолетовыми плодами · Berberis repens

Berberis repens

На суховатых лесных склонах северо-востока Калифорнии иногда распластываются низкие куртины блестящей листвы. Весной над ними поднимаются жёлтые кисти цветков, а летом поспевают небольшие синие ягодки. В отличие от высоких магоний, этот вид словно прижат к земле.



Барбарис стелющийся — фотография растения

Stephen Lea (Seglea) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Вечнозелёный куст обычно достигает всего 20–40 сантиметров высоты, хотя за счёт ползучих побегов разрастается гораздо шире. Листья сложные, из нескольких плотных листочков с колючими зубчиками. В прохладное время они могут краснеть или бронзоветь. Цветки жёлтые, собраны небольшими группами на цветоносах над розеткой. Плоды небольшие, сине-фиолетовые, обычно с восковым налётом, внутри содержат семена.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

В Калифорнии этот барбарис следует искать в северо-восточных и горных районах, где растут суховатые сосновые и смешанные леса. Он предпочитает открытые лесные склоны и участки с частичной тенью. В долине Сакраменто такой низкий куст не является повсеместной дикорастущей ягодой.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветки распускаются весной, иногда ближе к лету на высоких склонах. Ягоды постепенно темнеют со второй половины лета до начала осени. Если куст вечнозелёный, это не значит, что на нём есть плоды весь год: после осыпания урожая пищевой сезон заканчивается.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые ягоды. PFAF отдельно указывает их употребление сырыми. Ягоды кислые, иногда терпкие, содержат семена и имеют относительно мало мякоти. Их можно есть свежими понемногу либо размять без нагрева и отделить твёрдые части. Естественная сушка зрелых ягод также описывается как способ хранения. Корни, кора и стебли не рассматриваются как пища; присутствие берберина требует особенно строго отделять плод от других частей.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

От Berberis aquifolium стелющийся барбарис отличается низким ростом, а от Berberis nervosa — в среднем более сухой и горной средой обитания. Встречаются похожие вечнозелёные растения с жёсткими листьями, поэтому правильная идентификация требует увидеть жёлтые кисти и характер плодов. Нельзя ориентироваться только на сине-фиолетовый оттенок ягоды.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Mahonia+repens
- https://www.calflora.org/

Свёкла морская — Нежные весенние листья на солоноватых прибрежных почвах · Beta vulgaris subsp. maritima

Beta vulgaris subsp. maritima

На низком тихоокеанском берегу среди гальки, песка и приморской травы иногда растёт невысокая свёкла, совсем не похожая на огородный крупный корнеплод. У неё широкие блестящие листья на сочных черешках, а позднее над розеткой появляются невзрачные зеленоватые цветки. Это морская свёкла — дикорастущий родственник столовой и листовой свёклы. Её самые молодые листья можно есть без нагрева, но большие порции нежелательны из-за оксалатов и солей.



Свёкла морская — фотография растения

Colsu · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя или иногда двулетняя трава с утолщённым главным корнем, из которого выходит несколько зелёных побегов. Листья преимущественно прикорневые, овальные, широколанцетные либо треугольные, цельнокрайние, гладкие, с хорошо заметной средней жилкой. Черешки длинные, иногда красноватые, ткани сочные и упругие. С наступлением тёплого сезона растение выпускает ребристые цветоносы, иногда до метра высотой. Маленькие зелёные цветки без ярких лепестков сидят группами в пазухах прицветников вдоль разветвлений; у каждого пять зеленоватых долей околоцветника. Плодовые клубочки становятся сухими и твердеют, каждый содержит несколько мелких семян. Настоящего крупного красного корнеплода у морской формы обычно нет.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora регистрирует Beta vulgaris subsp. maritima как неместное растение, встречающееся вне культуры преимущественно по побережью Южной и Центральной Калифорнии. Находки есть в San Diego, Orange, Los Angeles, Santa Barbara, San Luis Obispo, Alameda, Solano и других приморских округах. Растение может селиться на открытых береговых склонах и нарушенных засолённых участках. Это не обычный овощ в Сьерра-Неваде или равнинной части Sacramento Valley. Морская вода, стоки и загрязнение портовых территорий делают сырое употребление листьев небезопасным даже при верно определённом виде.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После зимних дождей и при умеренной температуре образуется самый мягкий листовой прирост. На побережье нежные листочки доступны поздней зимой и весной; в прохладных защищённых местах появляются и летом. По мере развития цветоносного стебля листья грубеют, вкус делается более солоноватым и горьким. Невзрачные зелёные цветки и последующее созревание плодовых клубочков приходятся обычно на лето и осень. Для свежей еды важна стадия молодых листьев, а не наличие семян.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Видовое описание Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Beta vulgaris subsp. maritima. Мягкие листья можно тщательно промыть пресной питьевой водой, нарезать и добавить в холодный салат. Вкус напоминает шпинат с солоноватой ноткой; у взрослых листьев возможна горечь. Как и у столовой свёклы, зелень содержит оксалаты, поэтому разумна лишь небольшая порция, особенно при склонности к оксалатным камням в почках. Корень этого приморского растения не является аналогом сочного огородного корнеплода, а семена и старые цветоносы не подходят для сырого питания.



Свёкла морская — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Огородная Beta vulgaris subsp. vulgaris отличается длительной культурной селекцией и часто утолщённым съедобным корнеплодом, хотя по листьям формы могут быть близки. Новозеландский шпинат Tetragonia tetragonoides имеет стелющиеся сочные побеги, желтоватые пазушные цветки и угловатые плоды, а не разветвлённые свекольные цветочные колосья. Некоторые лебеды Atriplex имеют мучнистые серебристые листья и другие плодовые прицветнички. Сходство зелени на засолённом берегу не является доказательством съедобности: необходимо видеть цветонос и зрелые семенные клубочки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11374
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Beta+vulgaris+maritima

Горчица сарептская — Молодые перечные листья и жёлтые цветки · Brassica juncea

Brassica juncea

Среди прохладного весеннего разнотравья на нарушенной земле иногда вырастают горчичные растения с широкой нижней листвой. Когда они зацветают, над зеленью поднимаются небольшие жёлтые крестовидные цветки. Молодые листья сарептской горчицы едят сырыми, но у этого растения много близких родственников, которые нужно различать по строению всего побега и плодов.



Горчица сарептская — фотография растения

Petr Pakandl · CC BY-SA 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение однолетнее или иногда двулетнее. Нижние листья расположены на черешках, часто широкие, с округлой верхушечной долей и меньшими боковыми лопастями; края зубчатые или неровно-волнистые. Верхние листья на цветущем стебле меньше и уже, могут быть почти цельными. Листья и стебли зелёные, нередко с восковатой поверхностью.

Цветки имеют четыре жёлтых лепестка, расположенных крестом, и собраны в верхушечные кисти. По мере развития соцветие вытягивается, а ниже образуются узкие удлинённые стручки, в которых созревают округлые семена. Характер листьев меняется от сорта к сорту, поэтому одна большая розетка не даёт уверенного определения вида.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Brassica juncea — неместная горчица, встречающаяся в Калифорнии на disturbed sites: старых огородах, пустырях, краях полей, в случайных посадках. Calflora фиксирует её и в округе Sacramento. При этом по числу наблюдений она намного менее массовая, чем чёрная горчица Brassica nigra, которая весной может покрывать целые склоны.

КОГДА ДОСТУПНА ЗЕЛЕНЬ

В мягком климате молодой рост начинается в прохладный сезон, часто зимой после дождей. Нежные листья вкуснее до вытягивания цветоносного стебля. Весной и в начале лета появляются цветки и стручки; жара ускоряет старение листьев и делает вкус заметно острее.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Служба распространения знаний NC State прямо указывает, что их используют сырыми в салатах. Вкус пряный, горчичный, иногда жгучий, поэтому обычно достаточно нескольких листьев вместе с другой зеленью.

Цветки и нежные части побегов. Они также перечислены как съедобные сырыми. Цветки имеют более мягкий перечный вкус, а сочные молодые верхушки пригодны лишь до того, как становятся грубыми. Зрелые длинные стебли не являются нежной салатной зеленью.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Чёрная горчица Brassica nigra нередко выше и имеет иначе расположенные зрелые стручки. Brassica rapa также даёт жёлтые четырёхлепестковые цветки, но её верхние листья часто обнимают стебель. Raphanus sativus отличается плодами и рядом признаков цветков; только жёлтого цвета недостаточно, чтобы установить вид.

Brassica juncea способна накапливать металлы из загрязнённой почвы, за что изучается для фиторемедиации. Поэтому зелень у дорог, бывших промышленных площадок и обработанных полей нельзя считать безопасной пищей.

ИСТОЧНИКИ

- NC State Extension, Brassica juncea: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/brassica-juncea/
- Calflora, Brassica juncea: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1142
- Missouri Botanical Garden, Brassica juncea: https://plantfinder.mobot.org/PlantFinderDetails.aspx?ht=2&isprofile=0&st=2&taxonid=278099

Рапс посевной — Нежные сизые листья под ярко-жёлтыми цветочными кистями · Brassica napus

Brassica napus

Весной на нарушенном поле иногда поднимаются высокие сизо-зелёные стебли с большими группами жёлтых цветов. У основания побегов видны широкие лопастные листья, а верхние листья частично обнимают стебель. Это рапс посевной, выращиваемый ради масла и иногда встречающийся вне посевов в Калифорнии. В сыром виде у него подтверждены молодые листья, однако зрелые семена не являются подходящим походным продуктом без обработки.



Рапс посевной — фотография растения

Michael Brandtner (Discostu) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя или двулетняя трава высотой от 60 сантиметров до полутора метров, иногда выше. Стебель прямой, гладкий, разветвлённый в верхней части, с сизоватым восковым налётом. Нижние листья крупные, овально-продолговатые, часто лировидные с несколькими небольшими боковыми долями и большой конечной долей; верхние более узкие, гладкие, частично охватывают стебель основанием. Цветки четырёхлепестковые, ярко- или светло-жёлтые, образуют удлинённые верхушечные кисти; бутоны часто расположены выше раскрытых цветков. После цветения появляются длинные тонкие стручки, направленные косо вверх, с маленькими округлыми тёмными семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora фиксирует Brassica napus как неместный сорный или убежавший из посева вид, с несколькими десятками наблюдений в Калифорнии. Он чаще встречается возле полей, дорог, огородов и мест пересыпки семян, а не в естественном старом лесу. Не каждая жёлтая горчица на холме — рапс: в центральных долинах обильны Brassica nigra, Hirschfeldia incana и Sinapis arvensis. Поля рапса обычно обрабатывают агрохимикатами, поэтому брать с них листья для сырого употребления без сведений об обработке нельзя.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые листья появляются после зимних дождей либо весеннего прогрева. В мягких долинах сырые листочки наиболее нежны зимой и ранней весной, пока растение не направило силы на цветоносы. Цветение начинается весной или в начале лета, в прохладных районах продолжается позже. После завязывания множества стручков листва грубеет, а растение начинает сохнуть. Для еды выбирают только совсем молодой лист от уверенно определённого растения, а не зрелый цветонос или сухие стручки.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future отдельно подтверждает их сырое употребление Brassica napus: листочки можно мелко нарезать в холодную овощную смесь. Вкус слегка капустный, иногда острый или горьковатый, особенно у растений, уже образовавших длинный стебель. Небольшая порция обычно приятнее большого количества грубой зрелой зелени. Цветоносные стебли в видовом источнике преимущественно описаны приготовленными, поэтому в сырой список их не включаем. Зрелые семена часто перерабатывают промышленно для масла; у разных форм отличаются уровни эруковой кислоты и глюкозинолатов, поэтому сырые семена неизвестного дикого растения здесь не рекомендуются.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Brassica rapa, описанной ранее, верхние листья часто сильнее охватывают стебель, а цветочные бутоны могут находиться ниже раскрытых цветов. У рапса листья более сизые и гладкие, а бутоны обычно выше цветов. Brassica juncea отличается более зелёными листьями и иной формой верхушечной кисти. Hirschfeldia incana имеет более узкие стручки и часто шероховатые нижние листья. Перепутать жёлтые крестоцветные легко, поэтому вид определяют по верхним листьям, положению бутонов и зрелым стручкам, а не по одному жёлтому цветку.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1143
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Brassica+napus
- https://inspection.canada.ca/en/plant-health/seeds/seed-inspection-procedures/swi-142-1-2-4

Чёрная горчица — сырые листья и холодная приправа · Brassica nigra

Brassica nigra

Весной вдоль склонов и пустырей Калифорнии поднимаются целые поля высоких жёлтых цветов. Среди разных растений семейства капустных здесь особенно заметна чёрная горчица Brassica nigra — заносный однолетник, который местами вытесняет естественную растительность. Её молодые листья могут служить острой сырой зеленью. Однако в таком растении есть серосодержащие соединения, поэтому оно подходит лишь как небольшая добавка, а не как основа большого рациона.



Чёрная горчица — фотография растения

Magnus Manske · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Чёрная горчица начинает жизнь с розетки грубоватых зелёных листьев. Позже из неё вырастает прямостоячий разветвлённый стебель. На хорошей почве растение бывает выше человека, хотя чаще достигает примерно одного–двух метров. Нижняя часть стебля обычно несёт волоски; выше он ветвится, образуя множество цветущих верхушек.

Нижние листья довольно крупные, иногда длиной с ладонь, шероховатые, глубоко разделённые на лопасти. Конечная лопасть часто самая крупная, округлая и слегка зубчатая; боковые меньше. Чем выше листья на стебле, тем они проще и уже. Верхние листья часто сидят без выраженного черешка.

Цветки ярко-жёлтые, каждый состоит из четырёх лепестков, расположенных крестом. Они собраны в вытянутые кисти. Ниже цветков появляются длинные узкие стручки. Для определения именно

чёрной горчицы особенно полезно смотреть на зрелые плоды: они короткие, обычно около одного–двух сантиметров, и прижаты вверх вдоль цветоносной оси. На конце стручка заметен тонкий клювик. При созревании внутри находятся мелкие тёмные семена.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Brassica nigra давно прижилась в Калифорнии и особенно заметна на нарушенных участках: вдоль дорог, по краям сельскохозяйственных полей, среди травянистых склонов, на старых пастбищах и возле виноградников. California Invasive Plant Council относит её к инвазивным видам, способным менять растительные сообщества. В прибрежных и южных районах густые весенние поля горчицы — обычный пейзаж; в Центральной долине она тоже присутствует на подходящих открытых землях.

Количество растений сильно зависит от зимних дождей. В сухой год зелени бывает заметно меньше, а после влажной зимы высокие жёлтые стебли могут занимать большие площади. К началу лета заросли высыхают и становятся пожароопасным сухостоем. Чёрная горчица не является одинаково обильной во всех горных и пустынных районах.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Осенью и зимой после дождей прорастают семена, появляется мягкая розетка. Это время молодых листьев, особенно с декабря по март в низких тёплых районах Калифорнии. В прохладных предгорьях начало роста может смещаться.

Весной, ориентировочно с марта по май, растение вытягивается и цветёт. На верхних частях продолжают появляться небольшие молодые листья. Цветение в разных районах может продолжаться до лета.

После цветения формируются зелёные, затем сухие стручки. Семена созревают весной и летом; точный срок зависит от высоты, влажности и температуры. К июню–июлю многие заросли в жарких низинах уже высыхают. Свежей мягкой зелени в них практически нет.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. North Carolina State University Extension прямо указывает, что Brassica nigra имеет съедобные листья и что их можно есть сырыми в салате. Пока листья небольшие и мягкие, они обладают горчичным острым вкусом. Когда растение вырастает, нижние листья грубеют и становятся жёсткими. Поэтому выбирать следует именно молодые листовые части точно определённого растения.



Чёрная горчица — детальный снимок растения

Magnus Manske · CC BY-SA 3.0 · Источник

Семена как холодная пряность. Зрелые семена чёрной горчицы широко известны как источник острой приправы. Их можно растереть без нагревания и смешать с небольшим количеством холодной воды, получив резкий горчичный вкус. Это именно приправа, а не семена для употребления большими горстями. NC State Extension подтверждает пищевое употребление размолотых семян этого вида.

Свежие цветки и молодые стебли в пищевых справочниках также названы съедобными, но для них не подтверждён столь же конкретный самостоятельный способ сырого употребления в используемых источниках. Поэтому они не включаются в основной практический перечень для этой статьи. Корни также не предлагаются как пища без отдельной видовой проверки.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии растут многие виды жёлтоцветковых капустных, среди них Brassica rapa, Hirschfeldia incana и другие горчицы. Цветок с четырьмя жёлтыми лепестками общий для всей группы и сам по себе не определяет вид. У чёрной горчицы стручки обычно короткие и тесно прижаты к цветоносной оси; у других видов они длиннее либо сильнее отклонены. На стадии одной молодой розетки определить Brassica nigra особенно трудно, поэтому пищевое решение не должно опираться только на лист без зрелых признаков с того же растения.

UC IPM предупреждает, что корни, листья и особенно семена горчичных содержат соединения, которые в больших количествах способны раздражать пищеварение. Поэтому молодую сырую зелень не следует есть большими порциями и ежедневно как единственный овощ, а концентрированную острую приправу — употреблять ложками. Поля и дороги часто обрабатываются химикатами; даже съедобный вид не годится для сырого сбора на обработанном участке.

ИСТОЧНИКИ

California Invasive Plant Council — Brassica nigra, распространение и инвазивность: https://www.cal-ipc.org/plants/profile/brassica-nigra-profile/ University of California IPM — Mustards, морфология и ограничения употребления: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/mustards/ California Coastal Commission — Black Mustard, листья, стручки и распространение: https://www.coastal.ca.gov/publiced/unbweb/plants/blackmustard.html North Carolina State University Extension — Brassica nigra, молодые сырые листья и пищевые семена: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/brassica-nigra/common-name/black-mustard/

Капуста огородная — Сырые молодые листья одичавшей капусты и старых посевов · Brassica oleracea

Brassica oleracea

У заброшенного огорода иногда сохраняется крупная зелёная розетка с плотными сизоватыми листьями. Если растение пережило сезон сбора, на следующий год из центра поднимается высокий цветонос с жёлтыми цветками и сухими стручками. Это капуста огородная — вид, к которому относятся кочанная капуста, листовая капуста, брокколи и множество других культурных форм. Без огня съедобны нежные листья, но обнаруженное растение нужно отличить от других похожих капустных.



Капуста огородная — фотография растения

Kurt Kulac (Kulac) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно двулетнее либо короткоживущее многолетнее растение с толстым стеблем и мясистыми сизо-зелёными листьями, у культурных форм сильно различающимися. Некоторые сорта образуют плотный кочан, другие — рыхлую розетку из широких гладких или курчавых листьев, третьи развивают крупные цветоносные побеги. Типичные листья очередные, толстые, покрытые восковым налётом, с более толстой центральной жилкой и слегка волнистым, зубчатым или лопастным краем. При цветении появляется прямой разветвлённый стебель с кистями четырёхлепестковых жёлтых цветов. После них формируются длинные тонкие стручки с округлыми тёмными семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Brassica oleracea как неместную культуру с несколькими десятками зарегистрированных находок вне обычных грядок, включая Sacramento, Yolo и прибрежные округа. В диком состоянии вид редок по сравнению с распространёнными жёлтыми горчицами. Самосев может происходить от выброшенных растений, а у старых огородов иногда сохраняются многолетние формы капусты. На участках коммерческого выращивания растения часто обрабатываются инсектицидами, а на городских газонах — гербицидами. С таких мест зелень для сырого питания не собирают.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Растения прохладного сезона выпускают новые листья в осенне-зимние месяцы и весной, если влаги достаточно. В условиях жаркого лета Sacramento Valley листья могут горчить и грубеть. На второй сезон при тёплой погоде и длинном дне появляется высокий цветонос и жёлтые соцветия; к концу весны и лету созревают стручки. Для свежей еды лучший период — розетка молодого растения либо мягкий новый прирост проверенной листовой формы, пока жилки не стали волокнистыми.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Brassica oleracea. Небольшие мягкие листья можно промыть, удалить грубую центральную жилку, мелко нашинковать и съесть как часть холодной овощной смеси. У некоторых форм вкус сладковатый, у других более горчичный, особенно после вытягивания цветоноса. Сырая зрелая грубая листва может плохо перевариваться, поэтому большие порции нежелательны. Цветочные головки брокколи относятся к культурным формам вида, но в этой статье не объявляются самостоятельной пищей для случайно найденного дикого растения: надёжнее использовать подтверждённые молодые листья. Зрелые стручки и семена не включены.



Капуста огородная — детальный снимок растения

Elena Chochkova (Eola) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Brassica rapa часто имеет более мягкие зелёные листья и менее плотный восковой налёт; Brassica napus образует высокие сизоватые побеги, а её верхние листья и бутоны устроены иначе. Крупные культивируемые сорта могут быть столь изменчивы, что по одной розетке определить вид невозможно. У диких горчиц Sinapis и Hirschfeldia листья часто опушённые и более рассечённые. Не следует употреблять случайную похожую зелень с дороги только потому, что она пахнет капустой: нужна проверка взрослого растения, цветков и стручков.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9040
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Brassica_oleracea

Brassica rapa — полевая горчица

Brassica rapa

Вслед за зимними дождями на калифорнийских полях появляются розетки светло-зелёных листьев. К весне над ними поднимаются жёлтые цветущие стебли, часто образующие большие пятна среди трав. Так выглядит полевая горчица Brassica rapa — один из заносных родственников репы, листовой капусты и других овощных растений. Её нежные листья используют сырыми, но узнавать именно дикорастущий вид сложнее, чем кажется по жёлтому цветку: в Калифорнии много похожих горчиц.



Brassica rapa — фотография растения

TeunSpaans · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Полевая горчица чаще развивается как однолетник прохладного сезона. Сначала у земли появляется листовая розетка. Нижние листья крупные, с расширенной конечной долей и меньшими боковыми лопастями, с неровным или зубчатым краем. Черешок может быть выраженным, лист иногда опушён. По мере роста вверх появляются более мелкие листья, которые охватывают стебель основанием.

Весной из центра поднимается прямостоячий ветвистый стебель. Цветки состоят из четырёх ярко-жёлтых лепестков, расположенных крестом, и шести тычинок. Кисть сначала компактная, потом удлиняется. После цветения возникают длинные цилиндрические стручки, часто около нескольких сантиметров, с заметным тонким конечным клювиком. Когда семена созревают, стручок раскрывается створками; это помогает отличать его от нераскрывающихся сухих плодов редьки.

У культурной репы того же вида корень сильно утолщён, но у одичавшей полевой формы он обычно намного менее похож на крупный овощ. Калифорнийский сорняк нельзя определять как репу только по сходству листьев.

ГДЕ РАСТЁТ В КАЛИФОРНИИ

California Invasive Plant Council описывает Brassica rapa как зимний однолетник, широко расселившийся по штату. Особенно заметен на нарушенных землях, краях полей, пастбищ, у дорог, в окрестностях садов и виноградников. В Центральной долине после влажной зимы отдельные участки могут покрываться жёлтым цветением. Растение выдерживает прохладную погоду и лёгкие заморозки.

Однако массовое жёлтое поле может оказаться и Brassica nigra, и Hirschfeldia incana, и иной горчицей. Cal-IPC подчёркивает, что разные культурные и сорные формы Brassica rapa легко скрещиваются. Поэтому точное название нужно подтверждать ботаническими признаками, а не только местообитанием.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

В долине Сакраменто молодые листья появляются после первых обильных осенне-зимних дождей — часто с ноября по февраль. Во влажных садах новое поколение может расти и дольше. Самые мягкие листья обычно бывают до вытягивания цветоносов.

С февраля по май видны жёлтые цветы. После цветения стручки растут и зеленеют, а к концу весны и в начале лета подсыхают. В более прохладных областях Калифорнии сезон способен сдвигаться на несколько недель. В конце сухого лета зелёные листья у дикого растения обычно уже не найти.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Это главная рекомендуемая часть. Вид Brassica rapa включает культурные съедобные листовые формы, которые North Carolina State Extension прямо описывает как пригодные сырыми. Нежные листья дикорастущей полевой формы по строению родственны этим овощам, но обычно острее и грубее. Их добавляют в небольшом количестве к другой салатной зелени. Вид и чистота места сбора должны быть установлены до еды.



Brassica rapa — детальный снимок растения

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Источник

Мягкие верхние листья во время начала цветения. Они появляются позже прикорневой розетки, но быстро грубеют. Без уверенной видовой идентификации их не собирают. Лепестки и молодые стручки здесь служат приметами: сведения о сырой съедобности конкретных культурных сортов не стоит автоматически переносить на все одичавшие популяции и другие виды горчиц.

Семена не рассматриваются как свободная крупнопорционная пища. У Brassica rapa, как и у родственных горчиц, содержатся серосодержащие соединения. UC IPM предупреждает, что систематическое употребление больших количеств горчичных может раздражать пищеварение. Небольшая порция молодой зелени — не то же самое, что ежедневная диета из одной горчицы.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У чёрной горчицы Brassica nigra зрелые стручки короткие и часто прижаты к оси кисти. У Brassica rapa они обычно длиннее; для точного различения смотрят также на листья и цветущее растение. Редька Raphanus sativus может иметь кремовые или розоватые цветки, а её плоды устроены иначе. У других жёлтых капустных цветки почти одинаковы, поэтому без хорошо развитых листьев и плодов вид назвать нельзя.

Жёлтые заросли возле обработанных полей непригодны для сбора из-за возможных гербицидов и загрязнённой почвы. Нельзя собирать растение «по узнаваемому горчичному вкусу»: вкус — не метод безопасного определения.

ИСТОЧНИКИ

California Invasive Plant Council, Brassica rapa — ареал и рост зимой: https://www.cal-ipc.org/plants/profile/brassica-rapa-profile/ UC IPM, Mustards — разновидности, сходства и ограничения больших порций: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/mustards/ North Carolina State University Extension, Brassica rapa Rapifera Group — съедобные сырые листья: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/brassica-rapa-rapifera-group/ North Carolina State University Extension, Brassica rapa Chinensis Group — съедобные сырые листья и стебли культурной формы: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/brassica-rapa-chinensis-group/common-name/pak-choi/ USDA ID Tools, Brassica rapa — строение и размеры стручка: https://idtools.org/id/weed-tool/key/grapeseedkey/media/html/fact_sheets/Bra-rap.html

Морская горчица американская — Острые мясистые листья на океанском песке · Cakile edentula

Cakile edentula

На океанском берегу, чуть выше линии прибоя, могут расти низкие сочные зелёные кустики прямо среди сухого песка. У них светлые или слегка розоватые цветки с четырьмя лепестками, а позже появляются необычные членистые плоды. Это американская морская горчица, завезённая на тихоокеанское побережье. Её молодые листья и мягкие побеги обладают острым вкусом и могут употребляться без нагрева.



Морская горчица американская — фотография растения

Ixitixel · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя ветвистая трава, нередко 15–50 сантиметров высотой, иногда распростёртая по песку. Стебли относительно толстые, сочные. Листья очередные, мясистые, продолговатые или лопастные, по краям обычно слабо зубчатые или почти цельные, окраска светло- либо сизо-зелёная. Цветки небольшие, белые, бледно-розовые или лиловатые, каждый с четырьмя лепестками, собраны в короткие рыхлые кисти. После цветения формируется короткий двухчленный стручок, верхняя часть которого при созревании отделяется. У плода заметный туповатый конец; именно строение плодов помогает различать виды Cakile.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora классифицирует Cakile edentula как неместное растение Калифорнии, встречающееся на морских пляжах и в песчаных дюнных сообществах. Его наблюдают на участках северного и центрального побережья; распространение не сплошное, а многие песчаные берега заняты близкой европейской морской горчицей Cakile maritima. В долине Сакраменто и предгорьях диких пляжных популяций нет. Растения из загрязнённого прибоя, мест массового скопления птиц или животных для сырой еды не берут.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

undefined

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и нежные концы стеблей. Plants For A Future подтверждает для Cakile edentula оба варианта сырыми; молодые листья используют в салатах, а вкус сравнивают с хреном. Их удобно мелко нарезать и добавлять понемногу к более мягкой зелени. Соль и резкость вкуса зависят от конкретного места и возраста растения. Корень в источниках описан как высушенный и размолотый для последующей выпечки, поэтому в еду без огня здесь не входит. Зрелые плоды и семена тоже не относятся к подтверждённой сырой части в этой статье.



Морская горчица американская — детальный снимок растения

John Tann from Sydney, Australia · CC BY 2.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Европейская морская горчица Cakile maritima уже имеет отдельную статью: у неё листья часто заметнее лопастные, а форма и размеры члеников зрелого плода отличаются от американского вида. Внешний вид листьев сильно варьирует от растения к растению, поэтому надёжно определить вид лучше по зрелому плоду и ботаническому ключу. Некоторые другие пляжные капустные имеют белые четырёхлепестковые цветки, но не образуют характерных двухчастных стручков. Не собирать растения из охраняемых дюн, где запрещено повреждение растительности.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1232
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Cakile+edentula
- https://www.calflora.org/species/sci-C.html

Морская горчица европейская — пряная зелень на песчаном пляже · Cakile maritima

Cakile maritima

На песчаных пляжах Калифорнии выше линии обычного прилива иногда растёт раскидистая зелёная трава с мясистыми листьями. Между ними распускаются маленькие светлые цветки с четырьмя лепестками, а затем возникают необычные сочные плоды, разделённые на две части. Это Cakile maritima — европейская морская горчица, завезённый вид прибрежных дюн. Нежные листья, бутоны и зелёные плоды известны как сырая перечная пища. Но пляжный песок, солёный ветер и заповедные правила требуют не меньше внимания, чем сам вид.



Морская горчица европейская — фотография растения

Carsten Niehaus (Lumbar) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение однолетнее, с разветвлёнными низкими стеблями, которые стелются по песку или немного приподнимаются. Листья толстоватые, сочные, сизо-зелёные, с неровными крупными зубцами или глубокими лопастями; нижние обычно крупнее верхних. Это не обычная тонкая горчица полей — плотная структура листа помогает выдерживать солёные брызги и засуху. Цветки растут на концах веточек, каждый с четырьмя беловатыми, розоватыми или светло-лиловыми лепестками. После цветения образуется плод особой формы: он имеет две части, нижнюю остающуюся на растении и верхнюю, которая легче отламывается и может переноситься водой. Созревшие плоды становятся твёрдыми и пробковидными. Для распознавания важно увидеть и лист, и зрелую двухчастную семенную структуру.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora показывает Cakile maritima на значительной части калифорнийского побережья, особенно в округах San Diego, Los Angeles, Santa Barbara, Monterey, San Mateo и Marin. Растение встречается на песчаных пляжах, в дюнах и на нарушенных прибрежных участках. Оно не принадлежит естественной растительности долины Сакраменто; увидеть его в пойменном лесу без солёного ветра было бы нетипично. В некоторых прибрежных сообществах этот заносный вид вытесняет другие растения пляжа. Само наличие широкого зелёного пятна среди песка не означает, что собирать его разрешено: на восстановленных дюнах часто запрещено даже сходить с тропы.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После сезонных дождей на побережье из семян вырастают новые растения. В прохладную погоду появляются наиболее нежные сочные листья. Цветение может приходиться на весну и продолжаться летом; конкретные сроки зависят от тумана, влажности песка и температуры воздуха. После цветов постепенно формируются зелёные двухчастные плодики. Пока они маленькие и мягкие, у них совсем другая текстура, чем у сухих пробковидных плодов конца сезона. Летом на открытых сухих дюнах отдельные растения уже заканчивают жизненный цикл, а на влажном песке другие могут ещё цвести.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Совсем молодые листья. Plants For A Future подтверждает сырое употребление Cakile maritima, отмечая выраженную горечь и остроту. Их используют небольшими добавками к мягкой салатной зелени; зрелый мясистый лист может быть слишком резким по вкусу.



Морская горчица европейская — детальный снимок растения

Janke · CC BY-SA 2.5 · Источник

Нежные верхушки, цветочные бутоны и зелёные незрелые плодики. Видовой источник также включает их в список сырых съедобных частей. Они имеют заметный перечный, слегка

солоноватый вкус. Это небольшие сезонные добавки, а не крупные овощи. Со временем стебель огрубевает, а плод становится плотным и непригодным для такого способа.

Семена и корни не рекомендуются здесь как отдельная сырая пища: у прибрежных растений есть сходные виды, а способ приготовления в источниках для разных частей может различаться. Нельзя собирать растения из загрязнённого песка с мусором, нефтепродуктами или стоками.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

На тихоокеанском побережье встречается также Cakile edentula, американская морская горчица, у которой форма листьев и плодов отличается. По одному сочному зелёному листу их трудно разделить; нужно дождаться цветков и характерных двухчастных плодов. Кроме того, молодые всходы других прибрежных капустных и растения с мясистыми листьями могут быть внешне похожи. Не пробуют пляжную траву ради определения по вкусу: солёность воздуха и перечный аромат не являются диагностическим ключом. На многих дюнах существует запрет сбора и перемещения песка; в таких местах растение только наблюдают и фотографируют.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1233
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1233
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=cakile+maritima

Каландриния мензиса — розовые весенние цветки, свежая зелень и мелкие семена · Calandrinia menziesii (ранее C. ciliata)

Calandrinia ciliata

В конце зимы и ранней весной на солнечных травянистых местах долины Сакраменто появляются низкие растения с тонкими сочными листьями. Затем над ними раскрываются ярко-розовые, иногда малиновые цветки. Это каландриния, которую в Калифорнии называют redmaids. Её молодую зелень ели свежей, а мелкие тёмные семена можно употреблять без нагревания.



Каландриния мензиса — фотография растения

Joe Decruyenaere (pixeltoo) · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Каландриния — невысокое однолетнее растение, обычно высотой 10–30 сантиметров. Из одного основания расходятся несколько тонких зелёных или красноватых стеблей. Часть побегов лежит близко к земле, другие приподнимаются. В начале сезона растение может выглядеть как небольшая розетка узких сочных листьев.

Листья простые, очередные, довольно узкие — от линейных до обратно-ланцетных, длиной примерно 2–8 сантиметров. Они слегка мясистые, с гладкой поверхностью; по краям у некоторых листьев заметны редкие тонкие волоски. У основания лист сужается, напоминая короткий черешок.

Цветок относительно крупный для такого маленького растения. У него обычно пять округлых розово-красных лепестков, иногда более насыщенно-малиновых, и светлая середина с тычинками. Цветки лучше раскрываются при хорошем освещении; утром и в пасмурный день они могут быть закрыты.

После цветения образуется небольшая продолговатая коробочка. В ней находятся многочисленные очень мелкие блестящие чёрные семена, обычно около одного-двух миллиметров. Созревшая коробочка раскрывается, и семена легко высыпаются на землю. Поэтому не у всякого уже отцветшего растения удаётся найти семена.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Этот вид является местным для Калифорнии и встречается также в других областях западной Северной Америки. В Калифорнии он распространён на открытых лугах, в предгорных дубовых редколесьях, на полях, в садах, виноградниках и на участках, где зимой сохраняется влага.

UC IPM отдельно отмечает, что каландриния особенно обильна в долине Сакраменто и северной части долины Сан-Хоакин. Вокруг Сакраменто её можно встретить на открытых травянистых местах после зимних дождей. В самых сухих пустынях и на высоких восточных склонах Сьерры она гораздо менее характерна.

Для научного названия есть важная особенность. В исторических этноботанических работах и справочниках растение часто записано как Calandrinia ciliata. Современная флора Калифорнии Jepson использует название Calandrinia menziesii. Оба имени в упомянутых калифорнийских источниках относятся к этому пищевому виду.

КОГДА ДОСТУПНА

Первые молодые листья и стебли растут в прохладный влажный период, с зимы до начала весны. В низких районах Калифорнии нежная зелень бывает доступна примерно с января по апрель; отдельные сроки сильно зависят от количества дождей.

Цветки обычно появляются с февраля по май. В прохладных предгорьях это может происходить позже, чем на открытой солнечной равнине. Семенные коробочки образуются вслед за цветением; мелкие семена поспевают весной и в начале лета, но не все одновременно.

Когда наступает устойчивая жара и почва высыхает, надземная часть быстро отмирает. В этом отличие каландринии от вечнозелёных кустарников: она не даёт свежую зелень все двенадцать месяцев.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и нежные побеги. Их употребляли сырыми. В руководстве USDA NRCS для redmaids приведено прямое свидетельство Спаркмана 1908 года: луисеньо употребляли нежную молодую зелень свежей. Это свидетельство относится к сырому способу, в отличие от распространённой в других описаниях термической обработки семян. Вкус описан как слегка острый, напоминающий рукколу. Этот короткий пищевой сезон начинается задолго до созревания семян.



Каландриния мензиса — детальный снимок растения

Stickpen · Public domain · Источник

Зрелые чёрные семена. Они очень малы, но богаты маслом. В Plants For A Future отдельно указано, что семена этого вида можно употреблять сырыми или размалывать. Для получения запаса семена отделяют от сухих коробочек, очищая от растительных остатков. Исторические калифорнийские источники описывают и другие способы употребления семян, но здесь используются только варианты без нагревания.

USDA NRCS отдельно предупреждает: зелень каландринии содержит щавелевую кислоту, как шпинат, и должна употребляться умеренно. Поскольку в нашем разделе растение не готовят, уменьшение оксалатов варкой не рассматривается; каландринию нельзя представлять как зелень для больших порций. Цветки помогают найти и опознать растение, однако без отдельного надёжного пищевого подтверждения их не стоит считать обязательной сырой частью нашего рациона.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Каландринию можно отличить по сочетанию узких слегка мясистых листьев, пяти розово-красных лепестков и мелкой коробочки с блестящими чёрными семенами. У некоторых видов кларкии Clarkia цветок имеет четыре лепестка, а не пять. У герани Geranium листья обычно более глубоко рассечённые, а плод вытянут в длинный «клюв». Похожие молодые растения без цветков и семян лучше не определять по одному красноватому стеблю.

В современной калифорнийской флоре этот redmaids обычно называют Calandrinia menziesii, тогда как исторические справочники и UC IPM нередко сохраняют название Calandrinia ciliata. В статье речь об одном калифорнийском растении, но фотографии другого вида Calandrinia не подходят. Узкие мясистые листья, ярко-розовый пятилепестковый цветок и коробочка с мелкими тёмными семенами должны рассматриваться вместе.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM, Redmaids, распространение и сезон: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/redmaids/
- Calflora, Calandrinia menziesii, современное имя: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=13205
- USDA NRCS, Fringed Redmaids Plant Guide, Luiseño и семенной урожай: https://plants.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/cs_caci2.pdf
- Plants For A Future, Calandrinia ciliata, сырые листья, побеги и семена: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Calandrinia+ciliata
- UC Irvine Natural History, Calandrinia ciliata, признаки цветка и семян: https://nathistoc.bio.uci.edu/Plants%20of%20Upper%20Newport%20Bay%20(Robert%20De%20Ruff)/Portulacaceae/Calandrinia%20ciliata.htm

Календула полевая — Небольшие золотистые цветки и перечная зелень · Calendula arvensis

Calendula arvensis

После дождей на травянистом склоне может вырасти невысокая разветвлённая трава с мягкими вытянутыми листьями. Весной над ними распускаются маленькие золотисто-жёлтые корзинки, похожие на небольшие ноготки. Это полевая календула, средиземноморский вид, который распространился в отдельных районах Калифорнии. Для еды без огня у неё подтверждены молодые листья и совсем мягкие побеги; украшать еду сырыми целыми цветочными головками без отдельного основания не стоит.



Календула полевая — фотография растения

Nick Savvopoulos · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее травянистое растение обычно высотой 10–30 сантиметров, иногда выше на плодородной почве. Стебли зелёные, ветвистые, могут быть слегка опушёнными и липкими. Листья очередные, узко-продолговатые или ланцетные, с цельным либо слабозубчатым краем, нередко с небольшими волосками. На верхушках веточек расположены цветочные корзинки диаметром обычно 2–4 сантиметра, с ярко-жёлтыми или жёлто-оранжевыми язычковыми цветками по краю и маленькими трубчатыми цветками в середине. После цветения образуются семянки нескольких форм, часть из них изогнута, как маленькие серпы или коготки. Растение имеет заметный травянистый запах.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora описывает Calendula arvensis как неместное растение и фиксирует сотни наблюдений по Калифорнии, особенно в прибрежных и центральных округах, на нарушенных травянистых местах, у старых посадок, лугов и дорог. В районе Sacramento Valley возможны отдельные находки, но цветок не следует считать обычной местной золотистой полевой ромашкой. Вид легко заносится с почвой, однако по обочинам и обработанным газонам для еды не собирается.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После осенне-зимних дождей появляются новые мягкие листочки. В низинах лучшее время для нежных листьев — зима и весна; в прохладных местах оно смещается ближе к началу лета. Цветение может продолжаться с ранней весны до лета и осенью при достаточной влаге. С появлением множества сухих изогнутых семян побеги становятся грубыми. Для сырой пищи выбирают свежий мягкий прирост, а не увядшие листочки старого цветоноса.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и нежные побеги. Plants For A Future прямо подтверждает их употребление сырыми. Они слегка пряные, могут горчить, поэтому удобнее мелко нарезать несколько молодых листьев в холодный салат. Особенно мягкие верхушки подходят лучше, чем старые стебли. Цветочные головки PFAF описывает как маринованные, а не безусловно съедобные сырыми; поэтому в нашей инструкции они не включены. Нельзя переносить на полевую календулу все пищевые способы известной садовой Calendula officinalis, уже описанной отдельно. Семена и корни здесь не рассматриваются как сырая еда.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Calendula officinalis цветочные корзинки заметно крупнее и обычно больше декоративных лепестков; полевая календула ниже и формирует множество мелких корзинок. Некоторые местные золотистые астровые имеют похожие цветки, но их листья, плоды и соцветия устроены иначе. Для различения особенно полезны изогнутые необычной формы семянки и мягкая листва. Жёлтый цвет корзинки ничего не говорит о съедобности: среди астровых есть виды, способные вызвать аллергию или раздражение.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1252
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Calendula_arvensis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Calendula_arvensis_image.JPG

Календула лекарственная — Оранжевые свежие лепестки на краю сада · Calendula officinalis

Calendula officinalis

Зимой и весной у домов и старых садов можно увидеть невысокие зелёные кустики с широкими оранжевыми или жёлтыми цветками. Их часто называют ноготками. На солнечном месте календула цветёт долго, а иногда сама рассеивается и появляется за границами посадок. Её яркие язычковые цветки едят свежими: они добавляют холодным блюдам цвет и лёгкую пряную горчинку.



Календула лекарственная — фотография растения

Kmtextor · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это однолетняя трава обычно 20–60 сантиметров высотой с разветвлёнными, слегка липкими или опушёнными стеблями. Листья простые, очередные, от продолговатых до ланцетовидных, мягкие, цельнокрайние или с едва заметными зубцами. У основания они нередко сужаются в короткий черешок, выше почти сидят на стебле. Цветочная корзинка крупная, обычно 4–7 сантиметров и более у садовых сортов; по краю располагаются многочисленные оранжевые либо жёлтые язычковые цветки, в середине — трубчатые. Созревшие семянки необычные, изогнутые, иногда почти крючковидные, словно маленькие коготки. Отсюда и русское название «ноготки».

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calendula officinalis — не местный калифорнийский вид. Calflora фиксирует отдельные одичавшие растения, но наиболее обычна календула в садах и возле жилья; регистраций относительно немного. В условиях долины Сакраменто она растёт при достаточной влажности в прохладный сезон, а в сильную летнюю жару часто прекращает цветение. У цветников, газонов и придомовых территорий нельзя считать растение безопасной дикой пищей без знания химических обработок и разрешения владельца.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягкую зиму календула может цвести уже после осенних дождей, особенно в ухоженных посадках. Основная волна цветения обычно приходится на прохладную весну. В местах с мягким летом цветки появляются значительно дольше; после сильной жары возможно повторное осеннее цветение. Для еды выбирают свежие, только что распустившиеся корзинки, не увядшие и не повреждённые насекомыми. Отдельный цветок сохраняет свежесть недолго.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Язычковые цветки корзинки. UC Master Gardeners of Sacramento County прямо отмечают, что лепестки календулы едят в салатах. С наружного края корзинки отделяют яркие оранжевые или жёлтые язычковые цветки и используют их сырыми — как небольшую добавку к свежей зелени. Они имеют слегка горьковато-пряный вкус. Молодые листья. Тот же источник отдельно указывает их употребление сырыми или приготовленными, предупреждая о горечи. Для холодной пищи подходят немногочисленные молодые мягкие листья, пока они нежные. Грубые стебли, корни и зрелые семянки не включены в рацион.



Календула лекарственная — детальный снимок растения

WWELNUR · CC BY 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Календулу можно спутать с декоративными бархатцами Tagetes, у которых листва часто сложная, перисто-рассечённая и имеет другой резкий запах. У некоторых местных жёлтых астровых корзинки меньше, а листья уже. Календула отличается цельными продолговатыми листьями, крупными оранжевыми корзинками и сильно изогнутыми созревшими семянками. Не нужно собирать цветы неизвестного декоративного растения: некоторые виды вызывают раздражение, а садовые посадки могут обрабатываться пестицидами.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1253
- https://www.ucanr.edu/site/uc-master-gardeners-sacramento-county/grow-herbs
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Calendula_flower_orange-yellow.jpg

Пастушья сумка — зелень и перечные плодики · Capsella bursa-pastoris

Capsella bursa-pastoris

На открытой земле между посадками весной можно увидеть тонкие стебельки, по которым словно нанизаны крошечные зелёные сердечки. Ниже, почти у самой почвы, лежит розетка рассечённых листьев. Пастушья сумка — один из самых привычных однолетников нарушенных земель Калифорнии. Её молодая зелень и цветущие побеги имеют перечную нотку, а характерные плодики позволяют узнать растение гораздо увереннее, чем одна только розетка.



Пастушья сумка — фотография растения

Eike Wulfmeyer · CC BY-SA 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ РАСТЕНИЕ

Это небольшая однолетняя трава семейства капустных, чаще высотой 15–50 см, иногда выше при хорошей влаге. Вначале растение выглядит как плоская розетка. Её листья вытянутые, от почти цельных и зубчатых до глубоко рассечённых на боковые доли; зелёная поверхность может иметь мелкие волоски. Разные особи и даже листья одной розетки заметно отличаются по степени рассечения.

Когда начинается цветение, от центра поднимается тонкий прямостоячий стебель, иногда разветвлённый. На нём немного более мелких узких листьев; их основания частично охватывают стебель. Цветки очень маленькие, с четырьмя белыми лепестками. Они собраны наверху в рыхлую кисть. Ниже цветков, на отдельных тонких ножках, постепенно появляются плоские плоды: треугольные, часто с выемкой у верхнего края, отчего они напоминают сердечко или маленькую сумку. В каждом плоде находятся многочисленные очень мелкие семена. Корень стержневой, но основная пищевая ценность описываемого растения — в надземной зелени.

ГДЕ И НАСКОЛЬКО ЧАСТО ВСТРЕЧАЕТСЯ

Пастушья сумка завезена из Евразии и сегодня обычна по Калифорнии, включая Центральную долину. UC IPM отмечает её в сельскохозяйственных полях, садах, виноградниках, питомниках, на газонах и других нарушенных участках вплоть до примерно 2300 метров. Calflora содержит наблюдения в Sacramento, Yolo, Placer и многих других округах. Это растение особенно заметно в прохладные влажные месяцы, когда открытая почва не пересохла. На прохладном побережье может встречаться почти круглый год, а в сухом внутреннем климате летняя зелень часто исчезает. Обычность вида не делает безопасным место его сбора: поле может быть обработано средствами защиты растений.

КОГДА МОЖНО НАЙТИ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Ноябрь–февраль. После осенних дождей начинают развиваться розетки. Самые нежные молодые листья обычно доступны до массового цветения. В конкретный год появление зависит от осадков.

Февраль–апрель. Для долины Сакраменто это основной ориентировочный период активного роста, белых цветков и свежих цветущих побегов. В мягких местах растения могут начинать цвести раньше.

Март–июнь. На стеблях видны ещё зелёные плоские плодики; позже они желтеют и раскрываются. В прохладной прибрежной полосе и на высоте сроки смещаются, в поливаемых посадках возможны новые поколения. В летнюю жару Центральной долины активная зелень менее надёжна.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Пока растение образует розетку и зелень мягкая, листья добавляют сырыми к салатам. Вкус слегка острый, напоминающий нежную горчичную зелень. По мере старения лист становится грубее и выраженнее на вкус.



Пастушья сумка — детальный снимок растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

Цветущие побеги. Нежные верхние части цветоносных побегов и сами маленькие цветки описаны как съедобные сырыми. Их используют свежими в небольшом количестве вместе с молодой зеленью.

Молодые плодики и семена. Зелёные сердцевидные плодики обладают перечным вкусом; UC IPM прямо указывает на их использование как добавки к салатной зелени. NC State Extension также отмечает съедобность семян, но в этой статье они рассматриваются лишь как небольшая пряная добавка, а не как основная пища. Для корня есть отдельные пищевые упоминания, но без достаточной ясности для практической рекомендации здесь его не используем.

Важна умеренность: UC IPM предупреждает, что листья и семена пастушьей сумки содержат глюкозинолаты, которые в больших количествах могут раздражать пищеварение. Поэтому растение не подходит на роль ежедневного объёмного заменителя салата.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У молодой пастушьей сумки без цветоносов листья могут напоминать одуванчик и другие крестоцветные розетки. Сначала стоит дождаться полного набора признаков. У сердечника волосистого, Cardamine hirsuta, листья составлены из округлых листочков, а плод — длинный узкий стручок. У ярутки полевой, Thlaspi arvense, плоды почти круглые и широко окрылённые, похожие на маленькие монеты; у пастушьей сумки они треугольные с выемкой. Мелкие белые цветки сами по себе не служат надёжным отличием.

Зелень, выросшую на обработанных полях, загрязнённых дорожных обочинах или в местах стока воды, нельзя считать пригодной для еды. Чистота участка и точное определение столь же важны, как время сбора.

ИСТОЧНИКИ

University of California IPM, Shepherd's-purse — распространение, строение, плодики, ограничение по глюкозинолатам: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/shepherds-purse/ North Carolina State University Extension, Capsella bursa-pastoris — молодые сырые листья, цветущие побеги, семена: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/capsella-bursa-pastoris/common-name/shepherds-purse/ Calflora, Capsella bursa-pastoris — округи Калифорнии: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1472 Cornell University, Shepherd's-purse — признаки розетки и плодов: https://cals.cornell.edu/weed-science/weed-profiles/shepherds-purse

Сердечник калифорнийский — Белые весенние цветки и перечные листья в дубравах · Cardamine californica

Cardamine californica

На тенистом склоне среди дубовых листьев ранней весной появляются небольшие белые или едва розовые цветки с четырьмя лепестками. Под ними заметны тонкие стебли и мягкие зелёные листья. Это местный сердечник калифорнийский, известный также под английским названием milkmaids. Пока листья молоды, они пригодны для еды, хотя вкус выраженно перечный и может быть горьковатым.



Сердечник калифорнийский — фотография растения

Eugene Zelenko · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетнее растение, уходящее на летний покой, обычно высотой 15–40 сантиметров. Оно развивается из небольшого подземного корневища; первые прикорневые листочки бывают округлыми либо сердцевидными, часто сидят близко к почве. Позднее поднимается цветонос с одним или несколькими сложными стеблевыми листьями, разделёнными на три–пять овальных или узких долей. Цветки собраны рыхлой кистью, каждый имеет четыре белых, бледно-розовых или розовых лепестка длиной около сантиметра и несколько более коротких чашелистиков. После цветения образуются длинные узкие стручки, которые при высыхании раскрываются и разбрасывают семена. Листья гладкие, мягкие, без колючек.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает тысячи наблюдений Cardamine californica в Калифорнии: вид встречается в тенистых дубравах, смешанных вечнозелёных лесах, по влажным склонам, среди прибрежных секвой, на лесных опушках. Зарегистрирован и в округах Placer и El Dorado; в низкой жаркой части Sacramento Valley встречается гораздо реже. Наиболее заметен после зимних дождей, пока почва прохладная и влажная. Растение не следует вырывать с корневищем при сборе листьев, иначе многолетняя куртина не восстановится.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листья появляются в конце осени или зимой после дождей. Основной период цветения в Калифорнии — январь–май, с более поздними сроками в холодных местах. Нежные листья лучше всего собирать до распускания всех цветков, когда они ещё не стали грубыми. После образования стручков и наступления летней сухости надземная часть обычно исчезает до следующей зимы.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. University of California Agriculture and Natural Resources прямо называет их съедобными и описывает вкус как довольно горький, похожий на хрен. Поэтому их употребляют понемногу, мелко нарезая в холодную зелёную смесь; большие порции не имеют смысла. Подземные клубеньки. В специализированной ботанической публикации North American Rock Garden Society отдельно описано их сырое употребление в салате; они малы, а выкопка уничтожает часть многолетнего растения, поэтому практически лучше обходиться листьями. Для цветков и зрелых стручков не найдено достаточно определённого отдельного видового подтверждения сырого способа, и они не включены в пищевой перечень.



Сердечник калифорнийский — детальный снимок растения

Joe Decruyenaere (pixeltoo) · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Cardamine hirsuta и Cardamine oligosperma, уже описанные в справочнике, чаще выглядят как маленькие однолетние крестоцветные с иной розеткой и множеством отдельных листочков. Сердечник калифорнийский образует сезонные многолетние куртины с более крупными бело-розовыми цветками и заметными разделёнными стеблевыми листьями. Некоторые другие ранневесенние цветы имеют похожие четыре лепестка, но не образуют длинных стручков. Пробовать неопределённую зелень по одному перечному вкусу нельзя.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1479
- https://ucanr.edu/blog/coastal-gardener/article/cardamine-edible-not-so-tasty
- https://www.nargs.org/sites/default/files/free-rgq-downloads/VOL_62_NO_3.pdf

Сердечник извилистый — Острая зелень влажных мест · Cardamine flexuosa

Cardamine flexuosa

На влажной рыхлой земле под тенистыми деревьями иногда появляется маленькая розетка нежных разделённых листьев, а затем тонкий стебель с крошечными белыми цветами. Если посмотреть ближе, заметны длинные узкие стручки и чуть зигзагообразный цветонос. Это сердечник извилистый, редкая в Калифорнии горчичная трава с подтверждённым употреблением молодых листьев сырыми.



Сердечник извилистый — фотография растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя, иногда двухлетняя трава обычно 10–40 сантиметров высотой, со сравнительно тонким мягким стеблем и прикорневой розеткой. Листья перисторазделъные: по сторонам центральной жилки расположены маленькие округлые или яйцевидные доли, а верхняя доля часто заметно крупнее. На побегах листья меньше и сидят реже. Стебель может быть немного извилистым; иногда заметны редкие волоски. Цветки мелкие, с четырьмя белыми лепестками крестом и жёлтоватыми тычинками. Плоды — узкие удлинённые стручки, направленные вверх либо чуть в стороны; зрелые стручки могут резко раскрывать створки и рассеивать семена.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Вид широко распространён в Евразии, а в Калифорнии известен как заносный и по данным ботанических наблюдений встречается значительно реже, чем распространённый Cardamine hirsuta. Его находят в прохладных влажных местах, у речных долин, во влажных городских садах и по нарушенным опушкам. Поэтому определение «обычная калифорнийская салатная зелень» было бы неверным. Особенно важна чистота места: вода из ручья, стекающая с дорог, огородов или пастбищ, может принести загрязнения на низко расположенные листья.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые розетки чаще появляются после зимних дождей, когда влажная почва ещё прохладная. В низинах подходящая нежная листва может быть зимой и ранней весной. Позднее нарастают тонкие цветоносы, раскрываются белые цветки, а затем удлиняются стручки. В затенённых прохладных местах растение способно продолжать вегетацию дольше, чем на сухой открытой равнине. Самые приятные для сырой еды листья — молодые, до грубого вытягивания побега.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future сообщает, что листья Cardamine flexuosa можно употреблять сырыми. Вкус характерно горчичный, мягко-перечный; небольшие молодые листочки подходят для добавления к другой свежей зелени. Увядшие и загрубевшие стебли в такую пищу не берут. Хотя некоторые справочники также обсуждают корни и другие части, для безопасного подбора в дикой Калифорнии здесь ограничиваемся именно молодыми листьями. Зелень следует брать только с чистого, не затапливаемого стоками участка. Тщательное мытьё не делает растения из загрязнённой воды автоматически безопасными для сырого употребления.



Сердечник извилистый — детальный снимок растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Близкий Cardamine hirsuta обычно формирует небольшую розетку и легко выстреливает семенами из стручков. У Cardamine oligosperma листья тоже перистые, но отличаются формой долей, типом опушения и пропорциями цветков и плодов. Некоторые другие маленькие крестоцветные имеют похожие белые цветки; важны форма листьев вдоль стебля, плод и расположение волосков. Определение по горчичному вкусу опасно и не заменяет ботанических признаков. Если белых цветков и зрелых стручков ещё нет, видовую принадлежность может быть невозможно подтвердить.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8509
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Cardamine+flexuosa
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cardamine_flexuosa_sl8.jpg

Сердечник волосистый — перечные листья и белые цветки · Cardamine hirsuta

Cardamine hirsuta

Когда зимние дожди возвращают влагу в калифорнийские сады, среди рыхлой земли и по краю дорожек появляются маленькие розетки зелени. Из их середины поднимаются тонкие цветоносы с крошечными белыми цветками. Это сердечник волосистый — невысокий представитель семейства капустных, у которого молодые листья обладают мягким перечным вкусом. Даже у взрослого растения основная масса зелени остаётся близко к земле.



Сердечник волосистый — фотография растения

SB Johnny · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ РАСТЕНИЕ

Сердечник волосистый — однолетняя трава, обычно высотой около 8–25 см. У основания находится розетка из сложных листьев. Каждый лист состоит из нескольких пар небольших округлых или почковидных листочков и более крупного конечного листочка. Край слегка волнистый либо неглубоко зубчатый. На листьях и стеблях бывают редкие короткие волоски, хотя на расстоянии растение может казаться гладким.

Цветонос тонкий, прямостоячий, с немногочисленными мелкими листочками. На верхушке раскрываются белые цветки с четырьмя лепестками, расположенными крестом. После них образуются узкие прямые стручки длиной приблизительно 2–3 см. При созревании створки резко раскрываются и разбрасывают семена. Это заметная особенность растения в конце его короткого сезона. Под землёй — небольшая поверхностная корневая система, а не крупный пищевой корнеплод.

ГДЕ ОН РАСТЁТ В КАЛИФОРНИИ

Вид пришёл из Евразии и прижился в Северной Америке, в том числе в Калифорнии. Его отмечает Calflora, но это не означает одинаковой обильности во всех районах штата. Сердечник предпочитает влажные участки с нарушенной почвой: сады, питомники, края газонов и тропинок, тенистые места около посадок. В районе Сакраменто искать такие условия логичнее после осенних дождей и в конце зимы, чем на выжженной солнцем сухой земле в августе. На поливаемых участках сезон может быть длиннее; в сухих пустынных ландшафтах растение гораздо менее характерно.

КОГДА ДОСТУПНА СЪЕДОБНАЯ ЗЕЛЕНЬ

Ноябрь–январь. В дождливые годы прорастают молодые растения; у розеток появляются первые нежные листья. Начало сезона сильно зависит от влаги.

Февраль–апрель. В мягком климате Центральной долины это наиболее вероятное время хорошо развитых розеток, цветения и молодых листьев. На растении одновременно могут быть белые цветки и зелёные стручки.

Март–май. На многих участках стручки подсыхают и разбрасывают семена. В прохладных местах цветение бывает позднее, а в сухих тёплых местах цикл может завершиться раньше. В жаркий сезон живых розеток может не быть совсем.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Это главная пищевая часть. Их едят свежими, как небольшую добавку к салатной зелени: вкус перечный, но обычно мягче, чем можно предположить по названию «горький кресс». Молодая розетка особенно удобна до вытягивания цветоносов. Листочки можно отделить пальцами и смешать с другой холодной зеленью.



Сердечник волосистый — детальный снимок растения

Christian Hummert (Ixitixel) · CC BY 2.5 · Источник

Цветки. Маленькие белые цветки тоже съедобны: их используют свежими, но из-за более плотной структуры они менее приятны для жевания. Источник по этому конкретному виду прямо подтверждает съедобность листьев и цветков.

Стручки, семена и корни не следует автоматически относить к сырой пище: их внешний вид помогает определению растения, но для этой статьи нет необходимости превращать их в рекомендацию к употреблению. Сердечник — прежде всего небольшая сезонная приправа, а не источник большого объёма пищи.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии существует близкий сердечник мелкосемянный — Cardamine oligosperma. Он похож розеткой, белыми цветками и узкими стручками; UC IPM прямо сопоставляет эти два вида и отмечает различия в числе и форме листочков. Поэтому по одному маленькому листу уверенно назвать вид нельзя. У пастушьей сумки, Capsella bursa-pastoris, тоже четыре белых лепестка, но на цветоносах развиваются широкие плоские треугольные «сердечки», а не длинные узкие стручки. У многих других капустных молодые розетки похожи между собой. Для сбора важен полный набор признаков — листья, цветок и плод одного и того же растения.

Нельзя брать зелень с обработанных гербицидами газонов, обочин интенсивных дорог и мест, куда попадают стоки или отходы животных. Промывание не устраняет химическое загрязнение. Только уверенно определённые и чистые растения подходят для пищевого использования.

ИСТОЧНИКИ

North Carolina State University Extension, Cardamine hirsuta — морфология, сырые листья и цветки: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/cardamine-hirsuta/ Calflora, Cardamine hirsuta — подтверждение присутствия в Калифорнии: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1486 University of California IPM, Little Bittercress — сравнение с Cardamine oligosperma и калифорнийские условия: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/little-bittercress/

Сердечник малосемянный — перечная зелень у лесной тропы · Cardamine oligosperma

Cardamine oligosperma

После дождей на влажной лесной почве иногда появляются маленькие розетки с несколькими округлыми листочками. К весне над ними поднимается тонкий стебелёк с четырьмя белыми лепестками, а затем — узкие стручочки. Это Cardamine oligosperma, сердечник малосемянный, местный представитель семейства капустных. У него есть подтверждённое сырое пищевое применение молодых листьев. Растение невелико, поэтому речь идёт о небольшой перечной добавке, а не о значительном запасе зелени.



Сердечник малосемянный — фотография растения

Walter Siegmund (Wsiegmund) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

В начале роста растение образует низкую розетку перисто-сложных листьев. Лист состоит из нескольких округлых боковых листочков и более крупного конечного, который иногда похож на маленькое сердечко. На стебле листья меньше, сидят очередно, стебель тонкий, без древесины. Высота взрослого экземпляра обычно от нескольких сантиметров до тридцати. Цветки мелкие, белые, с четырьмя лепестками крестом, часто собраны на верхушке в сравнительно короткую кисть. После опыления развиваются прямые узкие плоды-стручки, вытянутые вверх или в стороны. Созревшие стручки могут внезапно раскрываться и разбрасывать мелкие семена. Важно видеть, что это не четыре самостоятельных длинных листа, а плодовое образование. Даже если лепестки уже опали, расположение стручков и листьев помогает распознать растение. У свежих листьев мягкая ткань, а у старых они могут подсыхать и краснеть.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora называет Cardamine oligosperma местным растением Калифорнии, отмеченным более чем тысячей наблюдений. Вид встречается на влажной земле в каньонах, дубовых рощах, редколесьях и по краям троп; распространённость особенно заметна в San Mateo, Marin, Butte и Sonoma. В округе Sacramento наблюдений значительно меньше, поэтому неверно представлять его как повсеместную зелень городской долины. Открытые сухие летние склоны подходят хуже, чем прохладные влажные углубления почвы. Вид может расти рядом с кустарником и в разреженной тени, иногда целыми небольшими группами, но в затяжную засуху зелёная масса почти исчезает.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые розетки появляются после осенних и зимних дождей, когда почва остаётся прохладной. В низинах наиболее мягкие листья обычно доступны зимой и ранней весной. Позднее раскрываются маленькие белые цветки, а спустя несколько недель на стебле появляются зелёные стручки; в более холодных горах всё развитие сдвигается к концу весны. У зрелых плодоносящих экземпляров нижние листья уже не так нежны. Сухие стручки могут сохраняться после того, как пищевой сезон закончился. Для определения полезно дождаться цветения на части соседних растений, но для еды выбирать лишь надёжно установленную молодую зелень.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо пишет о сырых листьях Cardamine oligosperma. Вкус мягко перечный, похожий на кресс-салат, обычно без сильной горечи. Несколько нежных листочков можно мелко нарвать и смешать с другой зеленью; отдельная розетка даёт мало урожая. Листья, лежавшие на сырой земле, необходимо внимательно проверить и промыть чистой питьевой водой. Из заболоченных мест, где вода загрязнена сточными водами или отходами животных, сырой сбор не подходит.

Что здесь не едят. Похожие сердечники иногда употребляют вместе с цветками и стручочками, однако видовой справочник для C. oligosperma указывает именно листья. Поэтому цветки, зрелые семена, корни и стебли этой статьи служат признаками определения, а не самостоятельной подтверждённой сырой пищей. Острота листа не доказывает съедобности каждой части растения.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Очень похож Cardamine hirsuta, уже описанный в каталоге: у него тоже низкая розетка и маленькие белые цветки, но обычно иное опушение, число тычинок и расположение плодов. Наиболее надёжно различать виды по взрослому экземпляру и ботаническому ключу, а не по одному округлому листочку. У Cardamine californica цветки заметно крупнее, а растение часто выходит из корневища. У пастушьей сумки Capsella bursa-pastoris плод треугольный сердцевидный, не длинный узкий стручок. Если в одной лужайке растут сразу несколько капустных, нельзя собрать их вместе и назвать одним видом. Обочины с гербицидами, территории с животными и загрязнённые ручьи исключаются.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1493
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1493
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Cardamine+oligosperma

Чертополох итальянский — очищенные молодые стебли без нагрева · Carduus pycnocephalus

Carduus pycnocephalus

В начале весны на открытых калифорнийских склонах появляются низкие тёмно-зелёные розетки с очень колючими краями. Затем они быстро поднимают узкие стебли, несущие на концах несколько тесно сгруппированных пурпурных цветочных корзинок. Взрослый чертополох кажется совершенно несъедобным, но у молодого растения под жёсткой колючей оболочкой стебля скрывается мягкая сердцевина. Её употребление без огня описано для этого вида в нескольких средиземноморских пищевых традициях.



Чертополох итальянский — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это однолетняя, иногда двулетняя трава семейства астровых. В дождливый период она образует прикорневую розетку глубоко вырезанных листьев. Каждая доля листовой пластинки заканчивается жёстким жёлтоватым шипом. Поверхность листьев зелёная, нижняя сторона часто светлее. После вытягивания побега растение может достигать метра и больше, особенно на влажном месте.

Стебель прямой, в верхней части ветвится и несёт выступающие вдоль него колючие «крылья» — продолжения листовой ткани. На концах ветвей обычно формируются небольшие группы узких овальных корзинок. Их листочки обёртки заканчиваются острыми шипами, а сами цветки окрашены в розовато-пурпурный цвет. Зрелые семянки имеют лёгкие волосистые хохолки.

На стадии низкой розетки растение трудно отличить от ряда близких чертополохов. Для определения полезны форма крылатого стебля, характер группировки корзинок и строение их колючей обёртки. Внешний вид взрослого растения помогает понять, какой именно чертополох растёт в данной куртине.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Итальянский чертополох завезён из Средиземноморья и распространился в Калифорнии. UC IPM указывает его прежде всего в районах северного побережья, на западных предгорьях Сьерры, в окрестностях Сан-Францисского залива, на Центральном побережье и в прибрежных хребтах южнее. Он встречается на пастбищах, травянистых склонах, пустырях, возле дорог и вдоль открытых оград.

Растение любит освещённые участки с сезонной влагой. В сомкнутом тенистом лесу оно не характерно, но на открытых предгорных лугах может образовывать заметные скопления. У пастбищ и дорожных полос особенно важно выбирать чистые места без загрязнения и обработок.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Осень–зима. После первых дождей появляются новые розетки. Пока листья короткие и мягкие, колючки ещё менее жёсткие, но уже требуют аккуратного удаления.

Весна. Стебель вытягивается и на ранней стадии сохраняет нежную внутреннюю ткань. До образования плотных цветочных корзинок это наиболее интересный период для сырого пищевого применения.

Конец весны–лето. Побеги деревенеют, колючки твердеют, созревают семена. Зрелый жёсткий стебель не пригоден для описанного способа.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Внутренняя часть молодого стебля. В этноботанических исследованиях Сардинии Carduus pycnocephalus упоминается именно с сырым пищевым использованием стеблей. Свежий молодой стебель очищают от наружной колючей и волокнистой оболочки, оставляя светлую нежную сердцевину. Её ели сразу, без нагревания, как хрустящий сезонный продукт.



Чертополох итальянский — детальный снимок растения

Harry Rose (Macleay Grass Man) · CC BY 2.0 · Источник

Молодые прикорневые листья. Исследование диких листовых овощей Ливана приводит их сырое употребление после удаления грубых и колючих частей. Это менее удобный материал, чем мягкая сердцевина: у взрослой розетки шипы могут оставаться очень острыми.

Ни зрелые колючие листья, ни цветочные корзинки, ни семена в эту статью как подтверждённую сырую пищу не включены. Даже у точно установленного вида колючки необходимо полностью удалить: случайно оставленные жёсткие шипы способны травмировать рот и горло.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Carduus tenuiflorus — близкий заносный чертополох, также встречающийся в Калифорнии. У него обычно более многочисленные узкие корзинки в плотных группах, но различение зависит от дополнительных деталей обёртки и побегов. Некоторые Cirsium образуют похожие колючие розетки, однако различаются строением хохолка семянок и листочков обёртки.

На уровне листовой розетки определение не всегда надёжно. Для пищевого сбора важно сопоставить розетки со взрослыми цветущими экземплярами той же популяции, прежде чем считать растение итальянским чертополохом. Кулинарная традиция конкретного вида не распространяется на любой случайный колючий сорняк.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM — Italian Thistle: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/italian-thistle/
- Sustainability (2020) — Wild Food Thistle Gathering: https://www.mdpi.com/2071-1050/12/12/5105
- Frontiers in Sustainable Food Systems (2022) — Wild leafy vegetables in Lebanon: https://doi.org/10.3389/fsufs.2022.991979

- California Invasive Plant Council — Carduus pycnocephalus: https://www.cal-ipc.org/plants/profile/carduus-pycnocephalus-profile/

Карпобротус съедобный — Жёлтые прибрежные цветы и зрелые плоды морского инжира · Carpobrotus edulis

Carpobrotus edulis

На калифорнийских прибрежных склонах и вдоль старых дорожек встречаются огромные плотные ковры мясистых трёхгранных листьев. Весной над ними раскрываются крупные ярко-жёлтые цветки, а к концу сезона среди зелени можно найти яйцевидные плоды. Это Carpobrotus edulis — завезённый из Южной Африки морской инжир. Он стал одним из наиболее заметных растений калифорнийского побережья и сильно изменяет природные сообщества дюн. При точном определении вида его полностью зрелые плоды и сочные листья можно употреблять без огня, но условия пляжного сбора требуют осторожности.



Карпобротус съедобный — фотография растения

Tangopaso · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетний стелющийся суккулент. У основания его побеги древеснеют, а длинные сочные ветви укореняются в узлах и заполняют площадь до нескольких метров. Листья расположены попарно, толстые, вытянутые и резко трёхгранные на поперечном срезе. Кончик обычно заострён, кромки могут краснеть на солнце. Они не похожи на плоские листья обычной травы. На концах ветвей раскрываются одиночные цветки диаметром несколько сантиметров со множеством узких лепестков; для Carpobrotus edulis характерна преимущественно жёлтая окраска, иногда со временем переходящая в розоватую. Сердцевина цветка заполнена многочисленными тычинками. После цветения развивается довольно крупный мясистый плод, сначала зелёный и плотный, позднее желтовато-бурый, порой красноватый и мягче. На вершине сохраняются остатки чашелистиков. Внутри зрелого плода — небольшое количество слизистой, кисловато-сладкой мякоти с множеством маленьких семян.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает около пяти тысяч наблюдений Carpobrotus edulis в Калифорнии. Особенно часто вид встречается в округах Marin, Mendocino, Monterey, San Francisco, San Mateo, Los Angeles и San Diego. Его высаживали для укрепления склонов, но он распространился за пределы посадок и теперь местами покрывает дюны и утёсы сплошной зеленью. В долине Сакраменто естественные заросли редки: это растение прежде всего морского побережья. На защищённых дюнах его распространённость не означает разрешения сходить с тропы или выкапывать растения. У густого ковра часто сохраняется сухая старая древесная масса, а зелёные верхушки растут наружу.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Листья остаются на растении круглый год в мягком прибрежном климате. С наступлением весны и при достаточной влаге появляются новые сочные верхушки. Цветение обычно заметно весной и в начале лета; в зависимости от района отдельные цветки раскрываются позже. После них постепенно растут плоды. На туманном берегу их полное созревание может задержаться до конца лета или осени. Именно зрелый мягкий плод является пригодной для сырой еды стадией: молодые плотные плоды очень терпкие. В сухой сезон листва часто краснеет по краям, но сами листья не превращаются в сезонный плод.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелые плоды. Plants For A Future отдельно подтверждает их употребление сырыми. В мякоти мало объёма, вкус кисловато-сладкий, немного солоноватый; недозрелый плод сильно вяжет. Мягкий плод можно аккуратно разрезать и употребить внутреннюю часть свежей. Зрелые плоды также естественно подсушивали, однако сырой продукт с повреждением или плесенью не используют. Указание «морской инжир» не означает, что его плоды устроены как плоды настоящего инжира Ficus carica.



Карпобротус съедобный — детальный снимок растения

Ercé · CC BY-SA 3.0 · Источник

Сочные листья. Видовой пищевой справочник подтверждает их сырое употребление, например в небольшом количестве в холодной зелени. Они очень мясистые и слизистые, с солоноватой кислотой, поэтому подходят скорее как дополнение к еде, чем как основной овощ. У солёной прибрежной зелени не следует предполагать низкое содержание соли.

Стебли, корни и незрелые терпкие плоды здесь не рекомендуется использовать. Сырые листья и плоды с участков, подвергавшихся обработке гербицидами при борьбе с инвазивным растением, непригодны для еды.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Рядом встречается Carpobrotus chilensis, обычно с более мелкими розовыми или пурпурными цветками; два вида могут скрещиваться. Название растения только по форме листа без цветка и зрелого плода ненадёжно. У других ледяных растений, например Mesembryanthemum crystallinum, листья покрыты мерцающими пузырьковыми клетками, а цветки и весь жизненный цикл отличаются. Морской склон — не признак пригодности любой сочной зелени: некоторые декоративные суккуленты несъедобны. Из-за распылённых стоков, пестицидов и микропластика следует выбирать только чистое разрешённое место, но даже внешне чистый пляж не гарантирует отсутствия загрязнения.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1660
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1660
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Carpobrotus+edulis

Каркас южный — Маленькие сладковатые костянки городских деревьев · Celtis australis

Celtis australis

В городских посадках и около старых усадеб Калифорнии иногда встречается дерево с серой гладкой корой, длинными зубчатыми листьями и мелкими плодами на тонких плодоножках. Осенью они темнеют до пурпурно-коричневых или почти чёрных оттенков. Это европейский каркас — дерево не местное, но изредка отмеченное в штате вне культуры. У его зрелого плода съедобна сладковатая мучнистая оболочка вокруг очень твёрдой косточки.



Каркас южный — фотография растения

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадное дерево обычно высотой 10–20 метров с широкой кроной. Кора в молодости сероватая, достаточно гладкая, позднее растрескивается. Листья очередные, вытянутые, с заметно оттянутым острым кончиком и зубчатой кромкой; основание листа немного несимметрично. На лицевой стороне поверхность обычно шероховатая, снизу видны выступающие жилки. Цветки невзрачные, зеленоватые, появляются весной одновременно с молодой листвой. Плоды округлые, около сантиметра, на длинных тонких плодоножках, сначала зелёные, позднее коричневые либо тёмно-фиолетовые, с одной крупной твёрдой косточкой.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora регистрирует Celtis australis как неместный вид Калифорнии и приводит лишь несколько десятков наблюдений. Он может встречаться в старых городских посадках, парках и иногда поблизости от них как самосев. В Южной и Центральной Калифорнии он хорошо переносит летнюю сухость после укоренения, однако не становится повсеместным деревом диких лесов. Не следует путать его с более знакомым местным Celtis reticulata, который уже описан отдельно. На частных участках сбор возможен только с разрешения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодая листва и мелкие цветки появляются весной. Зелёные твёрдые костянки увеличиваются летом; зрелые плоды темнеют преимущественно с конца лета до осени, в прохладных местах позже. Неспелые зелёные плоды не являются целью сбора. После полного созревания тонкая наружная мякоть становится сладковатой, но по объёму её мало.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелая наружная мякоть плодов. PFAF для Celtis australis прямо описывает употребление спелых плодов сырыми. Они мучнистые, суховатые, имеют умеренно сладкий вкус и иногда напоминают маленькие финики. Твёрдую косточку можно осторожно отделить после размягчения плода в холодной чистой воде; её не нужно раскалывать для обычного сбора. Отдельный снимок Eiku на Wikimedia Commons показывает съедобный слой мякоти и крупный твёрдый эндокарп. Листья и кора этого дерева не относятся здесь к подтверждённой еде без приготовления.



Каркас южный — детальный снимок растения

Eiku · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Местный западный каркас Celtis reticulata обычно растёт в иных природных местообитаниях, отличается формой и текстурой листьев, а каркас китайский Celtis sinensis — другой интродуцированный вид с собственными признаками. При сборе проверяют не только тёмные шарики, но и асимметричные зубчатые листья, жилкование, характер плодоножек и строение костянки. Некоторые декоративные деревья имеют внешне похожие плоды, но не обладают съедобной мякотью. Цвет сам по себе не служит доказательством съедобности.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9787
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Celtis+australis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Celtis_australis_fruit_and_seed.jpg

Каркас сетчатый — Мелкие сладкие плодики на каменистых пустынных склонах · Celtis reticulata

Celtis reticulata

В сухих каньонах Восточной и Южной Калифорнии иногда растёт небольшое дерево с сильно морщинистой корой и необычными листьями, будто вычерченными сетью жилок. Осенью на тонких плодоножках у него темнеют мелкие шарики с тонкой сладкой мякотью. Это Celtis reticulata — западный сетчатый каркас, называемый netleaf hackberry. В отличие от культурной шелковицы или ежевики, у него каждый плод представляет собой небольшую костянку с одним крупным твёрдым семенем, окружённым лишь тонким съедобным слоем.



Каркас сетчатый — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Каркас сетчатый — листопадное дерево, в сухих условиях часто низкое, кривоствольное или многоствольное, на более благоприятной земле достигающее нескольких метров и даже около десяти. Кора у старых стволов серо-бурая, очень неровная, с бугорками и переплетёнными рубцами. Листья очередные, небольшие, овальные или яйцевидные, с вытянутым кончиком, чаще зазубренные в верхней части. Основание листа заметно асимметричное: одна его сторона нередко расположена выше другой. Особенно хорошо видны три главные жилки, выходящие возле черешка, и множество соединяющихся мелких жилок, образующих характерную сетку. Весной появляются невзрачные зеленоватые цветки, не собранные в крупные белые или розовые кисти. Позднее на тонких плодоножках вырастают небольшие круглые костянки, сначала зеленоватые, затем оранжево-красноватые и тёмные. Внутри одна очень твёрдая косточка, которая занимает большую часть объёма.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Celtis reticulata как местное растение Калифорнии, но с относительно небольшим числом наблюдений. Основные записи приходятся на San Bernardino, Kern, Inyo, San Diego и Riverside. Типичные местообитания — каменистые склоны, сухие каньоны, пустынные предгорья, иногда берега временных водотоков и pinyon-juniper woodland. В Sacramento Valley это не обычное дерево городского парка; для его естественного ареала нужен более восточный или южный маршрут. Отдельные группы растут там, где корням доступно хотя бы немного дополнительной влаги. Плоды могут стать пищей птиц задолго до того, как дерево сбросит листья.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Новые листья появляются весной при потеплении после зимнего покоя. Невзрачные цветки раскрываются примерно в апреле–мае, иногда с поправкой на высоту. Маленькие зелёные плоды растут летом и постепенно меняют окраску. Видовой пищевой справочник указывает созревание семян около октября; в калифорнийских каньонах мягкие полностью зрелые плодики чаще следует ожидать к концу лета и осенью. На одном дереве могут висеть зелёные, краснеющие и потемневшие плоды одновременно. Листопад наступает с похолоданием, а отдельные суховатые плоды могут сохраняться на ветвях после него. Старый сморщенный плод нельзя автоматически считать безопасным, если он заплесневел.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелая наружная мякоть плода. Plants For A Future прямо подтверждает её сырое употребление у Celtis reticulata. Мякоть сладкая, но очень тонкая и иногда суховатая. Маленький плод можно раздавить губами либо пальцами и снять мягкую часть с одной большой косточки. Проглатывать целиком или раскалывать её ради ядра не требуется и не рекомендуется: съедобная часть в источнике описана именно как плодовая мякоть. Вкус иногда напоминает сухофрукт.



Каркас сетчатый — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

Подсушенные зрелые плоды. Видовой источник допускает сушку для зимнего хранения. Без огня можно использовать только плоды, которые полностью высохли на чистой поверхности без плесени. Так как мякоти немного, дерево не даёт большого объёма мягкой еды. Листья, цветки, ветви и семенное ядро здесь не предложены как сырые продукты.

Собирать плоды нужно на чистой доступной земле, избегая дорожной пыли и стоков. Если плод испорчен, его лучше оставить птицам.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Celtis sinensis, китайский каркас, широко выращивают в Калифорнии; он часто значительно выше, с другой корой и листьями, а его плоды также небольшие, но дерево имеет восточноазиатское происхождение. Celtis occidentalis отличается более грубыми листьями и иной формой коры. Вегетативные признаки некоторых каркасов очень похожи, поэтому решают совокупность сетчатого жилкования, асимметричного основания, плодов и ареала. Ещё важнее не путать маленькие круглые плодики с неизвестными красноплодными кустарниками: костянка на длинной плодоножке и листья одного дерева должны быть уверенно связаны друг с другом.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1838
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1838
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Celtis+reticulata

Каркас китайский — Мелкие тёмные плодики у городских улиц и парков · Celtis sinensis

Celtis sinensis

На улицах Калифорнии часто высаживают деревья с густой округлой кроной и сравнительно небольшими гладкими листьями. Осенью под ними иногда заметны мелкие оранжевые или тёмно-пурпурные шарики, похожие на миниатюрные вишенки. Это Celtis sinensis — китайский каркас, или Chinese hackberry, дерево из Восточной Азии. Его полностью зрелые плоды разрешено употреблять сырыми; мякоти в них совсем немного, но она сладковатая. Для природы Сакраменто нужно честно писать: это прежде всего посаженное городское дерево, а не уроженец калифорнийских гор.



Каркас китайский — фотография растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Китайский каркас — листопадное дерево с одним или несколькими стволами и округлой либо зонтиковидной кроной, в городском озеленении часто высотой десять–двадцать метров. Кора сероватая, сравнительно гладкая у молодых деревьев, у старых местами пятнистая, с отдельными рубцами. Листья очередные, небольшие, овально-заострённые, с тремя основными жилками от основания и зубцами чаще на верхней половине края. Основание листа бывает слегка несимметричным. Весной появляются невзрачные мелкие зеленоватые цветки, лишённые ярких лепестков. Из них развиваются маленькие круглые костянки на тонких ножках. Сначала они зелёные, к осени становятся оранжево-красноватыми, затем иногда пурпурными и почти чёрными. Внутри одна относительно крупная твёрдая косточка с тонким слоем сладковатой мякоти. Осенью листва желтеет и опадает, хотя плодики иногда ещё висят.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

California State University Stanislaus описывает китайский каркас как декоративное дерево, выращиваемое на кампусе. Исторический обзор Университета Калифорнии в Дейвисе также отмечает посадки Celtis sinensis вдоль улиц UC Davis и его приспособленность к городским условиям. Calflora включает вид в список растений Калифорнии, но это не делает его местным. В Sacramento Valley деревья могут встречаться в озеленении, особенно возле университетов, парков и старых улиц. В естественном пустынном каньоне гораздо вероятнее местный Celtis reticulata. Городское дерево, даже когда его плоды осыпаются на тротуар, не обязательно доступно для сбора: собственность, обработка и загрязнение имеют значение.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной начинают разворачиваться новые листья и открываются мелкие зеленоватые цветки. Маленькие завязи после опыления растут летом. PFAF указывает созревание семян приблизительно в октябре; в Калифорнии взрослые плодоносящие деревья могут давать зрелые оранжевые или пурпурные костянки в конце лета и осенью. На одном дереве наблюдаются разные оттенки плодиков, поэтому важна полная мягкость и зрелость. После опадения листьев отдельные костянки ещё остаются на ветвях. Плод, долго лежащий на загрязнённом тротуаре, может испортиться; пищевой сезон не равен периоду его наличия в грязной уличной подстилке.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелая мякоть плодов. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление плодов Celtis sinensis. Они маленькие, около нескольких миллиметров в диаметре, содержат одну большую твёрдую косточку. Мякоть тонкая, обычно сладкая, немного суховатая либо мучнистая, поэтому плод нельзя представить как маленькую сочную сливу. Можно снять зрелую мягкую наружную часть, не разгрызая косточку, и употребить свежей. Для получения заметной порции понадобилось бы множество плодов.



Каркас китайский — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

Что не включается. У этого вида PFAF описывает листья преимущественно после приготовления и для горячих напитков. Сырого самостоятельного пищевого подтверждения для листьев в выбранном источнике нет, поэтому не предлагаем их в холодный салат. Семенное ядро, кора и ветви также не считаются пищей. Уличные плоды из-под машин, с химически обработанных газонов и улиц с интенсивным движением непригодны для употребления.

Сырой сбор возможен только с чистого разрешённого дерева без химической обработки.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Celtis reticulata — местный западный каркас — имеет особенно заметную сетку жилок на листьях и часто очень бугристую кору, а его естественный ареал связан с сухими южными каньонами. Celtis occidentalis — североамериканский каркас — имеет иной рисунок листьев и коры, а в некоторых озеленённых районах также высаживается. Лист китайского каркаса можно спутать с вязом, но у вязов плоды обычно крылатые самары, не маленькие костянки с одной крупной косточкой. Нельзя определять дерево лишь по цвету осеннего плода: нужно оценить листья, цветок, кору и происхождение посадки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/species/sci-C.html
- https://www.csustan.edu/campus-tree-story-map/chinese-hackberry-celtis-sinensis
- https://library.ucdavis.edu/wp-content/uploads/2022/02/Celtis.pdf
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Celtis+sinensis

Церцис западный — розовые цветки на голых ветвях · Cercis occidentalis

Cercis occidentalis

Ранней весной на сухих калифорнийских предгорьях иногда зацветает невысокое дерево, почти не имеющее листьев. Его старые ветви внезапно покрываются густыми розово-пурпурными цветками. Через несколько недель раскрываются округлые сердцевидные листья, а на месте цветков висят тонкие зелёные бобы. Это Cercis occidentalis — церцис западный, калифорнийский багрянник. Видовой пищевой справочник подтверждает сырое употребление его цветков и молодых гибких стручков. Именно эти краткие сезонные стадии, а не зрелые сухие семена, представляют интерес для жизни без огня.



Церцис западный — фотография растения

John Comeau · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник или небольшое дерево с несколькими стволиками, часто высотой до трёх–пяти метров. Кора у зрелых ветвей серо-коричневая, ветки тонкие и разветвлённые. Ещё до распускания листьев на старых побегах возникают многочисленные яркие мотыльковые цветки. У каждого несколько разных по форме лепестков, окрашенных от розового до пурпурного; цветки собраны короткими группами прямо на древесине. Позднее выходят листья, почти круглые, сердцевидные у основания и с ровным краем, обычно до нескольких сантиметров шириной. Черешок прикрепляется у глубокой выемки. После опыления формируются плоские зелёные бобы, похожие на небольшие тонкие пластинки; внутри виден ряд округлых семян. При созревании бобы буреют, высыхают и остаются висеть на ветвях. Летом дерево зелёное, осенью листва желтеет; при определении полезно видеть и цветки, и характерный лист.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora считает Cercis occidentalis местным видом Калифорнии; записи включают Sacramento, Placer, Yolo, El Dorado, Butte, Shasta, Tulare и многие южные округа. Растение характерно для дубовых редколесий, каньонов, предгорий Сьерры и прибрежных гор, на солнечных или слегка затенённых склонах. В жаркой городской равнине оно чаще выращивается как декоративное дерево, хотя естественные популяции существуют в окрестностях региона. На отдельных предгорных склонах весеннее цветение заметно издалека, но вид не образует повсеместных густых лесов. На частных посадках или охраняемых тропах цветки не собирают без разрешения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В низких тёплых предгорьях цветение обычно начинается в марте, иногда в конце февраля после мягкой зимы, и продолжается в апреле. В более высоких местах розовые цветки появляются позднее. Нежные лепестки и молодые цветочные группы доступны в течение коротких недель. После них растут молодые зелёные бобы, которые мягки в конце весны и иногда начале лета. Когда семена увеличиваются, кожура становится жёсткой и постепенно буреет. Зрелые сухие бобы остаются на ветвях до осени и зимы, но они не та же пища, что молодые гибкие стручки.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Розово-пурпурные цветки. Plants For A Future указывает их сырое употребление. Они обладают слабым сладковато-кислым вкусом, иногда немного напоминают горох. Их можно добавить к холодной зелени в свежем виде. Не нужно обрывать все цветки с маленького дерева: они станут плодами, а также используются насекомыми.



Церцис западный — детальный снимок растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

Молодые зелёные гибкие бобы. Тот же видовой источник отдельно подтверждает сырое употребление на стадии, когда стручок ещё ярко-зелёный и легко гнётся. Они имеют слегка гороховый, иногда терпковатый вкус. Внешне это настоящие бобы семейства бобовых, но пищевой способ нельзя автоматически переносить на зрелые сухие семена. У взрослого коричневого стручка меняется структура, семена твердеют и уже не являются рекомендованной сырой частью.

Листья, кора, корни и сухие семена в этой статье не включены в перечень еды. На обрабатываемом декоративном дереве сырые цветки могут содержать следы химикатов.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Культурный восточный церцис Cercis canadensis тоже имеет сердцевидные листья и розовые цветки, а некоторые садовые формы отличаются лишь высотой и окраской. У местного Cercis occidentalis лист нередко более плотный и круглый, а дерево лучше приспособлено к засухе. Другие деревья с розовыми цветками, например Prunus, имеют иную форму цветков и не образуют плоских бобов. Для определения желательно видеть настоящие бобовые плоды вместе с листьями. Сырые цветки и бобы других бобовых нельзя считать безопасными только из-за сходства. Даже съедобный вид не следует собирать с городской дороги.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=1877
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=1877
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Cercis+occidentalis

Иван-чай узколистный — Нежный весенний прирост на лесных гарях · Chamerion angustifolium

Chamerion angustifolium

Там, где недавно прошёл лесной пожар, рубка или сход снежной лавины, летом могут подниматься целые поля высоких розово-пурпурных свечей. Это иван-чай — многолетнее растение северных и горных лесов. Ранней весной его молодые побеги ещё мягкие, а летом на верхушках стеблей раскрываются многочисленные цветки. В пищу без огня пригодны только определённые нежные части, а не весь высокий стебель.



Иван-чай узколистный — фотография растения

Alpsdake · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетняя трава с длинными подземными корневищами, часто вырастающая на один–два метра. Стебли прямые, большей частью неветвящиеся, листья расположены поочерёдно, узколанцетные, длиной несколько сантиметров и более, с заметной светлой средней жилкой. На верхней части стебля формируется вытянутая кисть из многочисленных цветков. Каждый цветок имеет четыре широких розовых или пурпурных лепестка, четыре чашелистика, длинные тычинки и четырёхлопастное рыльце. После цветения появляются тонкие длинные коробочки; созревая, они раскрываются и выпускают множество семян с длинными шелковистыми волосками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora признаёт Chamerion angustifolium местным для Калифорнии видом и отмечает более тысячи наблюдений. Он растёт в прохладных северных хвойных лесах, в Сьерра-Неваде, на влажных просветах, по берегам горных ручьёв и на участках после пожаров. Особенно обилен там, где лесной полог недавно нарушен и осталось достаточно влаги. В равнинной жаркой части Сакраменто не относится к обычным пищевым растениям. На участках после пожаров нельзя собирать зелень около золы обработанных построек или иной потенциально загрязнённой почвы.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые побеги появляются после схода снега и весеннего прогрева почвы. Пока они высотой всего несколько сантиметров, листья и верхушки гораздо мягче позднего прироста. К июню–июлю растения вытягиваются и формируют цветочные кисти; на высоких склонах цветение продолжается в августе и сентябре. После созревания коробочек листья желтеют, а подземная система сохраняется до следующего сезона. Для сырой пищи важен именно короткий ранний период.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Совсем молодые листья и верхушки. PFAF прямо описывает возможность их сырого употребления, но предупреждает о возможном раздражении слизистой и горечи из-за оксалатов. Поэтому предпочтительны крохотные мягкие верхушки в небольшом количестве, если нет жжения или неприятного ощущения во рту. Нежная внутренняя сердцевина молодых стеблей также отдельно указана как сырая пища: её извлекают из ещё не одревесневшего стебля. Большие зрелые листья, жёсткие корневища и стебли не являются надёжной сырой едой. Цветки в источнике описаны как съедобные, но имеют нередко мыльный или горький привкус и здесь не служат главной частью рациона.



Иван-чай узколистный — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Иван-чай имеет характерные длинные кисти с четырёхлепестковыми розовыми цветками. У многих Epilobium цветки мельче, лепестки могут быть выемчатыми, а соцветия устроены иначе. Молодые невызревшие побеги без цветков определить сложнее, особенно в смешанной влажной растительности; надёжнее отмечать участок по цветущим взрослым растениям и проверять побеги в следующем сезоне. Не следует употреблять зелень только потому, что она выросла на месте недавнего пожара.

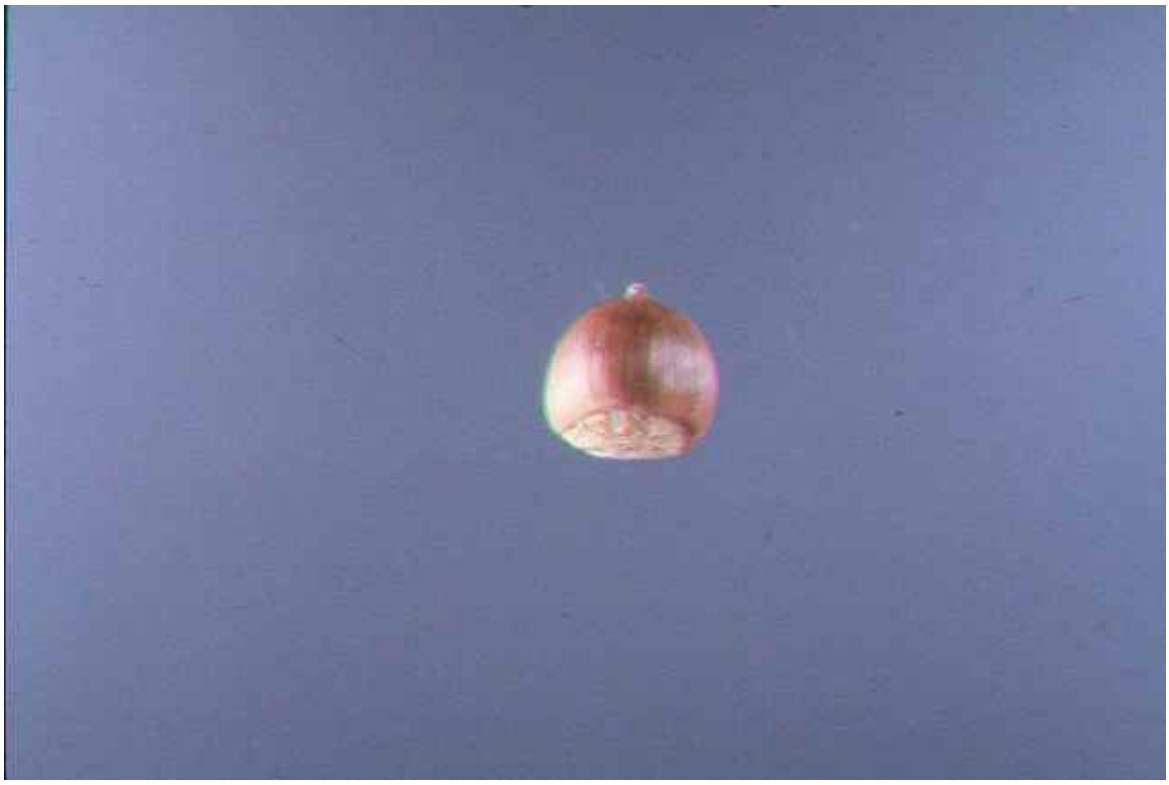
ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9065
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Chamaenerion+angustifolium

Чинквапин золотистый — Орехи в колючей плюске и золотистые листья прибрежных лесов · Chrysolepis chrysophylla

Chrysolepis chrysophylla

На лесных склонах Северной и Центральной Калифорнии среди дубов, редвудов и хвойных деревьев растёт вечнозелёный чинквапин с тёмно-зелёными листьями. Если перевернуть лист, его нижняя сторона окажется густо-золотистой. Осенью на ветвях висят колючие шарики, скрывающие маленькие сладкие орехи. Это Chrysolepis chrysophylla — золотистый, или гигантский, чинквапин. Его ядра подтверждены как еда без огня. Но собирать их надо осторожно: очень острые щетинки плюски способны застревать в коже, а твёрдая скорлупа требует механического раскрытия.



Чинквапин золотистый — фотография растения

USDA Forest Service (личный автор не указан) · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Чинквапин бывает деревом высотой десять–двадцать метров либо крупным кустом, особенно на бедных каменистых почвах. Кора у ствола серо-бурая, с возрастом неровная. Листья очередные, кожистые, узко-овальные или продолговатые, с цельным краем, тёмно-зелёные и слегка блестящие сверху. Снизу они словно покрыты золотистым войлоком. Мужские цветки собраны в длинные тонкие серёжки, появляющиеся на концах побегов в тёплый сезон, а малозаметные женские располагаются рядом с их основанием. После опыления образуются плотные округлые плюски, покрытые множеством острых разветвлённых шипиков. Когда они буреют и раскрываются, внутри можно обнаружить один или несколько орехов с гладкой твёрдой коричневой оболочкой. Орех небольшой, часто около сантиметра, со светлым сладковатым ядром. У некоторых популяций деревья низкие, но листья, серёжки и колючие плоды сохраняют основные признаки вида.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Chrysolepis chrysophylla местным видом Калифорнии и отмечает его в Redwood Forest, Closed-cone Pine Forest, Yellow Pine Forest и чапарале. Особенно характерны влажные и умеренно сухие прибрежные горные склоны, включая Santa Cruz Mountains, North Coast и отдельные лесные районы Сьерры. В долине Сакраменто на открытых газонах этот вид не обилен; для него нужны лесные склоны и подходящая кислая почва. Существуют разновидности с разной высотой, и низкий куст не обязательно относится к отдельному виду. На подходящей территории отдельные деревья плодоносят обильно, но урожай часто сильно съедается белками и птицами ещё до полного осыпания орехов.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Цветение проходит летом, когда на молодых побегах появляются светлые серёжки. Ореховые плюски продолжают развиваться дольше одного года; PFAF указывает, что семена созревают после двух летних сезонов. Наиболее заметны буреющие колючие плоды в конце лета и осенью. На одном дереве могут быть одновременно зелёные плюски разных возрастов и уже зрелые коричневые. Это не означает одинаковой съедобности: свежая зелёная оболочка может содержать незрелый орех. Для сырой пищи выбирают полностью зрелую твёрдую скорлупу, уже отделившуюся от раскрывающейся плюски. В дождливые осенние недели опавшие орехи быстро намокают и портятся.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелое светлое ядро. Plants For A Future прямо подтверждает употребление семян Chrysolepis chrysophylla сырыми. Вкус сладковатый и мягкий, немного похож на фундук, а зрелая скорлупа достаточно твёрдая. Сначала безопасно отделяют орех от колючей плюски плотными перчатками или инструментом, затем механически раскалывают гладкую оболочку и извлекают светлое ядро. Нагревания для этой операции не нужно. Ореховое ядро можно съесть отдельно, раздавить и смешать с другими сухими продуктами без огня. Колючая плюска и скорлупа не являются пищей.



Чинквапин золотистый — детальный снимок растения

Themodoccypress · CC BY-SA 3.0 · Источник

Сбор и хранение. Можно собирать только уже созревшие упавшие орехи, не ломая живые ветви. Тёмное мягкое ядро, запах прогорклого масла или пятна плесени означают, что продукт испорчен. В сыром влажном прибрежном лесу длительное хранение без сушки и вентиляции ненадёжно. Пищевые источники описывают также варку и приготовление муки, но здесь они не нужны: только зрелое сырое ядро.

Листья и серёжки помогают определению, однако в этом видовом источнике они не описаны как сырая пища.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Chrysolepis sempervirens, кустарниковый чинквапин, обычно значительно ниже, растёт в более высоких открытых горных сообществах и имеет сходные колючие плюски. Культурный каштан Castanea sativa отличается крупными зубчатыми листьями и гораздо более крупными орехами. Notholithocarpus densiflorus, таноук, тоже имеет золотистые волоски снизу листа, но образует жёлуди в чашечках, а не колючие шаровидные плюски. Для определения важны одновременно цельные кожистые листья с золотистой нижней стороной, летние серёжки и настоящая колючая плюска. Колючки способны ранить даже через тонкую ткань, поэтому подбирать их голыми руками не следует.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2069
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Chrysolepis+chrysophylla
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Castanopsis_chrysophylla.jpg

Чинквапин кустарниковый — Сладкие орешки внутри колючих горных шариков · Chrysolepis sempervirens

Chrysolepis sempervirens

На солнечных каменистых склонах Сьерра-Невады под хвойными деревьями иногда лежит густой низкий вечнозелёный куст с жёсткими листьями. В конце сезона среди зелени видны маленькие колючие шарики, похожие на уменьшенные оболочки каштана. Это Chrysolepis sempervirens — кустарниковый, или сьеррский, чинквапин. Под острыми игольчатыми шипами у него скрывается один, иногда несколько небольших съедобных орехов. Их ядра можно есть сырыми, но извлекать нужно аккуратно, не касаясь кожей колючей оболочки.



Чинквапин кустарниковый — фотография растения

USDA Forest Service (имя фотографа не указано) · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это вечнозелёный раскидистый кустарник, часто высотой от нескольких десятков сантиметров до полутора метров, иногда до двух–трёх метров в благоприятном месте. Старые ветви древесные, сильно разветвлённые, часто ложатся близко к земле. Листья расположены очередно, кожистые, продолговатые или обратнояйцевидные, с цельным краем. Верхняя сторона обычно зелёная, а нижняя заметно золотисто-рыжая либо желтовато-серая из-за густых мельчайших волосков. На концах ветвей летом появляются отдельные мужские серёжки с многочисленными мелкими цветками и более незаметные женские цветки. После опыления развивается колючая оболочка — плюска, покрытая большим количеством острых жёстких выростов. Внутри обычно находится один орех, иногда два или три, с твёрдой гладкой скорлупой. Плюска сперва зелёная, затем буреет и раскрывается. Орех довольно мал, но ядро сладкое и приятно на вкус.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Chrysolepis sempervirens как местный вид горных сообществ Калифорнии и приводит почти две тысячи записей. Его встречают в Sierra Nevada, на сухих горных гребнях, в светлых сосновых и пихтовых лесах, иногда в субальпийских сообществах. Лесная служба США отмечает образование широких групп на склонах и грядах. Для района Сакраменто растение относится к поездкам в горы выше городской долины. На прибрежных лесных склонах чаще встречается другой чинквапин — Chrysolepis chrysophylla. Горный куст может встречаться очень часто локально, но урожай бывает слабым из-за короткого сезона, мелких плодов и животных, которые собирают орехи раньше человека.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Летом, обычно с июля по сентябрь, куст выпускает серёжки и малозаметные женские цветки. По данным Лесной службы США, орех развивается два лета; созревает в конце второго лета или ранней осенью, а плюски открываются ближе к середине осени. Для практического сбора особенно полезны сентябрь–октябрь, с поправкой на высоту и год. Зелёная колючая оболочка может содержать ещё незрелый мягкий орех, который не следует считать готовой пищей. Когда плюска буреет и раскрывается, зрелый орех легче обнаружить. К зиме большую часть орехов уже уносят птицы и грызуны.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелое очищенное ядро ореха. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Chrysolepis sempervirens. Ядро небольшое, сладковатое, напоминает фундук. Чтобы получить его без огня, сначала находят полностью зрелую раскрывшуюся плюску, осторожно отделяют орех инструментом или в плотных перчатках, затем раскалывают твёрдую скорлупу и достают светлую внутреннюю часть. Саму колючую плюску не едят. Свежее ядро можно употребить отдельно либо размять для холодной смеси.



Чинквапин кустарниковый — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

Хранение зрелых орехов. Неповреждённые очищенные от колючей плюски орехи можно некоторое время держать сухими и прохладными, но влажность быстро вызывает плесень. Нельзя есть ядра с признаками прогорклости. Чтобы не уничтожать урожай для животных и не повредить живой куст, предпочтительнее собирать только часть уже отделившихся орехов.

Ни листья, ни серёжки, ни кора не включаются в пищевой перечень. В ботанических описаниях упоминаются и другие применения растения, но пищевой смысл этой статьи — только зрелые сырые ядра.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Chrysolepis chrysophylla — гигантский чинквапин — чаще выглядит как высокое дерево или крупный куст, его листья больше, а ареал связан с прибрежными и северными лесами. У Castanea sativa, культурного каштана, колючая плюска похожа, но листья длиннее, с крупными острыми зубцами, а орехи обычно значительно больше. На горном склоне можно увидеть и другие колючеплодные кусты без съедобных ядер; нельзя узнавать чинквапин лишь по округлому колючему шару. Нужны кожистые листья с золотистой нижней стороной, мужские серёжки и зрелая плюска. При сборе берегут руки, а на территории заповедника соблюдают правила.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2072
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/chrsem
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Chrysolepis+sempervirens
- https://dendro.cnre.vt.edu/dendrology/syllabus/factsheet.cfm?ID=1150

Cichorium intybus — цикорий обыкновенный

Cichorium intybus

Летом по суховатым калифорнийским обочинам и заброшенным полям стоят высокие почти безлистные стебли, на которых утром раскрываются чисто-голубые цветочные корзинки. К полудню многие из них закрываются. Это цикорий обыкновенный Cichorium intybus — заносный многолетник с глубоким стержневым корнем. Хотя цветение больше бросается в глаза летом, главная пищевая часть для употребления без огня появляется значительно раньше: молодые прикорневые листья в прохладную влажную погоду.



Cichorium intybus — фотография растения

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

В первый период роста цикорий образует розетку удлинённых листьев, с глубокими зубцами или лопастями, напоминающими листья одуванчика. Поверхность может быть грубоватой и волосистой. Листья сужаются к основанию, на нижней стороне центральной жилки иногда заметны волоски. При повреждении зелёной части появляется белый млечный сок.

Из развитого корня позже выходит жёсткий прямостоячий стебель высотой примерно от полуметра до полутора метров, сильно разветвлённый. На нём относительно мало небольших ланцетовидных листьев. Цветочные корзинки сидят на боковых веточках и в пазухах листьев. Каждая состоит из язычковых голубых, изредка белых или розоватых цветков. На концах лепестков заметны маленькие зубчики. После увядания образуются сухие семянки, а не сочные ягоды или стручки.

ГДЕ РАСТЁТ В КАЛИФОРНИИ

Calflora подтверждает Cichorium intybus во многих округах Калифорнии, включая Sacramento, Placer, Yolo, Solano, Sonoma и прибрежные районы. В базе больше записей для мест с нарушенной почвой, полей, обочин и пастбищ, чем для ненарушенных лесов. Цикорий переносит солнечные места и известен засухоустойчивым взрослым корнем, но мягкая пригодная к пище листва лучше растёт в прохладе.

В долине Сакраменто голубые цветки часто заметнее в июне–сентябре, когда листовая розетка уже стала жёстче. Участки у поливной воды могут дольше сохранять зелень, но сбор с сельскохозяйственных полей или городских обочин не подходит из-за обработки и загрязнения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩЕВАЯ ЗЕЛЕНЬ

В низинах Калифорнии после осенних дождей от основания вновь растут листья. С ноября по март, иногда до апреля, можно найти молодую розетку. На прохладном побережье зелень появляется и в другое время, особенно при достаточной влаге.

С конца весны стебли вытягиваются. В июне–сентябре заметны голубые корзинки; цветение может продолжаться и позднее, если есть влага. Цветок обычно раскрыт утром, в жаркую солнечную погоду быстро закрывается. В конце сезона образуются сухие семянки, но они не являются пищевой частью этой статьи.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. North Carolina State University Extension прямо указывает, что листья Cichorium intybus можно использовать в салате. У дикого растения они заметно горчат, особенно после появления цветочного стебля. Именно поэтому ранняя зелень прохладного сезона лучше подходит для небольших сырых порций. Её мелко режут и смешивают с менее горькими листьями. У культурных форм цикорного салата вкус может быть мягче, но нельзя ожидать того же от дикого экземпляра.



Cichorium intybus — детальный снимок растения

Kristian Peters (Fabelfroh) · CC BY-SA 3.0 · Источник

Свежие прикорневые листья позднее сезона сохраняют пищевую принадлежность, однако часто настолько грубы и горьки, что практической салатной ценности почти нет. Корень традиционно используют после сушки и обжаривания для заменителя кофе. Это уже обработка с нагревом, поэтому корень здесь не предлагается как безогневая пища. Голубые цветки нужны для надёжного распознавания вида, а не для автоматически предполагаемого употребления сырыми.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В период розетки цикорий легко спутать с одуванчиком Taraxacum officinale. У одуванчика цветочная корзинка жёлтая и сидит по одной на отдельном безлистном полом цветоносе; у цикория формируется высокий разветвлённый стебель с голубыми корзинками. У некоторых видов латука Lactuca листья и белый сок тоже похожи, но цветки и семена иные. Один лист с млечным соком ещё не доказывает съедобность.

Не собирают горькую зелень с дорожных полос, обработанных полей или загрязнённых свалок. Точное определение необходимо до пробы, а не после сравнения вкуса. Людям с известной аллергией на семейство сложноцветных такая пища может не подходить.

ИСТОЧНИКИ

Calflora, Cichorium intybus — распространение по округам Калифорнии: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2107 North Carolina State University Extension, Chicory — морфология, сырые салатные листья и корень для обжаривания: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/cichorium-intybus/ Calflora, наблюдения по округам: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=2107

Бодяк полевой — Очищенные молодые листья и нежные стебли · Cirsium arvense

Cirsium arvense

На сыроватых пустырях и лугах северных районов Калифорнии встречаются колонии колючей травы с лиловыми цветочными головками. Если выкопать один побег, рядом часто обнаружатся другие, связанные подземными корнями. Это многолетний полевой бодяк, инвазивный сорняк, который быстро захватывает открытые участки. В отличие от его грозного вида, некоторые молодые части после полной механической очистки действительно можно употреблять без огня.



Бодяк полевой — фотография растения

kallerna · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетник обычно высотой 40–120 сантиметров, образует разветвлённую систему ползучих корней. Стебли прямые, ребристые, вверху ветвятся. Листья очередные, продолговатые, глубоко либо неглубоко лопастные, с шипиками на зубцах. Нижняя сторона листьев часто светлее. Цветочные головки сравнительно небольшие, около нескольких сантиметров, лиловые или светло-пурпурные, располагаются группами на верхушках. У многих растений женские и мужские корзинки формируются на разных побегах; после цветения появляются пушистые семенные хохолки. В отличие от двухлетнего бодяка обыкновенного, этот вид образует многолетние группы из корневой системы.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Cirsium arvense как неместный инвазивный вид. В Калифорнии он встречается прежде всего на севере, в Сьерре и горных долинах, во влажных луговинах, вдоль дорог и рек; к южным пустыням почти не приурочен. В округе Sacramento наблюдений сравнительно немного. Он способен занимать большие поляны, но опасность загрязнения особенно высока у сельскохозяйственных участков и железных дорог. Такие растения для сырой пищи не собирают.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной от корней появляются молодые розетки и побеги, которые ещё сравнительно мягкие. Стебли быстро растут в конце весны, после чего их наружные ткани становятся жёсткими. Цветение идёт преимущественно летом, а семена созревают к концу лета. Участки с достаточной влагой могут давать дополнительный молодой прирост осенью. Для сырой пищи важна не дата сама по себе, а мягкость конкретного листа или сердцевины стебля.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья после очистки. PFAF прямо указывает их употребление сырыми, но предупреждает: колючие края надо полностью срезать, и после такой обработки материала останется немного. Светлая сердцевина молодых стеблей. Систематический обзор научных работ о Cirsium arvense описывает употребление свежих очищенных стеблей в сыром виде; они сочные и хрустящие. Чтобы получить такую часть, нужно удалить всю наружную оболочку с колючками. Корни первого года тоже описаны как сырые, но из-за глубокой корневой системы, небольшого выхода и инулина здесь их не рассматриваем как практическую пищу.



Бодяк полевой — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Cirsium vulgare, описанный отдельно, обычно выше и грубее, несёт крупные цветочные корзинки и выраженные колючие крылья стебля. У некоторых местных Cirsium листья и цветки внешне похожи, а молодые розетки трудно различить до цветения. Надо проверять форму корзинок, рост многолетними колониями и строение стеблей. Обыкновенная колючесть не доказывает пищевую пригодность: многие похожие астровые не имеют подтверждённой сырой съедобной части.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2118
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Cirsium+arvense
- https://doi.org/10.1080/15427528.2022.2126419

Бодяк короткостолбиковый — Съедобные сырые корни северных прибрежных лугов · Cirsium brevistylum

Cirsium brevistylum

В северных прибрежных дубравах и на прохладных лугах Калифорнии иногда стоят высокие бодяки с пурпурными цветочными головками, собранными группами на концах побегов. Их листья вооружены колючками, но под землёй у молодого растения развивается толстый стержневой корень. Именно очищенные молодые корни этого вида употребляли сырыми; при этом выкопка уничтожает растение, а переедание может вызвать сильное газообразование.



Бодяк короткостолбиковый — фотография растения

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это двулетнее или недолговечное многолетнее травянистое растение, обычно от одного до двух метров высотой. В первый год образуется прикорневая розетка длинных лопастных листьев, зелёных и лишь слабо опушённых сверху, снизу иногда беловато-шерстистых. По краям находятся короткие жёсткие шипики. На следующий сезон появляется толстый прямой сочный стебель с разветвлениями в верхней части. Цветочные корзинки чаще располагаются тесными группами, иногда окружены верхними листьями, а обёртка каждой корзинки покрыта тонкими паутинистыми волосками. Цветки трубчатые, пурпурно-красные. После цветения образуются семянки с длинными перистыми хохолками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Cirsium brevistylum как местное растение Калифорнии и приводит сотни наблюдений, преимущественно на северном и центральном побережье. Оно встречается на влажных лугах, у лесных опушек, на открытых участках смешанного вечнозелёного леса и среди прибрежных кустарников. В жаркой равнине Сакраменто естественных массовых куртин ждать не следует. В старых работах этот калифорнийский бодяк иногда называли Cirsium edule, но современная ботаника различает эти два вида.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной у молодых растений растут листья розетки, а у более взрослых начинает подниматься сочный стебель. Цветение обычно приходится на лето, в прибрежных влажных местах может длиться дольше. Корень накапливает запас пищи до цветения; после вырастания высокого цветоноса он часто становится более волокнистым. Собирать подземные части можно лишь там, где это разрешено и вид определён без сомнений, а для сохранения популяции не следует выкапывать молодые растения подряд.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодой стержневой корень. Для Cirsium brevistylum в этноботанических описаниях народов побережья Тихого океана отдельно подтверждено употребление очищенных корней сырыми. После выкопки снимают всю грязную наружную кожицу и используют светлую внутреннюю ткань, пока она ещё мягкая. Корень может содержать значительное количество инулина — углевода, который не усваивается напрямую и часто вызывает газообразование; большие сырые порции не подходят. Очищенный молодой стебель также описывается как пища, но для него конкретный сырой способ отмечен менее однозначно, поэтому в этом справочнике он не считается главным подтверждённым продуктом. Шиповатые листья и цветочные обёртки не едят.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Cirsium vulgare, уже описанный отдельно, имеет грубые колючие крылья вдоль стебля и крупные корзинки. У Cirsium arvense растения растут группами из ползучих корней и образуют более мелкие корзинки. Собственно Cirsium edule, распространённый главным образом от Орегона к северу, морфологически близок, но отличается устройством стиля цветка и корзинок; применять его имя к калифорнийскому растению неправильно. Выкапывание любого похожего бодяка до цветения не гарантирует правильный вид. При сомнении корень оставляют в земле.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2119

- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Cirsium+brevistylum
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Cirsium+brevistylum

Бодяк обыкновенный — Мягкая сердцевина молодых колючих стеблей · Cirsium vulgare

Cirsium vulgare

На пастбище или нарушенном склоне иногда стоит крупный колючий бодяк с серебристо-опушённой листвой и яркими пурпурными цветочными головками. Прикоснуться к нему без перчаток неприятно, но под жёсткой оболочкой молодого стебля скрывается мягкая беловатая сердцевина. У этого вида традиционно использовали разные части, однако без огня практический интерес представляет прежде всего хорошо очищенный молодой побег.



Бодяк обыкновенный — фотография растения

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это двулетняя трава: первый год обычно образует большую прикорневую розетку, второй — толстый цветоносный стебель, нередко от полуметра до двух метров высотой. Листья длинные, глубоко лопастные, края заканчиваются крепкими светло-жёлтыми шипами. Нижняя сторона листа светлая, иногда почти беловатая от волосков. На стебле листовые основания тянутся вниз, образуя колючие крылья. Цветочные корзинки крупные, пурпурные, окружены многими узкими прицветниками с острыми колючими вершинами. Позднее образуются семянки с длинными перистыми хохолками, разносимые ветром.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Cirsium vulgare как неместный, широко встречающийся в штате сорняк; есть наблюдения от побережья и низин до горных округов, в том числе Сакраменто. Растёт на пастбищах, лугах, суховатых опушках, по краям лесных дорог, в местах нарушенного грунта. Может образовывать густые группы и вытеснять местную зелень. Но поскольку часто появляется возле дорог и обработанных полей, сбор в таких местах для сырой еды не подходит.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной первой жизни появляется листовая розетка. На второй сезон весной из её центра начинает быстро вытягиваться сочный толстый стебель — короткое окно для съедобной сердцевины. После образования крупных цветочных бутонов он становится жёстче и волокнистее. Цветение преимущественно летнее, иногда продолжается ранней осенью на прохладных участках. Условия конкретного года важнее фиксированной календарной даты.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодая сердцевина стебля. Видовой обзор Plants For A Future указывает употребление очищенных молодых цветочных побегов сырыми либо приготовленными: пока стебель сочный, с него полностью снимают наружные жёсткие и колючие слои. Внутри остаётся хрустящая беловатая часть, напоминающая по текстуре сельдерей. Это непростая обработка: если иголки попали на сердцевину, есть её нельзя. Молодые листья в некоторых источниках допускают для салата после полного удаления шипов, но съедобного материала после такой очистки очень мало. Корни, бутоны и цветоложа преимущественно описаны после приготовления и здесь не рекомендуются.



Бодяк обыкновенный — детальный снимок растения

Harry Rose (Macleay Grass Man) · CC BY 2.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Cirsium arvense — более тонкий многолетний бодяк, дающий побеги из ползучих корней и обычно меньшие цветочные головки. У местных калифорнийских Cirsium тоже бывают пурпурные цветки, поэтому определяют вид по двулетней розетке, нисходящим колючим крыльям и строению крупных корзинок. Жёлтый звездчатый василёк Centaurea solstitialis тоже колюч, но имеет другой тип корзинки. Никогда не пытаются жевать колючий стебель без полной механической очистки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2151
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Cirsium+vulgare

Клейтония тонкая — Крошечные мясистые листочки и бело-розовые цветки на каменистых склонах · Claytonia exigua

Claytonia exigua

После весеннего дождя на серпентинитовом или каменистом склоне Калифорнии иногда вырастают совсем крошечные сочные растения с тонкими продолговатыми листьями. Над ними открываются миниатюрные белые либо розоватые цветки, похожие на маленькие звёзды. Это Claytonia exigua — тонкая клейтония, местный весенний однолетник. Её листья подтверждены как сырая еда, но растение столь невелико, что массовый сбор не оправдан. Оно гораздо полезнее для знакомства с разнообразием весенней зелени, чем для большого автономного рациона.

КАК УЗНАТЬ

Это одно из наиболее мелких растений группы клейтоний, обычно высотой всего несколько сантиметров, иногда до десяти–пятнадцати. От тонкого корня вырастает несколько красноватых либо зеленоватых стебельков. У основания образуются узкие сочные листья линейной или лопатчатой формы, похожие на маленькие зелёные пальцы. Выше по цветоносному стеблю находится пара маленьких листьев; у некоторых форм они раздельные, у других слегка срастаются у основания, образуя небольшую рожкообразную либо почти дисковидную пластинку. Цветки очень мелкие, диаметром лишь несколько миллиметров, с пятью белыми или бледно-розовыми лепестками и тонкими тёмными линиями у основания. После цветения появляются крошечные трёхстворчатые коробочки с несколькими семенами. В сухую погоду растение иногда краснеет либо кажется сероватым. Такое сочетание миниатюрного размера, узких мясистых листьев и маленьких бело-розовых цветков отличает его от более крупного минерского салата.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora описывает Claytonia exigua как местный вид Калифорнии, присутствующий в Yellow Pine Forest, Mixed Evergreen Forest, Foothill Woodland, Chaparral и Valley Grassland. Особенно характерны открытые участки на бедных каменистых, в том числе серпентинитовых, грунтах. Наблюдений по штату около тысячи, но конкретные популяции часто очень локальны. Для окрестностей Сакраменто пригодные местообитания скорее находятся на предгорных склонах, чем в поливаемом городском парке. Некоторые разновидности лучше связаны с определёнными типами горной почвы, а сходные маленькие однолетники могут расти вперемешку. Уничтожать колонию ради нескольких граммов зелени неразумно.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Прорастание происходит после прохладных зимних дождей, когда тонкий верхний слой почвы остаётся влажным. В низких предгорьях зелёные листики могут появляться уже в феврале. Ботанические описания для западной части США указывают цветение с марта до июля в зависимости от высоты, но в солнечной долине оно часто заканчивается гораздо раньше. После образования маленьких коробочек растение быстро высыхает и исчезает с поверхности до следующего дождливого сезона. Для сырого листа годится только молодая сочная стадия до сильной засухи; сухие красноватые стебельки не становятся пищевым запасом.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые сочные листья. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление листьев Claytonia exigua. Они маленькие, мягкие и слегка слизистые, без выраженной горечи. Несколько листочков можно съесть свежими после промывания либо добавить к более крупной салатной зелени. Но с одного растения почти нечего собирать; выдёргивание всего стебелька уничтожает будущие семена. Поэтому разумнее ограничиться единичными листиками только из многочисленной разрешённой популяции, а обычно оставлять такой вид на месте.

Что не используют. Видовой источник подтверждает именно листья, а не корень, цветки, семена или целое растение целиком. Очень маленькая коробочка не является подходящим «сырым орехом». Растение растёт непосредственно в контакте с грунтом, который на серпентинитовых участках имеет необычный минеральный состав; не нужно собирать его возле свалок, промышленных стоков и на загрязнённой дорожной обочине.

В условиях автономного питания это не массовый вид для ежедневного сбора.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Claytonia perfoliata образует гораздо более крупные листья и широкий чашевидный диск вокруг цветоноса. У Claytonia parviflora прикорневые листья уже, чем у обычного минерского салата, но растение обычно выше, и его цветущая часть заметнее. Claytonia rubra может иметь красноватый стебель, но иная форма листа и цветочного расположения. Вегетативная стадия Claytonia exigua легко смешивается с другими миниатюрными весенними суккулентами. Нужны полноценные маленькие цветки и строение семенной коробочки; при отсутствии уверенного определения листья не употребляют.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2231
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Claytonia+exigua

- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Claytonia+exigua

Клейтония ланцетолистная — Нежные листья и маленькие сырые клубни после схода снега · Claytonia lanceolata

Claytonia lanceolata

После схода снега на горном лугу или влажной лесной опушке Сьерры появляются небольшие мясистые листочки и тонкие стебли с бело-розовыми цветками. Это Claytonia lanceolata — ланцетолистная клейтония, весенняя красавица горных склонов. В отличие от однолетнего минерского салата, она растёт из небольшого округлого подземного клубня. В пищевых источниках подтверждены сырое употребление её нежных листьев и очищенного клубня. Но для сбора клубней нужна особенно точная ботаническая идентификация: рядом могут находиться опасные луковичные растения, а выкапывание уничтожает каждую взятую особь.



Клейтония ланцетолистная — фотография растения

BlueCanoe · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это маленький многолетник, часто высотой от пяти до пятнадцати сантиметров. Из подземного шаровидного клубня поднимаются один или несколько тонких стебельков, а у основания развиваются небольшие листья. На цветоносе обычно хорошо видны два противоположных мясистых листа ланцетной либо продолговатой формы, нередко словно охватывающих стебель. Выше раскрывается маленькое соцветие из нескольких белых либо нежно-розовых цветков с пятью лепестками; у основания лепестков могут быть розовые полоски или жёлтые отметины. После опыления формируются небольшие коробочки с чёрными семенами. Подземный клубень округлый, иногда слегка неправильной формы, до пары сантиметров шириной, соединён с надземным побегом тонкой тканью. Это не многослойная луковица лука и не клубень картофеля: его связь с цветущим растением критична для определения. Когда почва высыхает, надземная часть быстро исчезает, и неизвестные подземные органы нельзя собирать по памяти о месте.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Claytonia lanceolata как местное растение Калифорнии, связанное с Red Fir Forest, Lodgepole Forest, Subalpine Forest и влажными береговыми склонами. Вид предпочитает горные луга и опушки, где почва весной мокрая после таяния снега, а летом постепенно подсыхает. В районе Sacramento Valley на равнине этого высокогорного клубневого растения ожидать не следует. При поездке к Tahoe Basin и выше в горы оно может встречаться небольшими группами, особенно там, где снег сходит постепенно. Calflora показывает лишь несколько сотен наблюдений, поэтому не стоит представлять вид повсеместной массовой культурой. Сбор клубней в маленькой колонии может привести к исчезновению растений с участка.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Молодые листья выходят из земли после таяния снега. В низких горных поясах это может быть апрель–май, на высоких субальпийских лугах — июнь или даже позже. Цветки раскрываются вскоре после листьев и остаются видны сравнительно короткое время, пока сохраняется весенняя влага. К началу сухого лета надземная зелень увядает, семенные коробочки раскрываются и растение переходит в покой. Сырые нежные листья лучше всего в самом начале сезона. Клубни существуют под землёй дольше, но искать их без цветущего растения опасно и экологически разрушительно. Для определения наиболее удобна именно цветущая стадия.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление; они нежные, довольно мягкие на вкус и пригодны как небольшая зелёная добавка к холодному салату. Поскольку на одном растении их немного, собирать весь листовой урожай нельзя: клубню нужна зелень для накопления питательных веществ.



Клейтония ланцетолистная — детальный снимок растения

Thayne Tuason · CC BY-SA 4.0 · Источник

Подземный клубень — только при безупречном определении. PFAF прямо указывает «root – raw or cooked» и описывает вкус сырого клубня как приятный, слегка редисочный. Но клубень маленький, а другой материал говорит, что некоторые подземные органы этого рода традиционно чаще готовили. Поэтому использовать можно только целый, точно связанный с известным цветущим растением клубень, хорошо промытый и очищенный от грунта, и лишь там, где выкопка разрешена. Для практического путешествия разумнее предпочитать листья и не уничтожать клубни маленькой популяции.

Что нельзя делать. Не подбирают свободно лежащие неизвестные «луковички» и не сравнивают их вкусом. Среди похожих подземных органов Калифорнии встречаются смертельно ядовитые растения. Семена, зрелые коробочки и грубые стебли этой статьи не рекомендованы.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Claytonia perfoliata однолетняя, с гораздо более крупной листовой чашей вокруг цветоноса и без такого небольшого запасного клубня. Claytonia rubra иногда имеет красные стебельки и маленькие листья, но также однолетняя. Луковичные Toxicoscordion (death camas) смертельно ядовиты и могут расти на сходных весенних участках; их линейные листья и шестидольные цветки отличаются от пятилепестковых клейтоний. Нельзя собирать клубень без полноценной надземной части, особенно если рядом есть незнакомые луковичные. Подземные органы редко нужны для жизни без огня настолько, чтобы оправдать такой риск.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2235
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Claytonia+lanceolata
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Claytonia_lanceolata

Клейтония мелкоцветковая — Весенние узкие листья и мелкие цветки у лесных ручьёв · Claytonia parviflora

Claytonia parviflora

По краю весеннего ручья и на влажном тенистом склоне Калифорнии иногда растёт зелень, очень похожая на знаменитый минерский салат. Но её нижние листья обычно заметно уже, а верхушка более тонкая и разветвлённая; мелкие белые либо розоватые цветки едва различимы между листочками. Это Claytonia parviflora — клейтония мелкоцветковая, отдельный местный вид, который нередко живёт рядом с Claytonia perfoliata. Её молодые листья можно есть сырыми. Главное — не смешать два близких ботанических вида в один текст, хотя их пищевые свойства частично совпадают.



Клейтония мелкоцветковая — фотография растения

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это небольшой однолетник высотой обычно от нескольких сантиметров до тридцати. У основания развиваются продолговатые либо узко-лопатчатые мясистые листья на длинных черешках. Форма очень изменчива между подвидами и даже между популяциями. Из розетки выходят тонкие сочные цветоносные стебли; выше могут находиться два противолежащих листа, иногда соединяющихся вокруг стебля, а иногда остающихся раздельными либо образующих лишь небольшой диск. На концах расположены группы маленьких цветков с пятью белыми или розоватыми лепестками, иногда с заметными тонкими жилками. После цветения формируются маленькие коробочки с чёрными семенами. Важный признак — узкие нижние листья, но он недостаточен без анализа верхней листовой пары и цветков. У отдельных подвидов цветки более крупные, поэтому видовая идентификация требует учесть местную форму.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Claytonia parviflora как местное растение Калифорнии с несколькими тысячами наблюдений в самых разных влажных весенних местообитаниях: по берегам ручьёв, в оврагах, на затенённых склонах, по влажным краям лесных дорог. Особенно часто вид встречается в годы с продолжительными зимними дождями. В Sacramento Valley может появляться на подходящих весенних местах, а в предгорьях его находят чаще. Однако Calflora выделяет несколько подвидов, включая редкий ssp. grandiflora (California Rare Plant Rank 4.2). Сбор редкой подвидовой популяции нельзя оправдывать общей съедобностью вида; в сомнительном случае небольшую группу следует оставить. Название «минерский салат» встречается у разных клейтоний, поэтому по одному народному названию определять нельзя.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После осенних и зимних дождей появляются сочные узкие прикорневые листья. В низинах Калифорнии приятная зелень часто доступна с конца зимы, примерно февраль–апрель. Небольшие белые или розоватые цветки раскрываются весной, иногда продолжают появляться до мая–июня в прохладных предгорьях. К жаркому сухому лету растение обычно заканчивает жизненный цикл, нижние листья желтеют, коробочки раскрываются, а сочная зелень исчезает. Зелёное растение на поливе может оставаться дольше, но старые листья становятся грубее. Полезнее собирать мягкие листья до сильного вытягивания цветоносов.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые сочные листья. Plants For A Future для Claytonia parviflora ssp. parviflora прямо подтверждает их сырое употребление. Вкус мягкий, немного напоминающий зелёный салат; при достаточной влаге лист приятно хрустит. Их можно аккуратно отщипнуть и употребить свежими после промывания, либо мелко нарезать в салатную смесь. В отдельной записи PFAF указывает высокое качество зелени, но это не основание собирать все растения: часть должна сохранить возможность дать семена.



Клейтония мелкоцветковая — детальный снимок растения

Matt Lavin from Bozeman, Montana, USA · CC BY-SA 2.0 · Источник

Не переносить автоматически все пищевые части с Claytonia perfoliata. У знакомого минерского салата есть источники о сырых цветках и стеблях; для отдельного вида C. parviflora наиболее надёжно подтверждены именно листья. Поэтому цветки, корни, семена и зрелые плодовые коробочки этой статьи не предлагаются как самостоятельная еда. На мокрой почве листья загрязняются песком и частицами грунта, а возле водоёмов необходимо оценивать качество воды. Нельзя брать сырой продукт из загрязнённой канавы или после гербицидной обработки.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Claytonia perfoliata имеет более широкие округлые прикорневые листья и обычно хорошо выраженную цельную округлую чашу вокруг стебля под цветками; у мелкоцветковой клейтонии нижние листья уже, а верхняя пара может быть раздельной. Claytonia sibirica растёт дольше, имеет овальные листья и нередко более яркие розовые цветки. Claytonia exigua значительно мельче и характеризуется тонкими почти нитевидными листочками. Мелкие белые цветки появляются также у звездчаток, но у них другое число и строение лепестков. В сложной группе Claytonia parviflora несколько подвидов, и при неуверенном определении, особенно на редком горном участке, сбор откладывают.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2240
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2241
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Claytonia+parviflora+ssp.+parviflora

Минерский салат — зелень после зимних дождей

Claytonia perfoliata

В прохладные месяцы Калифорнии на влажной земле появляются небольшие куртины нежной зелени. У минерского салата гладкие, сочные листья, тонкие стебли, а весной — маленькие белые цветки, будто растущие из середины зелёного блюдца. Этот необычный лист вокруг цветоноса — один из самых удобных признаков взрослого растения.



Минерский салат — фотография растения

Curtis Clark · CC BY-SA 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

В начале роста у земли появляется розетка отдельных листьев на длинных тонких черешках. Листья могут быть овальными, вытянутыми или похожими на округлый ромб. Они мягкие, светло- или ярко-зелёные, слегка мясистые, без заметного опушения. Взрослое растение обычно невысокое: его тонкие стебли достигают примерно 20 сантиметров.

Когда начинается цветение, две верхние листовые пластинки срастаются вокруг стебля и выглядят как одна почти круглая чашечка. Из её середины поднимается небольшая группа цветков. У отдельных цветков по пять белых, иногда слегка розоватых лепестков. Цветки совсем маленькие — около нескольких миллиметров. Не стоит искать только круглые верхние листья: у молодых растений до цветения ещё видны главным образом обычные листья у земли.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Минерский салат широко встречается в Калифорнии, в том числе в долине Сакраменто и в предгорьях Сьерра-Невады. Особенно хорошо он растёт там, где прохладно и достаточно влажно: в тени дубов, по краям леса, на влажных склонах, в садах и на участках с нарушенной почвой. В благоприятном месте может появляться целыми группами, но это не значит, что он равномерно покрывает весь лес.

Это обычное, а не редкое растение для многих районов штата. При этом в самых жарких и низких пустынях оно почти отсутствует, а на открытых высыхающих участках быстро заканчивает сезон.

КОГДА МОЖНО НАЙТИ

В мягкую дождливую зиму молодая зелень появляется после увлажнения почвы. В низинах основной сезон обычно приходится на зиму и весну. Цветение в Калифорнии наиболее характерно для февраля–мая; в прохладных горных местах сроки могут сдвигаться. С наступлением устойчивой весенней жары растение засыхает. Поэтому конкретные недели зависят от дождей и высоты местности, а не только от числа на календаре.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Листья. Молодые сочные листья едят сырыми, как салатную зелень. Они мягкие и имеют нежный травянистый вкус.



Минерский салат — детальный снимок растения

Curtis Clark · CC BY-SA 2.5 · Источник

Стебли. Тонкие, ещё нежные стебли также съедобны сырыми. Их можно употреблять вместе с листьями.

Цветки. Маленькие белые или розоватые цветки тоже съедобны сырыми. В этнографическом описании мивок растение упоминается как сезонная зелень; ботаническая сводка USDA прямо называет съедобными листья, стебли и цветки.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Молодой минерский салат ещё не имеет самого узнаваемого «блюдца». На этой стадии другие небольшие весенние травы могут выглядеть похоже. Позднее сочетание гладких сочных листьев, сросшейся чашечки вокруг цветоноса и мелких пятилистных цветков значительно облегчает распознавание. У некоторых близких видов Claytonia тоже бывают сросшиеся листья: одного признака для определения вида недостаточно.

Небольшая особенность самой зелени: UC IPM отмечает, что минерский салат иногда накапливает растворимые оксалаты, поэтому не стоит есть его большими порциями, особенно при ограничениях по оксалатам.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM, Miner's Lettuce (описание, сезоны, распространение, оксалаты): https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/miners-lettuce/
- USDA Forest Service, Claytonia perfoliata (пищевые части): https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/claper
- Calflora, Claytonia perfoliata (распространение по Калифорнии): https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2244
- S. A. Barrett & E. W. Gifford, Miwok Material Culture: Greens (1933): https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/greens.html

Клейтония красностебельная — Нежные весенние листья над красноватой розеткой · Claytonia rubra

Claytonia rubra

После зимних дождей на открытом склоне среди редких дубов можно увидеть маленькие сочные растения с красноватыми стеблями. Их листья напоминают миниатюрный салат, а на верхушке раскрываются почти незаметные беловато-розовые цветки. Это Claytonia rubra — красностебельная клейтония, местная родственница минерского салата. Молодые листья и нежные побеги можно есть сырыми. Важно различать её от более крупной Claytonia perfoliata: оба вида относятся к одной группе, но имеют разные размеры, форму листа и предпочтения по влажности.



Клейтония красностебельная — фотография растения

Jim Morefield (James D. Morefield) · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это небольшой однолетник высотой чаще всего несколько сантиметров, иногда до десяти–пятнадцати. У растения тонкий корешок и несколько сочных стебельков, нередко розово-красных, особенно у молодых экземпляров на солнце. У основания находятся небольшие округло-лопатчатые либо овальные листья на черешках. Выше на стебле иногда видна пара листьев, которые у некоторых форм частично срастаются вокруг цветоноса, создавая небольшую чашевидную площадку. В отличие от обычного минерского салата она обычно невелика и может иметь другую форму. Цветки собраны в маленькую верхушечную группу, каждый из пяти белых или нежно-розовых лепестков, часто с еле заметными прожилками. После опыления образуются мелкие коробочки, которые раскрываются и выбрасывают чёрные семена. К концу весны стебли могут сильно краснеть, листья желтеют и тонкие побеги подсыхают. Краснота сама по себе не абсолютный признак: для точного определения нужны цветок, лист и жизненная форма.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Claytonia rubra как местный вид Калифорнии и отмечает почти тысячу наблюдений, в том числе на склонах Sierra Nevada, Cascade Range и Coast Ranges. Она чаще связана с более сухими весенними лесными опушками, разреженными дубравами и кустарниками, чем очень сочная Claytonia sibirica в мокром лесу. На подходящих предгорных склонах после зимних дождей может образовывать небольшие группы рядом с другими весенними однолетниками. В центре Sacramento Valley растения возможны на подходящей почве, но не должны описываться как повсеместная салатная трава каждого газона. Различные подвиды и формы отличаются размером верхней пары листьев, поэтому для сложного участка полезен ботанический ключ.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После первых устойчивых осенних и зимних дождей семена прорастают и развивают нежные прикорневые листья. В тёплых предгорьях зелень лучше всего заметна зимой и ранней весной; в более прохладных лесах развитие смещается к марту–маю. Цветение часто приходится на весну, иногда до начала лета в высоких районах. С появлением длинных цветоносов растение стареет, стебли становятся краснее, а листья постепенно грубеют. К началу жаркого сухого лета большинство однолетников высыхает и исчезает с поверхности. Для сырой еды нужны не оставшиеся бурые стебельки, а молодые мягкие листья и сочные верхушки.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future непосредственно подтверждает их употребление сырыми. Они мягкие, слегка сочные, напоминают обычный минерский салат, иногда имеют более выраженный растительный вкус после сухой погоды. Небольшую порцию можно промыть чистой питьевой водой и смешать с другой свежей зеленью. Растение маленькое, поэтому не нужно вырывать всю колонию ради нескольких граммов.

Нежные молодые стебельки. PFAF также подтверждает их сырое употребление до огрубения. Мягкие верхушки можно разорвать вместе с листьями и съесть свежими, когда растение ещё не высохло. Жёсткие плодовые стебли и зрелые коробочки не являются тем же продуктом.

Пищевая практика. Родственные клейтонии использовались как весенняя зелень на западе Северной Америки. Здесь достаточно холодного салатного способа без нагревания. Семена и корни не включены, потому что видовой источник не подтверждает их как самостоятельную сырую пищу.

Листья у самой земли часто покрываются песком и загрязняются отходами животных. Сбор с газонов с гербицидами и из грязных канав непригоден для сырой еды.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Claytonia perfoliata обычно крупнее и несёт широкую цельную чашу под цветками. Claytonia parviflora отличается более узкими нижними листьями и небольшими цветками; некоторые формы можно отличить только во время цветения. Claytonia exigua значительно мельче, имеет очень узкие листочки и тоже может краснеть от засухи. У звездчаток Stellaria листья тоже мягкие, но цветки устроены иначе, с глубоко разделёнными белыми лепестками. Поэтому нельзя определять клейтонию только по красному стеблю. Для сырой еды нужно видеть несколько признаков на одном растении, не смешивая разные однолетники в общей горсти.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2247
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Claytonia+rubra

Клейтония сибирская — Розовые цветки и нежные листья влажного северного леса · Claytonia sibirica

Claytonia sibirica

В прохладных сырых лесах северного побережья Калифорнии иногда встречается мягкий зелёный ковёр, из которого поднимаются небольшие розовые цветки с пятью лепестками. Если присмотреться, на нижней части растения видны широкие овальные листья, совсем не похожие на круглую чашу обычного минерского салата. Это Claytonia sibirica — сибирская клейтония, местная весенняя зелень Северо-Западной Америки. Молодые листья можно есть сырыми; они напоминают мягкий салат, иногда с лёгким землянистым послевкусием.



Клейтония сибирская — фотография растения

Walter Siegmund · CC BY 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это невысокий многолетник либо недолговечное растение, в зависимости от условий, обычно высотой около десяти–двадцати сантиметров. Из основания отходят несколько тонких сочных стебельков, которые могут немного стелиться по земле. Листья расположены очередно либо попарно возле верхней части побега, овальные или яйцевидные, с заметным острым либо слегка округлым кончиком; черешок у нижних листьев длиннее. У обычного Claytonia perfoliata на верхней части цветоноса два сросшихся листа образуют характерную круглую «чашу», а здесь такого привычного цельного диска нет. Цветки обычно розовые или розовато-белые, каждый с пятью лепестками и небольшими жёлтыми тычинками; на цветущем стебле их несколько. После цветения появляются маленькие сухие коробочки с семенами. Мягкие листья и побеги сочные на ощупь, но в сухую жару могут потускнеть. Со временем растения образуют небольшие группы под лесной полутенью.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Claytonia sibirica как местный вид Калифорнии и отмечает его в Northern Coastal Scrub, Redwood Forest, Douglas-Fir Forest, Mixed Evergreen Forest, Red Fir Forest и влажных береговых сообществах. Наиболее типичны прохладные северные прибрежные леса, влажные каньоны и тенистые берега ручьёв. На жаркой сухой городской равнине Sacramento Valley он не является обычной лужайкой зеленью. После дождливой зимы отдельные популяции могут покрывать мягкий лесной грунт многочисленными листиками. Но рядом с ручьём сырое растение часто находится на низкой влажной почве, куда попадают микробы из воды и животные отходы, поэтому чистота участка крайне важна.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

На мягком побережье листья способны сохраняться значительную часть года, хотя лучшие для еды новые листья появляются в прохладный влажный период. В более холодном горном лесу весенний прирост начинается после таяния снега. По видовому справочнику цветение в умеренном климате обычно приходится на апрель–июль. В северокалифорнийском прибрежном районе розовые цветки могут открываться в разные недели весны и начала лета в зависимости от дождей. После цветения образуются коробочки, а старые листья летом нередко становятся горше. Поэтому пищевой ориентир — не весь период, когда виден кустик, а свежая сочная листва.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые нежные листья. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление у Claytonia sibirica. Они мягкие и немного слизистые, с умеренно зелёным, почти салатным вкусом. У некоторых растений ощущается слабое землянистое послевкусие, напоминающее сырую свёклу. Можно нарвать несколько листьев, промыть питьевой водой и съесть свежими либо смешать с более острыми травами. На влажном северном побережье качество листа нередко лучше, чем у растений, подсохших летом.



Клейтония сибирская — детальный снимок растения

Walter Siegmund · CC BY 2.5 · Источник

Что не входит в перечень. Хотя в Calflora при описании вида встречается общее упоминание о съедобной надземной части, PFAF отдельно и надёжно подтверждает именно листья. Поэтому корни, семена и зрелые плоды этой статьи не подаются как самостоятельная сырая пища. Нежные стебли не стоит рекламировать без дополнительного конкретного видового подтверждения. Особенно важно не собирать листья, которые мокнут в загрязнённой ручьевой воде: простое споласкивание не делает заражённую зелень безопасной.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Claytonia perfoliata — широко известный минерский салат — имеет на цветоносном стебле цельную округлую чашу из сросшихся листьев. У Claytonia sibirica листья обычно отдельные и более яйцевидные, а цветки заметно розовые. Claytonia parviflora также может иметь нежные листья и небольшие беловатые цветки, но это однолетняя весенняя зелень с более узкими прикорневыми листьями. Рядом с ручьями растут и другие травы с гладкими овальными листьями; нельзя использовать только мягкую текстуру и розовый цвет. Для определения важны форма листьев, строение цветка, жизненный цикл и конкретный лесной ареал.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2251
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Claytonia+sibirica
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px1048

Йерба-буэна калифорнийская — Душистые листья под приморскими дубами · Clinopodium douglasii

Clinopodium douglasii

В прохладной тени калифорнийских дубов или секвой можно заметить тонкие стелющиеся побеги с маленькими округлыми листочками. Растение почти прячется среди лесной подстилки, но листья пахнут мягкой сладковатой мятой. Это йерба-буэна, местное пряное растение. Его свежие листья и мелкие цветки можно есть без огня — отдельно как ароматную добавку либо в холодной воде.



Йерба-буэна калифорнийская — фотография растения

Gordon Leppig and Andrea J. Pickart / US Fish and Wildlife Service · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это невысокий многолетник из семейства яснотковых, обычно всего 5–15 сантиметров над землёй. Побеги тонкие, длинные, местами одревесневают, стелются по почве и образуют рыхлые коврики. Листья супротивные, короткочерешковые, примерно 1–3 сантиметра, овальные или округлые, с неглубоким округло-зубчатым краем. Верхняя сторона зелёная, иногда блестящая, нижняя светлее. Маленькие трубчатые цветки появляются в пазухах листьев, белые или бледно-розовые, с двугубым венчиком. При лёгком растирании листа появляется приятный мятный запах, но само растение не имеет длинных прямостоячих цветочных колосьев, как многие виды Mentha.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Clinopodium douglasii как местный для Калифорнии вид, распространённый прежде всего в прибрежных и северных влажных лесах. Он встречается среди дубов, в смешанных хвойных лесах, под деревьями на затенённых склонах, в каньонах и отдельных лесных оврагах. По наблюдениям Calflora особенно много находок в Marin, San Mateo, Santa Cruz и Monterey; в Sacramento County естественных наблюдений немного. Для сухой открытой долины этот почвопокровник не характерен.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Вечнозелёные листья могут сохраняться почти весь год там, где есть тень и летняя влага. Особенно мягкий прирост появляется после дождей и весной. Цветение приходится преимущественно на весну–лето, но в более холодных районах начинается позже. В жарких пересыхающих местах надземные части могут частично увядать. Лучше собирать небольшое количество свежих листьев с плотных здоровых куртин, не разрушая всю стелющуюся систему.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Свежие листья. Национальная парковая служба США описывает листья йерба-буэны как съедобные; образовательный проект Santa Clara University уточняет, что их едят сырыми, а не только используют в настое. Они придают холодной пище лёгкий сладкий мятный аромат. Цветки. Тот же университетский этноботанический источник прямо подтверждает сырые цветки, имеющие аромат, похожий на садовую мяту. Небольшую горсть листьев можно выдержать в чистой холодной воде для душистого напитка, но горячий чай к нашей задаче не относится. Корни и жёсткие старые стебли как пищу не используют.



Йерба-буэна калифорнийская — детальный снимок растения

Iamnotabunny · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Mentha canadensis и M. spicata чаще имеют прямостоячие четырёхгранные стебли и более крупные зубчатые листья, а йерба-буэна стелется тонкими побегами. Некоторые декоративные почвопокровники, а также растения с округлыми листьями внешне похожи, но не имеют характерных мелких пазушных двугубых цветков. Один мятный запах недостаточен для определения: у сильнопахнущих яснотковых есть виды, непригодные для употребления. Сравнивают весь побег, листья, цветки и лесное местообитание.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11541
- https://www.nps.gov/articles/000/sfan_botany-news_spring-2022.htm
- https://www.scu.edu/community-heritage-lab/ohlone-heritage-hub/ohlone-native-plant-garden/yerba-buena/

Кориандр посевной — кинза — Нежные пряные листья и сухие ароматные плодики · Coriandrum sativum

Coriandrum sativum

В прохладном огороде иногда появляется мягкая пряная зелень с разрезными листьями, которую в США обычно называют cilantro. По мере развития растения листья выше по стеблю становятся всё тоньше, затем раскрываются маленькие беловато-розовые цветки, собранные в зонтики. Это кориандр посевной, завезённый в Калифорнию как овощная и пряная культура. Молодые листья можно есть сырыми, а зрелые сухие плодики после очистки дают ароматную приправу без нагрева.



Кориандр посевной — фотография растения

Schlaghecken Josef · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя трава обычно высотой 20–70 сантиметров с относительно тонким прямостоячим ветвистым стеблем. Нижние листья на длинных черешках, широкие, округлые, глубоко разрезаны на несколько зубчатых долей; верхние листья становятся дважды-трижды перисторассечёнными на очень узкие почти нитевидные сегменты. Листья и молодые стебли при растирании пахнут резко и своеобразно. Соцветия — небольшие сложные зонтики из белых или бледно-розовых цветков, наружные лепестки иногда больше внутренних. После цветения образуются круглые жёлто-коричневые ребристые плоды диаметром несколько миллиметров, каждый содержит два семени. Высохшие плодики имеют другой, более тёплый пряный аромат.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Coriandrum sativum — восточносредиземноморский и западноазиатский вид, выращиваемый в Калифорнии как кинза и пряность. Royal Botanic Gardens, Kew отмечает его интродукцию в Калифорнию; местные флористические списки Santa Cruz County фиксируют его вне обычных посадок. Однако это не повсеместный вид природных лугов или лесов штата. Вероятная находка — самосев на старой грядке, возле огорода или на нарушенной влажной почве у жилья. Растения с обработанных сельскохозяйственных участков и из сточных канав для сырой пищи непригодны.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В прохладную часть года новые листья появляются быстро после прорастания семян. В Sacramento Valley и других тёплых долинах зелень приятнее зимой и ранней весной, а в летнюю жару растение быстро вытягивается, цветёт и теряет нежность. В прибрежных районах прохладный сезон листовой зелени бывает длиннее. Белые зонтики формируются весной и в начале лета; к середине либо концу лета созревают круглые сухие плодики. Для листовой еды лучше ранняя стадия, для пряных семенных плодиков — полная сухая зрелость.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и нежные верхушки. Plants For A Future и обычные пищевые источники подтверждают их употребление сырыми: зелень можно мелко нарезать к холодным овощам, фруктовым смесям или фасоли. Сильный вкус меняется у разных людей: кому-то он кажется цитрусовым, другим напоминает мыло. Полностью зрелые сухие плодики можно аккуратно растереть без нагрева в порошок и добавить как пряность к холодной заправке или готовой пище. Такой способ использования сушёных семян описан в руководстве Colorado State University Extension. Незрелые зелёные плоды неопознанного зонтичного растения не собирают. Корни и старые жёсткие стебли в походный сырой список не включены. Не употребляют много сухих плодиков как самостоятельную пищу.



Кориандр посевной — детальный снимок растения

H. Zell · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Petroselinum crispum на ранней стадии имеет похожую рассечённую зелень, но аромат и форма плодов отличаются. Conium maculatum и Cicuta могут быть смертельно ядовиты, их листья внешне похожи на съедобные зонтичные. По одному запаху, форме листьев или факту, что растение растёт у огорода, нельзя безопасно отличить кинзу. Необходимо распознать взрослый вид по листьям разных ярусов, цветущим зонтикам и круглым ребристым плодикам; при любом сомнении растение оставляют без сбора.

ИСТОЧНИКИ

- https://powo.science.kew.org/taxon/840760-1
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Coriandrum+sativum
- https://santacruzmuseum.org/wp-content/uploads/2021/07/Annotated-Checklist-of-the-Vascular-Plants-of-Santa-Cruz-County-California_Dylan-Neubauer_2013.pdf
- https://ucanr.edu/sites/default/files/2020-09/335846.pdf

Фундук калифорнийский — Скрытый в длинном зелёном клюве съедобный орех · Corylus cornuta ssp. californica

Corylus cornuta ssp. californica

У ручьёв и на тенистых лесных опушках Калифорнии иногда растёт высокий раскидистый куст с округлыми зубчатыми листьями. Осенью среди них можно заметить небольшие орехи, каждый спрятан в длинной трубчатой зелёной оболочке, похожей на птичий клюв. Это Corylus cornuta ssp. californica — калифорнийский клювовидный фундук. Внутри плотной оболочки находится привычное по вкусу ореховое ядро, которое можно есть сырым. Но сама зелёная обёртка может быть покрыта раздражающими волосками, а урожай по сравнению с садовым фундуком обычно невелик.



Фундук калифорнийский — фотография растения

US Bureau of Land Management (личный автор не указан) · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Кустарник листопадный, часто достигает двух–четырёх метров, образует несколько стволиков и широкий объём ветвей. Молодые побеги сравнительно гибкие, опушённые, со временем становятся древесными. Листья расположены очередно, округлые или широко-овальные, с сердцевидным основанием и острыми зубчиками по краю, иногда заметно двоякозубчатым. Весной на ветвях висят длинные мужские серёжки, которые сформировались ранее и раскрываются до появления листьев. Женские цветки очень малы, скрыты в почках; наружу выступают красноватые рыльца. Позднее вместо них вырастают орехи, заключённые в оболочку из сросшихся прицветников. Она сильно удлинена и сужена к кончику — отсюда английское название beaked hazel. На поверхности оболочки имеются мелкие жёсткие волоски, способные раздражать кожу. Зрелый орех внутри круглый или яйцевидный, коричневый, с твёрдой скорлупой и маслянистым светлым ядром.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora использует для местной разновидности современное имя Corylus cornuta ssp. californica. В штате известно около полутора тысяч наблюдений, особенно многочисленных в Marin, Humboldt, Santa Cruz, Sonoma, Trinity и предгорьях Сьерры. Растение встречается у ручьёв, на прохладных лесных опушках, склонах и в светлых древесных сообществах. Для города Sacramento вид не является обычной газонной культурой; в Placer и El Dorado его находят в более влажных лесных местах. Он может расти группами, но во многих годы почти все орехи собирают белки, сойки и другие животные. Наличие фундука в декоративной посадке не означает разрешённого общего доступа.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Пыльцевые серёжки могут распускаться уже в конце зимы, до полного появления листьев. Молодые листья появляются весной, а скрытые в прицветниках плоды растут в течение лета. Plants For A Future для вида Corylus cornuta указывает созревание семян в сентябре–октябре. На прохладном побережье и в горах сроки немного сдвигаются. Незрелый орех имеет мягкое содержимое, а кожистая обёртка ещё плотно зелёная. По мере зрелости твёрдая скорлупа буреет и орех начинает отделяться от оболочки. Собрать зрелый орех зачастую проще после естественного осыпания, но земля должна быть чистой и сухой.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только зрелое ореховое ядро. Видовой справочник Plants For A Future подтверждает сырое употребление Corylus cornuta. У калифорнийского подвида речь идёт о том же ботаническом виде; само распространение в California отдельно подтверждено Calflora. Из зрелой клювовидной обёртки извлекают орех, затем раскалывают коричневую скорлупу и едят светлое ядро. Оно слегка сладкое, маслянистое и по вкусу близко к культурному фундуку. Термическая обработка не нужна.



Фундук калифорнийский — детальный снимок растения

Fungus Guy · Public domain · Источник

Безопасная очистка. Щетинистая внешняя обёртка может цепляться за кожу, поэтому её удаляют инструментом или в плотных перчатках. Саму обёртку не едят. Орехи с плесенью, мягкой скорлупой из-за гниения или горьким прогорклым запахом выбрасывают. Свежее ядро можно измельчить холодным способом, но долго хранить очищённым не следует.

Листья, мужские серёжки, кора и корни в пищевой раздел не включаются. Даже если с куста удаётся собрать несколько орехов, не стоит обрывать все ещё зелёные плоды, предназначенные для созревания.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У культурного фундука Corylus avellana оболочка вокруг ореха короче и менее вытянутая, а куст чаще встречается в садах. Калифорнийский фундук узнают прежде всего по длинному «клюву» вокруг ореха, серёжкам до распускания листьев и округлым зубчатым листьям. У берёзы Betula тоже есть мужские серёжки и зубчатые листья, но плодовые образования совсем иные, без крупного ореха в трубчатой обёртке. Иногда у близких форм Corylus отличаются размеры листьев; для точного подвида требуется учесть географию и ботанические признаки. Нельзя употреблять неизвестный лесной орех только потому, что он заключён в зелёную оболочку.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10818
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=10818
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Corylus+cornuta
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Corylus_cornuta.jpg

Боярышник Дугласа — чёрные осенние плодики у речных опушек · Crataegus douglasii

Crataegus douglasii

На влажных опушках северных горных районов Калифорнии иногда растёт колючее дерево, которое весной цветёт белыми щитками, а к осени приносит почти чёрные маленькие яблочки. Это Crataegus douglasii — боярышник Дугласа, известный по-английски как black hawthorn. Его зрелые плоды могут быть заметно вкуснее многих мучнистых европейских боярышников и пригодны к употреблению сырыми. Однако большая часть объёма плода иногда занята несколькими твёрдыми семенами, поэтому пищевой частью прежде всего служит мякоть.



Боярышник Дугласа — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение обычно образует густой куст или небольшое дерево, иногда высотой до нескольких метров. На ветвях есть крепкие прямые колючки, особенно на молодых боковых веточках; некоторые старые экземпляры кажутся сравнительно малоколючими. Листья очередные, овальные или обратнояйцевидные, с зубцами на верхней части края; лопасти выражены слабее, чем у многих европейских боярышников. Весной появляются белые пятилепестковые цветки, собранные небольшими группами. В центре каждого заметны тычинки с розовыми либо красноватыми пыльниками. После цветения образуются зелёные плоды, которые постепенно краснеют, затем становятся тёмно-пурпурными и почти чёрными. На верхушке плодика сохраняется небольшая звёздчатая чашечка. Внутри находятся до пяти крупных твёрдых семенных частей, тесно прижатых друг к другу. По строению это маленький плод типа яблока, а не настоящая ягода с одной косточкой.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Crataegus douglasii распространён преимущественно на тихоокеанском северо-западе и в северных районах Калифорнии. В штате его встречают возле речных пойм, влажных лугов, лесных опушек и в прохладных предгорьях. Вблизи тёплой сухой равнины Sacramento Valley он не считается главным массовым плодовым деревом. Отдельные посадки и заносные формы боярышников могут путать картину местного распространения: для природной записи важно отделять дикий вид от озеленённого участка. Там, где куст растёт у ручья, отдельные плоды могут быть обильными, но сезон зависит от влаги и поздних заморозков.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной распускаются листья, а вскоре появляются белые цветки, обычно с апреля до июня в зависимости от высоты. После опыления плоды несколько месяцев остаются зелёными. В конце лета они постепенно краснеют, а к осени становятся темно-фиолетовыми или почти чёрными. В некоторых прохладных районах созревание сдвигается до сентября–октября. Листья затем желтеют и опадают. Яркая белая весенняя крона не является пищевым сезоном ягод, а осенний сухой плод после зимних холодов уже не так приятен, как только созревшая мягкая мякоть.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

PFAF прямо подтверждает употребление зрелых плодов Crataegus douglasii сырыми. Мякоть сладкая либо сладко-кисловатая, достаточно сочная для маленького плода; особенно приятны мягкие полностью потемневшие экземпляры. Плоды можно есть свежими, предварительно отделив твёрдые внутренние семена. Их не разгрызают и не перемалывают вместе с мякотью, поскольку у ряда розоцветных семена содержат цианогенные соединения.



Боярышник Дугласа — детальный снимок растения

Kymi · CC BY-SA 3.0 · Источник

Холодная размятая мякоть — ещё один способ употребить ту же подтверждённую пищевую часть без нагревания. Отделённую мякоть можно съесть сразу или смешать с другими ягодами. Источник также упоминает сушку плодов для хранения; в условиях сырого приготовления разумно сначала удалить семена, а мягкую часть полностью высушить в чистом проветриваемом месте. Плод с плесенью не используют. Листья, кора и семена не являются пищевыми частями этой статьи.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Боярышник однопестичный Crataegus monogyna уже описан отдельно: у него обычно глубже лопастные листья и красные зрелые плоды. Crataegus douglasii отличается чаще невыраженными лопастями и почти чёрным урожаем. Другие местные боярышники могут быть сходны по цветкам, поэтому требуется совокупность листа, колючек и плодов. Важно отличать боярышник от других кустов с черно-пурпурными ягодами: у него на верхушке маленького яблочка остаётся чашечка, а внутри несколько крупных семян. Не определяют вид только по окраске. Придорожные кусты и деревья с опрыскиванием для сырого сбора не подходят.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Crataegus+douglasii
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/cradou
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Crataegus+douglasii
- https://plants.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/pg_crdo2.pdf

Боярышник двустолбиковый — Лопастные листья и осенние красные яблочки · Crataegus laevigata

Crataegus laevigata

В старых садах и вдоль бывших живых изгородей иногда вырастает колючее небольшое деревце с белыми весенними цветками и красными осенними плодами. У него сравнительно неглубоко рассечённые листья и цветки с двумя или тремя столбиками. Это европейский двустолбиковый боярышник, редкий одичавший гость Калифорнии. Его спелые плоды и нежные весенние листья можно есть без нагрева.



Боярышник двустолбиковый — фотография растения

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадный кустарник или дерево, обычно высотой от трёх до семи метров, иногда выше. Ветви несут крепкие острые шипы. Листья очередные, с клиновидным основанием, обычно разделены на три–пять сравнительно неглубоких округлых лопастей; край зубчатый преимущественно ближе к вершинам долей. Весной появляются щитковидные группы мелких цветков с пятью белыми или розоватыми лепестками. В центре часто два или три столбика, что важно при различении с другими боярышниками. Плод небольшой, округлый, красный, около сантиметра в диаметре, внутри обычно две или три твёрдые косточки, заключённые в мучнистую мякоть.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora фиксирует Crataegus laevigata как неместный для Калифорнии вид и приводит лишь около десятка наблюдений. Это прежде всего дерево старых посадок и парков, а не распространённый дикий боярышник. Одичавшие экземпляры возможны там, где птицы переносят семена из садов. Большинство калифорнийских боярышников, встречающихся в природе, принадлежат другим видам, поэтому название нельзя присваивать каждому колючему деревцу с красными плодами. На частных участках необходимо разрешение владельца.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

undefined

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелая мякоть плодов. PFAF прямо указывает сырое употребление Crataegus laevigata; плоды мучнистые и не очень сочные, внутри несколько крупных твёрдых косточек. Мякоть можно осторожно отделить и съесть свежей, не разжёвывая косточки. Молодые листья и очень нежные верхушки побегов также подтверждены как съедобные сырыми. Они подходят для небольшого весеннего салата; на колючих ветках работать нужно осторожно. Семена нельзя раскалывать и использовать как орехи; листья старых побегов и другие части не являются основной пищей.



Боярышник двустолбиковый — детальный снимок растения

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Crataegus monogyna, уже описанный в справочнике, часто имеет более глубоко рассечённые листья и обычно один столбик цветка, а внутри плода — одну косточку. У Crataegus douglasii зрелые плоды темнее, почти чёрные. Однако у боярышников известны гибриды, поэтому число столбиков и форма листа оцениваются одновременно с плодом и ветвью. Красная ягода у чужого колючего кустарника не означает съедобности. Твёрдые косточки боярышников не являются пищевой мякотью.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12394
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Crataegus+laevigata
- https://ask.ifas.ufl.edu/publication/ST210

Боярышник однопестичный — Колючие ветви, белые весенние цветки и красные плодики · Crataegus monogyna

Crataegus monogyna

На влажных лесных опушках и возле старых садов Центрального и Северного побережья Калифорнии иногда растёт колючий куст или небольшое дерево. Весной он покрывается белыми цветками, а осенью на ветвях краснеют небольшие округлые плоды. Это Crataegus monogyna — боярышник однопестичный, завезённый из Европы и местами одичавший. Его мягкая мякоть зрелых плодов съедобна сырой, но внутри находятся твёрдые семена, которые не следует разгрызать. Молодые нежные побеги также описаны как сырая зелень.



Боярышник однопестичный — фотография растения

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадное дерево или кустарник, обычно от двух до шести метров высотой, иногда выше. На ветвях встречаются крепкие прямые шипы длиной в несколько сантиметров, особенно на старых побегах. Листья расположены очередно, имеют три–пять глубоких лопастей, похожих на округлые пальцы, и зубчики по краям. Весной появляются многочисленные белые цветки с пятью лепестками, собранные в небольшие группы; в центре видны тычинки и обычно один столбик. После них развиваются маленькие круглые красные яблочки — ботанически миниатюрные плоды типа яблока, не ягоды и не вишнёвые костянки. Внутри находится твёрдый плодик с семенем, часто создающий ощущение одной косточки. В конце лета зелёные плоды краснеют, становятся мягче, осенью в них заметна мучнистая кисловатая мякоть. Узнавать дерево нужно по совокупности листьев, цветков, шипов и плодов.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora описывает Crataegus monogyna как неместный вид с ограниченной инвазивностью. Особенно много находок в Marin и San Mateo County, также есть записи из Sonoma, Humboldt, Placer, Sacramento и других округов. Дерево предпочитает влажные земли у ручьёв, лесные опушки, старые пастбища и заброшенные посадки. В Central Valley отдельные кусты появляются у старых садов и на поливаемых участках, но в природных сообществах Сакраменто вид менее характерен, чем на северном побережье. Часть экземпляров — бывшие декоративные посадки; нельзя считать их общественной территорией только потому, что плоды видны над забором.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной с потеплением появляются листья, затем раскрываются белые цветки, часто с апреля по июнь в зависимости от района. Зелёные плодики формируются поздней весной и летом, постепенно краснеют. На прибрежных и предгорных участках зрелые плоды обычно доступны с августа до октября, иногда сохраняются дольше на ветках. После первых прохладных ночей мякоть может размягчиться. Молодые съедобные побеги доступны раньше, только до огрубения и формирования твёрдых шипов. Зимой дерево листопадно, и новых сырых плодовых частей на нём обычно нет.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Мягкая мякоть полностью зрелых красных плодов. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Crataegus monogyna. Вкус суховатый, мучнистый и не всегда приятный как у садового яблока; иногда чувствуется лёгкая сладость. Плод разрезают и отделяют красноватую или желтоватую мякоть от внутренних твёрдых семян. Семена не нужно раскусывать или измельчать: у боярышников и других розоцветных в семенах могут присутствовать цианогенные соединения.



Боярышник однопестичный — детальный снимок растения

Krzysztof Golik · CC BY-SA 4.0 · Источник

Молодые нежные побеги. Видовой справочник отдельно указывает их сырое употребление. Пока весенние верхушки мягкие и не одревеснели, их употребляют небольшими количествами. Старые колючие веточки и листья поздней стадии не включены.

Сушёные плодовые пюре иногда описывают в пищевых книгах, но без полного удаления внутренних семян их нельзя представлять как безопасный порошок. Промышленные и придорожные посадки не годятся для сырой пищи.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии встречаются и другие Crataegus, в том числе местные и заносные виды, различающиеся лопастностью листьев, числом столбиков и количеством семян внутри плода. У декоративных яблонь Malus тоже белые цветки и небольшие красные плоды, но шипы и листовая пластинка отличаются. У Toyon Heteromeles arbutifolia осенью также красные плоды, однако листья вечнозелёные, не глубоко лопастные, а его сырое употребление спорно — вид находится на отдельной паузе безопасности. Поэтому по одному красному плоду без листьев и весенних цветков определять пищевой вид нельзя.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8429
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8429
- https://pfaf.org/USER/plant.aspx?latinname=Crataegus+monogyna

Скерда тонкостебельная — Нежная розетка с жёлтыми корзинками · Crepis capillaris

Crepis capillaris

На влажном лугу ранней весной среди трав можно увидеть розетку длинных зубчатых листьев, похожую на маленький одуванчик. Позднее вырастает тонкий разветвлённый стебель с небольшими жёлтыми цветочными корзинками. Так выглядит скерда тонкостебельная — одно из заносных астровых растений, молодая зелень которого употребляется в свежих смесях.



Скерда тонкостебельная — фотография растения

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 us · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее или двулетнее растение обычно 20–70 сантиметров высотой. Прикорневые листья образуют розетку, они продолговатые, глубоко зубчатые или перисторазделные, с более крупной конечной долей и меньшими боковыми зубцами. От розетки отходят сравнительно тонкие, часто сильно разветвлённые цветоносы. Листьев на верхней части стебля мало. Корзинки небольшие, состоят только из жёлтых язычковых цветков, окружённых узкими зелёными листочками обёртки. Позднее появляются мелкие семянки с белыми волосистыми хохолками, которые переносятся ветром. Как и у многих родственников из семейства астровых, при повреждении частей растения может выделяться беловатый млечный сок.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Crepis capillaris происходит из Евразии. В Калифорнии вид отмечен как неместный и встречается местами на открытых травянистых участках, луговинах, у дорог и в нарушенных садах. Он не образует на всей территории штата таких сплошных зарослей, как некоторые более распространённые сорные астровые. Его вероятнее заметить там, где прохладная сезонная влага позволяет розетке вырасти до летнего высыхания почвы. В газонах и на обочинах возможны гербициды, поэтому пищевой сбор на них исключён.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягком климате семена могут прорастать после зимних дождей, а свежая розетка развивается зимой и весной. На прохладном побережье и в более высоких местах нежные листья иногда доступны позднее. Затем стебель вытягивается и ветвится, раскрываются маленькие жёлтые корзинки, а к концу цветения созревают лёгкие семянки. Чем старше листья, тем заметнее их горечь. Для сырого способа лучше выбирать молодые листья до формирования высокого цветоноса.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. В базе Food Plants International, размещённой ECHO, и в европейских обзорах дикорастущих пищевых растений для Crepis capillaris указано употребление свежих молодых листьев. Их едят как умеренно горьковатую салатную зелень, обычно в смеси с более мягкими растениями. У молодых листьев тоньше центральная жилка и меньше грубых волокон, чем у старых. Цветочные корзинки, корни и семянки в сырое меню не включаются: для них не найдено столь же надёжного подтверждения конкретного способа без нагрева. Промывание позволяет убрать обычную пыль, но не обезвреживает уже нанесённые на растения химикаты.



Скерда тонкостебельная — детальный снимок растения

Rudolphous · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Очень похожи розетки Hypochaeris radicata и Hypochaeris glabra, а также некоторые молодые Lactuca и Sonchus. У пазника цветонос обычно выглядит иначе, а у латуков листья и обёртки корзинок имеют свои характерные признаки. Одна только розетка без цветков и плодов ненадёжна для определения Crepis capillaris. Стоит наблюдать разветвление цветоносного стебля, форму обёртки и зрелые семянки, сравнивая их с ботаническими описаниями. Белый млечный сок встречается у многих астровых и сам по себе не делает растение съедобным.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2417
- https://www.echocommunity.org/en/resources/ddbd58c6-c70a-4ea3-9b4e-9b5f26bf021e
- https://www.mdpi.com/2223-7747/11/4/519

Скерда пузырчатая — Листовая зимняя розетка и жёлтые корзинки · Crepis vesicaria subsp. taraxacifolia

Crepis vesicaria subsp. taraxacifolia

На прибрежных лугах Калифорнии иногда встречается розетка глубоко вырезанных листьев, похожая на одуванчик. Позже из неё поднимаются ветвистые цветоносы, несущие жёлтые корзинки и многочисленные светлые семянки с летучками. Это скерда пузырчатая — Crepis vesicaria, в Калифорнии преимущественно отмечаемая как подвид taraxacifolia. Молодые листья этого вида подтверждены как сырая горьковатая салатная зелень, но определить его только по зимнему листу сложно.



Скерда пузырчатая — фотография растения

Philmarin · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение часто зимует в виде прикорневой розетки, в зависимости от условий живёт один или несколько сезонов. Нижние листья продолговатые и могут быть глубоко разделены на зубчатые лопасти. Их размеры и форма меняются с возрастом. Позднее появляется облиственный ветвистый цветонос; на боковых веточках сидят жёлтые корзинки из множества узких язычковых цветков. После цветения развиваются сухие семянки с беловатым хохолком. У некоторых форм под корзинкой заметно утолщённое основание цветоноса и характерные обёртки из нескольких рядов зелёных листочков. Скерда принадлежит к сложноцветным, но одна жёлтая корзинка не делает её одуванчиком. Для определения важны прикорневая розетка, форма верхних листьев, ветвление соцветия и семянки на одном экземпляре. Калифорнийский подвид taraxacifolia имеет ботанические отличия от типичного европейского подвида, поэтому фотографии любой Crepis vesicaria следует сверять с его признаками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Kew Plants of the World Online подтверждает присутствие Crepis vesicaria subsp. taraxacifolia в Калифорнии как интродуцированного подвида. Calflora отмечает его в списках Сан-Францисского полуострова и прибрежных охраняемых земель. Он растёт на травянистых склонах, луговых участках, в старых садах и на нарушенной почве, но не должен считаться обычной массовой зеленью всей Sacramento Valley. В некоторых прибрежных округах отдельные растения заметны весной, в жарких сухих местах они быстро увядают. Это не родственное садовому салату Lactuca растение, несмотря на похожие желтые корзинки.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После зимних дождей образуются новые листовые розетки. Именно ранний листовой прирост в декабре–марте или начале апреля в мягком климате особенно удобен для сырого употребления. Позже стебли вытягиваются и появляются цветущие корзинки, обычно весной или в начале лета. В более прохладных местах цветение продолжается дольше, а на жаркой пересыхающей земле растения быстро заканчивают цикл. К созреванию семян прикорневые листья становятся более горькими и иногда частично отмирают.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо указывает сырое употребление листьев Crepis vesicaria: их добавляют в салаты, хотя вкус довольно горький. В калифорнийском каталоге следует применять эту запись осторожно к растущему здесь подвиду taraxacifolia, не выдавая отсутствие ботанического различия за доказанный факт. Лучше выбирать мягкие молодые листочки до вытягивания цветоноса. Небольшое количество можно нарезать и смешать с менее горькой зеленью.



Скерда пузырчатая — детальный снимок растения

Didier Descouens · CC BY-SA 4.0 · Источник

Не вся взрослая трава. Цветки, корни, семена и жёсткие цветоносы в видовом источнике не описаны как самостоятельная сырая пища, поэтому здесь их не рекомендуем. Сильную горечь зрелого растения нельзя устранять утверждением о несуществующей «безопасной дозе»: выбирают правильную стадию и вид.

Сбор с дорожных газонов и сельхозполей, где могли применять гербициды, исключён.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Настоящий одуванчик Taraxacum officinale имеет одиночные корзинки на отдельных безлистных полых цветоносах, а у скерды соцветие ветвится. Hypochaeris radicata и Hypochaeris glabra могут иметь похожие розетки и жёлтые корзинки, но отличаются строением обёрток, цветоносов и плодов. У дикого латука Lactuca serriola листья часто с колючками по центральной жилке. До появления цветов видовая диагностика особенно ненадёжна; не нужно есть зелень неизвестной розетки только потому, что она напоминает уже знакомое растение. На охраняемых лугах сбор может быть запрещён.

ИСТОЧНИКИ

- https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:77110919-1
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Crepis+vesicaria
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px1508

Айва обыкновенная — Ароматный жёлтый плод, пригодный сырым лишь после размягчения · Cydonia oblonga

Cydonia oblonga

В конце осени на старом садовом дереве могут висеть крупные золотисто-жёлтые плоды с сильным фруктовым ароматом. Они напоминают груши, но кожица покрыта тонким пушком, а мякоть обычно значительно плотнее. Это айва — дерево, которое редко дичает в Калифорнии. В отличие от многих садовых фруктов, большинство айвы даже зрелой остаётся очень твёрдой и терпкой. Сырой вариант возможен только у полностью дозревших мягких плодов или у подходящих сортов.



Айва обыкновенная — фотография растения

Pryma · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадный куст или небольшое дерево обычно 3–6 метров высотой, с широкой кроной и серо-коричневой корой. Молодые побеги покрыты тонким сероватым опушением. Листья простые, очередные, широкие овальные, с цельным краем и коротким черешком; их нижняя сторона густо серебристо-войлочная и заметно светлее верхней. Цветки крупные, одиночные, белые или бледно-розовые, с пятью лепестками, появляются на концах коротких веточек после развёртывания листьев. Плод обычно крупный, грушевидный либо яблоковидный, с выраженным пушком, пока растёт; при созревании становится золотистым и очень ароматным. Внутри — несколько семенных камер с плоскими тёмными семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Cydonia oblonga к неместным деревьям, вышедшим из культуры, и приводит лишь несколько десятков наблюдений. Это прежде всего дерево заброшенного сада, старого фермерского участка или коллекционной посадки, а не обычный обитатель калифорнийского леса. В тёплых долинах айва хорошо переносит жаркое лето при достаточной влаге; в районе Сакраменто отдельные деревья могут расти около поселений. На частной земле урожай собирают только с разрешения владельца.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Белые или розоватые цветки раскрываются обычно весной, позднее, чем у многих яблонь. Плоды наливаются летом и достигают жёлтой окраски и сильного аромата ближе к осени — чаще с сентября до ноября. Холодная погода может остановить их развитие. Иногда зрелая айва остаётся слишком твёрдой для еды без огня, и естественное хранение не всегда делает её приятной. У некоторых более мягких сортов мякоть заметно сочнее, особенно в тёплом климате.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только мягкая зрелая мякоть. Видовой справочник Plants For A Future указывает, что в тёплом климате полностью созревшие плоды некоторых форм айвы можно есть сырыми. Проверяют действительно мягкую, сочную, ароматную мякоть и отсутствие сильной терпкости. Её нарезают, удалив сердцевину и семена. У большинства дикорастущих или одичавших деревьев плод может оставаться жёстким и вяжущим даже при жёлтой кожице: такой плод для нашей еды без огня не подходит. Семена не измельчают и не жуют: у них есть цианогенные соединения. Кора, листья и горькая сердцевина не являются едой.



Айва обыкновенная — детальный снимок растения

Rillke · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Европейская груша Pyrus communis обычно имеет более гладкие листья с мелкозубчатым краем, без густого серебристого войлока снизу. У Pyrus pyrifolia плоды хрустящие и сочные уже при обычной зрелости, тогда как айва имеет специфический сильный запах и пушистую кожицу. Яблоня отличается устройством побегов, листьев и плодов. На похожую айву китайскую Pseudocydonia sinensis полагаться тоже нельзя: у неё иной облик коры и листьев. Плод определяют вместе с деревом, а не только по грушевидной форме.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8716
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Cydonia+oblonga
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cydonia_Oblonga.jpg

Сыть съедобная (чуфа) — подземные клубеньки с ореховым вкусом · Cyperus esculentus

Cyperus esculentus

На влажных участках долин иногда растёт высокая светло-зелёная трава, которую легко принять за обычный злак. У основания её побегов скрыто главное: на тонких подземных отростках образуются небольшие округлые клубеньки с плотной кожицей и сладковато-ореховым вкусом. В разных странах это растение известно как чуфа, тигровый орех или земляной миндаль, хотя ботанически к ореховым деревьям оно не относится.



Сыть съедобная (чуфа) — фотография растения

JMK · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Сыть съедобная — многолетнее растение из семейства осоковых, обычно высотой примерно 30–90 сантиметров. Надземный побег прямой, зелёный, гладкий, ощутимо трёхгранный на срезе. Листья длинные, узкие, без заметных черешков; они выходят группами по три у основания стебля. Их пластинки относительно жёсткие, блестящие, светло- или желтовато-зелёные, с заметной центральной складкой, из-за которой лист может выглядеть V-образным.

На верхушке цветоноса летом появляется зонтиковидное соцветие: несколько лучей разной длины с многочисленными узкими золотисто-бурыми колосками. Под ними располагаются длинные зелёные прицветники, похожие на листья. Цветки невзрачные, без крупных лепестков. Плоды очень мелкие; размножение растения особенно хорошо обеспечивают подземные клубеньки.

Под землёй от основания стебля отходят тонкие горизонтальные корневища. У этого вида на конце отдельного корневища обычно образуется один округлый клубенёк — коричневый или почти

чёрный, с тонкой кожицей. У растения рядом могут возникать новые побеги, поэтому сыть разрастается куртинами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

UC IPM отмечает Cyperus esculentus по всей Калифорнии преимущественно ниже 1000 метров. Она особенно хорошо растёт там, где почва прогревается и регулярно получает воду: у поливных полей, на влажных пустырях, по окраинам огородов, возле неглубоких понижений и каналов. В Центральной долине способна занимать большие площади и считается трудноискоренимым сорняком.

Она не является обычной зеленью сухого соснового леса. Даже в пределах одной долины её не будет на каждом участке: растение выбирает влагу и открытое освещение. Важное ограничение именно для сырой пищи — происхождение воды и чистота почвы. Близость к канаве, пастбищу или поливному сельхозполю ещё не означает, что подземные клубни пригодны для еды.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весна. С наступлением тепла из зимующих клубеньков появляются новые листья и побеги. У основания молодых стеблей сохраняются мягкие части.

Лето. Куртина быстро растёт; появляются светло-бурые колоски. На концах корневищ развиваются новые клубеньки.

Конец лета и осень. Подземные клубеньки обычно лучше сформированы и способны сохраняться в почве после отмирания листьев.

Зима. Надземная зелень часто исчезает, но клубеньки могут оставаться в земле до следующей весны. Это не означает, что клубни из мокрого холодного грунта автоматически сохраняют хорошее пищевое качество.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Подземные клубеньки. Это основная съедобная часть. Университетское описание NC State прямо указывает возможность есть их сырыми. Клубеньки небольшие и плотные, со сладковатым миндальным оттенком. Перед употреблением кожицу и все бороздки нужно тщательно очистить от земли с использованием безопасной воды. Клубни из участков со стоками, навозом, гербицидами или неизвестными обработками для сырой еды не подходят; простое ополаскивание не гарантирует удаления всех загрязнений.



Сыть съедобная (чуфа) — детальный снимок растения

Marco Schmidt · CC BY-SA 3.0 · Источник

Основание молодого стебля. В ботаническом описании растения из коллекции UC Irvine упоминается и сырой способ употребления этой части. Она гораздо менее питательна, чем клубеньки, и интересна лишь у точно установленного вида.

В пищевых традициях Африки и Средиземноморья чуфа известна прежде всего как сырой клубенёк. Из измельчённых клубней и холодной воды также делают напитки. Но для путешественника важнее не рецепт, а определение вида и чистота грунта: подземная пища не должна превращаться в источник загрязнённой воды и почвенных патогенов.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Сыть круглая Cyperus rotundus выглядит похоже, но обычно ниже, темнее, несёт красновато-бурые колоски, а её подземные клубеньки чаще образуют цепочки на одном корневище. У Cyperus esculentus колоски золотисто-бурые, а клубеньки сидят по одному на окончаниях корневищ.

У другого распространённого осокового растения, Cyperus eragrostis, нет таких клубеньков; оно образует более плотные пучки побегов. Киллинга Kyllinga brevifolia также не образует характерных подземных клубней, но может выглядеть похожей на подстриженном газоне. По одной трёхгранной зелёной травинке определить съедобную сыть нельзя: необходимы соцветие и строение подземных частей.

ИСТОЧНИКИ

- UC Statewide IPM — Yellow Nutsedge: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/yellow-nutsedge/
- UC Statewide IPM — Nutsedge: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/nutsedge/
- NC State Extension — Cyperus esculentus: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/cyperus-esculentus/

- UC Irvine Botanical Site — Cyperus esculentus: https://nathistoc.bio.uci.edu/plants/Cyperaceae/Cyperus%20esculentus.htm

Хурма виргинская — Мягкие осенние плоды старых посадок · Diospyros virginiana

Diospyros virginiana

Осенью возле старой фермы иногда можно увидеть дерево с гладкими блестящими листьями и круглыми оранжевыми плодами. Пока они плотные, мякоть настолько терпкая, что есть её неприятно. Но после полного созревания плод становится почти желеобразным, очень сладким и ароматным. Это виргинская хурма — дерево востока Северной Америки, которое выращивали и в Калифорнии и которое иногда сохраняется за пределами сада.



Хурма виргинская — фотография растения

Peterwchen · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Хурма виргинская — листопадное дерево обычно высотой 5–15 метров, иногда значительно выше. Крона округлая, старые стволы покрывает тёмная кора с мелкими почти квадратными трещинами. Листья простые, очередные, овальные или эллиптические, с ровным краем, заострённой вершиной и светлой средней жилкой. В конце весны на ветках появляются небольшие кремовые колокольчатые цветки; мужские и женские обычно на разных деревьях. После них развиваются круглые ягоды около 2–5 сантиметров в диаметре. У основания плода заметна крупная четырёхлопастная зелёно-бурая чашечка, внутри мякоти — несколько плоских крупных семян, хотя отдельные плоды могут быть бессемянными.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora регистрирует неместный вид Diospyros virginiana в Калифорнии, но наблюдений немного — порядка нескольких десятков. Поэтому чаще всего это дерево старого сада, коллекционной посадки или её потомок, а не дикорастущий обитатель калифорнийских лесов. В долине Сакраменто хурма может переносить летнюю жару при достаточной влаге; в природе около города массовых зарослей нет. Собирать плоды на частной территории можно только с разрешения владельца.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветёт обычно в конце весны — начале лета, плоды наливаются всё лето. В тёплых местах созревание может начаться осенью; часть плодов остаётся на ветках после первых прохладных ночей. Окраска бывает оранжевой, желтоватой и буровато-оранжевой. Главный признак пищевой зрелости — не только цвет, но и крайне мягкая, почти кремовая консистенция. Собранные плотные плоды можно оставить дозревать без нагрева, но нельзя употреблять их при признаках гнили.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелая мякоть. Plants For A Future отдельно подтверждает употребление плодов этого вида сырыми. Мягкий плод можно разломить руками и отделить сладкую оранжевую массу от нескольких плоских семян, кожицы и чашечки. Вкус богатый, напоминает смесь финика и абрикоса. Это одна из немногих сезонных сладких частей растения, не требующая приготовления. Плоды можно естественно подсушивать чистыми, если они не загнивают. Семена в справочнике описаны прежде всего после обжаривания; в нашем рационе без огня они не используются. Листья и кора тоже не являются сырой пищей.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Японская хурма Diospyros kaki часто имеет более крупные плоды, однако некоторые сорта тоже мелкие. По размеру одного плода определять дерево нельзя: важны листья, чашечка, сезон и история посадки. Мелкие незрелые плоды иногда напоминают дикие яблоки или другие оранжевые ягоды, но у виргинской хурмы толстая четырёхлопастная чашечка и другое внутреннее строение. Даже у совершенно правильно определённого дерева незрелые плоды не пригодны: количество вяжущих веществ в них намного выше.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9863
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Diospyros+virginiana

Двурядник стенной — Острая листовая зелень с мелкими жёлтыми цветками · Diplotaxis muralis

Diplotaxis muralis

На сухой нарушенной почве у обочины или около старого огорода иногда вырастает маленькая розетка рассечённых листьев. Позднее над ней поднимаются тонкие стебли с ярко-жёлтыми четырёхлепестковыми цветками, похожими на цветки рукколы. Это двурядник стенной — завезённый европейский вид, изредка дичающий в Калифорнии. Молодые листья можно есть сырыми как острую пряную зелень, но их собирают только на чистой почве.



Двурядник стенной — фотография растения

Fornax · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно однолетняя или короткоживущая многолетняя трава высотой 15–50 сантиметров. От корня выходит прикорневая розетка удлинённых листьев с глубокой перистой лопастностью: большая конечная доля и несколько меньших боковых. Стеблевые листья мельче, иногда почти цельные, с небольшими зубцами. Стебли зелёные, относительно гладкие, ветвистые, при повреждении пахнут характерно капустно. Цветки собраны в короткие кисти, с четырьмя жёлтыми лепестками, расположенными крестом, и шестью тычинками. После цветения образуются длинные узкие прямые стручки, в которых мелкие семена располагаются двумя рядами, что отражено в названии рода.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Diplotaxis muralis как неместный вид с несколькими десятками наблюдений по штату. Он встречается на суховатых нарушенных участках, у железных дорог, старых полей, городских пустырей и вдоль дорожных откосов, местами на побережье Южной и Центральной Калифорнии. Большие заросли жёлтоцветковых растений в Sacramento Valley чаще образованы другими горчицами. Найти двурядник можно, но рассчитывать на него как на повсеместную пищевую зелень нельзя. У придорожных растений особенно высок риск загрязнения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодая розетка появляется после зимних дождей, в низинах нередко в январе–марте. При постепенном потеплении начинают расти цветоносы и раскрываются первые жёлтые цветки; на тёплых сухих участках растение быстро заканчивает цикл. На прохладных прибрежных склонах молодые листочки могут появляться и весной. Для сырого употребления лучше всего небольшие листья до сильного вытягивания стебля: позже они грубеют и начинают сильнее горчить.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future подтверждает употребление Diplotaxis muralis в сыром виде. Вкус острый, похож на рукколу, иногда с резким горчичным послевкусием. Листья можно мелко нарезать как пряную добавку к другой нейтральной зелени, используя небольшое количество. У отдельных растений острота особенно выражена в сухую жаркую погоду. Молодые цветочные бутоны и семена в рассмотренном видовом источнике не выделены как подтверждённая сырая пища, поэтому сюда не включены. Из растений у дороги и обработанных садов зелень не собирают.



Двурядник стенной — детальный снимок растения

Fornax · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Diplotaxis tenuifolia, уже описанного в каталоге, стебли многолетние и часто древеснеют у основания, листья обычно уже и растение может расти более высоким кустиком. У Eruca vesicaria цветки светлые с фиолетовыми жилками, а у двурядника стенного они жёлтые. Hirschfeldia incana и Brassica nigra имеют другие плоды и расположение листьев. Одни жёлтые крестоцветные цветки характерны для многих видов; для определения необходимы листья розетки, цветение и зрелые стручки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2735
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Diplotaxis+muralis
- https://pfaf.org/plants/wall-rocket-diplotaxis-muralis/

Двурядка тонколистная — дикая рукола на сухих пустырях · Diplotaxis tenuifolia

Diplotaxis tenuifolia

На калифорнийском пустыре среди сухой земли может вырасти стойкое многолетнее растение с глубоко рассечёнными узкими листьями. Над ним поднимаются тонкие ветви с ярко-жёлтыми четырёхлепестковыми цветками. Если лист растереть, чувствуется сильный горчично-ореховый аромат, знакомый по дикой руколе. Это Diplotaxis tenuifolia — двурядка тонколистная, или многолетняя дикая рукола. Она завезена в Калифорнию и местами одичала. Её молодые листья подтверждены как сырая пища, но очень остры и лучше подходят как небольшая добавка.



Двурядка тонколистная — фотография растения

AnRo0002 · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя трава обычно высотой от двадцати до шестидесяти сантиметров, с относительно мощным основанием и несколькими ветвящимися побегами. Листья очередные, сизовато-зелёные, от узких продолговатых до глубоко лопастных, с несколькими длинными боковыми лопастями. Край может быть цельным на отдельной части листа или зубчатым; листья разного возраста заметно отличаются. Стебель обычно гладкий, с небольшим опушением в нижней части или вовсе без него. Цветки ярко-жёлтые, каждый с четырьмя округлыми лепестками и шестью тычинками, собраны на концах ветвей. После цветения появляются вытянутые тонкие стручки, внутри которых мелкие семена расположены в два ряда, что отражено в названии рода Diplotaxis. Издали стручки похожи на тонкие палочки. У старого растения нижние листья грубеют, а верхняя часть может продолжать цвести. Для определения полезно увидеть и рассечённый лист, и жёлтый цветок, и уже сформированный плод.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora относит Diplotaxis tenuifolia к неместным видам на нарушенных землях штата. Растение отмечено в калифорнийских городах и по краям сельскохозяйственных территорий, где предпочитает открытые солнечные места. В отличие от короткоживущих зимних горчиц, оно способно переживать несколько сезонов и выпускать листья из того же основания. На сухих каменистых участках выживает достаточно хорошо, но нежность зелени зависит от воды. Нельзя считать его массовым на всех естественных лугах Сакраменто: наиболее вероятны старые пустыри, придорожные трещины и заброшенные садовые посадки. Именно эти участки часто загрязнены и не подходят для сырого сбора.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После зимних дождей от живого основания вырастает новый листовой прирост. Весной листья особенно мягкие, летом растение образует жёлтые цветки и постепенно даёт длинные стручки. Plants For A Future отмечает возможность получения новых листьев с ранней весны до осени; в мягком климате отдельные растения продолжают рост при достаточной влажности. В сухую сильную жару листья могут становиться грубыми и необычно резкими на вкус. Цветущая верхушка иногда остаётся зелёной после высыхания нижних листьев. Для еды не нужен период семян: достаточно молодой листовой стадии.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление листьев Diplotaxis tenuifolia и отмечает очень сильный вкус, напоминающий руколу, но более острый. Листья можно мелко нарезать и добавить в смесь с мягкой зеленью, чтобы не подавлять все остальные вкусы. Слишком зрелый лист горчит и становится плотным, поэтому собирать лучше после влажной прохладной погоды.



Двурядка тонколистная — детальный снимок растения

Alex Lockton · CC BY-SA 4.0 · Источник

Свежие листья без нагрева. Их можно также использовать как пряную зелень рядом со свежими овощами, не превращая в приготовленный соус. Пищевой источник подтверждает именно лист, а не цветки, семена, корни или весь стебель. Поэтому красивые жёлтые цветки и длинные стручки здесь важны главным образом для ботанического определения. При избыточном употреблении острой горчичной зелени возможно раздражение пищеварения, так что большие порции не рекомендуются.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Brassica nigra цветки тоже жёлтые, но листья и зрелые стручки другой формы, растение обычно однолетнее и намного выше. У Sisymbrium irio цветки мелкие и более бледные, стручки тонкие, а нижние листья иначе разделены. Обычная посевная рукола Eruca vesicaria имеет беловатые либо кремовые лепестки с жилками и иной облик растения; нельзя приравнивать два вида только по сходному запаху. Если определение основано лишь на остром вкусе, сбор следует остановить. Растения у автомобильного полотна и на участках с гербицидами не пригодны для сырой пищи.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2736
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Diplotaxis+tenuifolia

Эхиноцереус Энгельмана — Съедобные красные плоды среди длинных колючек · Echinocereus engelmannii

Echinocereus engelmannii

Среди камней на южнокалифорнийских пустынных склонах иногда видны пучки коротких цилиндрических кактусов. Весной над длинными колючками раскрываются большие ярко-пурпурные цветки. Позднее на их месте созревают красные плоды, которые отдельные народы пустынного Запада употребляли свежими.



Эхиноцереус Энгельмана — фотография растения

Tom Hilton · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

В отличие от плоских опунций, у Echinocereus engelmannii стебли цилиндрические, с выступающими продольными рёбрами. Растение может образовать группу из нескольких или десятков вертикальных стеблей. Каждый покрыт множеством ареол с длинными центральными и более короткими радиальными колючками; они бывают светлыми, красноватыми или сероватыми. Обычная высота отдельного стебля — несколько десятков сантиметров.

Цветки заметно крупнее стебля по ширине, с многочисленными узкими лепестками насыщенно-розовой, пурпурной или фуксиевой окраски. В середине видны жёлтые тычинки и зелёное рыльце. Созревающий плод мясистый, красноватый; молодые плоды также защищены колючками. Без цветка и ряда других признаков пустынные эхиноцереусы бывают трудноразличимы.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

В Калифорнии вид известен в пустынях Мохаве и Колорадо, в округах San Bernardino, Riverside, Inyo, San Diego и Imperial. Он растёт среди камней, кустарников и в пиньоново-можжевеловом редколесье. Для Sacramento Valley это не естественное массовое растение. Некоторые внутривидовые разновидности имеют очень ограниченное распространение и охраняемый статус.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПЛОДЫ

После зимних и ранневесенних осадков цветение обычно происходит весной и может тянуться до начала лета в прохладных местах. Плоды созревают после цветения, чаще в конце весны и летом. В засушливые годы цветков и урожая бывает мало.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. В этноботаническом отчёте по пустынным районам Невады описано, что плоды этого кактуса употребляли свежими. Их мякоть становится пищевой только после полного удаления поверхностных колючек. Для сырой еды не подходят нераскрывшиеся зелёные плоды, стебли или цветки только потому, что они принадлежат кактусу со съедобными ягодами.

Плоды небольшие, и их сбор не оправдывает повреждение многолетнего растения. Поскольку часть популяций редкая, вид особенно уместен для изучения и узнавания, а не как надёжный источник больших запасов пищи.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Другие пустынные Echinocereus также имеют ребристые стебли и крупные цветы; некоторые цветут красным, а не пурпурным. У Opuntia плоские сочные сегменты, а у Mammillaria обычно заметны отдельные бугорки вместо продольных рёбер. Уточнение вида требует сравнения числа рёбер, колючек и строения цветка.

Редкая разновидность Echinocereus engelmannii var. howei отмечена в Калифорнии как охраняемая. Из природных популяций, особенно в парках и на особо охраняемых землях, ничего не выкапывают и не срезают без законного разрешения.

ИСТОЧНИКИ

- DOE/Nevada, ethnobotanical study of Echinocereus engelmannii: https://www.osti.gov/servlets/purl/137690
- Calflora, Echinocereus engelmannii: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2878

- Calflora, редкая разновидность howei: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2879
- FloraFinder, описание растения и плодов: https://florafinder.org/Species/Echinocereus_engelmannii.php

Лох узколистный — Серебристая листва и сладкие мучнистые плоды · Elaeagnus angustifolia

Elaeagnus angustifolia

На сухих обочинах и у старых речных посадок иногда заметно небольшое дерево, словно припорошенное серебром. Его узкие листья серебристые с обеих сторон, маленькие цветки сильно пахнут, а к концу лета поспевают жёлто-серебристые мучнистые плоды. Этот лох не является калифорнийским аборигеном, но местами он уходит из посадок в природу.



Лох узколистный — фотография растения

Robert Flogaus-Faust · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадное дерево или крупный куст, часто 3–7 метров высотой. Листья очередные, узкие, копьевидные, длиной несколько сантиметров, покрыты мельчайшими серебристыми чешуйками. Молодые ветви тоже светлые, некоторые заканчиваются острыми колючками. Цветки небольшие, трубчатые, внутри желтоватые и снаружи серебристые, часто собраны по одному-три в пазухах листьев. Плоды эллипсоидные, около сантиметра, сначала серебристые и плотные, затем более жёлтые, мягкие и мучнистые, внутри одна твёрдая косточка.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

По данным Calflora Elaeagnus angustifolia не местный для Калифорнии, но встречается как убежавшая из культуры порода. Его можно увидеть в старых защитных посадках, вдоль каналов, рек и в других нарушенных местах. В подходящих влажных долинах способен разрастаться, вытесняя местные кустарники. Декоративная посадка около дома не равна общедоступному дикому урожаю.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Ароматные цветки раскрываются обычно в конце весны и начале лета. Плоды наливаются летом, а зрелость наступает чаще с августа по октябрь, иногда позже в прохладных районах. В один день на разных ветках могут быть и вяжущие недоспелые, и уже более мягкие сладковатые плоды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелые плоды. Для этого вида и Cal Poly, и PFAF прямо описывают употребление плодов сырыми. У них необычная суховатая, мучнистая, иногда сладкая мякоть, окружающая крупную жёсткую косточку. Совсем недозревшие плоды неприятно терпкие; ожидание полной спелости меняет вкус. Плоды можно есть свежими либо естественно подсушивать без нагрева. Листья, кора, цветки и косточки не включены здесь как подтверждённая полевая сырая еда.



Лох узколистный — детальный снимок растения

Thayne Tuason (ThayneT) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Похожая серебристая листва встречается у некоторых видов облепихи и других Elaeagnus, однако у лоха узколистного характерны узкие цельные листья, сильный аромат маленьких жёлтых цветков и одиночные удлинённые плоды. Не путать лох с настоящей оливой Olea europaea: у той листья противоположные и плод устроен иначе. Внешний серебристый цвет сам по себе недостаточен для определения.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=2897
- https://selectree.calpoly.edu/tree-detail/elaeagnus-angustifolia
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Elaeagnus+angustifolia

Мушмула японская (локва) — Оранжевые плоды ранней весны · Eriobotrya japonica

Eriobotrya japonica

Когда многие плодовые деревья только начинают цвести, на вечнозелёной локве уже могут желтеть сочные плоды. В тёплых местах Калифорнии её часто замечают около старых домов и парков: большие складчатые листья остаются на дереве всю зиму, а оранжевые округлые плоды формируются после осеннего или зимнего цветения.



Мушмула японская (локва) — фотография растения

SAplants · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Локва обычно растёт как небольшое дерево с густой округлой кроной, примерно 3–8 метров высотой. Листья очень крупные, цельные, но зубчатые по краю, сверху блестящие тёмно-зелёные, снизу покрытые плотным рыжевато-коричневым войлочным опушением. Жилки глубоко вдавлены, из-за чего лист выглядит ребристым. На концах побегов осенью появляются разветвлённые кисти мелких белых ароматных цветков. Позднее развиваются округлые или грушевидные плоды обычно длиной 3–5 сантиметров, жёлтые или оранжевые, с одной или несколькими крупными тёмно-коричневыми косточками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Это интродуцированное восточноазиатское дерево, встречающееся прежде всего в садах и у домов. Calflora фиксирует одичавшие растения в округах Los Angeles, Orange, Marin, San Mateo, Sacramento и других районах, но наблюдений сравнительно немного. Оно любит мягкие зимы и нередко повреждается сильными морозами во время цветения. В Sacramento Valley встречается главным образом около поселений, а не в природном лесу.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Главная сезонная особенность локвы — цветение в прохладные месяцы, нередко с поздней осени до зимы. Спелые плоды появляются с конца зимы и весной, в разных частях штата сроки сдвигаются до начала лета. На одном дереве могут висеть жёлтые, уже ароматные плоды и соседние твёрдые зелёные завязи.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелая мякоть. Сочные мягкие жёлтые или оранжевые плоды едят свежими, обычно сняв плотную кожицу, если она грубая. Мякоть бывает беловатой, жёлтой или абрикосовой, с умеренной кислинкой. Разрезанный плод часто содержит несколько крупных гладких семян; их удаляют целиком. Сырое разминание спелой мякоти и естественная сушка возможны без огня. Листья, веточки и семена в пищу не идут: Calflora отдельно предупреждает об их токсичности.



Мушмула японская (локва) — детальный снимок растения

Dinkun Chen · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Локва не является настоящей европейской мушмулой Mespilus germanica и не похожа на небольшие жёлтые плоды цитрусовых по строению семян и листьев. У локвы крупная морщинистая листва с войлочной нижней стороной и верхушечные кисти цветков. У яблонь и груш листья обычно меньше и деревья листопадные. Не перепутайте съедобную мякоть с косточками: у растений семейства розовых семена могут содержать цианогенные соединения.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora — Eriobotrya japonica: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8718
- Oregon State University — Eriobotrya japonica: https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/eriobotrya-japonica
- Calflora — county records: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8718

Аистник крупный — Мягкое основание молодых клювовидных плодов · Erodium botrys

Erodium botrys

В конце зимы на травянистых склонах Калифорнии появляется низкая розетка лопастных листьев, а ранней весной над ней раскрываются несколько небольших розово-лиловых цветков. После опыления из цветка вырастает длинная тонкая «игла» — молодой плод с характерным клювом. Это аистник крупный, широко распространившийся заносный вид. В традиционном пищевом описании из Испании отдельно отмечено употребление сырым основания совсем молодых, ещё мягких плодов.



Аистник крупный — фотография растения

Stickpen · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя трава, часто 10–50 сантиметров высотой, с раскидистыми или приподнимающимися побегами. Листья в прикорневой розетке широкие, овальные, разделены на лопасти, но не рассечены на множество очень узких сегментов, как у Erodium cicutarium. Стебли и листья покрыты короткими волосками. Цветки имеют пять розоватых или пурпурных лепестков, часто с более тёмными жилками; околоцветник правильный или чуть неравномерный. После цветения образуется длинный клювовидный плод, состоящий из пяти отдельных частей. При созревании плод раскручивается, его острые сухие части способны цепляться к шерсти и обуви.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

University of California IPM подтверждает, что Erodium botrys — распространённый сорняк сельскохозяйственных и иных нарушенных участков. Calflora фиксирует тысячи наблюдений, в том числе сотни в округе Sacramento, а также в Placer, Yolo, Marin и прибрежных округах. Вид часто растёт на травянистых склонах, пастбищах, обочинах и в старых полях. Для сырой еды не подходят участки с автомобильной пылью, удобрениями, химическими обработками и следами животных.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После осенних дождей всходят молодые розетки. Цветение в низинах возможно с конца зимы до весны, в прохладных районах дольше. Мягкие плодовые образования появляются сразу после увядания цветка; через некоторое время они начинают удлиняться и становятся жёсткими, а зрелый плод раскручивается в упругую острую спираль. Поэтому пригодная для описанного сырого способа стадия чрезвычайно короткая — ранняя весна во время образования новых плодов.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только мягкое основание незрелого плода. В этноботаническом исследовании José A. González и коллег по сельским районам Испании прямо зафиксировано употребление сырого основания молодых плодов Erodium botrys как небольшой сезонной закуски. Это относится именно к основанию ещё нежного плодика, а не к длинному зрелому клюву. Сухие зрелые семенные части острые и не предназначены для жевания. Для этого вида нет оснований переносить отдельные сырые способы, известные у Erodium cicutarium, на листья, корни или старые стебли. Объём такой пищи очень мал.



Аистник крупный — детальный снимок растения

Curtis Clark · CC BY-SA 2.5 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Erodium cicutarium имеет значительно сильнее рассечённые, почти перистые листья, а Erodium moschatum — крупные перистые листочки с иным характером опушения и запахом. У Erodium botrys широкие лопастные листовые пластинки особенно заметны до цветения. Похожих розовых пятилепестковых цветков у гераниевых много; для точного определения нужен молодой и зрелый плод и листовая розетка. Не пробуют неизвестную зелень и тем более сухие семенные «стрелы», которые способны царапать кожу.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3446
- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/filarees/
- https://doi.org/10.1007/s10722-010-9635-8

Аистник цикутовый — Розовые цветки, перистые листья и длинные клювы · Erodium cicutarium

Erodium cicutarium

После дождливой зимы сухие калифорнийские склоны покрываются ковром из низких растений с тонко рассечёнными зелёными листьями. Над ними весной поднимаются маленькие розовые цветки, а позднее вырастают длинные «клювы», которые закручиваются при высыхании. Это Erodium cicutarium — аистник цикутовый. Его молодые листья и нежные стебли употребляют сырыми, но зрелые плоды с острыми частями совершенно не годятся для еды. Одного перистого листа для безопасного определения мало.



Аистник цикутовый — фотография растения

Ivanhoe65 · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Аистник относится к семейству гераниевых и обычно живёт один дождливый сезон. Сначала формируется прикорневая розетка из длинных листьев, глубоко разрезанных на небольшие перистые доли. Поверхность часто мягко опушена, черешки иногда красноватые. Позднее растут низкие стебли, которые стелются или слегка поднимаются. Цветок чаще имеет пять розовых или сиреневых лепестков с более тёмными прожилками и пять чашелистиков. После опыления вырастает характерный вытянутый плод со стержнем в несколько сантиметров. При созревании он распадается на отдельные семенные доли, хвостик каждой доли скручивается спиралью и может ввинчиваться в сухую землю. Такой плод заметен даже когда растение почти высохло. У молодого аистника черешки и рассечённые листья похожи на некоторые другие травы, поэтому лучше определять экземпляр, у которого видны и цветки, и характерные клювовидные плоды.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora показывает тысячи наблюдений Erodium cicutarium практически по всей Калифорнии, включая Sacramento, Yolo, Placer, San Diego и пустынные округа. California Invasive Plant Council описывает его как широко распространённый заносный сорняк пастбищ, травянистых склонов, полей и дорог. Он быстро использует кратковременную влагу и может создавать большие зелёные пятна до начала засухи. В долине Сакраменто наиболее заметен поздней зимой и ранней весной. В пустынях иногда образует необычно плотные ковры после удачных дождей, но исчезает с потеплением. Массовость не означает чистоты: пастбища могут обрабатываться, а придорожные растения собирать для еды опасно.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

При первых продолжительных осенних дождях появляются всходы. Самые мягкие листья в Центральной долине обычно доступны с декабря по март. Поздней зимой и весной растения цветут, образуют зелёные клювовидные плоды, которые по мере высыхания становятся длинными и упругими. Сухие плодики сохраняются на почве даже летом, когда пищевой зелени почти не осталось. На прохладных склонах сроки отстают от тёплых низин. Для сырой еды важнее молодая стадия растения, чем максимальная длина весеннего стебля.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает их сырую съедобность. Вкус слегка терпкий, иногда вяжущий; мелко рассечённые листья можно смешать с другой зеленью. Крупные старые листья более волосистые и менее приятны. Дубильные вещества делают особенно нежелательными большие однообразные порции.



Аистник цикутовый — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

Нежные молодые стебли. Видовой справочник отдельно отмечает их сырое употребление до огрубения. Мягкие стебельки доступны в короткий период до цветения и вскоре после него. Зрелые клювовидные плоды нельзя употреблять: остроконечные части могут цепляться за кожу и слизистые.

Корни и толстые нижние участки стеблей в кулинарных описаниях часто готовят с нагреванием; здесь не предлагается принимать их за свежий овощ. Нельзя пробовать неопознанные перистые розетки.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Аистник мускусный Erodium moschatum имеет более крупные и иначе рассечённые листовые доли. Разные Geranium имеют похожие розовые цветки, но плоды отличаются. Особенно важна безопасность ранней зелени: некоторые опасные зонтичные растения также имеют тонко разделённые листья. На стадии только розетки сходство может быть значительным. Поэтому собирают лишь полностью определённый вид, сверяя лист, цветок, стебель и характерный клюв. Грунтовая грязь, автомобильная пыль и следы гербицидов исключают сырой сбор.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3448
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Erodium+cicutarium
- https://www.cal-ipc.org/plants/profile/erodium-cicutarium-profile/

Аистник мускусный — нежные весенние листья и розовые цветки · Erodium moschatum

Erodium moschatum

На влажном калифорнийском лугу после зимнего дождя можно заметить низкую розетку листьев, разделённых на округлые зубчатые доли. Позднее над ней раскрываются небольшие розовые цветки, а затем образуются длинные плоды, напоминающие птичьи клювы. Это Erodium moschatum — аистник мускусный, заносный вид, близкий к уже описанному аистнику цикутовому. Его молодые листья используют сырыми. Отличить два аистника по одной фотографии трудно, поэтому особенно полезно подробно рассмотреть форму листьев и развитие цветка.



Аистник мускусный — фотография растения

Eugene Zelenko · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это однолетнее, иногда двулетнее растение, образующее розетку и несколько стелющихся либо приподнимающихся стеблей. Листья перисто-сложные или глубоко рассечённые, с более широкими овальными листочками, имеющими округлые зубцы по краям. Они обычно заметно крупнее и мягче тонко разделённых листочков Erodium cicutarium. При растирании правильно определённых листьев иногда ощущается специфический мускусный запах, но пользоваться им для первичного определения неизвестной травы нельзя. Цветки обычно пятилепестковые, бледно-розовые либо лиловатые, с более тёмными жилками. После цветения вырастает характерная длинная клювовидная структура, состоящая из семянок с удлинёнными хвостиками. При высыхании эти хвостики закручиваются спиралью, способствуя внедрению семян в почву. Старые стебли могут краснеть, листья иногда остаются зелёными до лета на поливе.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Erodium moschatum как неместный однолетний вид с примерно двумя тысячами наблюдений по штату. Он встречается на травянистых склонах, пастбищах, обочинах, в садах и на нарушенной земле, особенно там, где зимние дожди создают кратковременную влагу. В Sacramento Valley это возможный и местами обычный сезонный сорняк, но Erodium cicutarium часто заметно многочисленнее. На засушливом открытом месте мускусный аистник быстро проходит жизненный цикл, оставляя сухие клювы на земле. Участки, используемые для выпаса скота и обработанные гербицидами, не подходят для сырого сбора.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Всходы появляются с первыми хорошими осенними дождями. В низинах к декабрю–февралю образуются мягкие листья, которые лучше подходят для еды. Цветение обычно усиливается ранней весной, хотя в мягком климате отдельные цветки появляются ещё зимой. К середине и концу весны на стеблях возникают зелёные длинные клювы, затем высыхают и скручиваются. С наступлением летней жары большая часть растений желтеет и отмирает. На поливаемом газоне зелень может сохраняться дольше, но не всякий зелёный лист старого растения остаётся нежным.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Plants For A Future прямо подтверждает употребление листьев Erodium moschatum сырыми. Их вкус немного травянистый, иногда с мускусной ноткой; молодые мягкие листочки можно порвать и добавить к смешанной холодной зелени в небольшом количестве. Старые листья жёстче, особенно возле засохших стеблей. Нельзя считать любую похожую перистую розетку съедобной только потому, что этот аистник допускает сырой способ.



Аистник мускусный — детальный снимок растения

E Wusk · CC BY-SA 4.0 · Источник

В отличие от Erodium cicutarium, для которого в видовом источнике есть сведения о сырых молодых стеблях, здесь прямое подтверждение относится именно к листьям. Поэтому стебли, цветки, корни, зелёные и сухие плодики не включаются в пищевой перечень. Особенно нежелательны зрелые клювы с длинными хвостами, которые застревают в ткани и могут травмировать при жевании. Низкие листья у земли необходимо собирать только на чистом участке.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Аистник цикутовый Erodium cicutarium имеет более тонко рассечённые листья с узкими листовыми долями; у мускусного аистника доли шире и округлее. Некоторые виды Geranium похожи розовыми цветками и низкой розеткой, но отличаются плодами. На ранней стадии без цветка и клюва определить аистник трудно, а перистые листья бывают и у потенциально ядовитых зонтичных растений. Поэтому не следует пользоваться вкусом или запахом для определения. Лучший ориентир — взрослые признаки, увиденные на том же живом растении, а не на соседнем неизвестном экземпляре.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3452
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Erodium+moschatum

Руккола посевная — Пикантные резные листья и кремовые цветки · Eruca vesicaria

Eruca vesicaria

В прохладный сезон на старом огороде или у заброшенной грядки может вырасти низкая розетка продолговатых листьев с глубокими вырезами. Если растереть один уже опознанный лист, чувствуется резкий пряный аромат. Позднее над растением раскрываются светлые четырёхлепестковые цветки с тёмными жилками — характерный облик посевной руколы.



Руккола посевная — фотография растения

Joaquinasad · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Руккола образует розетку листьев у поверхности земли, а затем вытягивает прямостоячий цветоносный побег. Нижние листья удлинённые, разделены на крупную верхнюю и несколько более узких боковых долей. Их край может быть гладким или неравномерно зубчатым. Листья бывают светло-зелёными, иногда слегка опушёнными.

Цветки крестоцветные: четыре широко расставленных лепестка, чаще кремовых, беловатых или очень бледно-жёлтых, с заметными фиолетово-бурыми жилками. После цветения развиваются вытянутые стручки с семенами. Цветок и плод помогают отличить эту руколу от других растений с рассечённой листвой.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Eruca vesicaria — завезённый вид, известный прежде всего как овощная культура. В Калифорнии его находят и вне грядок, на нарушенной почве и возле поселений. Calflora подтверждает присутствие в штате, но записи относительно редки. Он не образует здесь таких массивных диких зарослей, как некоторые горчицы.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые листья особенно хороши после прохладной влажной погоды, обычно зимой и весной в низинах. При усилении жары растение быстро формирует цветоносы, а листья грубеют и становятся резче. Сроки цветения зависят от осеннего прорастания, дождей и температуры; на поливаемых участках цикл может повторяться.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Для Eruca vesicaria пищевой справочник Plants For A Future подтверждает употребление в сыром виде. Их едят свежими понемногу, как пряную зелень. Вкус острый и орехово-горчичный, поэтому он не похож на нейтральный салат.

Цветки. Распустившиеся светлые цветки тоже съедобны сырыми. У них сходный, но часто более мягкий вкус. Полезно дождаться цветения для точного определения вида, особенно если молодая розетка похожа на соседние сорные крестоцветные.

Стручки и семена. Хотя руколу в мире используют в разных пищевых традициях, сюда нельзя автоматически переносить способы обработки семян или получения масла. В рамках сырой пищи для этого вида достаточно молодых листьев и цветов.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У многолетней дикой руколы Diplotaxis tenuifolia, уже описанной отдельно, цветки более ярко-жёлтые, а листья часто разделены на более узкие доли. Brassica juncea и Brassica nigra тоже могут иметь резные нижние листья, но их цветки ярко-жёлтые, без типичной контрастной сетки жилок. У невцветущих растений различия сложнее, поэтому на одной розетке полагаться нельзя.

Сорванная у дороги или обработанной гербицидами земли зелень не становится безопасной из-за того, что род растения съедобен.

ИСТОЧНИКИ

- Plants For A Future, Eruca vesicaria: https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Eruca+vesicaria
- Calflora, Eruca vesicaria: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9941

• Wikimedia Commons, Eruca vesicaria: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Eruca_vesicaria.jpg

Инжир — зрелые свежие плоды · Ficus carica

Ficus carica

У старых садов, на речных террасах и вдоль каналов Калифорнии иногда растут деревья с огромными шершавыми листьями. Летом среди листвы видны зелёные грушевидные плоды; к концу сезона многие из них становятся мягкими, золотистыми, коричневыми или фиолетовыми. Инжир пришёл сюда из Средиземноморья, но в некоторых местах вышел за пределы садов и одичал. Его спелые плоды едят свежими или сушат без огня. Млечный сок дерева, напротив, опасен для кожи и не является пищей.



Инжир — фотография растения

Fanghong · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Ficus carica — листопадный кустарник или дерево, иногда высотой до восьми–десяти метров. Молодая крона раскидистая, у старого растения несколько крупных ветвей, кора серая и сравнительно гладкая. Корни могут давать новые побеги, и возле основного ствола образуются группы молодых стволиков.

Листья крупные, нередко шире ладони, очередные, на длинных черешках. Их край обычно разделён на три–пять глубоких лопастей, хотя на одном дереве встречаются и менее рассечённые листья. Верхняя поверхность грубая, с заметными волосками; снизу сильно выступают жилки. При надломе листа или незрелого плода выделяется белый латекс.

То, что называют плодом инжира, ботанически является особым мясистым соцветием — сиконием. Мелкие цветки расположены внутри полой грушевидной структуры и снаружи почти не видны. Поэтому инжир не цветёт открытыми заметными цветками, как яблоня. Развивающиеся плоды сначала зелёные, небольшие и плотные, затем увеличиваются, смягчаются и у разных сортов становятся зелёно-жёлтыми, бронзовыми или фиолетовыми. Один лишь тёмный цвет не определяет спелость: существуют полностью зрелые светлоокрашенные разновидности.

ГДЕ И НАСКОЛЬКО ЧАСТО РАСТЁТ В КАЛИФОРНИИ

Инжир широко выращивают в садах Калифорнии, но Calflora фиксирует также одичавшие растения. University of California Weed Research & Information Center описывает натурализованные деревья на речных берегах, вдоль каналов, в оврагах, на старых усадьбах и других местах, где летом сохраняется влага. В районе дельты Сакраменто–Сан-Хоакин такие деревья могут появляться вдоль дамб; Cal-IPC рассматривает их как инвазивный вид с умеренным воздействием на природные сообщества.

Это не значит, что под каждым деревом любого округа растёт дикий инжир. В сухих местах без воды ему труднее закрепиться, а часть деревьев сохраняется как бывшие посадки. В долине Сакраменто вид вполне соответствует климату жаркого лета. Дерево у забора или в саду может находиться на частной территории, и его плоды не становятся общедоступными из-за того, что ветви видны с дороги.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Листья распускаются весной; после зимнего листопада дерево может выглядеть почти голым. Развитие плодов начинается с потеплением. Некоторые сорта дают раннюю небольшую волну в начале лета на прошлогодней древесине, а основную — на росте текущего года позднее.

В Центральной долине свежий инжир чаще встречается с июня или июля до сентября–октября, в зависимости от сорта и температуры. Не каждое одичавшее дерево обязательно даёт много спелых плодов: плодоношение зависит от разновидности и опыления. Дождливая погода ближе к уборке способна привести к растрескиванию и порче плодов.

Сушёные естественным способом полностью зрелые плоды могут сохраняться за пределами сезона. Весенние листья и млечный сок доступны раньше, но пищевыми частями этой статьи не являются.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью спелые плоды. Их едят свежими, когда они становятся мягкими, несколько поникают на плодоножке и легко отделяются. Мякоть внутри бывает розоватой, красноватой или янтарной с множеством маленьких съедобных семянок. Сладость сильно различается между деревьями. UC IPM отдельно отмечает: обильное выделение белого млечного сока на срезе плодоножки указывает, что плод ещё недозрел.



Инжир — детальный снимок растения

Stefan Thiesen (Buntrabe) · CC BY-SA 3.0 · Источник

Разрезанные или размятые плоды. Спелый инжир не требует варки: его можно разрезать и съесть мягкую внутреннюю часть. Если плод повреждён насекомыми, начал бродить, имеет запах брожения или плесень, его не используют. Свежий инжир быстро портится даже в прохладе.

Естественно сушёные плоды. Традиционный способ хранения — досушивать полностью созревший инжир без огня на чистом подносе под защитой от пыли и насекомых, в подходящем сухом климате. Сырой плод должен высохнуть полностью, иначе длительное хранение грозит плесенью. Калифорнийская жара может помогать сушке, но высокая влажность и загрязнение делают такой способ ненадёжным.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ И ЧЕГО ОПАСАТЬСЯ

Крупные лопастные листья, сероватые ветви и мясистые грушевидные сиконии обычно позволяют хорошо распознать Ficus carica. Молодой побег без плодов можно перепутать с некоторыми деревьями с крупными лопастными листьями, поэтому важны именно совокупность листвы и плодов. Декоративные фикусы имеют другую форму листьев и плодов: их нельзя приравнивать к пищевому инжиру.

Особенно важен белый латекс, выступающий на срезе листьев, веточек и незрелых плодов. Calflora предупреждает о раздражении кожи, а исследователи контактных кожных реакций описывают фитофотодерматит: после контакта с соком и солнечным светом могут возникать ожоги и пузыри. Поэтому сок нельзя пробовать, а после контакта с ним руки нужно вымыть и защитить кожу от солнца. Пищей являются только зрелые плоды, а не зелёная древесина, листья или латекс.

ИСТОЧНИКИ

UC IPM — Cultural Tips for Growing Fig, зрелость и свежие/сушёные плоды: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/cultural-tips-for-growing-fig/ Calflora — Ficus carica, присутствие в штате и предупреждение о латексе: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3592 UC Weed Research & Information Center — натурализованный Ficus carica в Калифорнии: https://wric.ucdavis.edu/information/natural%20areas/wr_F/Ficus.pdf DermNet — Phytophotodermatitis, реакция на сок Ficus carica: https://dermnetnz.org/topics/phytophotodermatitis

Фенхель обыкновенный — ажурная зелень и ароматные плоды · Foeniculum vulgare

Foeniculum vulgare

Высокие сизо-зелёные стебли фенхеля поднимаются над травой, а вместо обычных широких листьев у него видны тончайшие зелёные нити. Летом над ними появляются зонтики маленьких жёлтых цветков. Фенхель происходит из Средиземноморья, но давно прижился в Калифорнии и нередко образует целые заросли. Это пищевое растение с пряным, напоминающим анис ароматом.



Фенхель обыкновенный — фотография растения

Sten · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Фенхель — многолетняя трава, ежегодно выпускающая новые стебли от основания. В благоприятных местах они вырастают выше человеческого роста, иногда примерно до трёх метров. Стебли прямостоячие, разветвлённые, продольно бороздчатые и полые внутри. У их основания часто сохраняются сухие стебли предыдущего сезона.

Листья глубоко разделены на тонкие, почти нитевидные сегменты. Издали зелень напоминает лёгкое перо. Листовые основания расширены и охватывают стебель. При растирании точно определённого фенхеля появляется характерный сладковатый анисовый запах, но один запах не заменяет полной проверки растения.

Цветки собраны в широкие сложные зонтики: несколько лучей выходят из одной точки, а на их концах располагаются группы крошечных жёлтых цветков. После цветения созревают удлинённые ребристые плоды, которые в быту обычно называют семенами. Сначала они зелёные, затем желтовато-бурые. В каждом сухом плоде находятся две половинки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО ЕГО МНОГО

Фенхель встречается во многих частях Калифорнии: по краям полей, на открытых склонах, вдоль дорог, на старых сельскохозяйственных участках и в прибрежных сообществах. Особенно большие заросли описаны для района залива Сан-Франциско, полуострова Палос-Вердес и некоторых участков Южной Калифорнии. В долине Сакраменто его также можно встретить на нарушенных, достаточно солнечных участках, но он не равномерно распространён по всему штату.

Это завезённый вид. Там, где фенхель сильно разрастается, он способен вытеснять местную растительность. Само по себе присутствие большого куста не означает, что найден именно съедобный фенхель: среди растений семейства зонтичных есть смертельно ядовитые виды.

КОГДА ДОСТУПНЫ СЪЕДОБНЫЕ ЧАСТИ

Новые листья и нежные кончики побегов появляются с возобновлением роста после дождей. В мягких районах они могут сохраняться значительную часть года, особенно зимой и весной. Летом стебли становятся более грубыми.

Мелкие жёлтые цветки обычно появляются с поздней весны до лета. В зависимости от района цветение может продолжаться дольше; Cal-IPC отмечает особенно заметные зонтики в апреле–июле.

Зелёные ароматные плоды формируются после цветения. К концу лета и осенью многие из них становятся сухими и коричневатыми. Сроки зависят от температуры и влажности.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Нежные листья. Тонкие зелёные сегменты фенхеля используют свежими. Их анисовый вкус добавляет аромат сырой зелени, салатам и другим холодным блюдам. В отличие от широких салатных листьев, фенхель обычно служит ароматной добавкой, а не основой большой порции зелени.



Фенхель обыкновенный — детальный снимок растения

Saintfevrier · CC BY-SA 4.0 · Источник

Молодые побеги и мягкие стебли. В пищевых традициях Средиземноморья и современной кухне нежные побеги употребляют свежими. У фенхеля овощной разновидности — Florence fennel — едят также сочные утолщённые основания листьев. Однако у диких калифорнийских зарослей такого крупного белого «кочанчика» обычно нет: нельзя переносить внешний вид овощного сорта на любую дикорастущую особь.

Плоды, которые называют семенами. Зелёные и сухие ароматные плоды используют как пряность. Их можно разжевать или растолочь без нагревания, чтобы высвободить запах. Для хранения зрелые плоды естественно подсушивают; это позволяет использовать урожай после окончания сезона.

Таким образом, у фенхеля есть несколько сезонов съедобных частей: нежная зелень в период роста, ароматные плоды после цветения и сухие плоды позже.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Сходство с ядовитым болиголовом пятнистым (Conium maculatum) особенно опасно. У него тоже высокие стебли и ажурные листья, но цветки белые, а не жёлтые. На гладком стебле болиголова часто заметны фиолетовые пятна. Болиголов смертельно ядовит; прикосновение к отдельным его частям тоже нежелательно.

Болиголов содержит смертельно опасные алкалоиды: UC IPM указывает, что все его части токсичны. Даже на раннем этапе молодые зонтичные похожи между собой, а белые цветки и пурпурные пятна могут быть ещё не видны. Определение дикого фенхеля не должно начинаться с пробы листьев, семян или запаха раздавленного незнакомого растения. Другие зонтичные растения тоже могут быть похожи, особенно до цветения. Поэтому ни форма листьев, ни аромат, ни фотография по отдельности не подходят для самостоятельного решения о съедобности дикого экземпляра. Если остаётся хоть малейшая неопределённость, растение не употребляют.

ИСТОЧНИКИ

- California Invasive Plant Council, Foeniculum vulgare: https://www.cal-ipc.org/plants/profile/foeniculum-vulgare-profile/
- California Invasive Plant Council, Fennel plant report: https://www.cal-ipc.org/resources/library/publications/ipcw/report51/
- University of Wisconsin–Madison Extension, Fennel Foeniculum vulgare: https://hort.extension.wisc.edu/articles/fennel-foeniculum-vulgare/
- Purdue Extension, Fennel: https://extension.purdue.edu/foodlink/food.php?food=fennel
- UC IPM, Poison Hemlock: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/poison-hemlock/

Белый шалфей — сырые молодые стебли и семена

White Sage

На сухих склонах Южной Калифорнии растёт кустарник с почти белыми пушистыми листьями. После зимних дождей он выпускает нежные молодые стебли, а к лету над серебристой листвой поднимаются высокие цветоносные ветви. Позже в маленьких чашечках остаются тёмные семена. Именно нежные молодые стебли имеют прямое этноботаническое подтверждение сырого употребления. Семена тоже служили пищей, но для сырого способа надо отличать холодное замачивание от исторически распространённого обжаривания.



Белый шалфей — фотография растения

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Белый шалфей — многолетний полувечнозелёный кустарник из семейства яснотковых. Основная зелёная часть обычно высотой около 60–150 сантиметров, а цветоносные стебли могут подниматься значительно выше — иногда до двух метров. Ветви разветвляются от основания и со временем одревесневают.

Листья простые, длинные, узколанцетные или овально-ланцетные, обычно около 4–8 сантиметров длиной, с едва заметными зубчиками по краю. Их покрывают густые короткие светлые волоски, из-за которых вся розетка кажется серебристо-белой. Молодые листья могут быть зеленее старых. Растение сильно пахнет при прикосновении, но один запах шалфея не годится для определения вида.

Весной из верхней части куста вырастают длинные цветоносные ветви. Небольшие белые или едва сиреневые двугубые цветки располагаются группами вдоль них. Из цветка заметно выступают тычинки. После опыления в чашечках формируются маленькие твёрдые орешковидные плодики — по ним растение отличается от ягодных кустарников. Семена мелкие, темноватые, округло-овальные.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Salvia apiana — местный вид Южной Калифорнии и севера Нижней Калифорнии в Мексике. Он особенно характерен для прибрежных шалфейных кустарниковых сообществ, сухих солнечных холмов, предгорий и склонов с хорошо дренированной почвой. Его можно встретить в округах Сан-Диего, Риверсайд, Ориндж и соседних районах, включая западные края пустынь.

В подходящем прибрежном кустарнике белый шалфей бывает заметным и местами многочисленным, но не является обычной дикорастущей зеленью влажных северокалифорнийских лесов или дна долины Сакраменто. Даже в пределах южного ареала количество кустов различается по склонам и годам.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Серебристая листва может сохраняться в течение года, особенно в мягких районах, но взрослые листья не следует считать подтверждённой сырой пищей. В засушливое лето часть листвы засыхает или уменьшается.

Молодые стебли растут главным образом в прохладный влажный сезон: с января до апреля, нередко продолжая развиваться весной. Цветоносы обычно поднимаются весной, а цветки раскрываются примерно с апреля по июль. Пищевой сезон нежных стеблей короткий: позднее они становятся жёсткими.

Семена созревают после цветения, преимущественно летом; в исторических календарях Южной Калифорнии их сбор относится приблизительно к июню–сентябрю. В зависимости от дождей и высоты сроки заметно меняются.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые стебли. San Diego Natural History Museum описывает именно сырое употребление молодых стеблей белого шалфея; University of San Diego также подтверждает очищенные молодые побеги у кумеяай. Во время весеннего роста мягкую часть побега можно было есть без нагревания. Это относится к молодым побегам, а не к старым жёстким ветвям.



Белый шалфей — детальный снимок растения

Roger Culos · CC BY-SA 4.0 · Источник

Очищенные верхушки цветоносных стеблей. В отдельной этнографической записи о луисеньо отмечено, что верхушки стеблей очищали от наружного слоя и ели сырыми. Это другой момент жизни растения: уже развившийся, но ещё подходящий по мягкости стебель. Разные способы относятся к конкретному виду Salvia apiana и не должны автоматически переноситься на другие шалфеи.

Семена. Мелкие зрелые семена можно было употреблять сырыми или размалывать. Plants For A Future отдельно указывает сырые семена Salvia apiana и замачивание на ночь в холодной воде или фруктовом соке для напитка. Этот вариант не равен обжаренному и размолотому pinole, известному у некоторых народов Южной Калифорнии. У некоторых коренных народов Южной Калифорнии семена белого шалфея были важной пищей. Для нашей темы существенно, что помимо других традиционных способов документировано употребление и без нагревания.

Кожистые, сильно пахнущие листья могут оставаться на кусте круглый год, однако перечисленные источники не описывают их как обычную сырую салатную зелень. Поэтому пищевыми частями этой статьи остаются молодые стебли, очищенные верхушки и семена.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Южной Калифорнии растёт множество шалфеев: чёрный шалфей Salvia mellifera, пурпурный Salvia leucophylla и другие родственники. У белого шалфея обычно особенно светлые густо опушённые листья, высокие белёсые цветоносы и бело-лавандовые цветки. У чёрного шалфея листья заметно зеленее, более морщинистые, а цветочные группы имеют другую окраску и расположение. Для точного определения нужно смотреть на листья и цветки вместе.

Белый шалфей живёт преимущественно в южнокалифорнийских прибрежных зарослях, а не в предгорьях Сакраменто. Он может встречаться рядом с другими видами шалфея, которые отличаются цветками, опушением и листьями. Его нельзя определять лишь по сильному запаху или

светлому цвету. Мягкая съедобная сердцевина молодого стебля — не то же самое, что ароматные зрелые листья; листья для сырого салата здесь не предлагаются.

ИСТОЧНИКИ

- San Diego Natural History Museum, White Sage (сырые молодые стебли): https://coasttocactus.sdnhm.org/plants/white-sage
- University of San Diego, Kumeyaay Garden, White Sage (сбор очищенных молодых стеблей): https://www.sandiego.edu/kumeyaay-garden/plant.php?ID=2
- Plants For A Future, Salvia apiana (сырые семена, холодное замачивание, очищенные верхушки): https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Salvia+apiana
- USDA Forest Service, Salvia apiana, сезон роста и распространение: https://www.fs.usda.gov/psw/publications/beyers/psw_2018_beyers013_montalvo_salvia-apiana.pdf
- UC Davis Arboretum, California White Sage, внешний вид: https://arboretum.ucdavis.edu/all-stars/california-white-sage

Земляника садовая — клубника — Сочные красные плоды с семянками на поверхности · Fragaria × ananassa

Fragaria × ananassa

В калифорнийском саду или у заброшенного участка иногда сохраняются низкие розетки тройчатых листьев, соединённые длинными стелющимися усами. Весной над ними появляются белые цветки, а позднее — сочные красные плоды с маленькими семянками на поверхности. Это садовая земляника, которую обычно называют клубникой. В Калифорнии она прежде всего выращивается человеком, но отдельные растения могут пережить заброшенный огород. Полностью спелые плоды едят сырыми.



Земляника садовая — фотография растения

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя низкая травянистая розетка высотой обычно 10–25 сантиметров, с коротким толстым корневищем и длинными ползучими усами, укореняющимися в узлах. Листья на длинных черешках, каждый состоит из трёх овальных листочков с отчётливо зубчатым краем и немного морщинистой поверхностью. На отдельном невысоком цветоносе раскрываются небольшие белые пятилепестковые цветки с жёлтым центром, заполненным многочисленными пестиками. После опыления разрастается сочное красное цветоложе, а настоящими плодами являются маленькие жёлто-коричневые семянки, видимые на поверхности. У сортов красная часть бывает округлой, конической или вытянутой, иногда с белой верхушкой.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Fragaria × ananassa — культурный гибрид, происхождение которого связано с несколькими видами земляники из Америки. Его выращивают в Калифорнии, особенно в прохладных прибрежных районах, а также в садах центральных долин при поливе. Существуют местные дикие Fragaria, например F. chiloensis и F. vesca, но их не следует автоматически называть садовой клубникой. Calflora отдельно регистрирует некоторые природные и исторические таксоны группы Fragaria × ananassa; это не означает, что любой дикорастущий кустик на побережье представляет собой обычный товарный сорт. На сельскохозяйственном поле и в частном саду урожай принадлежит владельцу.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягком климате розетка сохраняет зелёные листья долго, особенно при поливе. Весенние цветки открываются после периода прохлады; ягоды созревают спустя несколько недель. В прибрежной Калифорнии некоторые сорта плодоносят большую часть тёплого сезона, в жаркой долине Сакраменто основная волна часто приходится на весну и раннее лето, хотя при поливе бывает повторный урожай. Спелый плод становится равномерно красным для красноплодных сортов, ароматным и сравнительно мягким. Белые кончики у некоторых сортов означают неполное созревание.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелые плоды. Красное разросшееся цветоложе едят сырым, вместе с маленькими наружными семянками; зелёную чашечку обычно снимают. Мякоть сочная, сладкая или кисло-сладкая. Плоды можно раздавить в холодную фруктовую массу, смешать с питьевой водой либо естественно подсушить на чистой сетке, если полностью исключена плесень. Участки возле грунта особенно уязвимы к загрязнению: перед едой плоды осторожно промывают чистой водой. Листья и корни не включены в пищевой список этой статьи, потому что их сырой способ для культурного гибрида отдельно не подтверждён и не нужен.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Fragaria chiloensis, местная прибрежная земляника, имеет кожистые блестящие листья и обычно меньшее количество плодов на природном кустике. Fragaria vesca отличается более мелкими ароматными плодами, которые отрываются с характерным лёгким отделением от цветоложа, и иной формой листовых зубцов. В садах существуют многочисленные гибриды, и точно определить растение по одному красному плоду бывает невозможно. Не следует путать землянику с декоративной лапчаткой Potentilla indica: её плоды похожи на клубнику, но часто более сухие и без привычного аромата.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9968
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Fragaria+x+ananassa
- https://www.calstrawberry.com/

Fragaria chiloensis — прибрежная земляника

Fragaria chiloensis

На прибрежных склонах и в песчаных лощинах Калифорнии растёт низкая земляника с крепкими блестящими тройчатыми листьями. Весной над ними появляются белые цветки, а ближе к лету иногда созревают небольшие красные ароматные плоды. Это Fragaria chiloensis, прибрежная, или чилийская, земляника. Она является одним из предков современной садовой земляники и образует зелёные коврики побегов вдоль Тихого океана. Сырой пищевой урожай — спелые плоды, причём на многих участках их немного.



Fragaria chiloensis — фотография растения

Mike (Pompilid) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетняя низкая трава. От прикорневой розетки отходят длинные ползучие усы, на которых появляются дочерние розетки. Благодаря им несколько растений могут соединяться в плотный ковёр. Листья расположены на длинных черешках и состоят из трёх отдельных плотных листочков с зубчатыми краями. По сравнению с лесной земляникой Fragaria vesca они часто более кожистые и блестящие.

Цветки одиночные или собраны по несколько, сидят над зелёной массой на тонких цветоносах. У них пять белых лепестков, жёлтые тычинки и зелёная чашечка. После опыления развивается мясистое красное цветоложе с маленькими сухими семянками на поверхности. Оно бывает округлым или немного вытянутым, у дикого растения обычно намного мельче садовой земляники.

У вида в разных местах встречаются формы с разными размерами листа и интенсивностью плодоношения. Поэтому ботаническая идентификация требует совокупности признаков: ползучие усы, строение листьев, цветок, чашечка и плод на одном растении.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Fragaria chiloensis — местный вид Калифорнии, характерный для морских побережий, краёв дюн, приморских травянистых площадок и кустарниковых склонов. Calflora подтверждает многочисленные наблюдения в прибрежных округах. Живые растения также можно увидеть в природных ботанических садах, но садовая посадка не является доказательством естественного места произрастания.

В отличие от Fragaria vesca, встречающейся в лесах и горах, Fragaria chiloensis прежде всего привязана к океаническому климату. В районе Сакраменто это не типичный массовый

дикорастущий вид. При подходящем освещении и влаге у моря растение может покрывать землю широкими пятнами, но спелых ягод на этих пятнах бывает мало. Сильный ветер, соль и песок формируют низкую плотную зелень.

КОГДА МОЖНО НАЙТИ СЪЕДОБНЫЕ ПЛОДЫ

Зелёные листья в мягком прибрежном климате могут сохраняться круглый год. Весной появляется новый прирост усов. Белые цветки чаще заметны с апреля по июнь, в некоторых местах дольше.

Спелые красные плоды в основном появляются после цветения, ориентировочно с конца мая до июля–августа. Период смещается из-за холодного тумана, высоты приморской террасы и дождей. Дикое растение способно долго оставаться зелёным, даже когда урожай уже полностью закончился.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью спелые красные плоды. Plants For A Future прямо перечисляет их как съедобные сырыми у Fragaria chiloensis. Их едят свежими, когда они мягкие, полностью окрашены и имеют характерный земляничный запах. Размер плодов у дикого растения небольшой, вкус иногда особенно сладкий, иногда кисловатый. Эти ягоды — сезонное лакомство, а не надёжный источник большого объёма пищи.



Fragaria chiloensis — детальный снимок растения

Dinkum · CC BY-SA 3.0 · Источник

Размятые свежие плоды. Ягоды можно раздавить и съесть без приготовления. Длительное хранение мягких ягод без охлаждения ненадёжно. Листья, корни, усы и цветки в этой статье не обозначены сырой пищей: употребление листьев других видов земляники или приготовление горячего напитка не служит видовым подтверждением сырой съедобности Fragaria chiloensis.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У лесной земляники Fragaria vesca листья обычно менее плотные, а её распространение связано с лесами и предгорьями. У лапчаток Potentilla некоторые листья тоже тройчатые и зубчатые, но цветки и плоды отличаются; у Potentilla indica цветки жёлтые, а красные плоды часто держатся вертикально и отличаются структурой. Цветок с пятью лепестками сам по себе недостаточен для определения.

На охраняемых прибрежных дюнах сбор растений и плодов может быть запрещён, даже когда вид обычный. Нельзя вырывать розетки ради нескольких ягод или повреждать песчаный покров, который удерживают их усы. Подходят только чистые, разрешённые участки и уверенно определённые растения.

ИСТОЧНИКИ

Calflora, Fragaria chiloensis — родной для Калифорнии вид: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3606 Plants For A Future, Fragaria chiloensis — употребление плодов сырыми: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Fragaria_chiloensis Watershed Nursery, Fragaria chiloensis — приморское местообитание и цветение: https://www.watershednursery.com/nursery/plant-finder/fragaria-chiloensis/

Лесная земляника — белые цветки, летние плоды и съедобные листья

Fragaria vesca

В лесной тени, на опушках и по краям полян встречается растение, которое напоминает обычную садовую землянику в миниатюре. Его белые цветки раскрываются невысоко над землёй, а позже на тонких цветоносах появляются ароматные красные плоды. У лесной земляники есть и другая съедобная часть: молодые листья можно употреблять сырыми.



Лесная земляника — фотография растения

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это низкое многолетнее травянистое растение, обычно не выше 15–30 сантиметров. Оно живёт не как одиночная травинка: от материнского кустика могут отходить тонкие ползучие «усы», на которых образуются новые розетки.

Каждый длинночерешковый лист состоит из трёх листочков. У них заметные жилки и зубчатые края; молодые листья мягкие и иногда слегка опушённые. Из середины розетки поднимаются тонкие цветоносы. Цветки обычно имеют пять белых округлых лепестков и жёлтую середину. Позже образуется небольшое красное мясистое цветоложе с множеством крошечных семянок на поверхности — именно его мы называем земляничной ягодой. Плоды чаще всего около сантиметра длиной, иногда немного больше.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Fragaria vesca — природный вид Калифорнии и других областей Северной Америки; также встречается в Евразии. В Калифорнии её можно найти в лесах и лесных просветах, на горных лугах, в предгорьях, в местах с умеренной влажностью почвы. Она встречается среди сосен, дубов и в смешанных лесах, но не образует сплошной ягодник в любом сухом месте штата.

В подходящем месте земляника разрастается розетками и может образовывать небольшие пятна. Там, где летом почва быстро высыхает, сезон короткий; на прохладных высотах зелень и плодоношение сохраняются дольше.

КОГДА ДОСТУПНА

Листья появляются с началом роста и остаются зелёными в течение подходящего по влажности сезона. В мягких местах они могут сохраняться и зимой, но самая нежная зелень обычно бывает весной.

Белые цветки в Калифорнии появляются с весны, а в некоторых районах — раньше или повторно позже. Красные зрелые плоды чаще доступны с конца весны до середины лета; на большей высоте их сезон может сдвигаться к июлю–августу. Точная неделя зависит от дождей, температуры и затенения.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелые плоды. Их едят прямо свежими, когда мясистая часть полностью окрашена и стала мягкой. В справочнике USDA NRCS описано, что коренные жители Калифорнии и Невады собирали и ели дикорастущую землянику свежей. Сбор спелых плодов известен и во многих европейских странах, где растёт этот же вид.



Лесная земляника — детальный снимок растения

Curtis Clark · CC BY-SA 2.5 · Источник

Молодые листья. Iowa State University Extension рассматривает лесную землянику вместе с виргинской земляникой и указывает для этих растений возможность употреблять листья сырыми. Для калифорнийского сбора особенно важна точная идентификация Fragaria vesca: три листочка сами по себе ещё не позволяют отделить все похожие виды. Лучше всего для такого способа подходят нежные листья периода роста; зрелые листья становятся плотнее. В мягком климате листва бывает доступна намного дольше ягод, но для пищи подходят прежде всего нежные молодые листья, а не грубая старая розетка.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У лесной земляники три зубчатых листочка, белый цветок с жёлтой серединой и мясистый плод с семянками снаружи. Похожая ложная земляника Potentilla indica тоже образует ползучие розетки и красные плоды, но её цветки жёлтые, а плоды обычно стоят вверх и выглядят более зернистыми. Она не считается опасным ядовитым двойником, однако это другое растение.

У самой лесной земляники бывают небольшие различия по форме листа и размеру плода. Поэтому определять её по одной случайной тройчатой листовой пластинке недостаточно: важны вместе цветки, характер роста и плоды.

ИСТОЧНИКИ

- Royal Botanic Gardens, Kew — Fragaria vesca, строение растения: https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:30074127-2/general-information
- USDA Forest Service, Fragaria vesca, экология и использование: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/fraves
- USDA NRCS, Native Uses of Native Plants — Fragaria vesca, свежие плоды: https://www.nrcs.usda.gov/sites/default/files/2023-01/Native_Uses_of_Native_Plants-revised_2018-web.pdf
- Iowa State University Extension, Woodland Strawberry, съедобные сырые листья и плоды: https://naturalresources.extension.iastate.edu/encyclopedia/woodland-strawberry
- Calflora, Fragaria vesca, распространение по Калифорнии: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3609
- NIEHS, False Strawberries (Potentilla indica): https://www.niehs.nih.gov/health/kids/topics/natural-world/wildlife/plants/false-strawberry

Земляника виргинская — Горные розетки и сладкие красные плоды · Fragaria virginiana

Fragaria virginiana

У ручьёв и на опушках горных калифорнийских лесов можно увидеть низкие тройчатые листья, между которыми весной появляются белые цветки. Позже на тонких цветоносах созревают маленькие красные ароматные ягоды. Это Fragaria virginiana — земляника виргинская, у калифорнийских ботаников также известная как горная земляника. Дикие плоды обычно гораздо мельче магазинной клубники, зато съедобны сырыми и хорошо показывают связь растения с коротким горным летом.



Земляника виргинская — фотография растения

Fritzflohrreynolds · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это низкая многолетняя трава с прикорневой розеткой. От неё отходят тонкие длинные ползучие усы, на концах которых образуются дочерние розетки. Каждый лист состоит из трёх отдельных овальных листочков, зубчатых по краю, на тонком черешке. Средний листочек часто немного крупнее боковых. Верхняя поверхность зелёная, снизу бывают волоски; их распределение различается между разновидностями и популяциями. Цветки обычно с пятью белыми лепестками и многочисленными жёлтыми тычинками. Снизу цветка видны зелёные чашелистики. После опыления разрастается мясистое цветоложе, покрытое множеством маленьких сухих семянок на поверхности. При полном созревании плод становится красным и мягким. У калифорнийских горных растений форма и опушение могут отличаться от широко описанных восточноамериканских экземпляров; важно смотреть на все признаки, а не сравнивать один лист с картинкой из другого региона.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Fragaria virginiana местным для Калифорнии видом, отмечая горные и предгорные места, берега ручьёв, леса жёлтой сосны, красной пихты, ложнопихтовые и субальпийские сообщества. Он не имеет того же узкого приморского ареала, что Fragaria chiloensis, и не совпадает полностью с лесной Fragaria vesca. Для путешествий из Сакраменто соответствующие местообитания встречаются выше в Сьерра-Неваде, где достаточно весенней влаги и лето не столь жаркое. В долине на открытых сухих газонах природную горную землянику ожидать не следует; декоративные и садовые гибриды рядом с домами не заменяют местную дикорастущую популяцию.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Зимой надземная зелень в горах сокращается или скрывается под снегом. С таянием снега весной появляются молодые листья и белые цветки, обычно позднее, чем в тёплой Центральной долине. В низких предгорьях цветение бывает в апреле–мае, выше — в мае–июне и позже. Полностью красные плоды чаще созревают в июне–августе, в зависимости от высоты, тени и водоснабжения. На одном участке короткий сезон ягод может закончиться за пару недель, а зелёные листья продолжат расти. Важно не путать наличие листьев в сентябре с продолжением плодового урожая.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелые красные ягоды. Plants For A Future подтверждает их употребление сырыми именно у Fragaria virginiana. Мягкий красный плод легко раздавить, он сладковатый и ароматный, иногда с заметной кислинкой. Его едят свежим без очистки и нагрева, оставляя маленькие семянки на поверхности. Для полевой еды подходят только полностью окрашенные плоды с привычным земляничным запахом.



Земляника виргинская — детальный снимок растения

Sebaz · CC BY-SA 4.0 · Источник

Размятые свежие ягоды. Спелые плоды можно соединить в холодную ягодную массу и съесть вскоре после сбора. Вне охлаждения они плохо сохраняются, быстро мнутся и плесневеют. В кулинарных источниках встречаются напитки из листьев после заваривания, однако горячее заваривание не относится к пище без огня; сырые листья, корни и усы здесь не рекомендованы как пищевой урожай.

Дикая земляника невысока по урожайности. Отдельный красный плод лучше оставить, если растения мало и участок находится под восстановлением.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Fragaria vesca тоже имеет тройчатые зубчатые листья и белые цветки, но отличается деталями листочков, волосков и строения цветоложа; эти признаки лучше сравнивать по ботаническому ключу. Прибрежная Fragaria chiloensis чаще образует кожистые блестящие листья и растёт у океана. У ложной земляники Potentilla indica цветки жёлтые, а плоды обычно держатся более прямо. Нельзя определять землянику только по трём листочкам: у некоторых лапчаток листья очень похожи. На охраняемых горных лугах сбор может быть запрещён, а на окраинах троп растения загрязняются пылью.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3610
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Fragaria+virginiana

Галинсога мелкоцветковая — Мягкие листочки низкого летнего сорняка · Galinsoga parviflora

Galinsoga parviflora

На влажноватой огородной земле летом иногда появляется неприметная быстрорастущая трава, которую легко пропустить среди более высоких овощей. У неё супротивные зубчатые листья и крошечные цветочные корзинки: жёлтая серединка окружена несколькими короткими белыми лепестковидными цветками. Это галинсога мелкоцветковая, занесённое в Калифорнию растение. Её молодые листья и мягкие побеги описаны как сырая листовая пища в различных странах, но в штате она отмечена сравнительно редко.



Галинсога мелкоцветковая — фотография растения

Eurico Zimbres (Zimbres) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя трава от 10 до 60 сантиметров высотой с мягким ветвистым четырёхгранным либо округлым стеблем. Листья расположены попарно напротив друг друга, на коротких черешках, яйцевидные, с заострённой вершиной и отчётливыми зубчиками по краю, иногда с небольшим опушением. В пазухах верхних листьев появляются маленькие корзинки диаметром несколько миллиметров: обычно четыре–пять белых язычковых цветков с тремя зубцами на каждом окружают жёлтую серединку из трубчатых цветков. Позднее образуются мелкие сухие семянки с короткими летательными чешуйками. Растение быстро закладывает новые ветки и соцветия, когда почва постоянно влажная.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Galinsoga parviflora как неместный однолетник с приблизительно девяноста наблюдениями; конкретная разновидность var. parviflora зарегистрирована ещё реже. Вид встречается на нарушенной почве, на старых огородных грядках, возле компостов, в поливных посадках и иногда у сельских домов. Это не обычная степная трава сухих холмов и не ожидаемый источник пищи в высокогорной тундре. В районе Сакраменто самосев возможен при поливе, но вместо галинсоги часто растут иные мелкие астровые. Обработанные поля и мусорные кучи для сырого сбора непригодны.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Галинсога прорастает после устойчивого прогрева влажной почвы. В жарких долинах при поливе листья появляются с конца весны, а цветение часто продолжается летом и до ранней осени. При достаточной влаге растение способно давать несколько поколений за сезон. Самые нежные листья собирают до массового образования корзинок; позднее стебли становятся более жёсткими, но молодые верхушки сохраняют мягкость. После заморозка надземные побеги погибают.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и нежные верхушки. В ботанических и пищевых описаниях Galinsoga parviflora упоминается как листовая овощная трава; специализированный справочник съедобных растений подтверждает её сырое употребление. Мягкие листья обладают неярким травянистым вкусом, иногда с лёгкой пряностью. Их можно измельчить и добавить в холодную зелёную смесь без огня. Сильно опушённые взрослые стебли менее приятны; семена не являются здесь подтверждённой пищей. Листья с почвы, загрязнённой сточными водами или удобрениями, есть сырыми нельзя.



Галинсога мелкоцветковая — детальный снимок растения

Kristian Peters (Fabelfroh) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Galinsoga quadriradiata, отдельный вид, имеет более густые длинные волоски на стеблях и цветоножках и обычно заметно более волосистые листья; её семянки и прицветники тоже отличаются. У Galinsoga parviflora растение выглядит более гладким. Tridax procumbens имеет более крупные одиночные цветочные корзинки на длинных цветоносах и иной рост. По одной миниатюрной жёлто-белой корзинке невозможно установить вид; нужны листья, опушение стебля, цветоножка и зрелые семянки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9974
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3651
- https://cals.cornell.edu/weed-science/weed-profiles/galinsogas
- https://edibleplantdb.org/plants/4610/galinsoga-parviflora

Галинсога четырёхлучевая — Опушённая летняя зелень с крошечными белыми венчиками · Galinsoga quadriradiata

Galinsoga quadriradiata

На влажной рыхлой почве старого огорода иногда растёт небольшой густо опушённый однолетник с попарными зубчатыми листьями. Над зеленью появляются едва заметные корзинки из жёлтых трубчатых цветков и нескольких белых лепестковидных цветков. Галинсога четырёхлучевая тесно родственна мелкоцветковой, но отличается густым волосистым покровом и деталями плодов. Её молодые листья документированы как пища без приготовления, в том числе в этноботанических исследованиях Индонезии.



Галинсога четырёхлучевая — фотография растения

Rasbak · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя трава высотой приблизительно 15–60 сантиметров, с многочисленными боковыми ветвями и мягкими, иногда липковато-волосистыми стеблями. Листья супротивные, на коротких черешках, яйцевидные или широколанцетные, с отчётливым зубчатым краем; пластинки и жилки покрыты заметными мягкими волосками. Цветочные корзинки мелкие, на тонких цветоножках, часто с четырьмя–пятью белыми краевыми язычковыми цветками, каждый на вершине разделён на три коротких зубца. Жёлтая середина состоит из многих крошечных трубчатых цветков. После цветения формируются сухие семянки с короткими чешуйками и щетинками, у этого вида зрелые плоды особенно полезны для распознавания.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora зарегистрировала Galinsoga quadriradiata как неместный вид с лишь несколькими подтверждёнными наблюдениями. Поэтому в Калифорнии нельзя считать каждую мелкую галинсогу представителем этого вида: большинство похожих находок следует определять заново. Возможные места — влажные огородные участки, нарушенные грядки, компост и поливные посадки. Вид родом из Америки, но завезён и в многие другие страны, где хорошо растёт на мягкой влажной почве. В сухих природных сообществах Сакраменто постоянно встречать его не стоит.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Семена прорастают после прогрева влажной почвы и быстро образуют первые зубчатые листья. При поливе трава развивается с поздней весны, иногда цветёт уже через несколько недель. Летом одновременно появляются новые листочки и корзинки, а к осени созревают семена. Самые нежные листья доступны до активного ветвления и цветения; у старого растения волосистые ткани могут стать неприятными на ощупь. С первыми сильными холодами надземная часть гибнет.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Исследование традиционного пищевого использования астровых на горе Бисма, Центральная Ява, отдельно упоминает Galinsoga quadriradiata: молодые листья употребляют сырыми как свежую зелень, а взрослые чаще готовят. Для еды без огня берут несколько чистых мягких листочков с верхней части растения, мелко режут и смешивают с нейтральной зеленью. Сильно волосистые зрелые листья и жёсткие стебли менее пригодны. Семена и корни не входят в подтверждённый сырой список. Из-за огородного происхождения особенно важно отсутствие инсектицидов, фекального загрязнения и сточных вод.



Галинсога четырёхлучевая — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Galinsoga parviflora имеет более гладкие стебли и листья и отличается строением чешуек на семянках. Другие мелкие астровые, например Tridax procumbens, могут иметь похожие белые лучики, но цветоносы и листья устроены иначе. У G. quadriradiata на листьях и цветоножках много длинных волосков, а корзинки очень мелкие. Одного числа белых краевых цветков недостаточно, потому что оно изменчиво у обоих видов галинсоги. Нужны взрослое растение и зрелая корзинка.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3652
- https://journal.ugm.ac.id/jtbb/article/viewFile/66953/33038
- https://botsoc.scot/2022/10/23/plant-of-the-week-24th-october-2022-shaggy-soldier-galinsoga-quadriradiata/

Подмаренник цепкий — Весенняя липкая зелень под деревьями · Galium aparine

Galium aparine

Зимой и в начале весны под кустами, у заборов и на сыроватой земле появляется цепкая трава. Её побеги тянутся по соседним растениям и легко пристают к одежде, словно зелёная липучка. Пока стебли совсем молодые и нежные, верхушки и листья можно использовать свежими; с возрастом крючочки делают их жёсткими.



Подмаренник цепкий — фотография растения

Luis Nunes Alberto · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это однолетнее растение с длинными слабыми четырёхгранными стеблями, обычно от нескольких десятков сантиметров до метра и более. Самостоятельно стоять прямо они почти не могут: цепляются за другие травы и кусты. В узлах вокруг стебля расположены мутовки из шести–восьми узких листьев, заострённых на концах. Листья и грани стебля густо покрыты мельчайшими направленными назад крючочками. Если осторожно прикоснуться к побегу, чувствуется его шероховатость. Цветки крохотные, беловатые, чаще с четырьмя лепестками; позднее образуются парные шаровидные плодики с такими же крючками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

В Калифорнии это очень распространённая трава, отмеченная Calflora и в округе Sacramento, и в Placer, Yolo, Butte, на побережье и в горах. Растёт по влажным опушкам, вдоль изгородей, среди кустов, на нарушенных участках, иногда на поливаемой земле. На солнечной сухой обочине быстро желтеет, а в тени может сохраняться дольше. Большое количество зелени в кустах не означает, что место чисто: рядом с дорогами и обработанными садами сбор исключают.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

На равнинах Сакраменто молодые растения обычно появляются после осенних и зимних дождей; самый нежный прирост — зимой и ранней весной. В более холодных местах рост начинается позже. Цветение и образование крючковатых плодов часто происходят весной — в горах и прохладных районах могут продолжаться в начале лета. С созреванием семян всё растение грубеет и засыхает.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. University of Wisconsin Horticulture прямо указывает, что молодые листья Galium aparine можно есть сырыми. Они имеют мягкий травянистый вкус, хотя мелкие крючочки заметны даже на молодой зелени. Нежные верхушки побегов. Для данного вида в пищевых справочниках также подтверждено употребление сырых мягких верхушек. Их выбирают до вытягивания грубого стебля и появления зрелых цепких плодов. Совсем молодую зелень можно мелко нарезать в холодную смесь с другой зеленью. Зрелые жёсткие стебли и крючковатые семена как сырую еду здесь не рекомендуют.



Подмаренник цепкий — детальный снимок растения

Sarefo · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Похожие подмаренники Galium растут по всей Калифорнии. Для цепкого подмаренника особенно характерны мутовки узких листьев, четырёхгранный стебель и крючочки, при помощи которых он держится за ткани. Некоторые другие виды имеют гладкие стебли или меньшие мутовки. Не следует определять растение по единственному признаку «липнет к одежде». У чувствительных людей волоски Galium aparine могут раздражать кожу и слизистые: для еды подходит лишь очень нежный прирост, и его не следует употреблять, если возникает раздражение.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora — Galium aparine: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=3669
- University of Wisconsin Horticulture — Catchweed Bedstraw: https://hort.extension.wisc.edu/articles/catchweed-bedstraw-galium-aparine/
- Kew, Plants of the World Online — Galium aparine: https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:30007294-2/general-information

Салал — вечнозелёный кустарник со сладкими летними ягодами

Gaultheria shallon

В прибрежных лесах северной Калифорнии под деревьями нередко растёт густой кустарник с крупными блестящими листьями. Он остаётся зелёным зимой, весной и летом, а в конце лета среди зелени появляются тёмные ягоды. Это салал, Gaultheria shallon. Его зрелые тёмные плоды употребляли свежими и сохраняли после естественной сушки. Сам куст при этом остаётся зелёным круглый год, но основной пищевой урожай приходится на конец лета и осень.



Салал — фотография растения

Wing-Chi Poon · CC BY-SA 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Салал — многолетний вечнозелёный кустарник, обычно от полуметра до двух метров высотой. На подходящей влажной почве его многочисленные ветви образуют плотный подлесок. Листья кожистые, овальные или широкояйцевидные, длиной обычно около 5–10 сантиметров. Верхняя поверхность тёмно-зелёная и глянцевая, края имеют очень мелкие зубчики. Листья располагаются очередно, держатся на растении несколько лет.

Новый прирост появляется на концах побегов и поначалу отличается более мягкой, светлой зеленью. Цветки свисают маленькими группами: каждый похож на белый или розоватый колокольчик. Ближе к зрелости плоды темнеют до синевато-чёрного или насыщенного пурпурного цвета. Это округлые ягоды около сантиметра в поперечнике, иногда с бархатистой поверхностью, содержащие множество мелких семян.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Салал распространён вдоль тихоокеанского побережья от Калифорнии до Британской Колумбии и севернее. В Калифорнии его особенно часто встречают в лесах секвойи, под хвойными деревьями, на влажных склонах Береговых хребтов, в зарослях рядом с океанскими туманами и в защищённых кустарниковых сообществах.

В подходящем лесу салал может покрывать почти весь нижний ярус растительности, и один человек видит сразу сотни листьев. Но за пределами влажных прибрежных и горных мест он становится гораздо реже; на сухом открытом дне долины Сакраменто это не обычный повседневный кустарник.

КОГДА ДОСТУПЕН

Зрелые кожистые листья находятся на кусте круглый год: с января по декабрь. Новые мягкие листья обычно появляются весной, когда начинается очередной рост. Важно различать постоянное наличие взрослых листьев и сезон нежного нового прироста.

Цветки появляются в конце весны и летом; в Калифорнии для салала описаны сроки цветения от марта до июля, с большими различиями по местности. Плоды чаще созревают в августе–октябре. Иногда часть ягод остаётся на ветках поздней осенью, а высушенный урожай может служить пищей после ягодного сезона.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелые ягоды. Тёмные зрелые плоды едят свежими. Они могут иметь сладкую мучнистую мякоть и множество мелких семян. Их собирали коренные народы тихоокеанского побережья, в том числе общины северной Калифорнии. У помо и некоторых соседних народов употребление свежих ягод описано отдельно; племенное пособие карук также включает салал среди пищевых растений.



Салал — детальный снимок растения

Darren Giles · CC BY-SA 3.0 · Источник

Высушенные ягоды. Зрелые плоды разминали и высушивали естественным способом для хранения. Сухие ягодные запасы были важны там, где свежий урожай быстро заканчивался. Это способ без варки и без горячей обработки.

Плоды салала — сезонная еда. Весенние листья, цветки и побеги служат важными признаками для определения кустарника, но не входят в перечень съедобных частей этой статьи.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У салала крупные кожистые листья с мелкозубчатым краем, бело-розовые колокольчатые цветки и тёмные плоды на коротких кистях. У вечнозелёной черники Vaccinium ovatum листья заметно мельче, а ягоды расположены иначе. У некоторых других вечнозелёных лесных кустарников также встречаются тёмные ягоды, поэтому цвет плода не заменяет определение листьев, цветов и строения кустарника.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Gaultheria shallon: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/gausha
- Washington Native Plant Society, Gaultheria shallon, описание листьев, цветков и пищевого употребления ягод: https://www.wnps.org/native-plant-directory/125:gaultheria-shallon
- Karuk Tribe, Uxraah: Native Edible Berries: https://nctcc.org/wp-content/uploads/2017/05/G8L2NativeEdibleBerries_booklet.pdf
- Turner et al., Traditional Plant Foods of Canadian Indigenous Peoples, пищевое употребление плодов салала: https://www.hscdsb.on.ca/wp-content/uploads/2022/03/Indigenous-Plant-Foods.pdf

Подсолнечник однолетний — дикие жёлтые корзинки и сырые семена · Helianthus annuus

Helianthus annuus

На солнечных калифорнийских полянах летом поднимаются высокие шершавые стебли с широкими сердцевидными листьями и ярко-жёлтыми корзинками. У дикого подсолнечника цветки обычно меньше, чем у огромных садовых сортов, но растение относится к тому же виду — Helianthus annuus. Когда корзинки высыхают, в центре созревают многочисленные семянки, которые можно есть сырыми после освобождения от оболочки. Для человека в природе это сезонная мелкая пища, тогда как крупные удобные семечки — результат длительного отбора культурных растений.



Подсолнечник однолетний — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Подсолнечник однолетний развивается из семени за один сезон. Стебель прямостоячий, довольно толстый, покрытый грубыми волосками. Встречаются растения высотой от колена до нескольких метров. Листья широкие, сердцевидно-яйцевидные, зубчатые, на длинных черешках; на нижней части стебля они нередко противоположны, выше располагаются очередно. На ощупь листья шершавые. Цветочная корзинка состоит из наружных длинных жёлтых язычковых цветков и множества маленьких трубчатых цветков в центре. У дикого растения корзинок может быть несколько на ветвистом стебле. После опыления каждый центральный цветок даёт сухую семянку с твёрдой оболочкой. По мере созревания корзинка темнеет и повисает; внутри видны чёрные, серые или полосатые семянки. У дикого растения они часто намного меньше магазинных.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora считает Helianthus annuus местным для Калифорнии и приводит наблюдения в округах Sacramento, Yolo, San Joaquin, Stanislaus, Riverside и других. Растение характерно для солнечных открытых земель, старых сельскохозяйственных участков, краёв полей и дорог, особенно там, где почва была нарушена. California Flora Nursery описывает местную дикую форму из района озера Берриесса. Однако в городе и рядом с огородами встречаются также культурные сорта: по одному высокому стеблю нельзя сказать, что растение из естественной популяции. В засушливой местности размер и количество корзинок сильно зависят от доступной влаги.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной после потепления появляются сеянцы с первыми широкими листьями. Летом растение быстро растёт и начинает формировать корзинки. В Центральной долине цветение чаще заметно с июня до сентября, в разных районах возможны иные сроки. С момента цветения до сухих зрелых семян проходит несколько недель. Основной период сырого семенного урожая — конец лета и осень, когда корзинки буреют и семянки легко отделяются. Зелёные недозрелые семянки не стоит считать равноценными запасу: они ещё не сформировали обычное съедобное ядро.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Очищенные зрелые семена. USDA NRCS в видовом руководстве прямо подтверждает, что семена Helianthus annuus употребляли сырыми, жареными, сушёными и размолотыми. Для нашего каталога подходят только варианты без огня: освобождение зрелой семянки от твёрдой внешней оболочки и употребление ядра сырым. Вкус маслянистый и немного ореховый. Дикие ядра маленькие; получить значительную порцию гораздо труднее, чем из современного культурного подсолнечника.



Подсолнечник однолетний — детальный снимок растения

Clematis · CC BY-SA 4.0 · Источник

Размолотые сырые ядра. После отделения оболочек ядра можно раздробить без нагревания. Исторические сведения о pinole часто включают обжарку семян, поэтому такой рецепт нельзя выдавать за холодный способ. Само холодное измельчение зрелого ядра не требует огня, но полученная масса должна употребляться свежей или храниться в очень сухих условиях.

Лепестки и бутоны. Хотя некоторые справочники считают лепестки пищевыми, USDA описывает варку молодых бутонов. В статье не предлагается поедать целые сырые цветочные корзинки или зелёные стебли. Семена с плесенью, следами вредителей и химическими загрязнениями не используют.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Helianthus много близких жёлтоцветковых видов. Например, многолетний Helianthus tuberosus образует подземные клубни, а его стебли и корзинки могут напоминать подсолнечник. Другие жёлтые сложноцветные тоже имеют наружные лепестки и центральный диск, но часто отличаются строением листьев и плода. Подсолнечник однолетний узнают по грубому волосистому стеблю, широким шершавым зубчатым листьям, корзинке и зрелым крупным семянкам. Нельзя собирать зрелые корзинки с декоративных или сельскохозяйственных полей, если неизвестно, применялись ли там химикаты. Семена аллергенны для некоторых людей.

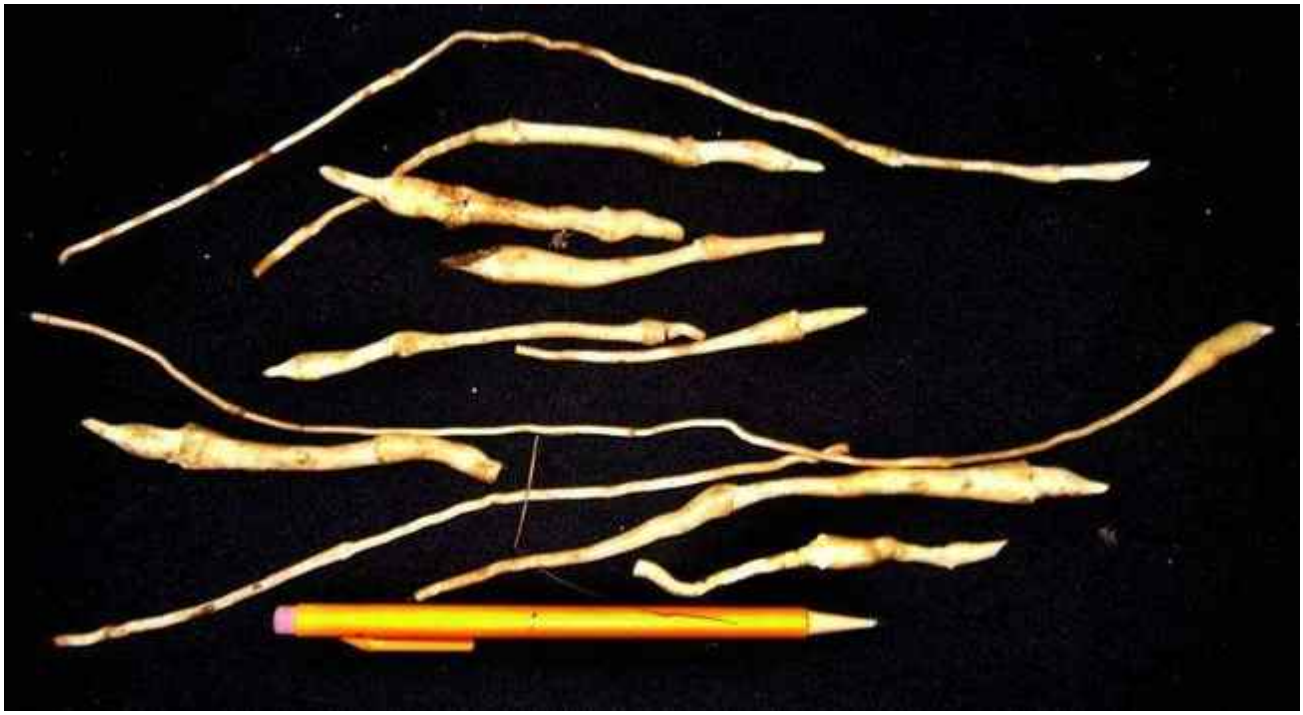
ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4040
- https://plants.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/cs_hean3.pdf
- https://www.kew.org/plants/sunflower
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/helianthus-annuus/

Топинамбур — Хрустящие подземные клубни поздней осени · Helianthus tuberosus

Helianthus tuberosus

На заброшенном огороде осенью могут стоять высокие стебли с жёлтыми цветочными корзинками, похожими на небольшие подсолнухи. Под землёй на концах тонких корневищ у них находятся неровные, узловатые клубни. Топинамбур — завезённый из центральной Северной Америки родственник подсолнечника. Его клубни можно есть сырыми: они хрустят, слегка сладковаты и напоминают водяной каштан.



Топинамбур — фотография растения

David L. Van Tassel (Desmanthus4food) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это крупный многолетник из семейства астровых, обычно от полутора до трёх метров высотой. Побеги прямые, шероховатые, часто густо покрытые короткими волосками. Листья широкие, яйцевидные, с зубчатым краем и острым концом; в нижней части стебля нередко расположены напротив друг друга, выше — поочерёдно. На концах ветвей появляются жёлтые корзинки примерно 5–10 сантиметров в диаметре: длинные жёлтые язычковые цветки по краю окружают более тёмную центральную часть. Под землёй растение образует длинные корневища с продолговатыми бугристыми клубнями, белыми, розовыми или фиолетовыми снаружи. Внутри клубень светлый, плотный и влажный.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Helianthus tuberosus как неместный, редко наблюдаемый вне культуры вид Калифорнии. Отмечены отдельные находки в заливе Сан-Франциско, прибрежных хребтах и некоторых внутренних округах. Участки часто происходят от старых посадок: топинамбур легко восстанавливается из кусочка клубня и может становиться инвазивным. В долине Сакраменто его можно выращивать в саду, но нельзя рассчитывать, что это обычный дикий лесной овощ. На частной земле сбор требует разрешения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной из перезимовавших клубней выходят новые побеги, за лето они становятся высокими. Цветение приходится обычно на конец лета и осень; после этого стебли желтеют. Подземные клубни увеличиваются к осени. Их можно находить после отмирания надземной части и зимой, пока почва доступна для копания. После прохладной погоды клубни часто кажутся слаще. Лучше отмечать местонахождение растения по цветущим стеблям заранее, чтобы осенью не перепутать подземные части с другими растениями.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Клубни. Plants For A Future прямо указывает для Helianthus tuberosus сырое употребление. Клубень выкапывают, тщательно отмывают от земли питьевой водой, убирают повреждённые места и при необходимости счищают кожицу. Его можно нарезать тонкими ломтиками и съесть свежим: мякоть сочная, сладковато-ореховая, плотная. Клубни содержат много инулина — углевода, который у многих людей вызывает сильное газообразование, поэтому начинаются только с небольшой порции. Взрослые листья, грубые стебли и цветочные корзинки здесь не названы сырой пищей.



Топинамбур — детальный снимок растения

David L. Van Tassel (Desmanthus4food) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Высокие жёлтые корзинки встречаются у разных Helianthus. Helianthus annuus обычно имеет большую центральную корзинку и другую систему корней, но иногда тоже бывает ветвистым. Некоторые многолетние подсолнечники похожи высотой и листьями, однако у них нет таких характерных узловатых съедобных клубней. Подземную часть не следует выкапывать ради проверки вида: сначала определяется взрослое растение с листьями и цветками, затем подтверждается посадка. Не переносить съедобность клубня топинамбура на корни других жёлтых астровых.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8486
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Helianthus+tuberosus

Вечерница матроны — Молодые горчичные листья под фиолетовыми кистями · Hesperis matronalis

Hesperis matronalis

У края прохладного леса или старой усадьбы поздней весной может подняться высокая трава с кистями душистых фиолетовых цветов. На каждом цветке четыре лепестка, и ближе к вечеру запах становится заметнее. Это вечерница матроны, завезённое европейско-азиатское растение, встречающееся в Калифорнии лишь очагами. Хотя соцветия красивы, главная подтверждённая пища без огня у неё — молодые листья, собранные до цветения.



Вечерница матроны — фотография растения

Kurt Stüber · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Двулетняя либо недолговечная многолетняя трава, обычно высотой от полуметра до одного метра. Первый год образует розетку крупных удлинённых листьев, покрытых короткими волосками. На следующую весну вырастает прямой стебель с очередными ланцетовидными или овально-ланцетовидными листьями, имеющими зубчатый край и короткие черешки. Листва на ощупь шероховатая. В верхней части стебля развивается удлинённое разветвлённое соцветие из цветков с четырьмя достаточно широкими лепестками, от белых до розовых и насыщенно-фиолетовых. Шесть тычинок видны в центре, позднее образуются длинные узкие цилиндрические стручки с семенами. Стебель к лету становится грубым.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora фиксирует Hesperis matronalis как неместное растение Калифорнии и приводит несколько десятков наблюдений. Чаще встречается в прохладных или влажноватых нарушенных местах, по лесным дорогам, у старых домов и бывших садов, а не на жарких открытых пустынных участках. Многие видимые экземпляры в городах остаются декоративными посадками. В других районах Северной Америки вечерница способна распространяться инвазивно, поэтому не нужно пересаживать её из природных зарослей в новый участок.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые листья появляются после прохладного зимнего периода или в начале весны. Для сырого употребления важна розетка до цветения; в это время лист мягче, горечь слабее. В Калифорнии цветение возможно с конца весны по лето, на более прохладных участках позднее. Летом развиваются длинные стручки, а листья становятся жёсткими и неприятно горькими. Осенью при достаточной влаге можно увидеть розетки нового поколения, но их вид сложно определить без взрослых растений поблизости.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future подтверждает их сырое употребление в салатах как замену крессовой зелени. Вкус выраженно горчичный, нередко горький; лучше подходит небольшая добавка к нейтральным листьям, а не самостоятельная большая порция. Листья обязательно очищают от пыли и используют только из чистого места. Для семян описано проращивание, но домашние проростки могут переносить патогенные бактерии и не рекомендуются для походного питания без обработки. Цветки приятно пахнут, но отдельного уверенного источника об их сыром пищевом применении в этой статье нет. Корень и старые стебли не используют.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Флоксы Phlox могут иметь похожие большие кисти розовых и фиолетовых цветков, но лепестков у них пять, а у вечерницы четыре. У других капустных цветки обычно мельче, а листья и плоды другой формы. У садового левкоя Matthiola incana тоже четыре лепестка, но листья часто более серо-войлочные и цветки собраны иначе. Вечерницу нельзя надёжно определить по одному сиреневому цветку: необходимо проверить листовую розетку, опушение, соцветие и цилиндрические стручки. Молодые листья неопознанного растения не пробуют.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4114
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Hesperis+Matronalis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Hesperis_matronalis

Гибискус сирийский — Сырые летние цветки и молодые листья садового куста · Hibiscus syriacus

Hibiscus syriacus

В разгар калифорнийского лета в старых садах распускаются крупные цветки с пятью нежными лепестками, часто с тёмным красноватым пятном у основания. Цветок держится недолго, но куст выпускает новые бутоны неделями. Это гибискус сирийский, иногда называемый садовой алтеей. Свежие лепестки и мягкие молодые листья действительно употребляют сырыми, хотя большинство встречающихся в Калифорнии кустов посажены как декоративные.



Гибискус сирийский — фотография растения

PapiPijuan · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадный куст высотой обычно два–четыре метра, с прямыми ветвями, которые образуют широкую вазообразную крону. Листья очередные, сравнительно небольшие, яйцевидные или трёхлопастные, с грубыми зубцами по краю и тремя заметными жилками у основания. Цветки одиночные в пазухах листьев, крупные, чаще 6–10 сантиметров в диаметре; окраска бывает белой, розовой, пурпурной или синеватой в зависимости от сорта. Пять широких лепестков окружают характерную длинную колонку с многочисленными тычинками и рыльцами на конце. У многих сортов у основания лепестков есть тёмное пятно. После опыления формируется пятистворчатая сухая коробочка с семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Этот куст восточноазиатского происхождения, а не природный лесной вид Калифорнии. Calflora регистрирует лишь отдельные растения за пределами культуры, тогда как в садах он встречается значительно чаще. Гибискус хорошо переносит калифорнийское тёплое лето при поливе, поэтому его можно увидеть в Sacramento Valley, у домов и в парках. Декоративные кусты часто обрабатывают инсектицидами, и цветок с такого растения не становится безопасной пищей даже после ополаскивания.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листва разворачивается весной после прохладного периода. Молодые листья наиболее мягкие в начале роста, пока они небольшие и не огрубели. Цветение обычно начинается летом и может продолжаться до ранней осени, иногда с июля по сентябрь. Каждый цветок сохраняет хороший вид лишь один–два дня, поэтому для пищи берут свежие неповреждённые лепестки в день раскрытия. Осенью коробочки высыхают, а листья желтеют и опадают.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Цветки. University of California Agriculture and Natural Resources включила Hibiscus syriacus в перечень растений со съедобными цветками; их вкус мягкий, слегка ореховый. Свежие лепестки едят сырыми, отделяя от цветоложа и удаляя тычинки, если они мешают. Они немного слизистые на ощупь и подходят как небольшая добавка к зелени. Молодые листья. Plants For A Future прямо отмечает возможность есть их сырыми; вкус нежный, но текстура может быть жестковатой, поэтому выбирают только молодые мягкие листочки. Корни и зрелые семенные коробочки не являются подтверждённой пищей для такого использования.



Гибискус сирийский — детальный снимок растения

Manuel Anastácio · CC BY 2.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У гибискуса болотного Hibiscus moscheutos цветки часто крупнее, листья более широкие, а растение предпочитает влажные места. У садовой шток-розы Alcea rosea цветки расположены вдоль высокого травянистого цветоноса, а не на древесном кусте. Среди декоративных гибискусов существует множество сортов, включая махровые, которые труднее определить по строению цветка. Съедобность обычного вида нельзя переносить на куст неизвестного происхождения, обработанный системными препаратами. Для полевой еды нужны точное определение и отсутствие химических обработок.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12559
- https://ucanr.edu/sites/bcmg/files/319325.pdf
- https://pfaf.org/User/plant.aspx?latinname=Hibiscus+syriacus

Гибискус трёхраздельный — Кремовый цветок с тёмным центром и нежные молодые листья · Hibiscus trionum

Hibiscus trionum

В тёплом сельском районе Калифорнии летом иногда цветёт невысокая трава с необычными кремовыми цветками. Их лепестки выглядят почти прозрачными на солнце, а у самого основания образуют тёмное пурпурно-коричневое пятно. Цветок держится лишь несколько часов, поэтому растение иногда называют цветком одного часа. Это гибискус трёхраздельный, интродуцированный сорняк, у которого мягкие молодые листья и побеги могут употребляться сырыми.



Гибискус трёхраздельный — фотография растения

Meteorquake (David Merrick) · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя трава обычно 25–70 сантиметров высотой, с прямыми либо распростёртыми ветвистыми стеблями и короткими жёсткими звёздчатыми волосками. Листья очередные, на черешках, часто разделены на три–пять глубоких узких лопастей; средняя лопасть длиннее боковых, края могут быть неровными и зубчатыми. Цветки одиночные в пазухах листьев, направлены вверх, около нескольких сантиметров шириной, с пятью кремовыми или бледно-жёлтыми лепестками и крупным тёмным пятном у основания. В центре находится короткая тычиночная колонка с выступающими рыльцами. После увядания развивается вздутая чашечка, внутри которой формируется сухая пятикамерная коробочка с множеством тёмных семян.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora включает Hibiscus trionum в неместную флору Калифорнии; записи есть на нарушенных участках, в сельскохозяйственных районах и около полей. В частности, он отмечен в перечне растений Yolo Bypass Wildlife Area и в наблюдениях San Joaquin County. Это не обычная лесная трава Сьерры и не тот же куст, что Hibiscus syriacus, а небольшой однолетник открытой тёплой почвы. Возле посевов риск обработки гербицидами и инсектицидами особенно велик; такой прирост для свежего употребления не используют.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После весеннего прогрева почвы появляются молодые побеги и характерные разделённые листья. В низких тёплых районах цветение может начаться летом и продолжаться до начала осени. Отдельный цветок раскрывается утром, сохраняется короткое время и затем увядает. Молодые листья доступны раньше цветения, пока ткани ещё не стали жёсткими и волосистыми. После образования многочисленных сухих коробочек растение быстро завершает сезон.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и самые нежные верхушки. Plants For A Future для Hibiscus trionum прямо подтверждает употребление молодых листьев и побегов сырыми. По консистенции они немного слизистые, с мягким травянистым вкусом. Можно мелко нарезать несколько чистых мягких листочков и добавить к другой зелени без нагрева. Волосистые взрослые листья менее приятны и не рекомендуются. Корни в справочнике названы съедобными, но очень волокнистыми, без отдельного подтверждённого сырого способа, поэтому в рацион не входят. Цветки и семенные коробочки тоже здесь не объявляются сырой едой.



Гибискус трёхраздельный — детальный снимок растения

bdk (Bdk) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Hibiscus syriacus, уже описанный в каталоге, — древесный куст с крупными белыми или розовыми цветками и другой формой листьев. У Hibiscus trionum листья разделены на узкие доли, а цветок кремовый с резким тёмным центром. Некоторые другие мальвовые имеют похожие пять лепестков и короткие колонны тычинок, но не образуют характерной вздутой чашечки с сухой коробочкой. Молодую зелень определять нужно только рядом с уверенно распознанными взрослыми цветущими экземплярами. Не употребляют растения с химически обработанных полей.

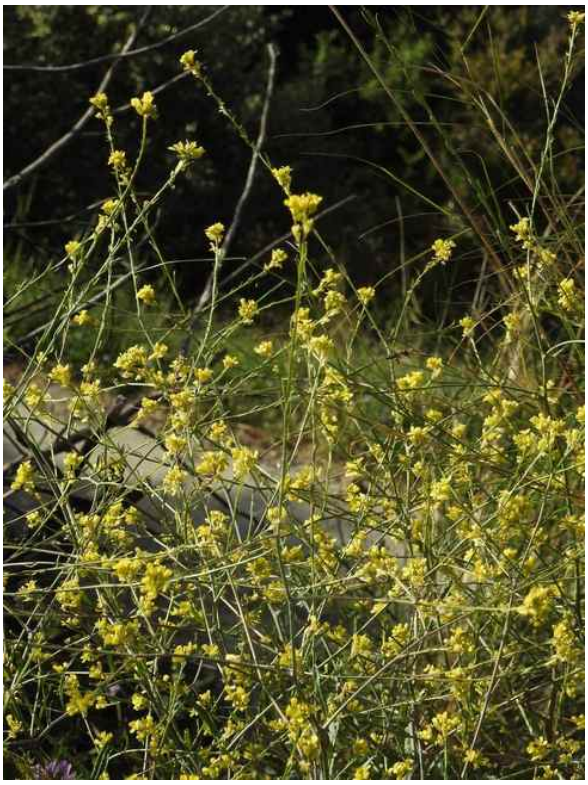
ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Hibiscus+trionum
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Hibiscus+trionum
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px601

Горчица средиземноморская — Зимняя острая зелень и короткие стручки · Hirschfeldia incana

Hirschfeldia incana

В сухих районах Калифорнии горчичные растения могут зацвести ещё до устойчивого летнего тепла. У этой горчицы нижние листья собраны в розетку, позднее поднимается ветвистый стебель с жёлтыми цветами, а за ними появляются короткие плотно прижатые стручки. Молодая зелень у вида употребляется сырой, а вкус её заметно острый.



Горчица средиземноморская — фотография растения

Robert Flogaus-Faust · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это однолетняя или недолговечная многолетняя трава, нередко около метра высотой, иногда выше. Нижние листья глубоко разделены на доли, конечная доля обычно шире боковых; поверхность шероховатая, стебель и листья могут быть покрыты короткими волосками. Верхние листья мельче, постепенно становятся почти цельными. У цветков четыре жёлтых лепестка, характерных для семейства капустных. На длинном цветоносе образуются короткие продолговатые стручки, часто почти прижатые к оси; их форма помогает отличить вид от длинностручковых горчиц.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora регистрирует Hirschfeldia incana во множестве округов Калифорнии, в том числе в Sacramento, Placer, Yolo и на юге штата. Это заносный и местами инвазивный вид сухих открытых склонов, пастбищ, пустырей и обочин дорог. В подходящих местах образует густые сообщества, но опасность загрязнения высока именно в местах, где растение особенно заметно.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После первых дождей в мягкой долине появляются молодые розетки, обычно зимой. Цветение может длиться с весны до лета и на сухих участках быстро заканчивается. С возрастом зелень грубеет и горчит; молодые листочки пригодны лишь в короткий период до активного цветоноса.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. PFAF приводит традиционное употребление молодых растений в Греции с холодным маслом и лимонным соком, отдельно отмечая, что листья едят сырыми. Они имеют выраженный горчичный вкус и подходят как небольшая острая добавка к другой зелени. Семена. Для этого вида справочник допускает сырые семена; их растирают и смешивают с холодной водой, получая очень острую массу. Это не рекомендация есть сухие стручки целиком или делать большие порции.



Горчица средиземноморская — детальный снимок растения

Lies Van Rompaey · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Brassica nigra образует длинные узкие стручки, отличающиеся от коротких плодов Hirschfeldia; у Brassica juncea листья и стручки имеют другое сочетание признаков. Сходство жёлтых цветков у крестоцветных очень велико — для надёжного определения стоит дождаться развития плодов. У растений с обочин и бывших промышленных участков возможно загрязнение, которое невозможно распознать по цвету листа.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4196
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Hirschfeldia+incana

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=4196

Пазник гладкий — Молодые горьковатые листья на песчаных лугах · Hypochaeris glabra

Hypochaeris glabra

После прохладных дождей на низких калифорнийских лугах можно встретить небольшую розетку узких зелёных листьев. Позднее над ней поднимается тонкий ветвистый стебель с жёлтыми цветочными корзинками, похожими на маленькие одуванчики. Это пазник гладкий, заносный европейский сорняк. Совсем молодые листья у него можно есть сырыми, хотя они горчат и подходят скорее для небольшой добавки к другой зелени.



Пазник гладкий — фотография растения

Christian Fischer (Fice) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя трава, обычно высотой 10–40 сантиметров. У основания располагается розетка длинных продолговатых листьев, которые могут быть почти цельными либо с небольшими зубцами и лопастями по краю. Поверхность листьев более гладкая, чем у близкого Hypochaeris radicata, хотя отдельные волоски могут быть. Из центра розетки поднимается один или несколько тонких цветоносов, которые часто ветвятся. На концах ветвей появляются жёлтые корзинки из множества язычковых цветков. После цветения формируются семянки с белыми перистыми хохолками, а в середине корзинки заметны мелкие плёнчатые чешуйки, характерные для рода. Корень обычно тонкий стержневой.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora фиксирует более шести тысяч наблюдений Hypochaeris glabra в Калифорнии. Вид встречается на побережье, в центральных долинах, предгорьях и многих лесных опушках, особенно на открытой песчаной или нарушенной почве. California Invasive Plant Council указывает, что он распространён в большинстве районов штата, кроме отдельных пустынь и Great Basin. В районе Сакраменто возможен на лугах и пустырях после дождей. Однако растения из газонов и обочин могли быть обработаны гербицидами.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые розетки начинают расти с осенними и зимними дождями. В низинах нежные листья доступны зимой и в начале весны, пока стебли не стали длинными. Цветение обычно идёт весной и в начале лета, в более прохладных участках может продолжаться дольше. После созревания пушистых семян и высыхания почвы растение быстро желтеет. Для сырого употребления важен мягкий новый лист, а не календарная дата.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future под синонимичным написанием Hypochoeris glabra отдельно отмечает их употребление сырыми или после приготовления. Вкус несколько горький; источник характеризует растение как запасную дикорастущую пищу, а не нежный салат. Листья можно мелко нарезать в холодную смесь, используя лишь небольшую порцию. В научной работе об испанских пищевых растениях для этого вида описаны также сырые нежные галлы — особые наросты растения, но их происхождение неоднозначно, поэтому для практического сбора здесь рекомендованы только обычные молодые листья. Корни, старые цветоносы и пушистые семена в рацион без огня не включены.



Пазник гладкий — детальный снимок растения

Harry Rose (Macleay Grass Man) · CC BY 2.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Hypochaeris radicata обычно образует многолетнюю розетку с более шершавыми и волосистыми листьями, а цветоносы и корзинки часто крупнее. Настоящий одуванчик Taraxacum officinale обычно имеет полый неветвящийся цветонос без листьев, тогда как пазник может ветвиться. У некоторых местных Agoseris тоже жёлтые корзинки, но отличаются листочки обёртки и строение семян. По одной жёлтой корзинке вид не определяют: нужны прикорневая розетка, гладкость листьев и цветоносы.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4313
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Hypochoeris+glabra
- https://www.cal-ipc.org/plants/profile/hypochaeris-glabra-profile/

Пазник стержнекорневой — волосистые розетки и жёлтые цветки · Hypochaeris radicata

Hypochaeris radicata

На калифорнийских лужайках можно заметить низкую розетку листьев, похожих на одуванчиковые, но покрытых короткими жёсткими волосками. Позднее над ней вырастают разветвлённые почти голые цветоносы с жёлтыми корзинками. Это Hypochaeris radicata, пазник стержнекорневой, известный также как «ложный одуванчик». Её молодые листья могут служить холодной салатной зеленью в прохладный сезон; после летней жары они гораздо горче.



Пазник стержнекорневой — фотография растения

Christian Fischer (Fice) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение многолетнее, с прикорневой розеткой и утолщённым корнем. Листья удлинённые, у основания сужаются, часто разделены глубокими неровными лопастями. Их поверхность шершавая из-за отдельных волосков; листья прижаты к земле, особенно если место регулярно косят. После начала цветения появляются длинные тонкие цветоносы, почти лишённые настоящих листьев. В отличие от одуванчика они могут заметно разветвляться и нести больше одной жёлтой корзинки. Цветки язычковые, с зубчиками на конце; после созревания возникают семянки с летучками, образующие светлую пушистую головку. Полностью развитое растение иногда поднимает цветоносы на полметра и более, хотя сама зелёная розетка остаётся низкой. Полезно осмотреть один и тот же кустик до цветения и во время него — на ранней стадии видовые различия гораздо менее очевидны.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

UC IPM фиксирует Hypochaeris radicata в северо-западной Калифорнии, северных предгорьях Сьерры, долине Сакраменто, западной центральной части штата и на южном побережье. Он растёт на пастбищах, в садах, вдоль троп, на газонах и других нарушенных участках. После дождливой зимы отдельные розетки встречаются очень часто; на сухих, истоптанных площадках их листья короткие и грубые. Растение хорошо переносит засуху после укоренения, однако свежую нежную пищевую часть скорее даст там, где почва ещё влажна. Это заносный вид, а не местный лесной кустарник.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Семена способны прорастать с осени до весны, в зависимости от влажности и температуры. Наиболее нежные листья обычно доступны зимой и ранней весной, особенно в долине Сакраменто. Когда весной начинают вытягиваться цветоносы, старые листья часто становятся грубее. Жёлтые корзинки встречаются с поздней весны и летом, иногда до осени на влажных газонах. Сухие семенные головки могут сохраниться ещё дольше. Цветение — лучшее время проверить определение, но не обязательно лучший момент для сбора сырой листвы.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Видовой справочник Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление как прохладную салатную зелень. Молодые листья мягче и менее горькие, чем листья цветущего куста. Их можно разрывать или мелко резать и добавлять к другой зелени, не ожидая вкуса обычного садового салата. Даже удачно выбранные листья остаются слегка опушёнными, и такая текстура нравится не всем.



Пазник стержнекорневой — детальный снимок растения

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Источник

Только молодая стадия. На сухом летнем растении листья могут быть резко горькими и слишком грубыми. Ни цветочные корзинки, ни корень не рассматриваются в этой статье как проверенная самостоятельная сырая пища. Рецепты из общих книг о «диких одуванчиках» нельзя автоматически переносить на Hypochaeris radicata. Для сырой еды выбирают только чистую свежую зелень с надёжно определённого растения.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Настоящий одуванчик Taraxacum officinale обычно имеет по одной корзинке на каждом полом неветвящемся цветоносе; у пазника стержнекорневого цветонос нередко разветвляется. Листья Hypochaeris обычно более заметно волосистые. Сходны и некоторые виды Leontodon, Crepis и других сложноцветных, поэтому одна розетка — недостаточное основание для употребления. Млечный сок, жёлтый цветок и рассечённые листья встречаются у разных видов и не заменяют определения. На полях с гербицидами и на городских газонах растения могут быть химически загрязнены.

ИСТОЧНИКИ

- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/common-catsear/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Hypochoeris+radicata
- Plantarium, Hypochaeris radicata — русское научное название «пазник стержнекорневой»: https://www.plantarium.ru/page/view/item/20544/part/0.html

Орех Хиндса — Чёрный грецкий орех речных лесов Сакраменто · Juglans hindsii

Juglans hindsii

Возле старых пойменных лесов и вдоль некоторых улиц Сакраменто растут большие листопадные деревья с длинными сложными листьями. Осенью под ними лежат круглые зелёные или почерневшие плоды, внутри которых скрыты очень твёрдые орехи. Это Juglans hindsii — северокалифорнийский чёрный орех, или орех Хиндса. Его светлое ядро съедобно сырым и имеет насыщенный ореховый вкус. Но в Калифорнии этот вид широко высаживали и скрещивали с другими орехами; точно определить чистый дикий вид по одному плоду часто невозможно, а немногие исходные природные популяции заслуживают особой охраны.



Орех Хиндса — фотография растения

antrozousamelia (Amelia Tauber) · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Дерево листопадное, с одиночным крупным стволом и широкой кроной; в благоприятных условиях высота достигает пятнадцати–двадцати метров. Кора с возрастом тёмно-серая, разделённая глубокими бороздами. Листья очередные, перисто-сложные, часто состоят из одиннадцати–девятнадцати удлинённых зубчатых листочков. При растирании листья обладают характерным сильным ореховым запахом, но неизвестный лист пробовать не следует. Весной свисают длинные мужские серёжки, а небольшие женские цветки находятся на концах молодых побегов. Позднее развиваются круглые плоды с толстой зелёной мясистой наружной оболочкой. К созреванию оболочка темнеет, размягчается и пачкает кожу. Под ней находится почти шаровидная твёрдая бороздчатая скорлупа с внутренними перегородками. Съедобное ядро неправильной формы расположено внутри отдельных камер. Снаружи плод гораздо менее похож на магазинный грецкий орех, чем на зелёный шарик.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Juglans hindsii как эндемик Калифорнии с наблюдениями в Sacramento, Yolo, Butte, Solano, Colusa и других округах. Исторический ареал связан с поймами и речными лесами Северной Калифорнии. Однако большинство современных наблюдений не доказывает наличие чистой местной популяции: дерево широко применяли как подвой и скрещивали с Juglans regia, Juglans major и другими орехами. Калифорнийские природоохранные документы подчёркивают редкость некоторых сохранившихся исходных насаждений и сложность отделения гибридов. Поэтому видеть чёрный орех возле Sacramento River не означает, что перед нами редкое исходное дерево, которое можно обрывать для еды. Сбор разрешённых опавших орехов у явно культивируемого дерева и охрана редкой природной рощи — принципиально разные ситуации.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной, после распускания почек, появляются серёжки и молодые сложные листья. Зелёные округлые плоды развиваются всё лето, а к осени их наружная оболочка начинает темнеть и иногда разрываться. Калифорнийский департамент охоты и рыболовства описывает созревание орехов осенью. Плоды падают на землю обычно в сентябре–ноябре, в зависимости от погоды и местного дерева. Зеленая плотная оболочка часто закрывает ещё не полностью созревший орех. Для сырого употребления нужен твёрдый полностью зрелый орех с неповреждённым светлым ядром; пролежавшие в мокрой почве недели плоды могут заплесневеть.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Ядро полностью зрелого ореха. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Juglans hindsii. Ядро имеет характерный насыщенный вкус чёрного ореха, немного более резкий, чем у культурного Juglans regia. Сначала с плода снимают наружную зелёную либо почерневшую кожистую оболочку, стараясь не испачкать руки её соком. Затем раскалывают очень твёрдую древесную скорлупу подходящим инструментом и извлекают светлые кусочки ядра. Ни верхнюю мясистую оболочку, ни скорлупу не едят. Сырое ядро можно употребить сразу без огня.



Орех Хиндса — детальный снимок растения

dankillam (Dan Killam) · CC BY 4.0 · Источник

Свежесть и хранение. Богатые маслом ядра прогоркают, особенно если хранить их очищенными в жаре. Затхлый запах, изменение цвета и плесень означают отказ от употребления. Сбор с грязных обочин и у обработанных деревьев не подходит.

Нельзя обрывать редкие природные деревья, копать под ними или повреждать корневую систему. В статье не предлагаются листья, кора или сырые зелёные оболочки плода.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Juglans regia, садовый грецкий орех, часто имеет меньше крупных листочков, более гладкую скорлупу и иной вид дерева. Juglans californica, южнокалифорнийский орех, обычно меньше и имеет другой ареал. Juglans major и многочисленные гибриды могут быть очень похожи на Juglans hindsii; без ботанической и иногда генетической проверки точное происхождение дерева определить нельзя. Поэтому надпись «орех Хиндса» нельзя автоматически ставить на любое чёрноореховое дерево с шаровидными плодами. Для безогневой еды важно прежде всего не смешивать зрелое сырое ядро с ядовитыми и раздражающими наружными частями и соблюдать законность сбора.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8943
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Juglans+hindsii
- https://nrm.dfg.ca.gov/FileHandler.ashx?DocumentID=115808
- https://explorer.natureserve.org/Taxon/ELEMENT_GLOBAL.2.160550/Juglans_hindsii

Калифорнийский можжевельник — голубоватые шишкоягоды с мякотью

Juniperus californica

В сухих предгорьях Южной Калифорнии иногда стоят невысокие, широко раскинувшиеся деревца с несколькими кривыми стволами и серовато-зелёной кроной. На женских растениях к концу созревания заметны сизые округлые шишкоягоды. Это не настоящие ягоды, а мясистые шишки, и в историческом описании долины Антилоп упомянуто употребление их мягкой наружной части без нагревания.



Калифорнийский можжевельник — фотография растения

David McSpadden · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Калифорнийский можжевельник — вечнозелёное хвойное дерево или крупный кустарник. Он часто растёт несколькими стволами, которые расходятся низко над землёй. Кора серо-коричневая, волокнистая, местами растрескавшаяся. Ветви образуют неправильную раскидистую крону.

Листья у взрослого можжевельника не похожи на широкую зелень кустарника. Это совсем мелкие чешуйки, плотно прижатые к тонким веточкам. Из-за них весь куст выглядит серовато-зелёным и мелкофактурным.

На женских растениях созревают округлые мясистые шишкоягоды, покрытые сизым налётом. В зависимости от стадии они могут выглядеть зеленоватыми, серо-голубыми или темно-синими. Внутри твёрдые семена, снаружи мягкая мясистая часть. На одной ветке иногда одновременно видны шишкоягоды разных лет.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Juniperus californica растёт в засушливых областях Калифорнии и соседних регионов, особенно среди чапараля, пустынных кустарников и в можжевелово-сосновых редколесьях Южной Калифорнии. Его можно встретить на склонах Антилоп-Вэлли, в районе Джошуа-Три, на каменистых равнинах и в местах, где мало воды для высоких деревьев.

В подходящем редколесье он бывает обычным и формирует целые сообщества, но не встречается как массовое дерево во влажных секвойных лесах северного побережья. Даже в одной местности далеко не каждый можжевельник несёт много шишкоягод: на прогулочной тропе Arthur B. Ripley State Park отмечено, что плодоносят особенно обильно лишь некоторые женские деревья.

КОГДА ДОСТУПНЫ ШИШКОЯГОДЫ

Мелкая зелёная хвоя держится на ветках круглый год. Плодообразование гораздо медленнее: шишкоягоды могут оставаться на дереве больше одного сезона. По описанию California State Parks, развитие нового урожая начинается весной, а зрелые шишкоягоды собирали в августе. Зелёные, сизые и полностью зрелые шишки можно увидеть рядом. Само появление голубого налёта ещё не подтверждает, что перед нами правильный вид и спелый плод.

Это не обычная ягода кустарника, быстро созревающая после весеннего цветка; она формируется на хвойном дереве.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Мякоть зрелых шишкоягод. В описании Rare Juniper Trail говорится, что коренные жители пустынных районов собирали шишкоягоды калифорнийского можжевельника, разминали их и отделяли наружную мягкую часть. Её употребляли сырой после отделения твёрдых внутренних семян. Важно различать мягкую мясистую часть и костистые семена: исторический способ не означает поедание шишки целиком.



Калифорнийский можжевельник — детальный снимок растения

Thayne Tuason · CC BY 4.0 · Источник

Высушенные запасы. Часть мякоти сушили, измельчали и сохраняли. В историческом описании эти запасы использовали позднее, но способы с приготовлением здесь не рассматриваются. Сухая пищевая часть остаётся доступной за пределами августовского сбора.

У других видов можжевельника состав и пищевая пригодность могут сильно различаться. Поэтому нельзя считать любые ароматные голубые шишкоягоды, найденные на хвойном дереве, такой же пищей.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Калифорнийский можжевельник имеет чешуйчатую взрослую хвою, волокнистую кору, раскидистое часто многоствольное строение и сизые мясистые шишки. У другого можжевельника могут отличаться форма листьев, расположение шишкоягод и ареал. В городах и парках встречаются декоративные виды, некоторые из которых не подходят для употребления внутрь. Для пищевого описания важен именно Juniperus californica, а не просто слово «можжевельник».

У калифорнийского можжевельника возможны сходства с другими представителями Juniperus; по одной сизой шишкоягоде без листьев и строения куста определять растение нельзя. Зрелую мягкую наружную часть также не следует превращать в большой ежедневный рацион: историческое свидетельство описывает конкретный способ и место сбора, а не все можжевельники подряд.

ИСТОЧНИКИ

- California State Parks, Rare Juniper Trail, пункт 10: https://parks.ca.gov/?page_id=30549
- USDA Forest Service, Juniperus californica: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/juncal
- Calflora, Juniperus californica: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4531

Латук канадский — Молодые мягкие листья высокой дикой салатной травы · Lactuca canadensis

Lactuca canadensis

В прохладной влажной части лесной опушки может вырасти высокий прямостоячий латук с длинными зубчатыми листьями и множеством маленьких жёлтых цветочных корзинок. Весной, прежде чем стебель вытянется, листья бывают сравнительно мягкими и по вкусу напоминают горьковатый салат. Это канадский латук, растение востока Северной Америки, лишь изредка отмечаемое в Калифорнии. Для еды без огня пригодна только ранняя нежная зелень.



Латук канадский — фотография растения

Frank Mayfield (gmayfield10) · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Высокий однолетний или недолговечный многолетний представитель семейства астровых, обычно от 50 сантиметров до двух метров. Молодое растение образует розетку крупных продолговатых листьев, иногда с глубокими боковыми долями, острыми зубцами и большой конечной долей. Позднее стебель становится прямым и разветвляется к верхушке. При надломе появляется белый млечный сок. Верхние листья часто уменьшаются, иногда становятся узкими и почти цельными. Небольшие корзинки содержат жёлтые язычковые цветки, расположены многочисленными ветвистыми соцветиями. После цветения образуются узкие плоские семянки с белым летучим хохолком.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora зарегистрировала Lactuca canadensis как интродуцированный вид в Калифорнии с примерно пятнадцатью наблюдениями. Это не типичный кустарник чапараля и не обычный сорняк центральной долины. Отдельные растения могут встречаться на влажных нарушенных участках, по лесным опушкам и около поселений, преимущественно там, где сохраняется летняя влага. Очень похожие высокие латуки других видов распространены значительно шире. Не следует записывать любой высокий жёлтоцветковый латук в этот вид без ботанических признаков.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Нежные розетки развиваются в прохладную влажную погоду, обычно весной; если климат мягкий, молодые листья могут появиться после зимних дождей. К поздней весне стебель начинает вытягиваться. Летом над ним раскрываются мелкие жёлтые цветки и формируются пушистые семена; листья тем временем становятся горькими и грубыми. Для холодного питания выбирают только раннюю розетку до вытягивания цветоноса.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future отдельно подтверждает возможность употреблять листья Lactuca canadensis сырыми. Нежные прикорневые листья можно вымыть и мелко нарезать в холодную зелёную смесь. Их вкус мягко-горький, иногда заметно более горький, чем у культурного салата. Большое количество взрослой листвы не нужно, поскольку с возрастом увеличивается горечь и содержание млечного сока. Млечный сок не собирают и не употребляют отдельно. Жёсткие стебли, корни, цветки и семена не включены как подтверждённая сырая пища.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Lactuca serriola часто имеет листовые пластинки с заметным рядом мелких колючек снизу на средней жилке и иной характер обхвата стебля. Lactuca saligna отличается узкими почти линейными стеблевыми листьями. Sonchus oleraceus тоже выделяет белый сок, но у него часто более крупные цветочные корзинки и иная форма семян. Для точного определения канадского латука нужны листья на разных уровнях стебля, взрослое соцветие и семянки. Раннюю розетку нельзя пробовать, пока вид не установлен.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4547
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Lactuca+canadensis
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Lactuca+canadensis

Салат-латук огородный — Сочные хрустящие листья редкого самосева у грядок · Lactuca sativa

Lactuca sativa

В прохладном калифорнийском огороде весной часто видны большие рыхлые розетки из нежных зелёных, бронзовых или красноватых листьев. Если дать растению расти дальше, из середины быстро вытянется высокий ветвистый стебель с множеством маленьких жёлтых цветков. Это салат-латук, обычная овощная культура, но крайне редкий самосев вне садов в Калифорнии. Мягкие листья можно есть сырыми сразу после очистки, не разогревая их.



Салат-латук огородный — фотография растения

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее или двулетнее травянистое растение, до цветения обычно образует приземистую розетку высотой 10–35 сантиметров. Листья широкие, мягкие, сочные, по сорту гладкие, курчавые либо сильно зубчатые, зеленоватые или красно-бурые, с выраженной центральной жилкой. При вытягивании цветоноса стебель становится прямым, высотой до метра и более, верхние листья уменьшаются и частично обхватывают стебель. При повреждении появляется белый млечный сок. Небольшие жёлтые корзинки состоят из нескольких язычковых цветков, собраны в рыхлое разветвлённое соцветие. После цветения образуются маленькие плоские семянки с белым хохолком, разносимые ветром.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Lactuca sativa к неместным овощным растениям с единичными записями вне культуры — примерно полтора десятка наблюдений. Самосев встречается возле бывших огородов, компоста и поливных участков, иногда вдоль нарушенных русел, но в настоящем диком лесу или пустыне это растение не образует массовых популяций. В окрестностях Сакраменто садовый латук легко выращивают в прохладное время, однако у чужих грядок урожай принадлежит владельцу. Неизвестные проростки с загрязнённого компоста сырыми не собирают.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые листья наиболее сочные при умеренной температуре: в долинах Калифорнии поздней осенью, зимой и весной, а на побережье также в прохладное лето. С жарой и длинным днём растение быстро стрелкуется, листья становятся горькими и грубыми. Жёлтые корзинки раскрываются обычно летом, после чего созревают лёгкие семена. Если на самосевном участке растение уже цветёт, оно редко остаётся подходящим источником приятной сырой зелени.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только молодые листья. Plants For A Future прямо описывает салат-латук как сырую овощную зелень с мягким, иногда слегка сладковатым вкусом. Нежные листочки можно промыть питьевой водой, стряхнуть капли и съесть отдельно либо порвать в холодную смесь с другими растениями. У краснолистных сортов вкус бывает чуть горче; старые растения выделяют больше горького млечного сока, поэтому такой прирост лучше оставить. Семена и их проростки иногда используют как пищу, но в условиях дикого сбора безопасный сырой способ не подтверждён микробиологически; сюда они не включены. Корни и цветоносы не используют.



Салат-латук огородный — детальный снимок растения

Rasbak · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Lactuca serriola, распространённый дикий родственник, часто имеет мелкие колючки вдоль нижней средней жилки листа и листья, повёрнутые почти вертикально; салат-латук обычно мягче и имеет выраженную культурную розетку. Lactuca canadensis также может быть высоким, но отличается строением стеблевых листьев и мелких корзинок. У осотов Sonchus листья и цветочные корзинки устроены иначе, хотя они тоже выделяют белый сок. По одной молодой розетке рядом с огородом нельзя гарантировать культурный вид: требуется увидеть взрослые признаки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10034
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Lactuca+sativa

Латук компасный — Колючая жилка и молодые горьковатые листья · Lactuca serriola

Lactuca serriola

В калифорнийских огородах и у дорог летом поднимаются высокие зелёные растения с глубоко вырезанными листьями. Если поднять один лист, по центральной жилке снизу заметен ряд коротких жёстких колючек. Позднее из верхушки вырастают ветви с многочисленными мелкими желтоватыми корзинками. Это Lactuca serriola — латук компасный, заносный родственник салата. Молодые листья у него съедобны сырыми, но по мере роста становятся гораздо более горькими и колючими; белый млечный сок сам по себе не следует употреблять как пищу.



Латук компасный — фотография растения

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение однолетнее или двулетнее, сначала образует розетку. Листья удлинённые, у многих экземпляров глубоко рассечённые на боковые лопасти, а у некоторых почти цельные. Они часто повернуты вертикально, словно компасные стрелки, но это не безусловный признак. Центральная жилка на нижней стороне обычно украшена мелкими колючими щетинками; край листа тоже может быть жестковатым. После начала цветения вырастает высокий прямой стебель, нередко выше человеческого роста, в верхней части разветвлённый. Листья выше по стеблю мельчают и основанием охватывают его. При повреждении выступает белый латекс. Соцветие состоит из множества мелких светло-жёлтых корзинок, после которых появляются семянки со светлыми летучками. Именно последовательность от мягкой розетки до высокого разветвлённого цветоноса и колючая нижняя жилка важны для определения.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает свыше пяти тысяч записей Lactuca serriola по Калифорнии, включая Sacramento, Yolo, Placer, El Dorado и многие другие округа. Это один из распространённых сорняков на нарушенных почвах, краях сельхозполей, стройплощадках, пустырях и обочинах. В Central Valley летние высокие стебли особенно заметны после весеннего роста. Однако зрелая высокая заросль не означает, что растение удобно собирать для сырой пищи: листья там жёсткие, латекса много, а дорожные полосы часто загрязнены. Надёжный пищевой участок должен быть чистым и без химических обработок.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

На влажной прохладной почве молодые розетки появляются после осенних дождей и в начале весны. До вытягивания стебля листья нежнее и менее горькие. К концу весны латук быстро растёт, с лета до ранней осени образует мелкие корзинки и затем летучие семена. В засушливое лето листья на цветущем растении становятся грубыми. Осенние всходы могут давать новое поколение, но это не означает, что старая сухая особь снова превращается в пригодный салат.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только молодые нежные листья. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление и отмечает, что наиболее мягкие листья лучше всего подходят для салата. Отдельные молодые листочки можно мелко порвать и соединить с другой холодной зеленью. Взрослые листья резко горчат и становятся колючими, поэтому общее слово «съедобные» не означает удобства их использования на поздней стадии.



Латук компасный — детальный снимок растения

Stilfehler · CC BY-SA 4.0 · Источник

Млечный сок не пища. В исторических описаниях есть лекарственное использование концентрированного сухого латекса, но его нельзя путать с употреблением молодого листа. В

нашем пищевом разделе никакой сбор или заглатывание сгущённого сока не предлагается. Молодые побеги в видовом источнике описаны преимущественно после приготовления, а семенное масло — после очистки, поэтому эти части исключены.

Большие порции могут вызвать раздражение пищеварения. Людям с аллергией на семейство сложноцветных новая сырая зелень может не подходить.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Lactuca virosa и другие дикие латуки имеют похожий млечный сок, но иной набор листовых и цветочных признаков; переносить между ними пищевые советы нельзя. У Sonchus oleraceus и Sonchus asper тоже бывают жёлтые корзинки и латекс, однако листья и их основание на стебле устроены по-другому. На очень ранней стадии Lactuca serriola может напоминать одуванчик. Для уверенного определения ищут колючки по центральной жилке, форму листа, характер стебля и зрелые соцветия. Латекс или горечь не служат методом определения неизвестной травы.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4550
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=4550
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lactuca+serriola

Яснотка стеблеобъемлющая — Первые листья и розовые цветки после дождей · Lamium amplexicaule

Lamium amplexicaule

После прохладных осенних дождей в садах Калифорнии появляются невысокие растения с мягкими округлыми листьями. Весной из пазух верхних листьев раскрываются маленькие розово-пурпурные цветки, словно миниатюрные колокольчики с двумя губами. Это яснотка стеблеобъемлющая — Lamium amplexicaule. Она не обжигает кожу, хотя внешне принадлежит к группе растений, которые часто называют глухими крапивами. Её нежные листья и цветки подтверждены как пища для употребления без нагрева.



Яснотка стеблеобъемлющая — фотография растения

Agvania~commonswiki · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это однолетняя трава, обычно высотой от нескольких сантиметров до тридцати. Стебель имеет четыре грани, нередко красноватый снизу. Листья располагаются супротивно: по два на одном уровне. Нижние на черешках, округлые, с неглубокими округлыми зубцами и мягкими волосками. Выше листья почти без черешков, широкими основаниями охватывают стебель. По этому признаку легко понять слово amplexicaule — «стеблеобъемлющая». Цветки расположены мутовками в пазухах верхних листьев. Их трубчатые венчики розовые или пурпурные, верхняя губа поднята как шлем, нижняя раскрыта навстречу насекомому. Иногда встречаются крошечные закрытые цветки, способные опыляться без раскрытия. Плоды разбиваются на четыре небольшие сухие части. Одной округлой зимней розетки недостаточно: для определения полезны одновременно верхние листья, квадратный стебель и характерный венчик.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Lamium amplexicaule как заносный однолетник Калифорнии на нарушенных землях. Он может образовывать коврики на поливаемых газонах, старых огородах, пустырях, возле дорожек и по краям полей. В районе Сакраменто больше заметен в прохладный влажный период, тогда как на сухом летнем открытом месте быстро исчезает. Это не лесной куст и не постоянно зелёная многолетняя трава: каждое поколение заканчивает жизнь, оставляя семена до следующих дождей. На удобренных и поливаемых садовых почвах растение может встречаться группами, но на химически обработанных газонах собирать его нельзя.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Молодые растения появляются после осеннего увлажнения; основная зелёная масса в Центральной долине обычно заметна зимой и ранней весной. С конца зимы до мая распускаются цветки, хотя в более мягких и влажных местах цветение иногда продолжается. В жару листья становятся грубее, а растение высыхает. Для еды наиболее интересны молодые листья до полного цветения и отдельные открытые цветки на свежих побегах. Летние сухие остатки не являются новой пищевой частью.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает их употребление сырыми у Lamium amplexicaule. Они мягкие, с лёгким травянистым вкусом и слабой пряной нотой. Листья можно мелко порвать и смешать с другой чистой зеленью. Молодые заметно приятнее старых: зрелое опушение и плотная ткань мешают есть растение большими порциями.



Яснотка стеблеобъемлющая — детальный снимок растения

TeunSpaans · CC BY-SA 3.0 · Источник

Раскрытые цветки. Видовой справочник также называет их съедобными сырыми. Венчики маленькие, нежные и могут придавать холодной смеси едва заметную сладость. Их не стоит собирать отдельно от листьев неизвестного растения: именно сочетание листовой формы и цветка позволяет уверенно назвать вид.

Стебли, корни и зрелые семена не рассматриваются здесь как самостоятельная пищевая часть. Сбор с тротуарных краёв и после химической обработки не годится для сырой пищи.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У яснотки пурпурной Lamium purpureum верхние листья остаются на черешках, часто треугольные и фиолетовые; у Lamium amplexicaule они почти сидячие, округлые и охватывают стебель. Настоящие крапивы рода Urtica имеют жгучие волоски и совершенно иные мелкие зеленоватые соцветия. Квадратный стебель встречается и у других яснотковых, поэтому одного этого признака недостаточно. Нельзя пробовать растение ради проверки вкуса до полного определения. Нежные маленькие листья легко удерживают грязь, остатки удобрений и следы животных, особенно на газонах.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4561
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lamium+amplexicaule

Яснотка пурпурная — Пурпурные верхушки над зимней зеленью · Lamium purpureum

Lamium purpureum

На влажном калифорнийском газоне иногда можно увидеть низкую зелёную траву, вершинки которой окрашены в сиреневый и пурпурный цвета. Между маленькими листьями раскрываются трубчатые розовые цветки. Это Lamium purpureum — яснотка пурпурная, родственная стеблеобъемлющей яснотке. Её молодые листья употребляют сырыми. Не стоит, однако, называть так любую пурпурную сорную зелень: в Калифорнии яснотка пурпурная встречается гораздо более неравномерно, чем некоторые массовые зимние растения.



Яснотка пурпурная — фотография растения

Arthur Badel · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно это однолетнее растение высотой до тридцати сантиметров с мягким квадратным стеблем. Листья сидят супротивными парами. Нижние округло-сердцевидные, с крупными округлыми зубцами. На длинных черешках они похожи на маленькие листики мяты. Ближе к верхушке листочки мельче, гуще и нередко пурпурные. Отличие от Lamium amplexicaule — их черешки сохраняются: они не обхватывают стебель широкими сидячими основаниями. Цветки собраны между верхними листьями, венчик розово-пурпурный, двугубый, с поднятой шлемовидной верхней губой. Нижняя губа раскрыта, иногда отмечена тёмными точками. После опыления остаются небольшие сухие плодики, которые незаметны издали. Побеги слегка опушены, но не обладают жгучими волосками настоящей крапивы. Цвет листьев зависит от температуры и освещения, поэтому отсутствие яркого пурпура не опровергает вид.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

В Калифорнии это заносный вид нарушенных влажных участков: лугов, садов, обочин и газонов. Региональные ботанические записи фиксируют его в Butte, Placer, El Dorado, Napa, Sonoma, Humboldt, Santa Cruz и других округах. Он не одинаково обычен по всему штату. В сухой жаркой Sacramento Valley отдельные растения скорее найдутся на поливаемой земле или в прохладной тени, чем на открытом летнем склоне. Весенние пятна зелени могут исчезнуть до следующей дождливой зимы. Увиденное в саду растение может быть заносным, но всё равно принадлежать владельцу участка.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Осенние дожди способствуют прорастанию семян. С конца осени до ранней весны у молодых экземпляров наиболее мягкие листья. По региональным наблюдениям цветение часто происходит с февраля до июля, в зависимости от высоты, влажности и температуры. На одном участке молодые растения растут рядом со взрослыми, которые уже завязали семена. К концу сухого сезона нежная зелень почти исчезает. Важен не календарный день, а стадия: листья молодой зимней розетки мягче листьев старого цветоноса.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только молодые листья. Plants For A Future прямо указывает сырое употребление листьев Lamium purpureum. Нежные листочки можно измельчить и добавить к холодной овощной смеси. Их вкус мягкий, слегка растительный; у зрелого растения выраженнее опушение и иногда горечь. Употребление небольшой свежей порции не равно совету питаться почти одной яснoткой.



Яснотка пурпурная — детальный снимок растения

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Источник

Пурпурные верхние листочки. Пока они мягкие, это всё те же листья растения, а не отдельная часть цветка. Цветовое отличие не делает их несъедобными, но растение необходимо определить по листьям и цветкам в совокупности. Для цветков, стеблей, корней и сухих семян здесь нет столь же чётко подтверждённого самостоятельного сырого способа, поэтому они не используются как пищевые рекомендации.

Сырые листья из обрабатываемых парков, придорожных полос и мест выгула животных не собирают.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Lamium amplexicaule отличается почти сидячими округлыми листьями, охватывающими стебель на верхних узлах. У Lamium purpureum верхушка чаще пирамидальная, пурпурная, а листья треугольнее и на черешках. Молодые крапивы Urtica могут быть похожи по зубчатому листу, но их жгучие волоски способны вызвать ожог; для определения лучше не трогать неизвестное растение. У многих яснотковых стебли четырёхгранные, поэтому этот признак лишь один из нескольких. Розовые двугубые цветки и расположение листьев важнее одного оттенка.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Lamium+purpureum
- https://californiaspecies.com/species/lamium-purpureum
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4571

Клоповник полевой — Пахучая весенняя зелень с плоскими стручочками · Lepidium campestre

Lepidium campestre

На сухих открытых местах весной вырастает невысокая горчичная трава с розеткой зубчатых листьев. Позднее её стебель поднимается над травой, покрывается белыми мелкими цветками и рядами плоских овальных плодиков. Это клоповник полевой, европейский вид, прижившийся в Калифорнии. Молодая зелень обладает жгучим крессовым вкусом и пригодна без нагрева.



Клоповник полевой — фотография растения

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее или двулетнее растение чаще достигает 20–60 сантиметров высоты. Нижние листья собраны в розетку, продолговатые, с зубцами или неглубокими лопастями, на черешках. На стебле листья уменьшаются и становятся сидячими; их основание иногда немного охватывает стебель. Верхняя часть растёт ветвистой, покрытой множеством мелких белых цветков с четырьмя лепестками. Плодики овальные или почти округлые, сильно сплюснутые, опушённые, длиной несколько миллиметров; при зрелости они буреют. В отличие от многих гулявников здесь плод — короткий плоский стручочек, а не длинный цилиндрический стручок.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora указывает Lepidium campestre как неместное растение, встречающееся в Калифорнии на нарушенных территориях; зарегистрированы сотни наблюдений, но это менее повсеместный вид, чем Lepidium virginicum. Растёт на пустырях, по сухим травянистым склонам, у старых полей, иногда на уплотнённой почве. В горных и прибрежных районах календарь может отличаться от жаркой долины. Количество растений вблизи дороги не делает их подходящими для сбора из-за пыли, выхлопов и гербицидов.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые розетки появляются после дождей и особенно заметны в прохладную погоду. В мягких низинах это зима и ранняя весна; в более холодных местах рост начинается позднее. Белые соцветия и формирующиеся стручочки чаще появляются весной — в начале лета. Как только семена буреют и стебель становится жёстким, листьев для сырой еды остаётся немного.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и нежные верхушки. PFAF отдельно подтверждает для Lepidium campestre их употребление в сыром виде. Вкус острый, слегка горчичный; листья удобно мелко нарезать и добавлять как приправу к холодному салату. Они не являются основной калорийной пищей, но дают выразительный вкус. В справочниках также упоминается пряное использование семян, однако точный сырой способ для этой статьи ограничиваем подтверждёнными листьями и мягкими побегами. Старые грубые листья и бумажистые зрелые стручочки здесь не рекомендованы.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Клоповник виргинский Lepidium virginicum имеет обычно более узкие плодики и другое расположение листьев; он уже описан отдельно. У Lepidium didymum при растирании бывает заметный сильный запах, а его плодики состоят из двух округлых долей. У пастушьей сумки Capsella bursa-pastoris плоды сердцевидные, треугольные. Особенно важны форма опушённого короткого стручочка и строение розетки. Нельзя определять молодые растения только по перечному вкусу: проба незнакомой зелени не заменяет ботанические признаки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4670
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lepidium+campestre
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Lepidium_campestre

Перечник двухтычинковый — Низкая пахучая зелень и парные плодики · Lepidium didymum

Lepidium didymum

После зимних дождей возле калифорнийских дорожек иногда растёт совсем невысокая трава. Её тонкие веточки расползаются по земле, а листья сильно рассечены и имеют резкий перечный запах. При ближайшем рассмотрении видны крошечные беловатые цветки и плоские плодики, состоящие словно из двух соединённых частей. Это Lepidium didymum, в старых справочниках Coronopus didymus, — заносный перечник. Его молодые листья едят сырыми в небольшом количестве, используя жгучий крессовый вкус. Это не растение для ежедневной большой порции салата.



Перечник двухтычинковый — фотография растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Перечник двухтычинковый обычно живёт один сезон, реже два. От небольшого основания расходятся многочисленные тонкие стелющиеся или немного приподнимающиеся побеги. Высота зелёного коврика обычно невелика, хотя ветви способны вытянуться на несколько десятков сантиметров. Листья очередные, глубоко перисто-разделённые на мелкие лопасти. Молодые иногда образуют подобие розетки, а позднее на стеблях располагаются более редко. Цветки очень маленькие, с четырьмя беловатыми или почти незаметными лепестками; издали они почти сливаются с листьями. После цветения появляются плоские плодики, имеющие две округлые половины. Это важный признак, отражённый в латинском названии didymum — «парный». При созревании плодики становятся сухими и буроватыми, семена очень мелкие. На развитом растении одновременно заметны молодые листья, цветки и более старые парные плоды. Именно такой набор лучше всего использовать для определения.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Lepidium didymum неместным видом Калифорнии и приводит записи в San Diego, Orange, Los Angeles, Marin, San Francisco, Humboldt, Monterey, Santa Barbara и Sacramento County. Растение встречается на нарушенных грунтах, в садах, по краям поливных дорожек и на газонах. В прохладном влажном прибрежном климате оно может образовывать низкие коврики, но не является столь же повсеместным сорняком Central Valley, как одуванчик или латук компасный. На сухом жарком участке зелень быстро подсыхает. Особенно важно, что низкие стелющиеся побеги лежат непосредственно на земле: они легко загрязняются пылью, остатками удобрений и фекалиями животных.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

В Sacramento Valley всходы появляются после длительных осенних или зимних дождей. Молодые нежные листья обычно доступны в прохладные месяцы и ранней весной. На побережье при достаточной влаге растение способно развиваться и в другие сезоны. Когда ветви удлиняются, в пазухах и на верхушках появляются мелкие цветки. Затем образуются парные зелёные плодики, позже буреющие и высыхающие. Точные сроки цветения в Калифорнии различаются между округами; нельзя переносить без поправки летний календарь из британских определителей. Для сырой еды важна стадия молодой мягкой листвы, а плодики служат прежде всего для определения.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Lepidium didymum под современным и старым названием Coronopus didymus. Листья обладают очень острым вкусом, похожим на кресс или горчицу, иногда с непривычным сильным запахом. Их лучше мелко порвать и использовать как небольшую пряную добавку к более мягким листьям. Большие количества вызывают неприятную остроту и не нужны для полноценного питания.



Перечник двухтычинковый — детальный снимок растения

Julia Kruse · CC BY-SA 3.0 · Источник

Не собирать семена вместо зелени. Хотя у растения есть множество маленьких плодиков, использованный видовой источник подтверждает именно листья. Для семян и зрелых сухих парных плодов прямого самостоятельного сырого пищевого способа не приводится; они здесь не рекомендованы. Корни и цветоносные стебли также не рассматриваются как отдельный продукт.

Перечник способен расти на загрязнённых почвах; имеются исследования накопления свинца у Lepidium didymum. Поэтому возле промышленного объекта или автомобильной дороги употреблять его сырым нельзя даже после промывания.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Похожие низкие капустные включают Lepidium virginicum, у которого плоды почти округлые, с небольшой выемкой, но не выглядят столь отчётливо парными. Coronopus squamatus, другой перечник, имеет свои отличия в форме плода и листьях. Крошечный беловатый цветок сам по себе не различает эти виды. На стадии одной розетки не следует определять растение «по перечному запаху»: запах и вкус не могут заменить изучение плодов, листьев и ветвления. Сырые листья с обработанных газонов и загрязнённых полей не пригодны для еды.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10940
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=10940
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Coronopus+didymus
- https://tropical.theferns.info/viewtropical.php?id=Lepidium+didymum&redir=Coronopus+didymus

Перечник широколистный — Высокие белые облака над влажными полями и острые листья · Lepidium latifolium

Lepidium latifolium

На влажных землях долины Сакраменто иногда возникают густые заросли серо-зелёных высоких стеблей, над которыми летом стоят белые облачка множества маленьких цветков. Это Lepidium latifolium — перечник широколистный, инвазивный многолетник из Евразии. Он растёт очень агрессивно, вытесняя местную растительность солоноватых лугов и береговых сообществ. Ранней весной его молодые листья можно есть сырыми как острую добавку к пище, но собирание в прибрежной заболоченной зоне несёт отдельный риск загрязнения воды и гербицидных обработок.



Перечник широколистный — фотография растения

AnRo0002 · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Перечник широколистный — многолетнее травянистое растение с глубокой, широко расходящейся корневой системой. От общего подземного основания вырастают многочисленные прямые побеги, которые к лету могут достигать полутора–двух и более метров. Молодые нижние листья крупные, продолговатые, шириной несколько сантиметров, на черешках, с цельным или неглубоко зубчатым краем. Верхние стеблевые листья мельче, иногда почти сидячие, но не обхватывают стебель так, как у некоторых близких белоцветковых горчиц. Листья и стебли серовато-зелёные, с лёгким восковым налётом. На верхушках ветвей образуется широкая метёлка из множества крошечных белых четырёхлепестковых цветков. Позже вырастают маленькие плоские овальные плодики. Взрослый куст может выглядеть как белое облако, однако для пищевого определения лучше видеть нижний лист, высокие побеги и строение соцветия вместе.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

California Invasive Plant Council отмечает Lepidium latifolium на влажных и сезонно влажных землях по всей Калифорнии. Он особенно заметен в дельте Sacramento–San Joaquin, солоноватых болотах залива, на лугах, у оросительных каналов и в местах разлива рек. San Francisco Estuary Institute документировал крупные скопления в South Bay и дельте. Вид размножается не только семенами, но и кусочками корней, поэтому трудно поддаётся контролю. Некоторые заражённые участки обрабатывают гербицидами несколько раз за сезон; отсутствие видимых следов опрыскивания не означает безопасности листьев для еды.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После зимнего охлаждения и увлажнения из корневищ отрастает новая зелень. Весной молодые нижние листья наиболее мягкие, их можно наблюдать с марта или апреля, в разных местах раньше либо позже. Поздней весной стебли быстро вытягиваются. Обычно с мая по июль видны плотные белые соцветия, а затем формируются сухие плодики. К осени растение желтеет, однако корни продолжают жить в почве. На полностью выросших летних стеблях листья грубее и обладают более резким вкусом. Для сырого способа важен именно короткий период молодого прироста.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future подтверждает их сырое употребление у Lepidium latifolium. Вкус очень острый, напоминает горчицу и хрен. Поэтому листья используют небольшими порциями как холодную пряную добавку. Молодые листочки мягче, чем грубые листья высокого цветущего стебля.



Перечник широколистный — детальный снимок растения

AnRo0002 · CC0 · Источник

Не путать лист с семенами и корнем. Видовой источник сообщает о семенах как о пряности, но это другой способ использования; в данной статье основной надёжный безогневой продукт —

молодая листва. Глубокие корни не предлагаются для сырого употребления: они тянут за собой загрязнённый грунт и при выкапывании фрагментов могут дополнительно распространять инвазивный вид.

Из заболоченной зоны, где возможно заражение воды, накопление тяжёлых металлов или химическая обработка инвазивных растений, никакую сырую зелень не собирают. Не стоит воспринимать этот перечник как обычную безопасную замену культурной капусте для больших порций.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Cardaria draba, известная как белоголовник, может иметь похожие облака белых цветков, но обычно ниже, а его верхние листья обхватывают стебель. У Lepidium virginicum растение гораздо ниже, со множеством маленьких округлых стручочков. На ранней стадии до появления цветков похожи другие капустные; следует определять вид по нижним и верхним листьям, взрослому соцветию и строению плода. Одного перечного запаха недостаточно. Белые цветы на влажной луговине не означают, что место пригодно для пищевого сбора.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.cal-ipc.org/plants/profile/lepidium-latifolium-profile/
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4691
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lepidium+latifolium
- https://www.sfei.org/nis/pepperweed.html

Клоповник пронзённолистный — Нежные перечные листья весны · Lepidium perfoliatum

Lepidium perfoliatum

Весной на суховатых пустырях и солоноватых склонах иногда появляются низкие горчичные растения с маленькими жёлтыми цветками. У некоторых из них верхние листья как будто продеты прямо сквозь стебель: их основание плотно обхватывает побег. Это клоповник пронзённолистный, весенняя зелень с острым вкусом и хорошо заметными признаками у взрослого растения.



Клоповник пронзённолистный — фотография растения

Evan (GBIF occurrence 6185691936) · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя трава обычно 10–50 сантиметров высотой, иногда выше на влажной почве. У основания развивается розетка сильно разделённых на узкие доли листьев, которые могут напоминать маленькие листья укропа или горчицы. Выше по стеблю листья становятся более цельными и широкими, округло-сердцевидными, с глубоким охватывающим основанием. Именно этот переход от рассечённых нижних листьев к почти пронзённым верхним особенно характерен. Цветки мелкие, желтоватые, с четырьмя лепестками в коротких кистях. Плоды — небольшие округлые или овальные плоские стручочки, собранные вдоль вытянувшихся кистей; при созревании они становятся соломенно-бурыми.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

В Калифорнии Lepidium perfoliatum относится к заносным растениям. Он встречается не во всех климатических зонах штата, а преимущественно на открытых нарушенных местах, сухих полях, обочинах и засолённых почвах, особенно в более континентальных районах. Растение может быть локально заметным, но не является типичной луговой зеленью каждого парка Сакраменто. Из-за места произрастания важно исключать сбор возле трасс, складов, сельскохозяйственных обработок и железнодорожных насыпей.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После холодного сезона и первых весенних потеплений появляются рассечённые прикорневые листья. Затем растёт стебель с характерными округлыми верхними листьями, раскрываются мелкие жёлтые цветки и образуются плоские плодики. В низких тёплых местах весь цикл может закончиться ещё весной, в прохладных долинах — продолжаться до начала лета. Молодые листья до массового созревания стручочков обычно мягче и приятнее на вкус.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future сообщает о сыром употреблении листьев Lepidium perfoliatum. Их используют как небольшую острую добавку, сходную по роли с другими перечными травами семейства капустных. Лучше всего подходят нежные листья, пока растение активно растёт и не стало волокнистым. Семена. В некоторых источниках они известны как пряное сырьё после специальной обработки, но оснований рекомендовать их сырыми в пищу без огня здесь недостаточно. Также нет причины включать в рацион корни или зрелые жёсткие стебли. Сильный перечный запах на раздавленном листе — не проверка безопасности и не заменяет определение растения.



Клоповник пронзённолистный — детальный снимок растения

Zach Earl · CC BY 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Другие клоповники Lepidium virginicum, L. didymum и L. campestre могут иметь близкие мелкие цветки и многочисленные стручочки. Однако у L. perfoliatum верхние листья характерно охватывают стебель, а нижние разделены на очень узкие доли. У некоторых видов родственных горчиц похожие цветки, но форма плода совсем иная. Собирать листья по одной розетке, когда характерные верхние листья и плодики ещё не выросли, ненадёжно. Для редких находок полезно сравнить растение с несколькими видоспецифичными фотографиями.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4707
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lepidium+perfoliatum
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Lepidium_perfoliatum_(GBIF_6185691936).jpg

Кресс-салат посевной — Нежные перечные листочки одичавших огородных посевов · Lepidium sativum

Lepidium sativum

В старом огороде или на сыроватой рыхлой почве после прохладных дождей иногда появляется коврик из тонких стебельков с маленькими зелёными листочками. Если растение не срезали, оно быстро вытягивается и выпускает мелкие белые цветки. Это посевной кресс-салат, известный огородный вид, редко отмечаемый за пределами культуры в Калифорнии. Его молодые листья и мягкие ростки можно есть сырыми, но случайный проросток из загрязнённой земли не равен безопасной домашней зелени.



Кресс-салат посевной — фотография растения

Katrin Gilger · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее растение, обычно 15–50 сантиметров высотой после вытягивания цветоноса. В начале образует маленькую розетку, листья которой могут быть глубоко рассечёнными на узкие сегменты. Стеблевые листья выше становятся более цельными, линейными либо узко-ланцетными, сидячими. Стебель ветвистый, тонкий, зелёный, слабо опушённый. Мелкие цветки имеют четыре белых или розоватых лепестка крестом и шесть тычинок. После цветения образуются небольшие почти круглые либо широко овальные плоские стручочки с выемкой на верхушке, внутри несколько семян. При растирании нежные листья имеют отчётливый перечный аромат.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Lepidium sativum неместным однолетником с единичными находками вне посевов; записи есть в Sacramento, Yolo, Contra Costa, Marin и San Diego. Поэтому в Калифорнии это прежде всего огородный салат, а не массовая природная горчица. Самосев вероятен около старых грядок и компостных куч, но в таких местах могут присутствовать удобрения и патогены. Без известной чистоты почвы сырую зелень не собирают. У многих похожих местных Lepidium сырое пищевое использование не подтверждено.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Растение развивается быстро при прохладной влажной погоде: мягкие листочки появляются через несколько дней после прорастания семян. На тёплых низинах весной оно скоро образует цветонос, а летом листья грубеют и становятся особенно острыми. В мягкую калифорнийскую зиму рост возможен после дождей. Для сырого употребления лучше всего маленькие листья до цветения, срезанные чистыми ножницами с известного участка, а не зрелые стручки.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и нежные побеги. Plants For A Future прямо описывает их как пищу в сыром виде; вкус выраженно перечный, поэтому достаточно небольшой порции для добавления к более мягким листьям. Нежные листочки можно разрезать и вмешать в холодную овощную смесь. Семена иногда используют как приправу, но они имеют очень резкий вкус и обычно требуют отдельной обработки; в нашем списке без огня их не рекомендуем. Проростки кресс-салата, как и любые сырые ростки, могут переносить патогенные бактерии, особенно выращенные в грязной воде, поэтому для похода лучше знакомая свежая листовая зелень, а не случайные проростки.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Lepidium virginicum часто имеет более узкие плоские плодики и иной облик листовой розетки, а Lepidium nitidum — маленькие блестящие плоды и значительно более низкий рост. У других капустных белые четырёхлепестковые цветки тоже обычны; только пряный вкус не позволяет определить съедобный вид. Нужно осмотреть нижние и верхние листья и зрелые стручочки. Нельзя по похожему запаху есть неопознанную горчичную траву с парковки или обработанного поля.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=9145
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Lepidium+sativum

Перечник виргинский — маленькие плоские плодики и острая зелень · Lepidium virginicum

Lepidium virginicum

На открытых участках Калифорнии встречается невысокая трава, верхушки которой покрыты десятками мелких круглых плоских плодиков. Если посмотреть ближе, каждый напоминает маленькую приплюснутую монетку с выемкой на вершине. Это Lepidium virginicum — перечник виргинский, местный представитель семейства капустных. У него съедобны нежные молодые листья и зелёные незрелые плодики. Их вкус напоминает перечную зелень; обильная россыпь семян не означает, что растение нужно есть большими порциями.



Перечник виргинский — фотография растения

Jomegat · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Перечник чаще однолетний, иногда сохраняется как недолговечный двулетник. Молодые растения образуют розетку листьев. Нижние листья бывают продолговатыми, по краям с неровными зубцами и небольшими лопастями, а верхние на разветвлённом стебле значительно уже. После начала цветения образуется рыхлая метёлка из тонких веточек. Цветки крошечные беловатые, с четырьмя лепестками, которые иногда трудно заметить. Вскоре вместо них возникают многочисленные плоские округлые стручочки, каждый с небольшой выемкой на верхушке. Такие плоды сидят на тонких плодоножках вдоль стебля. При высыхании они желтеют и коричневеют, внутри находятся очень мелкие семена. Молодую розетку легко спутать с другим сорняком, поэтому для определения используют именно характерные зрелые плодики и форму листьев на одном растении.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora считает Lepidium virginicum местным видом Калифорнии и показывает многочисленные наблюдения по штату. Растение предпочитает солнечные открытые участки: тропы, залежи, края полей, дорожные насыпи и пастбища. The Watershed Nursery описывает его как нетребовательный вид, способный расти на глинистых, суглинистых и каменистых почвах. В районах Сакраменто и предгорий встречаются разные перечники рода Lepidium; точный вид нельзя определять по общему названию «перечная трава». Некоторые местные подвиды различаются опушением и деталями плода, что особенно важно при работе с гербарием.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После дождей розетка быстро наращивает молодые листья. Зимой и ранней весной в низинах они мягче; в прохладных районах такой рост бывает позже. В течение весны появляются мелкие белые цветки, а затем зелёные плоские плодики. В более влажных местах цветение и плодоношение продолжаются летом. Когда растительная масса высыхает, зелёные пищевые части уже недоступны. Плоды на одном кусте созревают неодновременно: внизу бывают сухие, а ближе к вершине ещё молодые и зелёные.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Нежные листья. Plants For A Future прямо указывает их сырое употребление у Lepidium virginicum. Они обладают острым вкусом, похожим на кресс, и подходят как небольшая вкусовая добавка к другой зелени. Молодые листья мягче зрелых и меньше горчат.



Перечник виргинский — детальный снимок растения

Robert H. Mohlenbrock / USDA-NRCS · Public domain · Источник

Зелёные незрелые плодики. Видовой источник отдельно подтверждает сырое употребление ещё мягких стручочков. Они очень маленькие, но имеют заметную перечную остроту. Их используют скорее как приправу, чем как крупный овощной урожай. Сухие семена известны как

заменитель перца, однако именно эту концентрированную форму не следует автоматически превращать в основной продукт для сырого рациона.

Корни и зрелые грубые стебли в наш перечень безогневой еды не входят. Собирают только растение, определённое по совокупности признаков, а не по вкусу одной зелёной веточки.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии живут другие Lepidium, например Lepidium didymum и Lepidium latifolium, с иными плодиками и общей формой растения. У пастушьей сумки Capsella bursa-pastoris стручочки сердцевидные и треугольные, а не округлые плоские с небольшой выемкой. У ряда мелких капустных до плодоношения отличий очень мало. Если вид найден только в форме розетки, сбор для еды лучше отложить. Сады и обочины могут быть обработаны гербицидами; мелкие листья у поверхности почвы легко собирают пыль и загрязнения.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=4712
- https://www.watershednursery.com/nursery/plant-finder/lepidium-virginicum/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lepidium+virginic

Дереза Андерсона — Красные ягоды пустынного колючего куста · Lycium andersonii

Lycium andersonii

На каменистом склоне пустыни Мохаве среди креозотовых кустов иногда заметен невысокий куст с длинными острыми веточками. После дождей на нём появляются небольшие светлые цветки, а затем красные сочные ягоды. Дереза Андерсона — местный для калифорнийских пустынь вид. Её полностью созревшие плоды можно есть свежими, хотя урожай сильно зависит от дождей и не каждый куст плодоносит ежегодно.



Дереза Андерсона — фотография растения

Stickpen · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадный или частично листопадный, сильно ветвистый куст обычно от половины до полутора метров высотой. Старые ветви сероватые, с острыми колючими окончаниями; молодые побеги более тонкие. Листья простые, узкие, от линейных до обратнояйцевидных, иногда собраны небольшими пучками на коротких веточках. При продолжительной засухе куст может почти полностью сбрасывать листья. Цветки небольшие, одиночные либо по нескольку, с воронковидным беловатым или бледно-фиолетовым венчиком из пяти частей. После цветения появляются округлые или яйцевидные ягоды, становящиеся красными, иногда оранжево-красными. Внутри мягкая мякоть с мелкими семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает более двух тысяч наблюдений Lycium andersonii в штате. Это растение преимущественно пустынных районов Inyo, San Bernardino, Riverside, Imperial и San Diego, на сухих каменистых склонах, в песчано-гравийных руслах и среди креозотовых кустарников. Оно не характерно для равнины Сакраменто и влажных лесов севера. На сухой местности отдельный куст может стоять одиноко, а после сильной зимы рядом возникает целая группа растений.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветение чаще следует за прохладными зимними дождями, иногда начинается к концу зимы и продолжается весной. Ягоды наливаются после цветения, преимущественно весной и в начале лета; в год с дополнительными осадками возможно повторное плодоношение. Красный цвет без мягкости не гарантирует полной зрелости. Лучшие ягоды уже равномерно окрашены, слегка мягкие и легко отходят от плодоножки. Плоды быстро высыхают или съедаются животными.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью спелые ягоды. Plants For A Future отдельно подтверждает употребление Lycium andersonii сырым и естественно высушенным. Мякоть небольшого плода сочная, вкус от сладковатого до слегка терпкого; у некоторых растений напоминает смесь помидора и ягод. Плоды едят свежими небольшими порциями. В сухом климате чистые спелые ягоды могут подсохнуть без нагрева; перед едой проверяют отсутствие плесени. Веточки, колючки, листья, корни и незрелые ягоды в сырой рацион не входят.



Дереза Андерсона — детальный снимок растения

Mary Winter · CC0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

На тех же пустынных склонах встречаются Lycium fremontii и Lycium pallidum. Они похожи колючими ветками, трубчатыми цветками и небольшими ягодами; для различения нужны форма цветка, ширина листьев и зрелый плод. У некоторых других паслёновых Калифорнии ягоды токсичны даже в зрелом виде, поэтому нельзя определять дерезу только по красной ягоде. Дополнительный риск — острые колючки и загрязнённые русла возле дорог. Не собирают неопознанные плоды.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5230
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Lycium+andersonii

Дереза обыкновенная — годжи — Красные летне-осенние ягоды на дугообразных побегах · Lycium barbarum

Lycium barbarum

У старых посадок и на нарушенных суховатых склонах можно встретить куст с длинными тонкими дугообразными ветвями, маленькими фиолетовыми цветками и вытянутыми красными ягодами. Это один из двух наиболее известных восточноазиатских видов годжи — дереза обыкновенная. Только полностью созревшие красные плоды подходят в пищу без нагрева; зелёные ягоды и листья неопознанного куста употреблять нельзя.



Дереза обыкновенная — фотография растения

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадный кустарник обычно от одного до трёх метров высотой, иногда с длинными плетевидными побегами, которые опираются на соседние растения. Веточки тонкие, серовато-коричневые, отдельные короткие окончания превращены в шипы. Листья простые, очередные либо собранные пучками на коротких побегах, от узколанцетных до овальных, с цельным краем. Цветки располагаются в пазухах листьев, по одному или нескольку, с короткой чашечкой и фиолетовым трубчатым венчиком, который раскрывается пятью отогнутыми лопастями. Позднее формируются небольшие красные или оранжево-красные овальные ягоды длиной примерно один–два сантиметра, с многочисленными мелкими семенами внутри.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Дереза обыкновенная не является местным пустынным кустарником Калифорнии. Jepson eFlora и региональные флористические материалы отмечают выход Lycium barbarum из культуры на нарушенных участках и вблизи старых посадок. Она встречается значительно реже, чем местные пустынные Lycium andersonii или Lycium fremontii, и может расти возле оград или бывших садов. Нельзя считать любое растение с ягодами годжи диким и общедоступным: большинство кустов у жилья выращиваются на частной земле.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной появляются молодые листья, затем начинают раскрываться фиолетовые цветки, обычно в конце весны и летом. Ягоды увеличиваются в тёплый сезон и становятся ярко-красными главным образом со второй половины лета до осени. На кусте одновременно могут быть зелёные незрелые и красные спелые ягоды. Для еды нужны только мягкие полностью окрашенные плоды без повреждений. При естественной сушке чистые ягоды темнеют и сморщиваются, но не должны приобретать плесневый запах.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые красные ягоды. Plants For A Future прямо указывает сырое употребление плодов Lycium barbarum; они сладковатые, с характерным слегка травянистым привкусом. Ягоды можно есть свежими небольшими порциями или естественно подсушить в чистых условиях. Незрелые плоды в видовом источнике рассматриваются как подозрительные по безопасности, поэтому их не используют. Молодые побеги и листья обычно описываются после приготовления; в этой статье они не считаются подтверждённой сырой пищей. Корни, кора и шипы не используются.



Дереза обыкновенная — детальный снимок растения

MPF (original Wikipedia uploader) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Lycium chinense, для которого уже подготовлена отдельная статья, настолько похожа, что по одной ягоде вид установить нельзя. Для различения важны длина долей фиолетового венчика относительно трубки, форма листьев и цветоножка. Местные пустынные дерезы обычно растут в иных природных условиях и имеют собственную морфологию. Среди паслёновых встречаются ядовитые ягоды, поэтому вкус и красный цвет не могут служить тестом безопасности. Если цветущее растение не удаётся определить, ягоды не собирают.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/user/plant.aspx?latinname=Lycium+barbarum
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Lycium+barbarum
- https://californiaspecies.com/species/lycium-barbarum

Дереза китайская — Зрелые красные ягоды на изгибистых ветвях · Lycium chinense

Lycium chinense

У старой ограды или на заброшенной посадке иногда растёт куст с длинными тонкими дуговидными побегами и небольшими фиолетовыми цветками. Позже на нём появляются удлинённые ярко-красные ягоды, известные как один из видов ягод годжи. Это китайская дереза, привезённая из Восточной Азии. Она отмечена в Северной Америке и в Калифорнии как заносное растение, но в природе встречается значительно реже привычных местных пустынных дерез.



Дереза китайская — фотография растения

Alex Abair · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадный куст обычно 0,5–3 метра высотой, с сероватой корой и тонкими изгибающимися ветвями. На отдельных побегах имеются короткие колючки. Листья простые, узкие или овальные, цельнокрайние, часто расположены группами по нескольку на коротких веточках; длина и ширина сильно варьируют с возрастом. Цветки одиночные или по два–четыре, на коротких цветоножках, венчик светло-фиолетовый или сиреневый, воронковидный с пятью отогнутыми лопастями. Позднее созревают вытянутые красные ягоды длиной примерно от одного до двух сантиметров, содержащие много мелких семян.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Flora of North America указывает Lycium chinense как интродуцированный вид, зарегистрированный в том числе в Калифорнии. Это растение обычно связано с заброшенными изгородями, старыми садами, полями и придорожными нарушенными местами. Но записи двух восточноазиатских дерез, L. chinense и L. barbarum, нередко путали между собой; поэтому не следует считать любое старое посадочное «годжи» достоверной находкой именно L. chinense. В Sacramento Valley возможны культурные посадки, а подтверждённых массовых природных популяций нет.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После зимнего покоя весной разворачиваются молодые листья, затем появляются светло-фиолетовые цветки. Цветение в Северной Америке обычно идёт с мая по август в зависимости от климата. Ягоды завязываются после цветения и краснеют летом и осенью. Для еды годятся только полностью зрелые красные мягкие плоды. Зелёные или частично окрашенные ягоды не используют. После сбора нежные плоды лучше употреблять сразу либо бережно подсушивать в чистом сухом месте.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелые плоды. Plants For A Future отдельно подтверждает их употребление сырыми и после естественной сушки. Ягода сладковатая, иногда с лёгкой травянистой или анисовой ноткой. Молодые листья и мягкие побеги в видовом справочнике тоже названы пригодными сырыми, но растения относятся к семейству паслёновых, а близкие виды могут быть токсичны. Поэтому без безошибочного определения и чистой истории посадки практически предпочтительнее ограничиваться полностью зрелыми ягодами в умеренном количестве. Корни, кора, зелёные ягоды и жёсткие ветви здесь не являются пищей.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Lycium barbarum почти неотличима от китайской дерезы по одним красным ягодам. Flora of North America предлагает сравнивать прежде всего отношение длины лопастей венчика к трубке, а также листья и положение цветков. Местные пустынные Lycium andersonii и L. fremontii обычно растут в других природных условиях и имеют отличающиеся цветки и плоды. Нельзя путать дерезу с неизвестными паслёновыми, у которых возможны смертельно опасные плоды. При отсутствии цветущего растения точный вид лучше не устанавливать на глаз.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.efloras.org/florataxon.aspx?flora_id=1&taxon_id=200020538
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Lycium+chinense
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Lycium+chinense

Дереза Фремонта — Весенние оранжевые ягодки пустынных кустарников · Lycium fremontii

Lycium fremontii

В пустынных каньонах Южной Калифорнии растёт колючий куст, который большую часть сухого года может выглядеть почти безлистным. После зимних дождей на нём развиваются небольшие серо-зелёные листочки и сиреневые трубчатые цветки. Вслед за ними появляются мягкие плоды оранжевого и красного цвета. Это Lycium fremontii — дереза Фремонта, местная пустынная родственница годжи. Её полностью зрелые плоды едят сырыми и сушат на запас без огня, но зелёные незрелые ягоды и листья нельзя считать безопасными только по родству с культурным годжи.



Дереза Фремонта — фотография растения

Stickpen · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Дереза Фремонта — древесный кустарник, иногда достигающий двух–трёх метров высотой и почти такой же ширины. Ветки сильно разветвлены, многие заканчиваются жёстким шипом. Во влажный сезон появляются небольшие толстоватые листья: овальные, обратнояйцевидные либо лопатчатые, обычно с гладким краем, часто собраны пучками на коротких боковых побегах. В сильную засуху листва уменьшается или почти исчезает. Цветки небольшие, трубчатые, с пятью расширенными лопастями от бледно-фиолетового до лилового; они появляются по одному или группами в пазухах листьев. После цветения развивается овальная или продолговатая ягода. Пока она незрелая, окраска зелёная; при полном созревании плоды становятся оранжевыми либо ярко-красными, мягкими и сочными. Внутри множество мелких мягких семян, обычно употребляемых вместе с мякотью. На одной ветке могут быть цветки, зелёные и зрелые ягоды одновременно после редкого летнего дождя.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Lycium fremontii характерна для Sonoran и Mojave Desert, особенно сухих пустынных ложбин, щебнистых склонах и участков с более глубокими корнями в солоноватой земле. Ботанические справочники указывают растение в Калифорнии и других юго-западных штатах. В Sacramento Valley это не обычный местный плодовый куст; его стоит искать только во время поездки в соответствующий южный пустынный район. На сухих участках растение иногда стоит одиночно среди креозотового кустарника. Плодоношение зависит от погоды, но для пустыни этот вид считается относительно надёжным. В национальных парках и на охраняемых землях сбор может быть запрещён.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После прохладной зимы в пустыне появляются листья и сиреневые цветки; видовой справочник указывает февраль–март для цветения в подходящем климате. Плоды формируются весной и в начале лета. В зависимости от дождей небольшие мягкие оранжево-красные ягоды могут созревать в апреле–июне. В некоторые годы после летних дождей бывает дополнительный небольшой урожай, но рассчитывать на него заранее нельзя. Зелёные твёрдые ягоды не являются пищевым вариантом зрелых. Во время длительной засухи куст может сбросить листья и выглядеть почти сухим, однако старые плоды при этом не обязательно пригодны.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые мягкие ягоды. Plants For A Future отдельно подтверждает сырое употребление Lycium fremontii. Спелые плоды сладковатые, сочные, иногда с оттенком томатного вкуса и лёгкой горечью. Их можно есть по несколько штук, не разгрызая жёсткие части ветвей, либо размять в холодную фруктовую добавку. Семена у зрелой ягоды мелкие и мягкие, их обычно едят вместе с мякотью. Но большие порции могут вызвать расстройство желудка, поэтому умеренность особенно важна.

Естественно высушенные ягоды. Видовой источник описывает сушку плодов для позднего употребления. Использовать можно только полностью зрелые и неповреждённые ягоды, высушенные без плесени и загрязнений. Сырые листья, цветки, корни и незрелые ягоды не относятся к подтверждённым продуктам.

Местная пищевая история. Разные виды дерезы из пустынь американского Юго-Запада занимали важное место в сезонном питании коренных жителей. Для конкретно Lycium fremontii подтверждено употребление зрелых ягод; способы приготовления горячих соусов здесь не рассматриваются.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Lycium andersonii похожа мелкими листьями, шипами и оранжево-красными ягодами, но отличается деталями цветка, побегов и отдельных участков ареала. Lycium pallidum часто имеет более светлые и крупные цветки. Путаница с другими пустынными паслёновыми особенно опасна: у некоторых из них зелёные либо зрелые ягоды ядовиты. Нельзя определять дерезу только по оранжевой ягоде или наличию шипа. Нужны трубчатый цветок, характерные пучки листьев, зрелая мягкая ягода и подтверждённый ботанический вид. При сомнении в зрелости либо виде плоды оставляют.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Lycium+fremontii
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Lyciumfremontii.jpg
- https://www.calflora.org/

Лавровый сумах — Тёмные плоды чапараля у океана · Malosma laurina

Malosma laurina

В прибрежных горах Южной Калифорнии среди сухих склонов и каньонов растёт крупный вечнозелёный куст с длинными листьями и красноватыми молодыми веточками. Летом на концах побегов остаются многочисленные мелкие плоды. Лавровый сумах был одним из пищевых растений чумаш: его зрелые плоды растирали, сушили и употребляли без приготовления на огне.



Лавровый сумах — фотография растения

Justin Taylor (blugeoner86) · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Этот куст нередко выше человеческого роста, при благоприятных условиях достигает трёх–пяти метров и более. Крона густая, округлая; побеги длинные, кора серо-коричневая, молодые черешки и жилки иногда красноватые. Листья простые, очередные, кожистые, узкоэллиптические или ланцетовидные, примерно 5–10 сантиметров длиной, с гладким цельным краем. Они часто слегка согнуты вдоль средней жилки, как неглубокая лодочка. На конце побегов весной появляются крупные разветвлённые метёлки мелких беловато-кремовых цветков. Плод очень небольшой, округлый, постепенно меняет зеленоватую окраску на тёмную, почти чёрную; внутри есть жёсткая косточка.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Malosma laurina — местный вид южной части штата, особенно характерный для прибрежных гор от Santa Barbara и Ventura через Los Angeles, Orange и San Diego до границы с Мексикой. Он растёт в чапарале и прибрежных шалфейных кустарниках, на сухих солнечных склонах, в каменистых каньонах и по краям дорог. Calflora приводит тысячи наблюдений в Южной Калифорнии, но этот куст не является обычным дикорастущим растением долины Сакраменто.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Вечнозелёные листья остаются на ветвях весь год; съедобными от этого они не становятся. Молодые цветочные метёлки появляются преимущественно весной и в начале лета, затем постепенно развиваются плоды. На тёплых южных склонах их созревание обычно приходится на лето и начало осени. После длительной засухи на отдельных кустах урожай может быть слабым. Для еды подходят только полноценно зрелые плоды, не зелёные завязи.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. В видовом профиле USDA Forest Service, подготовленном по работам о пищевых растениях чумаш, описано, как плоды Malosma laurina растирали, сушили и употребляли сырыми после удаления сухих несъедобных частиц. Дома или в походе для этого можно отделить зрелые плоды от веточек, размять мякоть, естественно подсушить её и тщательно удалить грубую кожицу и косточки. Это не сочная столовая ягода: плод очень маленький, его пищевая часть тонкая. Семена не нужно раскалывать или жевать. Горькая кора, листья и корни не относятся к подтверждённым продуктам без нагрева.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Похожий Rhus integrifolia, лимонадная ягода, имеет обычно более широкие овальные кожистые листья, часто более светлые снизу, и плоды другого оттенка; он уже описан отдельно. Rhus ovata, сахарный сумах, отличается более широкими жёсткими листьями и строением соцветий. По одному тёмному плоду эти кусты распознать трудно. Все они относятся к семейству сумаховых, у чувствительных людей контакт с некоторыми родственными растениями вызывает кожную реакцию. Не собирают неопознанные плоды и не переносят пищевую информацию с одного вида на другой.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5348
- https://www.fs.usda.gov/psw/publications/beyers/psw_2018_beyers010_montalvo_malosma-laurina.pdf
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/mallau

Яблоня домашняя — Сочные плоды одичавших деревьев у старых садов · Malus domestica

Malus domestica

Возле заброшенного сада, вдоль бывшей фермерской дороги или на окраине старого поселения иногда стоит яблоня, за которой давно никто не ухаживает. Весной она покрывается бледно-розовыми цветками, летом среди листвы наливаются плоды, а осенью дерево может отдать целый урожай кислых либо сладких яблок. Установить, что дерево росло когда-то в саду, зачастую проще, чем определить его сорт. Зрелые яблоки употребляют свежими без нагрева.



Яблоня домашняя — фотография растения

H. Zell · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадное дерево, обычно 3–10 метров высотой, с раскидистой кроной и короткими плодоносящими веточками. Кора ствола с возрастом сереет и трескается, молодые побеги могут быть слегка опушёнными. Листья очередные, овальные или эллиптические, с зубчатым краем и заметными жилками; нижняя сторона часто светлее и опушена. Цветки раскрываются пучками по несколько штук, в бутонах розовые, после раскрытия белые с розоватым оттенком, с пятью лепестками. Плод сильно изменчив по сорту: зелёный, жёлтый или красный, округлый либо немного вытянутый. У противоположного плодоножке конца сохраняется пятичастная чашечка. При разрезе видны обычно пять семенных гнёзд и тёмные гладкие семена.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Домашняя яблоня — интродуцированное плодовое дерево. Calflora регистрирует одичавшие яблони, в том числе под названием Malus pumila, близким к принятому современному Malus domestica. Встречаются бывшие насаждения, отдельные самосевные деревья и сеянцы у лесных опушек, ручьёв и старых домов. В долине Сакраменто и предгорьях вероятность встретить заброшенную посадку выше, чем яблоневый лес: самосев не делает растение местным видом. Сбор зависит от прав на участок и отсутствия пестицидов.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягких низинах цветение происходит обычно в марте–апреле, в прохладных предгорьях и горах позже. Плоды растут весной и летом, а сроки созревания зависят от сорта: ранние яблоки становятся съедобными летом, поздние — в сентябре–ноябре. Зрелость определяется не только цветом. Плод легче отделяется от плодоножки, имеет характерный запах, а мякоть приобретает вкус сорта. Сухие, червивые и покрытые плесенью опавшие яблоки не собирают.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Мякоть спелых яблок. Её едят сырой вместе с чистой кожицей либо очищают; это сочная пища, которую удобно нарезать без приготовления. Отдельные старые сеянцы дают мелкие очень кислые плоды — они всё равно могут быть съедобными, но не всякое яблоко приятно в свежем виде. Спелые ломтики можно высушить на чистой сетке без нагрева, если климат позволяет не допустить плесени. Семена, содержащие цианогенные соединения, не разжёвывают и не измельчают вместе с фруктами; сердцевину лучше выбросить. Листья, кора и ветки здесь не используются.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Плоды дикого калифорнийского яблока Malus fusca обычно значительно мельче, само дерево связано с влажными северными лесами, а садовая яблоня чаще растёт около старых поселений. Декоративные яблони бывают очень похожи; у гибридов отдельные признаки перекрываются. Груша Pyrus communis часто имеет более блестящие и менее опушённые листья, а в мякоти встречаются зернистые каменистые клетки, которых обычно нет у яблока. Нельзя считать любое дерево с круглым жёлтым плодом яблоней: определяют цветки, листья, плод и его семенные камеры.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/species/sci-M.html
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Malus+domestica
- https://linnet.geog.ubc.ca/Atlas/Atlas.aspx?sciname=Malus+pumila

Яблоня тихоокеанская — Маленькие кислые яблочки у северных прибрежных болот · Malus fusca

Malus fusca

В сырых прибрежных лесах северной Калифорнии иногда растёт невысокое дерево или крупный куст, весной усыпанный белыми цветками. К осени среди листьев появляются многочисленные очень маленькие яблочки, от жёлтых до тёмно-красных. Это Malus fusca — тихоокеанская, или орегонская, дикая яблоня. Её полностью спелые плоды можно есть сырыми, хотя они заметно кислее культурных яблок. Внутренние семена не являются пищей: Calflora прямо предупреждает не употреблять семена этого вида.



Яблоня тихоокеанская — фотография растения

Gordon Leppig & Andrea J. Pickart / U.S. Fish and Wildlife Service · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно это листопадный кустарник или небольшое дерево с несколькими стволиками, иногда образующее густые прибрежные заросли. Ветви гибкие, на старых побегах много коротких плодовых веточек, отдельные ветви могут заканчиваться колючими ответвлениями. Листья очередные, на черешках, овальные или эллиптические, по краям с небольшими зубцами; на сильных побегах иногда имеют три неглубокие лопасти. Молодые листья мягче и немного волосистые, зрелые темно-зелёные сверху и светлее снизу. Весной небольшие пятилепестковые белые, реже розоватые цветки собраны в короткие группы. После опыления формируются маленькие плоды типа яблока, часто слегка вытянутые и совсем не похожие по размеру на магазинные. Цвет меняется от зеленовато-жёлтого до красного либо пурпурного. На конце плода сохраняются остатки цветка, а внутри находится несколько отделённых камер с коричневыми семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora относит Malus fusca к местным для Калифорнии растениям с небольшим числом наблюдений, главным образом в северных прибрежных влажных лесах и поймах. Oregon State University описывает его природный ареал вдоль тихоокеанского побережья от Аляски до Северной Калифорнии, часто в сырых местах у ручьёв, на окраинах болот и в лесах. В Sacramento Valley он не является обычной городской дикой яблоней: рядом с домами гораздо вероятнее встретить культурную Malus domestica или её самосев. В некоторых подходящих местах западного побережья деревца образуют заросли, но калифорнийская часть естественного ареала сравнительно узкая. Повсеместной плодовой культурой штата вид не является.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Ранней весной раскрываются новые листья. Белые или бледно-розовые цветки появляются обычно в апреле–мае, в прохладных северных местах позже. После опыления маленькие плоды развиваются несколько месяцев, летом остаются зелёными и твёрдыми. По мере созревания к концу лета и осенью становятся красноватыми либо жёлтыми, постепенно мягче. PFAF отмечает, что после первых осенних холодов плод может стать менее кислым. В очень влажных прибрежных районах плоды быстро портятся, поэтому осенний урожай не следует считать постоянно доступным даже на одном деревце.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелая мякоть маленьких яблок. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление плодов Malus fusca. Они небольшие, обычно около одного–двух сантиметров, с выраженной кислой нотой. Яблочко можно разрезать и съесть свежую мякоть, отделив внутреннюю семенную сердцевину. Oregon State University также отмечает съедобность, но кислый вкус этих плодов. Они скорее подходят для небольшой холодной фруктовой добавки, чем для большого сладкого десерта.



Яблоня тихоокеанская — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

Холодная размятая мякоть. Спелые плоды без семян можно размять и соединить с менее кислыми фруктами. Продукт не требует огня, но быстро темнеет и портится без охлаждения. Calflora прямо предупреждает о токсичности семян этого вида, поэтому ни жевать, ни измельчать сердцевину вместе с мякотью нельзя. У других Malus также возможны цианогенные соединения в семенах.

Листья, кора, молодые побеги и семена не входят в перечень сырых продуктов. Нельзя употреблять плоды с опрыснутых деревьев и собирать их из загрязнённой болотной воды.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Культурная яблоня Malus domestica иногда дичает и даёт маленькие плоды, однако у неё иное строение побегов, листьев и происхождение. У груши Pyrus плоды могут напоминать маленькие яблоки, но цветки и форма плодика отличаются. Некоторые калифорнийские боярышники Crataegus также имеют маленькие яблочки, но часто с сильными шипами и более глубоко разделёнными листьями. Для Malus fusca особенно характерны влажные северные прибрежные местообитания, небольшие вытянутые плоды и многочисленные короткие веточки. По одному опавшему яблочку невозможно точно назвать вид дерева; желательно увидеть цветки, листья и целый побег.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5350
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Malus+fusca
- https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/malus-fusca

Мальва критская — Мягкие недозрелые плоды весенней крупной мальвы · Malva multiflora

Malva multiflora

На прибрежных полях и возле старых огородов Центральной Калифорнии после зимних дождей иногда вырастает довольно высокий кустистый однолетник с крупными округлыми листьями. Весной его украшают нежно-розовые пятилепестковые цветки, а затем появляются круглые молодые плоды, разделённые на маленькие дольки. Это мальва критская — современное название Malva multiflora; в старых источниках её часто называли Lavatera cretica или Malva pseudolavatera. Для еды без огня отдельно подтверждены именно мягкие незрелые плодики.



Мальва критская — фотография растения

Robert Flogaus-Faust · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Травянистое однолетнее либо двулетнее растение, иногда больше метра высотой, с крепкими разветвлёнными стеблями, опушёнными короткими волосками. Листья очередные, округлые или широко-почковидные, на длинных черешках, обычно разделены на пять–семь неглубоких лопастей с округлыми зубцами; снизу заметны пальчатые жилки. Цветки располагаются группами в пазухах листьев, имеют пять широко раскрытых розово-лиловых лепестков с более тёмными жилками. Под основными чашелистиками заметны дополнительные небольшие прицветники, характерные для мальвовых. После цветения формируется круглый приплюснутый плод из отдельных сегментов, похожий на маленькую сырную головку; незрелые части зелёные и мягкие, зрелые подсыхают и твердеют.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Malva multiflora к неместным видам и содержит несколько сотен наблюдений на побережье и в центральных округах Калифорнии. Встречается на открытых нарушенных участках, в старых садах, вдоль грунтовых дорог, на травянистых склонах возле поселений, особенно после зимних дождей. Важная таксономическая особенность: Malva pseudolavatera, Lavatera cretica и Malva multiflora в местных списках нередко обозначают один и тот же вид. В реестре B1ALIVE он учитывается один раз под принятым научным именем.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые листья появляются зимой, после дождей. Цветки у невысоких растений могут раскрыться уже ранней весной, на прохладном побережье цветение продолжается дольше. Мягкие плодики созревают вскоре после увядания каждого цветка, обычно весной и в начале лета. Пока сегменты зелёные и легко отделяются ногтем, они остаются нежными; позднее темнеют, подсыхают и становятся жёсткими. Для пищевого способа без огня пригодно очень короткое окно между цветением и огрубением семян.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только нежные незрелые плодики. Научная статья об этноботаническом использовании Lavatera cretica в Испании прямо описывает сырое употребление незрелых плодов как небольшой сезонной закуски. Их можно отделить от чашечки и съесть свежими, если сегменты мягкие и чистые; вкус умеренный, чуть растительный. Молодые листья и побеги того же вида в рассмотренных этноботанических описаниях тушили с другими продуктами, а не ели сырыми, поэтому мы не включаем их в походный рацион без огня. Зрелые твёрдые семена, корни и старые стебли тоже не входят.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Malva parviflora часто ниже и имеет меньшие цветки; Malva nicaeensis похожа, но отличается плодами, листьями и опушением. У садовой Malva sylvestris обычно более крупные ярко-розовые цветки с длинными прожилками. Одни округлые листья мальв недостаточны для видового определения: следует увидеть цветок, дополнительную чашечку и незрелый плод. Особенно важно не спутать таксономические синонимы и не объявлять их отдельными видами. Сбор у обработанных газонов и дорог для свежей еды исключён.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=14660
- https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4329632/
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11818

Malva neglecta — мальва незамеченная

Malva neglecta

После прохладных дождей в садах Калифорнии появляется невысокая трава с округлыми, слегка складчатыми листьями. Она стелется среди дорожек и по краям газонов, весной раскрывает маленькие светлые цветки, а позже даёт плоские плодики, похожие на миниатюрные колёсики сыра. Это Malva neglecta — одна из двух обычных калифорнийских сорных мальв. Её нежные листья используют как сырую зелень, но для уверенного определения растения важны и цветки, и зрелые плоды.



Malva neglecta — фотография растения

Mirishkorlik · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это одно-, дву- или недолговечное многолетнее травянистое растение. Стебли нередко лежат на земле и расходятся в стороны, достигая нескольких десятков сантиметров; при достаточной влаге концы приподнимаются. От основания уходит выраженный стержневой корень. Листья расположены очередно на длинных черешках, округлые или почковидные, с пятью–семью неглубокими округлыми лопастями. Края слегка волнистые или мелкозубчатые, поверхность мягкая, иногда с волосками.

Небольшие беловатые, бледно-розовые или светло-лиловые цветки появляются в пазухах листьев. Каждый имеет пять лепестков с выемкой на конце. Цветки могут быть не больше ногтя. На их месте вырастает плод, разбитый на множество отдельных округлых долек. Вначале он зелёный и мягкий, затем высыхает; зрелые дольки обычно гладкие. Именно плод помогает отделить Malva neglecta от очень похожей Malva parviflora.

ГДЕ РАСТЁТ В КАЛИФОРНИИ И НАСКОЛЬКО ОБЫЧНА

UC IPM называет Malva neglecta и Malva parviflora наиболее широко распространёнными сорными мальвами штата. Первая особенно характерна для садовых гряд, обочин тропинок, газонов, парков, нарушенной и поливаемой земли. В долине Сакраменто её розетки можно встретить после дождей и на участках, где земля не пересыхает летом. Однако присутствие травы возле домов не означает, что её безопасно собирать: газоны и клумбы часто обрабатывают гербицидами.

В тёплых местах с влагой растение может образовывать целые пятна. На совершенно сухом солнечном склоне летом зелень быстро грубеет или исчезает. Это заносный вид; его распространение связано в том числе с деятельностью человека.

КОГДА ЕСТЬ СВЕЖИЕ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Осень и зима. После начала дождей прорастают новые растения и формируются нежные листья. В мягком климате отдельные старые экземпляры остаются зелёными зимой.

Февраль–май. У молодых растений появляется много листьев; затем раскрываются светлые цветки. Зелёные плодики формируются после цветения. В прохладных садах эта последовательность может продолжаться дольше.

Май–сентябрь. На поливаемых участках возможны новые цветки и зелёные плоды, тогда как на сухой почве созревшие плодики становятся твёрдыми. Сезон именно мягких листьев заканчивается раньше, чем физическое существование растения.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Нежные молодые листья. Они съедобны; их можно мелко рвать и добавлять в холодный салат. Мальвовая зелень при разжёвывании слегка слизистая, без сильной остроты. Для первого знакомства подходит небольшое количество чистой зелени точно определённого растения. Более взрослые листья грубеют и становятся менее приятными.



Malva neglecta — детальный снимок растения

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Источник

Мягкие зелёные плодики. Пока «колёсики» не высохли, молодые плоды с незрелыми семенами можно есть сырыми. Plants For A Future подтверждает именно сырые незрелые семена Malva neglecta, а также нежные молодые листья и побеги. Их мягкий вкус отличается от подсохших зрелых плодиков. Сухие зрелые семена не следует автоматически рекомендовать как пищу для больших порций.

Цветки служат важным признаком, но не включены в перечень обязательных пищевых частей этой статьи. Большие объёмы растений с чрезмерно удобренной или загрязнённой почвы не подходят для сырого питания.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Мальва мелкоцветковая Malva parviflora настолько похожа, что по одной розетке их иногда не отличить. UC IPM даёт конкретные отличия: у Malva neglecta лепестки длиннее, а зрелые дольки плода гладкие; у Malva parviflora лепестки короче, плоды морщинистые. Другие округлолистные растения могут не иметь пяти лепестков и характерного «сырного колёсика». Определять неизвестную зелень только по округлому листу нельзя.

Если растение растёт на обработанном газоне, у дороги с интенсивным движением или среди животных отходов, употреблять его нельзя, даже если вид определён верно. Промывание не удаляет накопленные в тканях химические загрязнители.

ИСТОЧНИКИ

University of California IPM, Mallows — Malva neglecta и M. parviflora, отличия: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/mallows/ Utah State University Extension, Common Mallow — ботаника и жизненный цикл: https://extension.usu.edu/planthealth/ipm/ornamental-pest-guide/weeds/w_common-mallow North Carolina State University Extension, Malva neglecta — съедобные листья, ограничение по зрелым семенам: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/malva-neglecta/common-name/cheese-plant/ Plants For A Future, Malva neglecta — молодые побеги и листья сырыми, незрелые семена сырыми: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Malva+neglecta

Мальва никейская — Мягкие листья и незрелые круглые плодики · Malva nicaeensis

Malva nicaeensis

На весеннем пустыре или возле старого поля иногда растёт невысокая мальва с округлыми лопастными листьями и небольшими светло-розовыми цветками. После цветения на их месте появляются плоские круглые плодики, разделённые на дольки, словно миниатюрные головки сыра. Мальва никейская завезена из Средиземноморья, но встречается вне посадок в Калифорнии. Её молодые листья и ещё мягкие семена можно употреблять сырыми.



Мальва никейская — фотография растения

Ariel Palmon · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя либо короткоживущая травянистая мальва, обычно около 20–60 сантиметров высотой. Побеги зелёные, ветвистые, часто с небольшим опушением. Листья очередные, на длинных черешках, округлые или почковидные, с пятью–семью неглубокими лопастями и округлыми зубчиками по краю. На листьях заметно лучистое жилкование от основания. Цветки появляются в пазухах листьев по одному или группами, с пятью светлыми бело-розовыми лепестками и характерной колонкой тычинок в середине. Лепестки нередко имеют слабые тёмные жилки. Плоды округлые, приплюснутые, состоят из ряда мелких дольчатых орешков, которые при созревании становятся твёрдыми.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Malva nicaeensis к неместным растениям и содержит сотни наблюдений в штате. Её находят в открытых нарушенных местах прибрежной и южной Калифорнии, на старых полях, пустырях, вдоль грунтовых дорог и возле поселений. В Sacramento Valley встреча возможна, однако массово здесь чаще растут другие мальвы, особенно Malva parviflora. Сходство этих видов означает, что определить конкретную мальву только по круглому листу невозможно.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягком средиземноморском климате молодая зелень появляется после первых осенне-зимних дождей. Нежные листья наиболее пригодны зимой и весной, пока растение активно растёт. Цветение начинается весной и может продолжаться в начале лета, иногда позднее при влажности. После отцветания быстро образуются мягкие круглые плодики; постепенно их дольки твердеют. Для сырого употребления семян выбирают только ещё не затвердевшие части.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Листья. Plants For A Future прямо указывает для Malva nicaeensis возможность употреблять их сырыми. Они имеют мягкий вкус и слегка слизистую текстуру, напоминают другие съедобные мальвы и подходят для холодной зелёной смеси. Особенно приятны молодые неогрубевшие листочки. Незрелые семена. Тот же видовой справочник отдельно описывает их употребление сырыми: они маленькие, мягкие и обладают лёгким ореховым вкусом. Семена снимают из незатвердевших плодиков, не проглатывая грубую сухую оболочку зрелого плода. Корни, старые стебли и грубые плодики не являются подтверждённой пищей без нагрева.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Malva parviflora и Malva neglecta выглядят очень похоже; University of California IPM советует сравнивать длину лепестков и форму зрелых сегментов плода. У никейской мальвы набор признаков тоже требует рассматривания цветков, плодиков и характерного опушения. Высокая Malva sylvestris обычно имеет более крупные ярко-розовые цветки с отчётливыми прожилками. По одному невысокому кусту нельзя уверенно определить вид. Кроме того, растения на сильно удобренной почве могут накапливать нитраты: для сырого сбора подходят только чистые необработанные участки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5353
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Malva+nicaeensis

- https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/mallows/

Просвирник мелкоцветковый — мягкие листья и зелёные плоды-колёсики · Malva parviflora

Malva parviflora

После дождей на открытых участках Калифорнии появляются округлые зелёные листья, похожие на маленькие ладони с неглубокими лопастями. Позднее в их пазухах раскрываются почти незаметные беловатые цветки, а на месте каждого образуется круглый плод, разделённый на дольки, словно миниатюрная головка сыра. Это просвирник мелкоцветковый — очень распространённая здесь трава, у которой молодые листья и незрелые плоды едят сырыми.



Просвирник мелкоцветковый — фотография растения

Especies-mendoza-23 · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Просвирник растёт как однолетняя трава, иногда сохраняется дольше одного сезона. Из основания поднимается несколько ветвистых стеблей высотой обычно от двадцати до восьмидесяти сантиметров. Молодой стебель мягкий, а со временем становится гораздо жёстче.

Листья располагаются по одному вдоль стебля, на длинных черешках. Они почти круглые, с сердцевидным основанием и пятью–семью неглубокими лопастями. Край листа волнистый, с округлыми мелкими зубчиками; поверхность может быть слегка опушённой. Молодые листья мягкие, насыщенно-зелёные. У всходов сначала видны семядоли сердцевидной формы, а настоящие округлые листья появляются позднее.

Цветки вырастают небольшими группами рядом с основаниями листовых черешков. Они белые или едва розоватые, обычно около сантиметра в поперечнике, с пятью лепестками. По размеру они гораздо скромнее цветков многих садовых мальв.

После цветения появляется узнаваемое зелёное «колёсико» из тесно прилегающих клиновидных секций. В каждой находится по одному семени. Пока плод незрелый, он зелёный и мягкий; позднее подсыхает и распадается на отдельные части. Именно форма такого плода дала растению английское название cheeseweed.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Родина Malva parviflora — Старый Свет; теперь этот вид встречается по Калифорнии почти повсюду, кроме части самых суровых и сухих районов Большого Бассейна. Он особенно обычен в Центральной долине, включая окрестности Сакраменто, в садах, виноградниках, на полях, вдоль дорог и на заброшенных участках.

Просвирник хорошо использует влажность зимних дождей. На рыхлой плодородной земле отдельные растения разрастаются очень крупно, а вдоль оград и тропинок образуют группы. При этом густой закрытый лес — не основное место его роста: трава предпочитает открытые или слегка затенённые места.

КОГДА ДОСТУПНА СВЕЖАЯ ПИЩА

В долине Сакраменто молодая зелень часто появляется осенью после первых дождей. В низких районах мягкие листья доступны зимой и весной, ориентировочно с ноября по апрель. При регулярном увлажнении рост может продолжаться значительно дольше.

Цветение бывает с конца зимы и весны и может продолжаться до осени. В справочнике UC IPM указано, что цветки встречаются почти круглый год в подходящих условиях. Зелёные плоды появляются вскоре после цветков, поэтому в одном месте можно одновременно увидеть ещё раскрывающиеся цветки и уже сформированные «колёсики».

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Пока листья мягкие, их едят сырыми как салатную зелень. Они нежные и слегка слизистые при разжёвывании. В ботанической базе Plants For A Future именно листья Malva parviflora описаны как пригодные для сырого употребления.



Просвирник мелкоцветковый — детальный снимок растения

Forest and Kim Starr · CC BY 3.0 us · Источник

Незрелые плоды. Зелёные мягкие «колёсики» тоже едят сырыми, когда каждая долька ещё сочная, а не высохшая и твёрдая. По мере созревания они становятся суше и твёрже. Этот способ подтверждён как для зелёных плодов просвирника в пищевых источниках, так и для незрелых семян в справочнике Plants For A Future.

Зрелые семена, цветки и взрослые жёсткие стебли не следует автоматически включать в тот же список. Их внешний вид важен для определения растения, но здесь использованы только части, для которых имеется видовое свидетельство сырого употребления.

Как и у других листовых сорняков, состав зелени может зависеть от почвы. Растения с интенсивно удобряемых полей, придорожных полос и обработанных участков не подходят для сырого сбора. Еда из неопознанного просвирника также недопустима: Malva parviflora и близкая Malva neglecta сходны до появления плодов.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Сходная мальва Malva neglecta тоже имеет округлые листья и маленькие плоды, но у неё цветки чаще заметно крупнее, с лепестками длиннее чашелистиков. У Malva parviflora лепестки обычно примерно равны чашелистикам по длине, а поверхность зрелого плодика характерно морщинистая. У молодых растений различия сложнее, поэтому важны цветки и плоды, а не только круглая форма листа.

UC IPM предлагает конкретный признак различения двух обычных калифорнийских просвирников: у Malva parviflora лепестки короче, а зрелые дольки плодика сморщенные; у Malva neglecta лепестки длиннее, а дольки зрелого плода гладкие. Этот признак особенно полезен в конце весны и летом, когда на одном растении одновременно видны цветки и «сырные колёсики».

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM, Little Mallow (Cheeseweed): https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/little-mallow-cheeseweed/
- UC IPM, Mallows, сравнение сходных видов: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/mallows/
- Plants For A Future, Malva parviflora, сырые листья и незрелые семена: https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Malva+parviflora
- UC Irvine Natural History, Malva parviflora, форма плодов: https://nathistoc.bio.uci.edu/plants/Malvaceae/Malva%20parviflora.htm

Мальва лесная — Большие лиловые цветки, нежные листья и зелёные колёсики · Malva sylvestris

Malva sylvestris

На заброшенном участке Калифорнии иногда возвышается травянистый кустик с широкими округлыми листьями и крупными лилово-розовыми цветками, на которых проходят более тёмные продольные полоски. Позднее на месте цветков появляются плоские зелёные кружки, напоминающие маленькие сырные колёсики. Это Malva sylvestris — мальва лесная, европейский вид, местами вышедший из декоративных и пищевых посадок. Молодые листья, цветки и совершенно молодые незрелые плоды с семенами можно есть сырыми. Но растение, выросшее на сильно удобренной азотом почве, способно накопить нежелательно много нитратов в листьях.



Мальва лесная — фотография растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Мальва лесная — однолетняя, двулетняя или недолговечная многолетняя трава в зависимости от климата. Стебли прямостоячие или восходящие, нередко от полуметра до метра, ветвящиеся, с тонкими волосками. Листья расположены очередно, на длинных черешках, в общем очертании округлые, разделены на пять–семь неглубоких лопастей; края округло-зубчатые. Жилки расходятся веером от места соединения черешка с пластинкой. На верхних частях стеблей появляются крупные цветки с пятью лепестками, от розово-лилового до пурпурного цвета, с контрастными тёмными жилками. В центре заметна характерная колонка из сросшихся тычиночных нитей. После цветения развивается плоский плод, состоящий из нескольких округлых секций, расположенных вокруг оси подобно маленькому колесику. В совсем молодой стадии он зелёный, сочный; при созревании высыхает и разделяется на твёрдые семянки. Взрослое растение заметно выше и ярче, чем низкорослая Malva neglecta.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Malva sylvestris родом из Европы и встречается в Калифорнии прежде всего возле жилья, на старых посадках и нарушенных землях. Её нельзя считать типичным массовым местным кустарником чапараля или леса Сьерры. В отличие от распространённых мальв Malva parviflora и Malva neglecta, она часто появляется как декоративное или одичавшее садовое растение. На поливаемой почве Sacramento Valley способна долго оставаться зелёной, но в сухом жарком месте летняя листва быстро грубеет. Сведения об употреблении относятся именно к этому ботаническому виду, а не к любой крупноцветковой садовой мальве. Под деревьями у дорог возможны гербицидные обработки и загрязнение грунта.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После прохладного влажного сезона появляются новые круглые листья; при тёплой погоде начинается быстрый рост стеблей. Молодые листья особенно мягкие весной. Крупные цветки обычно появляются весной и летом, а на поливе могут сохраняться до осени. Зелёные плоские плодики возникают спустя несколько недель после опыления; их сырая съедобная стадия коротка, пока сегменты мягкие. С созреванием они становятся сухими и жёсткими. В жаркую засуху листья могут желтеть и опадать, тогда как поливаемые кустики продолжают давать свежий прирост. Форма листа сама по себе доступна дольше, чем съедобная молодая стадия.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Malva sylvestris. Листья мягкие, немного слизистые, с нейтральным приятным вкусом. Их можно мелко нарезать для свежей зелёной смеси. Текстура слегка обволакивающая, как у других мальв. Важно не собирать листья с участков с избытком азотных удобрений: PFAF предупреждает, что мальва может накапливать много нитратов в такой почве.



Мальва лесная — детальный снимок растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

Цветки. Свежие лиловые лепестки и мягкая часть цветка прямо названы сырой пищей. Они приятны на вкус и дают небольшой объём, но украшают салат; в нашей статье интересует только пищевое употребление, а не декоративные свойства цветка.

Совсем молодые зелёные «колёсики». PFAF разрешает сырые незрелые семенные части — маленькие зелёные диски, пока они мягкие и ореховые на вкус. Полностью сухие зрелые семена, корни и жёсткие старые стебли не включены. Людям с определёнными заболеваниями желчного пузыря видовой справочник советует избегать этого растения.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Malva parviflora обычно образует гораздо более мелкие светло-розовые цветки, хотя листья и «сырные» плодики напоминают лесную мальву. Malva neglecta чаще низкая, со стелющимися побегами и небольшими розоватыми цветками. У некоторых декоративных гибискусов и лаватер тоже похожие лепестки, но плод и высота устроены иначе. Для уверенного определения нужно сравнить все признаки: крупный лиловый цветок с тёмными жилками, пальчатый лист и зелёный разделённый плод. Плод неизвестного растения нельзя пробовать лишь по внешнему сходству с «колёсиком». На обработанных клумбах сырая зелень не годится для еды.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Malva+sylvestris
- https://www.calflora.org/species/sci-M.html
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Malva_sylvestris

Мальва мутовчатая — Крупные мягкие листья и незрелые плодики старых огородов · Malva verticillata

Malva verticillata

На рыхлой влажной почве возле старой грядки можно встретить высокую мальву с широкими мягкими округлыми листьями. Позднее среди листьев появляются небольшие бледно-розовые цветки и круглые плоские плоды, разбитые на сегменты, как миниатюрные сырные колёсики. Это мальва мутовчатая — восточноазиатская листовая культура, которая очень редко встречается в Калифорнии вне посадок. Её мягкие листья и ещё зелёные незрелые семена пригодны сырыми.



Мальва мутовчатая — фотография растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя или иногда двулетняя травянистая мальва высотой обычно 50–150 сантиметров. Стебли прямые, ветвистые, с коротким опушением. Листья очередные, на длинных черешках, очень крупные при хорошей влаге, округло-почковидные, часто 10–15 сантиметров шириной, с пятью–семью неглубокими лопастями и закруглёнными зубчиками. Жилки расходятся веером от основания пластинки. Цветки сравнительно небольшие, бело-розовые или лиловатые, с пятью лепестками и характерной тычиночной колонкой в центре, располагаются небольшими группами в пазухах листьев. Плод плоский, округлый, делится на многочисленные отдельные сегменты, которые при полном созревании становятся жёсткими и сухими.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Malva verticillata как неместный вид, около четырнадцати зарегистрированных находок по штату. Почти все вероятные места встречи связаны с садами, сельскохозяйственными участками, бывшими грядками и заносом семян. Это не обычная мальва всех пустырей Sacramento Valley: здесь гораздо чаще встречаются Malva parviflora и Malva neglecta. Мутовчатая мальва особенно любит влажную плодородную почву, поэтому самосев около компоста возможен. Но удобренная азотом и химически обработанная почва делает листья нежелательными для сырой еды.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

При достаточной влаге первые листья появляются после весеннего прогрева либо в мягкую зиму. Молодые крупные пластинки наиболее мягки до вытягивания цветоноса. Цветки развиваются летом, а маленькие зелёные плоды появляются вскоре после их увядания. Пока сегменты плода мягкие, незрелые семена имеют нежную консистенцию и приятный ореховый вкус; к концу сезона плодики темнеют и твердеют. При жаркой сухой погоде листья становятся грубее, а количество нового прироста уменьшается.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает их употребление сырыми; вкус мягкий, текстура слегка слизистая, листья можно мелко нарезать в холодный салат. Молодые зелёные семена. Тот же видовой справочник отмечает их сырое употребление до затвердевания плодов. Плодик удобно разломить на отдельные мягкие сегменты и использовать небольшое количество. У мальвы есть важная особенность: на сильно удобренной азотом почве листья способны накапливать повышенные уровни нитратов. Поэтому особенно важно не собирать зелень около компоста, навоза и обработанных полей. Корень, зрелые сухие семена и грубые стебли здесь не рекомендованы.



Мальва мутовчатая — детальный снимок растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Malva parviflora обычно ниже, цветки мельче, а плодовые сегменты имеют другую форму поверхности; Malva sylvestris часто отличается значительно более крупными яркими розовыми цветками. Malva multiflora может вырастать высокой и формировать похожие круглые плодики, но у неё иные листья и строение чашечки. Крупный округлый лист ещё не достаточен для определения мутовчатой мальвы: нужно сравнить цветки, опушение и зрелые плоды. Похожая культурная мальва с курчавыми листьями может быть разновидностью этого же вида, а не новым самостоятельным растением.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8650
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Malva_verticillata

Маммиллярия двудомная — Алые сладкие плоды среди крючковатых колючек · Mammillaria dioica

Mammillaria dioica

На каменистых склонах Южной Калифорнии можно встретить маленький кактус, который едва поднимается над землёй. Его поверхность покрыта белыми колючками, среди которых заметны более длинные тёмные крючки. Когда поспевают плоды, из верхней части стебля появляются вытянутые ярко-красные ягоды. У кумеяай, живших на юге Калифорнии и в Нижней Калифорнии, эти плоды были известной пищей, употребляемой сырыми.



Маммиллярия двудомная — фотография растения

Stickpen · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

В ботанической классификации Kew этот вид также называется Cochemiea dioica.

Это небольшой суккулент, обычно одиночный или образующий несколько стеблей, примерно 5–25 сантиметров высотой. Стебель не разделён на плоские членики, как у опунций; он цилиндрический, покрыт многочисленными бугорками. На вершине каждого бугорка находятся пучки беловатых прямых колючек и одна или несколько центральных, иногда загнутых крючком. Цветки появляются близ верхушки, они светло-жёлтые, кремовые или беловатые, с многочисленными узкими лепестками. Плод вытянутый, гладкий, ярко-красный, похожий на небольшую ягоду, а не на шаровидную опунцию; внутри мелкие тёмные семена.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora регистрирует Mammillaria dioica как местный кактус южной Калифорнии. Его местообитания — прибрежные шалфейные кустарники, каменистый чапараль, некоторые сухие склоны и пустынные районы San Diego и Imperial. В Anza-Borrego и других охраняемых природных территориях встречаются растения, но это не означает разрешение на их сбор. На равнине Сакраменто вид в природе не растёт. Растения нередко прячутся под невысокими кустами, защищающими их от прямого жаркого солнца.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветение в Южной Калифорнии приходится главным образом на весну и начало лета, иногда после дождей. Красные плоды развиваются позже, в тёплый сезон; в засуху урожай может отсутствовать. Нельзя ориентироваться только на календарный месяц: зрелый плод имеет насыщенную красную окраску и мягче недозревшего. На разных стеблях одновременно можно увидеть и бутоны, и плоды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые красные плоды. Этноботанический справочник San Diego Archaeological Center со ссылкой на исследования кумеяай указывает пищевое употребление плодов Mammillaria dioica, а ботанические материалы прямо описывают их как плоды, которые едят сырыми. После уверенного распознавания кактуса собирают только зрелый мягкий красный плод, стараясь не задеть колючки стебля. Его можно есть свежим; вкус иногда сравнивают со смесью клубники и киви. Стебель, колючки и незрелые плоды не являются подтверждённой едой без огня.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Mammillaria tetrancistra и другие маленькие кактусы могут иметь похожие крючковатые колючки. Опунции отличаются заметными плоскими члениками, а у некоторых эхиноцереусов цветки крупнее и стебель имеет выраженные рёбра. Маленький стебель с бугорками сам по себе не подтверждает вид — важны форма центральных колючек, светлые цветки, вытянутый красный плод и точное местоположение. Кактусы медленно растут; выкапывать растение ради нескольких плодов недопустимо.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5357
- https://sandiegoarchaeology.org/baja-and-california/etnobiologia/
- https://www.desertmuseum.org/books/nhsd_cactus_.php

Ромашка душистая — Ананасовый запах зелёных цветочных корзинок · Matricaria discoidea

Matricaria discoidea

По утоптанным тропинкам, на открытых пустырях и по краям садовых дорожек растёт невысокая трава с нежными, почти кружевными листьями. Её маленькие зеленовато-жёлтые соцветия не похожи на обычные ромашки: вокруг них нет белых лепестков. Стоит осторожно растереть одно, как ощущается фруктовый запах, напоминающий ананас. У этого вида цветочные корзинки употребляют сырыми, понемногу, как душистую добавку к пище.



Ромашка душистая — фотография растения

Eike Wulfmeyer · CC BY-SA 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Ромашка душистая — однолетнее растение обычно 5–30 сантиметров высотой. От основания выходит один или несколько мягких зелёных стеблей. Листья очередные, глубоко дважды или трижды рассечённые на узкие, почти нитевидные сегменты. В начале роста листья образуют небольшую розетку, а позднее располагаются на ветвящихся побегах. Каждый цветонос оканчивается выпуклой овальной или конической корзинкой из мелких трубчатых цветков желтовато-зелёного цвета. Краевых белых язычковых цветков нет. Корзинки часто имеют форму маленького зелёного напёрстка. Все надземные части могут пахнуть фруктово-травянисто, особенно соцветия.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Matricaria discoidea местным видом Калифорнии и отмечает свыше двух тысяч наблюдений. Он встречается на побережье, во внутренних долинах, у Сакраменто, в предгорьях и в горных населённых местах. Ему подходят открытые нарушенные грунты, края троп, площадки с уплотнённой почвой, дворы и пастбища. При этом именно такие места часто загрязнены: с поверхности парковок, собачьих площадок и обработанных гербицидами газонов растения не собирают. Участок должен быть чистым и доступным для законного сбора.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В долине Сакраменто семена могут прорастать после зимних дождей. Молодые растения растут зимой и весной, а цветочные корзинки особенно заметны весной и в начале лета. На побережье и в прохладных горах цветение может затянуться до августа. В жарком сухом месте мягкие побеги быстро желтеют. Для еды выбирают свежие, чистые корзинки до того, как они побурели, осыпались или покрылись плесенью.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Цветочные корзинки. Plants For A Future отдельно подтверждает, что головки Matricaria discoidea едят сырыми. Они имеют необычный сладковато-пряный запах и слегка травянистый вкус. Достаточно нескольких свежих корзинок, добавленных целыми или мелко нарезанными к холодной пище. Penn State Extension также отмечает съедобность листьев, но для сырого полевого питания лучше использовать прежде всего молодые свежие цветочные головки, для которых описан именно сырой способ. Сухие части, корни и семена не рассматриваются здесь как подтверждённый отдельный продукт.



Ромашка душистая — детальный снимок растения

Jacques Maréchal · CC BY-SA 2.0 fr · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Аптечная ромашка Matricaria chamomilla при цветении имеет заметные белые краевые лепестки, которых у ромашки душистой нет. Пижма и некоторые полыни тоже образуют мелкие жёлтые корзинки, но их листья и соцветия устроены иначе, а употребление может быть небезопасным. Нельзя определять растение только по запаху ананаса: сравнивают сильно рассечённые листья, отсутствие белых лепестков, форму корзинки и общий невысокий облик. При аллергии на семейство астровых от пищевого использования отказываются.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11825
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Matricaria+matricarioides
- https://extension.psu.edu/pineappleweed

Люцерна хмелевидная — мелкие молодые листья и жёлтые цветки · Medicago lupulina

Medicago lupulina

На весеннем лугу среди других трав иногда видны низкие стелющиеся побеги с тройчатыми листочками и небольшими головками жёлтых цветков. Летом часть цветочных головок превращается в тёмные, почти чёрные маленькие бобы. Это люцерна хмелевидная, известная также как чёрная люцерна или black medic. Её молодые листья и цветки употребляются в свежем виде, хотя в отличие от мягкого салата она имеет заметную горчинку и подходит только как небольшая добавка.



Люцерна хмелевидная — фотография растения

Atubeileh (Arabic Wikipedia uploader) · CC BY-SA 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее или недолговечное многолетнее растение семейства бобовых. Побеги обычно стелются или слегка поднимаются над землёй, достигая 10–50 сантиметров. Лист всегда состоит из трёх маленьких листочков. Они округлые или обратнояйцевидные, иногда с крошечным вырезом на верхушке и мелкими зубчиками ближе к концу; поверхность часто покрыта короткими мягкими волосками. У основания черешков видны прилистники.

Цветки собраны в маленькие плотные кисточки-группы на тонких цветоносах. Каждый отдельный цветок похож на миниатюрный цветок гороха, ярко-жёлтый и очень небольшой. После цветения образуются короткие, слегка изогнутые бобы, обычно с одним семенем; при созревании они темнеют до коричневого и почти чёрного цвета. Именно тёмные маленькие плоды вместе с жёлтыми головками цветов помогают узнавать растение.

При благоприятной влажности люцерна покрывает грунт низкой растительностью. В жару и засуху листья могут быстро высыхать и растение становится трудно заметить.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

В Калифорнии это завезённое растение встречается на открытых травянистых и нарушенных участках, в том числе на газонах, окраинах пастбищ и лугах. Оно любит рыхлую или умеренно уплотнённую землю, которая получает сезонную влагу, но не стоит постоянно затопленной.

На подходящем лугу иногда растёт группами рядом с клевером, медиками и другими низкими бобовыми. Большая часть таких участков расположена не в густом лесу, а на полянах и открытых склонах. Часто встречающиеся на обочинах или обрабатываемых газонах растения не подходят для пищевого сбора из-за химикатов и загрязнений.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Поздняя осень–весна. После дождей развиваются молодые побеги с нежными тройчатыми листьями. В низинах этот период может начаться зимой, в более холодных местах — весной.

Весна–начало лета. Появляются ярко-жёлтые цветки. Когда растение активно растёт и почва влажная, листья обычно мягче.

Лето–осень. У части растений образуются маленькие чёрные бобы. На сухих участках листва быстро грубеет и высыхает. Сами семена в сырой пищевой набор не включены.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future описывает их употребление сырыми в небольших количествах. По вкусу они напоминают мягкую бобовую зелень, но у некоторых растений бывает сильная горечь или резкость. Поэтому это скорее небольшая добавка к свежей зелени, а не основной овощной продукт.



Люцерна хмелевидная — детальный снимок растения

Robert Flogaus-Faust · CC BY 4.0 · Источник

Жёлтые цветки. Их также употребляют свежими, снимая с цветоноса небольшие мягкие группы. Вкус бывает немного мягче, чем у листьев. Время сбора ограничено цветением.

Семена. Для рода Medicago известны ограничения, связанные с канаванином и другими биологически активными веществами; данные о безопасности постоянного сырого употребления семян этого вида недостаточны. Поэтому тёмные созревшие бобы не включаются в пищу.

Люцерна хмелевидная известна как малопродуктивная дикая зелень. У неё небольшие пищевые части и изменчивый вкус, а присутствие сапонинов и других соединений делает её неподходящей для больших ежедневных порций. При сборе важны молодое состояние растения и чистота земли.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Medicago polymorpha, люцерна изменчивая, тоже имеет тройчатые листья и жёлтые цветки, но её плоды заметно закручены и могут иметь крючковатые шипики. У Medicago lupulina бобы небольшие, почковидные или слегка изогнутые, темнеющие, без крупных спиральных колючих витков.

Trifolium dubium, клевер сомнительный, выглядит особенно похожим по мелким жёлтым цветкам, но его плоды и строение соцветий отличаются от чёрных бобов Medicago. У клевера Trifolium repens цветки белые и обычно крупнее. По одним трём листочкам определить растение нельзя: нужно видеть цветки, а лучше и зрелые плоды.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM — Black Medic: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/black-medic/
- Plants For A Future — Medicago lupulina: https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Medicago+lupulina
- Wisconsin Extension — Black Medic: https://hort.extension.wisc.edu/articles/black-medic-medicago-lupulina/
- University of Florida IFAS — Black Medic: https://ask.ifas.ufl.edu/publication/EP664

Люцерна изменчивая — Весенние тройчатые листья и колючие спиральные бобы · Medicago polymorpha

Medicago polymorpha

На лугах и вдоль троп долины Сакраменто после зимних дождей вырастает низкая зелёная трава с листочками по три. Весной между листьями появляются совсем маленькие жёлтые цветки, а затем необычные спиральные плодики, покрытые крючками. Это Medicago polymorpha — люцерна изменчивая, или буркловер. Несмотря на английское название California burclover, растение не является уроженцем Калифорнии: оно пришло из Средиземноморья. Его молодые листья и свежие цветки можно употреблять без нагрева, но зрелые колючие бобы не являются пищей.



Люцерна изменчивая — фотография растения

John Tann · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это однолетняя трава, часто низкая и раскидистая, иногда до полуметра высотой на влажной рыхлой почве. Стебли тонкие, зелёные, ветвятся от основания и могут лежать вдоль земли. Листья очередные, каждый состоит из трёх округлых либо обратнояйцевидных листочков с маленькими зубцами преимущественно у верхнего края. На центральном листочке иногда видна светлая отметина. У основания черешка находятся прилистники, часто с заметными зубчиками. Жёлтые цветки очень мелкие, мотылькового типа, сидят группами по нескольку в пазухах листьев. Самый характерный взрослый признак появляется после цветения: плоды скручены плотной спиралью, похожей на маленькую зелёную улитку, и несут множество тонких крючковатых шипиков. При высыхании спираль буреет и цепляется за носки, шерсть и одежду. Это не обычный длинный гладкий стручок гороха. У зрелых сухих растений остаётся грубый колючий ковёр, а листья теряют нежность.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora фиксирует тысячи наблюдений Medicago polymorpha практически по всем регионам Калифорнии и прямо указывает, что вид неместный. В Sacramento County насчитываются многочисленные записи; столь же хорошо он известен в Yolo, Placer, Butte и многих южных округах. Обычные местообитания — пастбища, обочины, старые газоны, пустыри и нарушенные травянистые земли. После влажной зимы он местами образует целые низкие зелёные пятна, особенно на солнце. На участках выпаса сырой сбор опасен загрязнением животными отходами, а на обработанных газонах — гербицидами. Не следует путать доступность растения с разрешением собирать его на частном участке.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Всходы образуются после хороших осенних дождей, растут зимой и в начале весны. В долине Сакраменто молодые нежные листочки особенно доступны с декабря до марта, в зависимости от погоды; цветение часто начинается в конце зимы и весной. Спиральные зелёные бобы формируются вскоре после жёлтых цветков и постепенно твердеют. К маю–июню большинство растений на открытой солнечной земле может высохнуть, оставляя цепкие сухие плодики. В прохладном прибрежном климате развитие растянуто дольше. Для сырой пищи лучший период — до массового образования жёстких колючек, когда листья мягкие, а цветки только раскрываются.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление. Они немного напоминают клевер, с мягким травянистым вкусом и иногда лёгкой горчинкой. Листочки можно нарвать, промыть чистой питьевой водой и добавить к холодной смеси зелени в небольшом количестве. Более старые листья становятся грубыми, поэтому не стоит собирать всё растение целиком.



Люцерна изменчивая — детальный снимок растения

Ixitixel (Christian Hummert) · CC BY-SA 3.0 · Источник

Маленькие жёлтые цветки. Тот же видовой справочник указывает употребление сырыми. Цветки мелкие, ярко-жёлтые, с мягким вкусом, и подходят лишь как небольшая пищевая добавка. Не следует собирать растения с засорённых пастбищ, где они могут быть загрязнены навозом.

Семена и бобы. Видовой справочник приводит семена в виде приготовленной пищи; это не разрешение есть их сырыми. Зрелые спиральные бобы покрыты шипами и крючками, способными травмировать рот. Их нельзя жевать, даже когда рядом остаются зелёные листочки.

История питания. Medicago polymorpha традиционно использовали как весеннюю зелень в некоторых регионах Средиземноморья; в Калифорнии вид натурализовался и стал обычным сорняком. Пищевой способ относится именно к молодым надземным частям.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Белый клевер Trifolium repens тоже имеет три листочка, но у него белые шаровидные головки, а плоды не закручиваются в колючие спирали. Красный клевер Trifolium pratense выше и цветёт розово-пурпурными головками. Другие виды Medicago имеют жёлтые цветки и спиральные плодики, но форма крючков, число витков и размеры листочков отличаются. На стадии одной молодой тройчатки точное определение трудно; полезно дождаться появления цветков и спирального плода на части растений. Собирать зелень по одному признаку «три листочка» нельзя.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5385
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=5385
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Medicago+polymorpha

Люцерна посевная — Молодые листочки и побеги старых полей · Medicago sativa

Medicago sativa

По краям старых полей, на луговинах и возле канав иногда растут зелёные кустики с тройчатыми листьями и небольшими лиловыми цветками. Это люцерна — один из самых известных кормовых многолетников Калифорнии, который местами уходит из культуры в природу. Молодые листочки можно употреблять свежими, но не большими порциями: высокая пищевая ценность не отменяет природных веществ и сельскохозяйственных загрязнений.



Люцерна посевная — фотография растения

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетнее растение с мощным глубоким корнем, из которого каждый год отрастают несколько прямых или восходящих побегов высотой примерно 30–90 сантиметров. Листья очередные, состоят из трёх узких овальных листочков, нередко с мелкими зубцами ближе к верхушке. У основания черешка есть узкие прилистники. Лиловые, фиолетовые, иногда голубые цветки мотылькового типа собраны в короткие кисти на длинных цветоносах. Каждый цветок имеет крупный верхний лепесток и два боковых, как у многих бобовых. Плод — небольшая спирально закрученная бобовая коробочка, обычно с несколькими витками и семенами. Молодые побеги мягкие, старые в основании одревесневают.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Medicago sativa как неместное для Калифорнии растение и приводит сотни наблюдений. Большая часть посевов — кормовые поля, но самосев может встречаться на обочинах полей, по старым оросительным каналам и на открытых травянистых местах. В долине Сакраменто её легко встретить в аграрных ландшафтах, однако именно там велика вероятность обработки гербицидами или иными препаратами. Поля являются частной территорией, и сбор без разрешения владельца не допускается.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После зимних дождей либо весеннего потепления от корня появляются новые побеги. Их наиболее нежные листья доступны весной и в начале лета, затем растения вытягиваются, цветут и грубеют. При достаточной влаге после скашивания или дождя возможен повторный молодой прирост. Цветение обычно приходится на позднюю весну–лето, но в тёплом климате может продолжаться дольше. Для сырой пищи лучше всего самые молодые здоровые листья, не покрытые пылью.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и нежные концы побегов. Plants For A Future прямо указывает для Medicago sativa употребление их сырыми. Вкус мягкий, немного травянистый; листья можно мелко нарезать и добавить к другой зелени. Однако сырой объём следует держать небольшим: растения содержат сапонины, а большие порции могут вызвать неприятные реакции; особо важны предостережения для людей с некоторыми аутоиммунными заболеваниями. Проростки люцерны часто едят сырыми в домашних салатах, но семена при проращивании могут переносить опасные бактерии, поэтому мы не рекомендуем делать их из случайно собранных семян. Жёсткие стебли и зрелые семенные бобы не включены.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Medicago polymorpha, уже рассмотренная отдельно, имеет низкий стелющийся рост и характерные колючие завитые плоды, а у обычной люцерны стебли выше и цветки преимущественно лиловые. У клеверов Trifolium цветки собраны в более плотные округлые головки, а плоды устроены иначе. Не следует определять любое растение с тремя листочками как съедобную люцерну: среди бобовых есть виды с нежелательными и токсичными веществами. Нужны листья, цветочная кисть и зрелый плод.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5387
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Medicago+sativa

Мелисса лекарственная — лимонные листья у старых садов · Melissa officinalis

Melissa officinalis

В старом калифорнийском саду порой можно встретить растение, чьи широкие зелёные листья пахнут лимоном, когда их слегка потереть. Летом на стеблях появляются крошечные беловатые цветки, почти незаметные среди зубчатой зелени. Это Melissa officinalis — мелисса лекарственная, известная как lemon balm. Она не местный вид Калифорнии: чаще её выращивали у дома, а затем она распространялась поблизости. Свежие листья можно есть сырыми как ароматную добавку к холодной пище и воде, но не следует путать растение с любой пахнущей лимоном садовой травой.



Мелисса лекарственная — фотография растения

Mockingbird291 · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетняя трава из семейства яснотковых, обычно достигающая нескольких десятков сантиметров высотой. Стебель четырёхгранный, часто слегка ветвящийся, с мелкими волосками. Листья расположены супротивными парами. Они широкие, округло-яйцевидные или сердцевидные, с хорошо выраженными зубцами по краю и сеточкой жилок, создающей чуть морщинистую поверхность. Черешки отчётливые, особенно на нижних листьях. Верхняя поверхность ярко-зелёная, снизу светлее и иногда более опушённая. Цветки мелкие, белые либо бледно-жёлтые, располагаются в пазушных группах, у каждого двугубый венчик. После цветения формируются крошечные орешки, а не сочные ягоды. Подземное основание переживает зиму и весной даёт новые побеги. Нежные верхушки могут приятно пахнуть, однако запах не является достаточным доказательством вида.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora отмечает Melissa officinalis как неместное растение Калифорнии, зарегистрированное на нарушенных землях. Наблюдений относительно немного, около нескольких сотен, поэтому писать о повсеместном дикорастущем распространении нельзя. Наиболее вероятны старые сады, обочины поливаемых участков, заброшенные хозяйственные места и береговые зоны рядом с жильём. В Sacramento Valley без влаги мелисса летом подсыхает; в затенённом влажном саду сохраняет зелень долго. Дикорастущая популяция возле забора не означает, что её можно собирать без согласия владельца. Растение часто находится там, где применяются удобрения и средства ухода.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После прохладной зимы от основания появляются молодые мягкие листья. Весной их особенно легко найти, пока побеги невысокие. Летом при достаточной влаге мелисса продолжает расти и цветёт небольшими бледными цветками; после цветения нижние листья иногда грубеют. При долгой жаре надземная масса стареет, а на сухой земле может частично исчезнуть. После полива и похолодания новый мягкий прирост возможен осенью. Лист — основная пища на протяжении вегетации, но именно молодые листья имеют наиболее приятный аромат и текстуру.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Свежие молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление. Они дают приятный лимонный аромат и слегка пряный вкус. Несколько листочков можно измельчить и добавить к холодной зелени, свежим фруктам либо овощам. Слишком большая порция ароматных листьев может заглушить вкус другой пищи, поэтому мелисса обычно используется как приправа, а не самостоятельный большой салат.



Мелисса лекарственная — детальный снимок растения

Alex Abair · CC BY 4.0 · Источник

Холодная вода с листьями. Чистые листья можно осторожно размять и опустить в питьевую воду ненадолго, после чего выпить напиток свежим. Это не горячий чай и не лечебный настой: кипяток для такого способа не требуется. Видовые справочники также описывают эфирное масло мелиссы и медицинские применения, но концентрированные масла нельзя считать равнозначными обычному свежему листу. Цветки, семена и корни не имеют такого же прямого сырого пищевого подтверждения и в статью как еда не включаются.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У мяты колосистой Mentha spicata лист обычно более узкий, зубцы острее, а цветки собраны в верхушечные колоски; мелисса имеет широкие сердцевидные листья и пазушные группы цветков. У некоторых декоративных яснотковых тоже квадратные стебли и запах лимона, но иной вид и свойства. Особенно важно не собирать неизвестные растения по аромату: запах может меняться у садовых гибридов. Для определения нужен весь стебель, лист, цветки и место роста. На обработанных садовых землях внешне чистые листья могут быть непригодны для сырой еды.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5408
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Melissa+officinalis

Мята канадская — Дикие мятные листья у влажных лугов · Mentha canadensis

Mentha canadensis

У сырых опушек, ручьёв и окраин болот можно встретить невысокое растение с прямыми стеблями и привычным прохладным мятным запахом. Его листья расположены парами, а мелкие розовато-лиловые цветки сидят группами в пазухах верхних листьев. Это местная дикая мята, которая в ботанических справочниках также известна под старыми названиями Mentha arvensis var. canadensis и M. arvensis var. villosa.



Мята канадская — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя трава с ползучими подземными корневищами и прямыми надземными стеблями высотой обычно 15–50 сантиметров. Стебель четырёхгранный, часто мягко опушённый. Листья супротивные, ланцетные или яйцевидные, с выраженными зубцами по краям и заметным коротким черешком. При растирании появляется узнаваемый мятный аромат. Цветки мелкие, с трубчатым двугубым венчиком, чаще розоватые или лиловые, расположены плотными кольцами в пазухах листьев; в отличие от многих садовых мят длинного отдельного верхушечного колоса обычно нет. После цветения в чашечке образуются мелкие орешковидные плодики.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Mentha canadensis как местный вид Калифорнии и указывает несколько сотен наблюдений. Она встречается в прохладных и влажных участках, по берегам ручьёв, озёр и болот, на мокроватых лугах северных округов и в горных долинах. В засушливом центре Sacramento Valley подходящих природных мест немного, поэтому нельзя ожидать её на каждом пустыре. Водоёмы около автомобильных дорог, канализационных стоков и мест выпаса для сырого сбора непригодны.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Из корневищ новые побеги появляются весной, когда достаточно влаги. Самые нежные листья растут с весны до начала лета, а цветение чаще приходится на лето, иногда продолжается к началу осени. В прохладных горных местах сроки сдвигаются вслед за сходом снега. После первых сильных холодов надземная часть отмирает, однако растение снова отрастает на следующий год.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Свежие листья. Plants For A Future описывает сырые листья американской дикой мяты (под старым названием Mentha arvensis var. villosa) как ароматную добавку к салатам. Их достаточно нескольких штук: вкус сильный и прохладный, с лёгкой горчинкой. Молодые мягкие листья можно растереть в холодной воде, чтобы получить душистый напиток без нагрева, но основная подтверждённая пища — сами сырые листья. Цветки и корни здесь отдельно не рекомендуются, поскольку основная видовая запись относится именно к листьям.



Мята канадская — детальный снимок растения

Mjhuft · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Мята колосистая Mentha spicata чаще образует заметный верхушечный колос, а у мяты канадской цветки сосредоточены в пазухах листьев. Clinopodium douglasii — низкая стелющаяся трава с гораздо меньшими округлыми листьями. Важно не путать дикорастущую мяту с мятой болотной Mentha pulegium (пулегиевая мята), которая также пахнет мятой, но содержит опасные соединения; одно сходство запаха недостаточно для пищевого определения. Нужны стебель, листья, характер цветения и уверенное название.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10635
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Mentha+arvensis+villosa
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mentha_canadensis_kz01.jpg

Мята перечная — Освежающие молодые листья у старых влажных посадок · Mentha × piperita

Mentha × piperita

В прохладном влажном уголке старого сада иногда сохраняется плотная куртина ароматной травы. При растирании листа чувствуется очень сильный прохладный мятный запах с отчётливой перечной ноткой. В конце лета над зеленью появляются короткие лиловатые соцветия. Это перечная мята — гибрид водяной и колосистой мяты, который иногда дичает в Калифорнии. Её мягкие листья употребляют сырыми как небольшую пряную добавку, а концентрированное эфирное масло не используют вместо листьев.



Мята перечная — фотография растения

H. Zell · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя трава с ползучими подземными побегами, образующая куртины, обычно высотой 30–80 сантиметров. Стебли прямые, четырёхгранные, нередко с пурпурным оттенком, голые или с немногочисленными волосками. Листья супротивные, расположены попарно, яйцевидно-ланцетные, 3–8 сантиметров длиной, с заострённой вершиной и отчётливо зубчатым краем, на коротких черешках. При повреждении они выделяют сильный ментоловый аромат. Цветки очень мелкие, розово-лиловые, двугубые, собраны в плотные мутовки, образующие верхушечный колос; под некоторыми группами находятся маленькие листья. У гибрида жизнеспособные семена завязываются редко, поэтому он главным образом распространяется побегами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora указывает Mentha × piperita как неместный для Калифорнии многолетний гибрид с приблизительно сотней наблюдений вне посадок. Растение сохраняется около влажных старых садов, оросительных каналов, прохладных тенистых опушек и мест, где давно выбрасывали садовые делёнки. В основном куртины зависят от постоянной почвенной влаги: на сухом открытом склоне они быстро редеют. Вид нельзя считать обычной дикой мятой всех водоёмов, поскольку в Калифорнии встречаются также местная Mentha canadensis и другие заносные мяты.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После зимних холодов новые листья появляются весной. При стабильной влаге самые мягкие верхушки сохраняются с апреля до начала осени, особенно после образования новых боковых побегов. Соцветия обычно распускаются летом и ближе к осени. После сильной жары или недостатка полива листья становятся жёстче и меньше, но куртина может вновь отрастать после дождя. Для сырого употребления выбирают небольшие нежные листочки до грубого осеннего состояния.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future отдельно подтверждает сырой способ для Mentha × piperita и некоторых её культурных форм. Вкус очень интенсивный, охлаждающий, поэтому достаточно двух–трёх листочков в холодной воде или в готовой овощной смеси. Лист можно слегка размять пальцами, чтобы аромат перешёл в питьевую воду без нагревания. В тени листья допустимо естественно подсушить, сохранив их как пряность. Не используют концентрированное мятное масло, способное вызвать токсические реакции в больших дозах. Цветочные колосья и корни не включены в этот конкретный сырой пищевой список.



Мята перечная — детальный снимок растения

Dinnye · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Mentha spicata имеет обычно более зелёный сладковатый аромат без столь выраженного ментолового холода, а верхние соцветия более вытянутые. Mentha canadensis распространена в прохладных влажных местах и часто имеет цветочные мутовки прямо в пазухах листьев. Опасную Mentha pulegium (мяту болотную) отличают по типу соцветий, овальным листьям и иным ботаническим признакам: её нельзя использовать как пищевую замену перечной мяты, особенно в концентрированном виде. Один запах мяты недостаточен, если взрослое цветущее растение не определено.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5412
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Mentha+x+piperita
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Mentha+x+piperita+officinalis

Мята колосистая — ароматные листья у садов и канав · Mentha spicata

Mentha spicata

У старого огорода или по краю влажной канавы в Калифорнии иногда разрастается трава, от которой при осторожном растирании листа идёт сильный знакомый мятный запах. Её верхушки летом покрываются узкими колосками крошечных сиреневатых цветков. Это Mentha spicata — мята колосистая, она же spearmint. Это не местная дикая мята Калифорнии, а растение, вышедшее из садовой культуры. Свежие листья можно добавлять в холодную еду и питьевую воду; главное — точно отличить вид и не собирать растения из загрязнённых канав.



Мята колосистая — фотография растения

Schumi4ever · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Мята колосистая — многолетняя трава с ползучими подземными побегами и прямостоячими зелёными стеблями, обычно от тридцати до восьмидесяти сантиметров высотой. Стебель четырёхгранный, листья расположены супротивными парами, каждая следующая пара повёрнута относительно предыдущей. Пластинки продолговато-яйцевидные либо ланцетные, по краям с достаточно крупными острыми зубцами. Черешки короткие или почти отсутствуют; лист сверху может быть чуть морщинистым и слегка опушённым. Летом верхушка побега заканчивается узким вытянутым колосом из множества маленьких розоватых, сиреневых или беловатых цветков. Каждый имеет двугубый венчик, хотя издали цветки сливаются в густую кисть. После цветения образуются крохотные орешки. Подземные побеги распространяются в стороны, создавая новые стебли на некотором расстоянии от материнского.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora считает Mentha spicata var. spicata неместным многолетним растением, встречающимся во многих округах, включая Sacramento, Butte, Placer, Sonoma и Monterey. Она растёт рядом со старыми садами, по влажным дорожкам, берегам арыков и ручьёв, а также в поливаемых зарослях. На сухих открытых склонах долины без воды обычно не образует устойчивого ковра. Наличие растения возле жилья часто говорит о прежней культуре, а не о природной местной популяции. В прибрежном прохладном климате мята может сохранять зелень большую часть года; на жарком неорошаемом участке летом быстро увядает.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной от подземных побегов отрастают молодые зелёные стебли. Нежные листья появляются по мере роста и могут срезаться до цветения, когда аромат обычно приятнее. Летом растение выпускает вытянутые колоски, цветёт в тёплые месяцы и иногда до осени. После засухи или похолодания надземная масса стареет и частично отмирает. На поливе новые мягкие листья могут появляться в течение большей части года. Для холодной пищи практичнее молодые листья до позднего цветения, а не грубые старые цветоносные верхушки.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Свежие листья. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление у Mentha spicata. Они очень ароматные, освежающие, с мятной прохладой и иногда слабой сладостью. Несколько чистых листочков можно разорвать в холодный салат, добавить к свежим фруктам или слегка размять в питьевой воде для ароматного напитка без нагревания. Это приправа, а не растение для огромной самостоятельной порции.



Мята колосистая — детальный снимок растения

Bulgariana · CC BY 3.0 · Источник

Холодная ароматизированная вода. Свежие листья можно выдержать в чистой питьевой воде непродолжительное время и выпить напиток в тот же день, не делая горячего настоя. В источниках описываются чай и эфирное масло мяты, но чай требует нагревания, а концентрированное эфирное масло не следует пить как пищу. В нашу безогневую часть такие способы не включены.

Цветочные колоски, корни и зрелые семена не являются отдельно подтверждённой сырой пищей. Мята из канавы со сточными водами или с берегов, где применяются гербициды, непригодна для употребления.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии есть местная Mentha canadensis, которая обычно имеет иное расположение цветков в пазухах листьев; у Mentha spicata они собраны главным образом в вытянутый верхушечный колос. Декоративная Mentha × piperita отличается часто более тёмными листьями и иным запахом, но гибриды мяты трудно определять по одному аромату. Особенно важно не спутать пищевую мяту с Mentha pulegium — болотной мятой-пулегиумом, эфирное масло которой высокотоксично. Аромат «похож на мяту» не служит доказательством безопасности. Лучше проверить стебель, лист, цветонос и место произрастания.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=5416
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Mentha+spicata
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5416

Мезембриантемум хрустальный — Листья в прозрачных каплях и прохладная прибрежная зелень · Mesembryanthemum crystallinum

Mesembryanthemum crystallinum

Иногда на засолённых склонах Южной Калифорнии встречается низкое растение, поверхность которого будто покрыта миллионами капель росы. Даже в солнечный день эти капли не исчезают: это прозрачные пузырьковые клетки на листьях и стеблях. Так выглядит Mesembryanthemum crystallinum — хрустальное ледяное растение, однолетний заносный суккулент из южноафриканской группы. Молодые сочные листья и стебли известны как еда без нагревания. Их лёгкая солёность не делает растение источником пресной воды.



Мезембриантемум хрустальный — фотография растения

Winfried Bruenken (Amrum) · CC BY-SA 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это раскидистая однолетняя трава, обычно образующая низкий ковёр с несколькими мясистыми ветвями, расходящимися от основания. Молодые листья зелёные, овальные или лопатчатые, толстые и сочные, на коротких черешках или почти сидячие. Стебли и листья покрыты крупными прозрачными пузырьками, которые при увеличении похожи на стеклянные бусины. С возрастом отдельные части краснеют, а низкие ветви темнеют. Цветки сравнительно небольшие, белые или с розоватым оттенком, с множеством узких лепестков, сидят одиночно или в небольших группах. После цветения образуются суховатые звёздчатые плодовые коробочки, а не сладкие крупные ягоды. По окончании сезона всё растение может выглядеть красноватым и подсохшим. Прозрачные пузырьки на поверхности — особенно важный признак, отсутствующий у большинства других калифорнийских ледяных растений.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora фиксирует Mesembryanthemum crystallinum как неместный вид с умеренной инвазивностью. Больше всего наблюдений в округах San Diego, Orange, Los Angeles, Ventura и Santa Barbara; значительно реже он записан далеко от южного побережья. Растёт на солнечных нарушенных грунтах, засолённых участках, склонах возле океана, на песчаной или каменистой почве. В Sacramento Valley это не массовый дикорастущий овощ, и его не следует включать в список обычной зелени местного пресноводного парка. На некоторых засолённых местах растение способно накапливать много солей, что заметно и по вкусу листьев.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После зимних дождей появляются молодые сочные листья, особенно на открытых солнечных местах в мягком климате Южной Калифорнии. В холодном или сухом году рост задерживается. Поздней весной и летом обычно формируются цветки; в других широтах ботанические сроки отличаются, поэтому календарь следует уточнять по местным наблюдениям. Когда почва высыхает и соли концентрируются, листья краснеют и становятся грубее. Молодой нежный прирост лучше всего соответствует холодному способу употребления. Старые сухие стебли и семенные коробочки не дают той же пищевой части.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые мясистые листья. Plants For A Future прямо указывает их сырое употребление у Mesembryanthemum crystallinum. Лист хрустит и содержит много сока, на вкус слегка кислый, солоноватый; его можно разрезать и использовать в небольшой холодной порции зелени. Пузырьковые клетки остаются частью кожистой поверхности листа и не требуют удаления как колючки.



Мезембриантемум хрустальный — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

Нежные зелёные стебельки. Тот же справочник подтверждает сырое употребление мягких стеблей. Подходят только молодые сочные части, не волокнистые старые нижние ветви.

Плод и семена упомянуты в отдельных пищевых каталогах, но точный безопасный способ их сырого употребления там не описан. Поэтому они в практический перечень не включаются. В листьях и соке бывает много соли и органических кислот; большие ежедневные порции не рекомендуются. На грунтах у промышленной зоны растение может поглощать загрязняющие вещества, а промывание не гарантирует их удаления из тканей.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Mesembryanthemum nodiflorum имеет более узкие цилиндрические листья и мелкие цветки, а у Carpobrotus edulis листья большие, трёхгранные и цветки заметно крупнее. Некоторые солончаковые растения вообще лишены настоящих широких листьев. Одних сверкающих капель достаточно лишь для предположения о виде: окончательно проверяют строение листьев, ветвление и цветки. Не нужно пробовать неизвестный суккулент, чтобы определить его «по соли». Растения на восстановленных природных дюнах могут быть запрещены к сбору; места у дорог и сточных канав не подходят для сырой еды.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5460
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=5460
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Mesembryanthemum+crystallinum

Койотовая мята — Фиолетовые цветочные головки и холодный пряный напиток · Monardella villosa

Monardella villosa

На суховатой лесной опушке Калифорнии можно встретить ароматную траву с серовато-зелёными листьями и шаровидными головками розово-лиловых цветков. Она растёт среди дубов и кустарников предгорий, там, где после дождей весной появляется зелень, а летом почва быстро высыхает. Это койотовая мята. Для неё описан особенно удобный способ без огня: свежие листья и цветочные головки настаивают в чистой холодной воде.



Койотовая мята — фотография растения

Eugene Zelenko · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетнее травянистое растение с несколькими тонкими стеблями, обычно 20–60 сантиметров высотой. Нижние части побегов со временем одревеснеют. Листья супротивные, от округло-овальных до вытянутых, небольшие, нередко серо-зелёные из-за короткого опушения. Край цельный или с очень мелкими зубцами. При лёгком касании листва источает пряный мятный запах. Верхушечные цветки собраны в компактные почти шаровидные соцветия с заметными листовидными прицветниками; венчики трубчатые, бледно-розовые, лавандовые или лиловые. В середине лета цветочные головки хорошо заметны над округлой зелёной куртиной.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Monardella villosa — калифорнийский местный вид; Calflora отмечает его в предгорных дубравах и чапарале, в центральных и северных районах штата. На каменистых участках встречаются плотные группы, но в тенистых мокрых низинах этот вид не обязательно обычен. Некоторые географические подвиды и близкие виды Monardella ограничены малой территорией, поэтому при обнаружении необычного экземпляра точный таксон лучше сверить по местной флоре. В охраняемых участках растение не собирают.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые листочки отрастают весной после дождей и особенно приятно пахнут до жаркой засухи. Цветение чаще приходится на позднюю весну и лето, а в прохладных предгорьях может продолжаться дольше. В особо сухие годы листья становятся мелкими и жёсткими. Для холодного напитка подходят свежие зелёные листья и распустившиеся здоровые головки, не увядшие и не заплесневевшие.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Свежие листья и цветочные головки. Plants For A Future описывает специфический для Monardella villosa способ: эти части настаивают в холодной воде, получая душистый напиток с мягкой пряной горчинкой. В калифорнийском материале California Native Plant Society листья, цветки и семена этого вида также перечислены как съедобные, но для осторожного полевого использования предпочтительнее именно документированный холодный настой. Листья и цветки слегка мнут чистыми пальцами и оставляют ненадолго в питьевой холодной воде, затем удаляют растительные части. Пищевое использование корней или старых деревянистых побегов не подтверждено.



Койотовая мята — детальный снимок растения

U.S. National Park Service (NPS) · Public domain · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Monardella odoratissima и некоторые другие монарделлы тоже имеют густые головчатые соцветия и сильный запах. От мяты Mentha canadensis койотовая мята отличается собранными в шаровидные верхушечные группы цветками вместо мутовок в пазухах листьев. У Clinopodium douglasii побеги низкие и стелющиеся, а цветки расположены одиночно в пазухах. Вид определяют по цветку, листьям и местности, а не только по пряному аромату. Не используют неизвестные растения из рода Salvia или Monardella без определения.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5665
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Monardella+villosa
- https://cnps-yerbabuena.org/wp-content/uploads/Container-Native-Plants-San-Francisco-CNPS-YB_sm.pdf

Монтия ключевая — Мягкая зелень у воды и опасность загрязнённых источников · Montia fontana

Montia fontana

По краям холодных ручьёв и на мокрых участках горных лугов Калифорнии иногда появляется невысокая мягкая зелень с маленькими сочными листьями. В период цветения среди них можно заметить очень скромные белые цветки, не похожие на яркие садовые растения. Это Montia fontana — монтия ключевая, или water blinks. Её нежные листья и молодые стебли известны как сырая пища в некоторых странах, однако на берегу ручья главным условием безопасности становится не вкус, а качество воды. Даже правильно определённая зелень может быть заражена микроорганизмами, которых не видно.



Монтия ключевая — фотография растения

Rob Philpott (фото; загружено E Wusk) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Montia fontana — маленькая травянистая однолетняя либо недолговечная многолетняя зелень, иногда образующая тонкий ковёр. Стебли мягкие, сочные, стелются или слегка приподнимаются, иногда укореняются в узлах. Листья супротивные, цельнокрайние, небольшие, овальные, лопатчатые или немного удлинённые, без жёстких зубцов и острых иголок. У молодых растений основания пары листьев могут слегка срастаться. Цветки крошечные, белые, с несколькими лепестками, собраны по одному или небольшими группами на концах тонких побегов. При внимательном рассмотрении видно, что после цветения образуются маленькие коробочки с очень мелкими семенами. В отличие от многих звездчаток, листья здесь более мясистые, а стебли часто прозрачновато-зелёные. На мокрой почве листья крупнее и нежнее, в засуху растение быстро становится мелким и мало заметным.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Montia fontana как местное растение Калифорнии и относит его к wetland-riparian сообществам. Типичные места — источники, прохладные ручьи, постоянно влажные края горных лугов, небольшие сырые впадины и неглубокие канавки с чистой движущейся водой. На горячей сухой равнине Sacramento Valley вид не образует постоянного зелёного ковра без воды; значительная часть природных находок связана с более прохладными горными и прибрежными местами. Несмотря на возможное локальное обилие, около населённых пунктов многие ручьи принимают стоки. Само слово «источник» в названии не доказывает питьевую чистоту воды.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Нежные листья появляются, когда почва долго остаётся влажной: в прохладной весне, после схода снега или круглый год в отдельных источниках мягкого климата. Ботанические справочники для умеренной зоны указывают цветение с конца весны до осени, однако в калифорнийских низких горах при летней засухе оно может закончиться раньше. На высокой влажной лужайке растение способно сохранять мягкие листья почти всё лето. Старые листья на сухом краю ручья становятся горше. Для еды важна зелень до огрубения и до высыхания стебля, а не календарная дата сама по себе.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление у Montia fontana. Вкус мягкий, немного травянистый, в нежной влажной стадии напоминающий простой салат. Небольшую порцию можно порвать на кусочки и съесть свежей после промывания чистой питьевой водой.



Монтия ключевая — детальный снимок растения

E Wusk · CC BY-SA 4.0 · Источник

Молодые сочные стебельки. Food Plants International в справочнике ECHOcommunity также прямо указывает их сырое употребление в салатах. Подходят только мягкие зелёные верхушки, не грубые старые отмершие части. Сырые цветки, семена и корни в источниках не подтверждены как самостоятельная пища и здесь не предлагаются.

Вода важнее промывки. Не собирают эту зелень непосредственно из ручьёв с неизвестным санитарным качеством, ниже пастбищ, сточных канав, мест водопоя и рядом с плотной дорогой. Промывание чистой водой может снять грязь, но не гарантирует удаления всех патогенов или загрязнений из растения. Для безопасного пищевого использования лучше выращенная на чистом грунте зелень с контролируемым поливом, чем случайная популяция из неизвестного источника.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Claytonia sibirica тоже любит сырой северный лес, но обычно имеет более крупные овальные листья и заметные розовые цветки. Stellaria media, звездчатка средняя, растёт на влажной земле, но отличается опушением стебля и характером белых глубоко разделённых лепестков. Другие маленькие водные травы могут выглядеть совершенно так же, пока не появятся цветки. Нельзя определять и тем более употреблять маленький влажный росток только потому, что он похож на салат. Надо увидеть лист, цветок, зрелую коробочку и подтвердить, что все признаки принадлежат одному растению. При сомнении в воде от сбора отказываются независимо от правильного определения.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5685
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Montia+fontana
- https://www.echocommunity.org/es/resources/04cff150-4056-4eed-a34d-f471acf7f03f

Morus alba — белая шелковица

Morus alba

В калифорнийских дворах и у старых садов можно встретить листопадное дерево, под которым летом лежат многочисленные мягкие белые, розоватые или тёмно-пурпурные соплодия, похожие на короткие вытянутые ягоды. Это белая шелковица Morus alba. Название вида связано не с обязательным белым цветом плодов: у разных деревьев они бывают почти чёрными. Полностью зрелые плоды съедобны сырыми, но белый сок веточек и недозрелые плоды могут вызывать отравление.



Morus alba — фотография растения

B.navez · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Белая шелковица — быстрорастущее листопадное дерево, нередко достигающее 8–15 метров при хорошем водоснабжении. У старых экземпляров крона широкая и раскидистая, ствол коричнево-серый. На молодых веточках бывают светлые чечевички. Листья расположены очередно и выглядят необычно разнообразно: на одной ветви можно увидеть цельные сердцевидные пластины и листья с несколькими лопастями. По краю они зубчатые, на ощупь иногда гладкие сверху, снизу заметны жилки.

Цветки невзрачные, зеленоватые, собраны в небольшие серёжковидные соцветия; ярких лепестков нет. После них развиваются сборные мясистые соплодия из множества маленьких плодиков. Молодое соплодие плотное и бледное. В зрелом состоянии оно становится мягким, сладким и легко отделяется от ветки. У одних деревьев оно остаётся белым или кремовым, у других розовеет или темнеет до фиолетового.

На изломе молодых побегов и при повреждении листьев появляется белый латекс. Он не является съедобным соком и особенно важен как предупреждающий признак.

ГДЕ РАСТЁТ В КАЛИФОРНИИ

Morus alba родом из Азии. В Калифорнии вид издавна выращивают для тени и плодов, а Calflora фиксирует также одичавшие растения. Встречаются деревья в садах, около населённых пунктов, по нарушенным участкам и иногда возле водотоков. В долине Сакраменто они могут расти хорошо при доступной воде и летней жаре, но нельзя представлять белую шелковицу как обычное коренное дерево природных лесов.

На открытых сухих землях без влаги саженцы приживаются хуже. Большинство видимых деревьев поблизости от домов — старые посадки. Плоды деревьев на частной территории нельзя считать свободными для сбора.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной появляется листва и развиваются малозаметные цветки. После опыления зелёные соплодия растут быстро; в Центральной долине первые зрелые плоды нередко появляются в конце мая или июне, основной сбор бывает летом. В зависимости от сорта и участка сезон продолжается несколько недель, иногда до августа.

В начале осени листья постепенно желтеют, а зимой дерево стоит без них. Плодов в это время нет. Естественно высушенные зрелые соплодия можно сохранить после сезона, но свежесть и безопасность запасов зависят от полной просушки.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые мягкие соплодия. North Carolina State University Extension прямо указывает, что зрелые плоды Morus alba едят сырыми. Они сладкие, иногда немного пресные, с тонкой кожицей и большим количеством мелких съедобных семян. Из-за нежной структуры плоды легко раздавить пальцами и съесть без нагревания.



Morus alba — детальный снимок растения

Gaurav Dhwaj Khadka · CC BY-SA 4.0 · Источник

Естественно высушенные зрелые плоды. Университетский справочник также описывает сушёную шелковицу как продукт питания. Чистые зрелые соплодия можно высушить при подходящих условиях, но они быстро портятся при влажности, и плод с плесенью нельзя сохранять или есть. Способ сушки не делает безопасными недозрелые плоды.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ И ЧЕГО ОПАСАТЬСЯ

У шелковицы красной Morus rubra листья обычно грубее и покрыты волосками; у белой шелковицы верхняя поверхность часто глаже, но гибриды и разные сорта затрудняют определение. Цвет плодиков не является надёжным отличием: у Morus alba бывают и чёрные соплодия. Взрослое дерево узнают по сочетанию листьев, серёжковидных цветков, соплодий и веточек.

Важное исключение: белый млечный сок веток и незрелые плоды не предназначены для еды. NCSU предупреждает о возможных желудочных расстройствах и неврологических симптомах при их употреблении. Листья и молодые ветви не рекомендованы как сырой салат. Не пробуют твёрдые зелёные соплодия ради определения вида, не собирают плоды с загрязнённой земли или обработанных насаждений.

ИСТОЧНИКИ

Calflora, Morus alba, присутствие в Калифорнии и токсичность незрелых плодов: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5691 North Carolina State University Extension, Morus alba — сырые зрелые плоды, сушёный урожай и токсичный латекс: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/morus-alba/

Шелковица чёрная — Тёмно-фиолетовые сочные соплодия старых садов · Morus nigra

Morus nigra

Летом под некоторыми старыми деревьями асфальт и трава покрываются тёмными пятнами от упавших сочных плодов. Если на ветвях одновременно видны крупные шершавые листья и пурпурно-чёрные удлинённые соплодия, это может быть чёрная шелковица. Дерево привезено в Калифорнию из Старого Света; оно значительно реже встречается вне культуры, чем белая шелковица.



Шелковица чёрная — фотография растения

Miloslav Bahna · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Шелковица чёрная — листопадное дерево с широкой густой кроной, обычно 5–10 метров высотой. Листья простые, очередные, крупные, сердцевидные у основания, с зубчатым краем; часть листьев бывает трёхлопастной. Верхняя поверхность заметно шершавая, тёмно-зелёная, снизу лист опушён. Маленькие зеленоватые цветки собраны в короткие серёжковидные соцветия. То, что кажется одной крупной ягодой, в действительности состоит из множества сросшихся сочных мелких плодиков. При полной зрелости они почти чёрные, очень мягкие и оставляют фиолетовый сок.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Morus nigra как неместную шелковицу и указывает лишь единичные наблюдения вне культуры, включая Sacramento, Los Angeles, San Bernardino и Ventura. Поэтому это прежде всего дерево старых садов и поселений, а не обычная дикорастущая пища Калифорнии. В поливных долинах оно растёт лучше, чем на сухих каменистых склонах. У дерева на частном участке плоды можно собирать только с разрешения владельца.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листья распускаются весной, цветки появляются в конце весны. Плоды обычно созревают летом, иногда растянутым периодом вплоть до начала осени. Неспелые соплодия сначала светлые, позднее краснеют и затем становятся очень тёмными. Полностью созревшие плоды часто опадают от лёгкого прикосновения. Их важно есть свежими: после падения на грязную землю они быстро повреждаются и начинают портиться.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелые тёмные соплодия. PFAF прямо подтверждает употребление плодов Morus nigra сырыми. Они сладко-кислые, очень сочные, окрашивают руки и одежду. Можно есть непосредственно после сбора с чистой ветви, а также размять в холодное пюре или естественно подсушить в чистых условиях. Важно не употреблять зелёные или недозревшие плоды: Calflora предупреждает об их токсичности. Сок повреждённых веточек тоже не является пищей. Листья и молодые побеги не включены здесь в сырой рацион, несмотря на пищевые описания некоторых других шелковиц.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Самый частый похожий вид — Morus alba, белая шелковица, у которой полностью зрелые соплодия могут быть даже чёрными. Цвет ягоды сам по себе не определяет вид. У Morus nigra обычно более шершавые толстые листья и иные размеры соцветий; надёжно различать их лучше по ботаническим признакам всего дерева. Ежевика растёт на колючих кустовых побегах, а не на большом листопадном дереве. Незрелые плоды любой шелковицы не пробуют для идентификации.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora — Morus nigra: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12683
- Calflora — county observations: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=12683
- Plants For A Future — Morus nigra: https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Morus+nigra

Шелковица красная — Почти чёрные сочные плоды редкого одичавшего дерева · Morus rubra

Morus rubra

Летом у некоторых старых садовых деревьев под кроной появляются тёмно-красные пятна от упавших мягких плодов. Если на дереве крупные шершавые листья, а зрелые удлинённые соплодия стали почти чёрными, это может быть красная шелковица. Родина вида — восточная часть Северной Америки, а в Калифорнии он отмечен крайне редко. Её полностью зрелые плоды вкусны сырыми, но незрелые соплодия и белый млечный сок ветвей употреблять нельзя.



Шелковица красная — фотография растения

□□ □□ · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадное дерево обычно высотой 8–15 метров, иногда выше, с округлой кроной и сероватой корой, которая с возрастом грубеет. Листья простые, очередные, часто крупные, широко яйцевидные или сердцевидные, с зубчатым краем и заострённой вершиной; на молодых побегах часть листьев может быть лопастной. Лицевая сторона листа заметно шершавая, нижняя поверхность обычно покрыта мягким опушением. Цветки мелкие, зеленоватые, в коротких свисающих соцветиях, мужские и женские могут развиваться отдельно. Созревший плод — не одна ягода, а множество маленьких сочных плодиков, образующих вытянутое соплодие длиной около двух–трёх сантиметров. Сначала оно зеленовато-белое, затем красное и при полной зрелости тёмно-пурпурное.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora приводит около двух наблюдений Morus rubra в Калифорнии, не считая вид местным. Следовательно, это не реальная массовая дикая ягода предгорий и не типичное дерево Sacramento Valley. Отдельные экземпляры могут сохраняться в старых садах, ботанических коллекциях и около поселений, где когда-то высаживали шелковицы. Важно учитывать, что красная шелковица скрещивается с белой, поэтому определить дерево по одному плоду трудно; в некоторых городских посадках встречаются гибриды. На частной территории урожай не собирают без разрешения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листья распускаются весной, одновременно или вскоре вслед за ними появляются мелкие цветочные серёжки. Плоды наливаются в начале лета и созревают постепенно, обычно в июне–августе, но сроки зависят от тепла и конкретного места. Для еды подходят только самые тёмные мягкие соплодия, которые легко отделяются от плодоножки. Красные плотные плоды ещё незрелые; даже если они напоминают малину, употреблять их не следует. В жаркую погоду упавшие плоды быстро закисают.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые соплодия. Plants For A Future прямо подтверждает, что Morus rubra едят сырыми. Мякоть сочная, сладкая, с лёгкой кислотой; её можно есть сразу после сбора с чистой ветви, холодно размять или естественно подсушить без нагрева при отсутствии плесени. Внутри много мелких семян, обычно мягких при жевании. Calflora отдельно предупреждает о токсичности незрелых плодов и млечного сока: их не пробуют и не используют для напитков. Молодые листья и побеги упоминаются в пищевых описаниях, но отдельное надёжное подтверждение безопасной сырой обработки этого вида неоднозначно, поэтому в рационе оставлены только спелые плоды.



Шелковица красная — детальный снимок растения

Douglas Goldman (DouglasGoldman) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Morus alba, белая шелковица, в Калифорнии встречается намного чаще, а её зрелые соплодия могут быть не только белыми, но и чёрными. Цвет плода не является надёжным отличием от красной шелковицы. У Morus nigra листья обычно толще и шероховатее, дерево часто меньше и остаётся преимущественно садовым. У ежевики плоды созревают на колючих кустовых плетях, а не на высоком древесном дереве. При подозрении на гибрид или неопределённый вид не следует делать вывод о пищевой безопасности по внешнему сходству.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12684
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Morus+rubra
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Morus_rubra_(fruit)

Мескит медовый западный — Сладкие стручки пустынного дерева · Neltuma odorata

Neltuma odorata

В сухом русле южнокалифорнийской пустыни летом можно увидеть невысокое дерево с тонкой ажурной кроной и длинными соломенно-жёлтыми стручками. Снаружи оно кажется колючим и неприветливым, но зрелая мякоть стручка бывает заметно сладкой. Это один из мескитов пустынного юга — растение, у которого пищей служит именно стручок, а не зелёная листва.



Мескит медовый западный — фотография растения

Joe Decruyenaere (pixeltoo) · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Дерево или крупный куст обычно высотой 3–9 метров, иногда выше, с раскидистыми ветвями и глубокими корнями. На молодых ветках бывают парные крепкие колючки. Лист дваждыперистый: от общего черешка расходятся перистые веточки, а на них рядами располагаются многочисленные маленькие узкие листочки. С весны появляются длинные цилиндрические кисти мелких зеленовато-жёлтых цветков. Затем развиваются узкие бобы, чаще прямые или немного изогнутые, которые из зелёных становятся соломенно-жёлтыми. У зрелого боба наружная часть подсыхает; внутри находятся плотные оболочки семян. В старой литературе калифорнийские растения нередко записаны как Prosopis glandulosa var. torreyana; современные таксономические источники используют и название Neltuma odorata.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

В Калифорнии это растение связано прежде всего с пустынями юго-востока: песчаными равнинами, понижениями, древними руслами и местами, где корни достают глубинную влагу. Особенно характерны районы ниже гор Сан-Бернардино и в окрестностях Coachella Valley, а также отдельные участки Imperial County. Вокруг Сакраменто такого дерева в естественной растительности ждать не стоит. Растения возле парковок и озеленённых территорий могут быть посажены человеком и регулярно обрабатываться химикатами.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После тёплой весны кисточки цветков сменяются зелёными бобами. Их развитие зависит от зимних дождей и наличия влаги в почве. Сладкая мякоть лучше выражена в полностью созревших стручках, обычно с начала лета до ранней осени. Сухой стручок может долго висеть на ветви, но календарный месяц сам по себе не подтверждает его качество: повреждённые, потемневшие и заплесневевшие бобы не собирают.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелый стручок. USDA описывает сладкую мякоть стручков медового мескита как пищу, употребляемую без предварительного нагревания. Важна не внешняя форма боба, а его полная зрелость и чистота. Сухая пищевая масса. Зрелые сухие стручки традиционно измельчали, получая сладковатый порошок; его можно смешивать с холодной водой. Такая мука содержит части стручка, но твёрдые семена не следует пытаться раскусывать зубами. Отдельных подтверждений безопасного сырого употребления молодых листьев, коры, корней или цветов именно этого таксона для нашего рациона нет, поэтому их здесь не рассматривают. Сладкий вкус не оправдывает сбор с загрязнённой почвы, у автомагистралей или возле сточных вод.



Мескит медовый западный — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Соседний винтовой мескит Strombocarpa pubescens отличается поразительно скрученными спиральными бобами, тогда как стручки медового мескита остаются относительно прямыми. У другого юго-западного мескита Neltuma velutina листья и побеги нередко более бархатистые; по одному признаку нельзя уверенно установить точный вид. У голубого пало-верде Parkinsonia florida кора зелёная, а цветки крупнее и ярко-жёлтые. У нескольких декоративных бобовых стручки внешне сходны, но пищевое применение мескита на них не распространяется. Определять дерево нужно по побегам, дваждыперистому листу, цветкам и зрелым плодам одновременно.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=14746
- https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/cs_prglt.pdf
- https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:77303754-1

Базилик душистый — Свежие пряные листья и летние цветки старых огородов · Ocimum basilicum

Ocimum basilicum

Летом на бывшей грядке или у солнечного забора иногда сохраняется небольшой кустик с гладкими ароматными листьями. Если потереть лист между пальцами, чувствуется сладко-пряный запах с гвоздичными или анисовыми оттенками. Позднее на верхушках вырастают кисти мелких белых либо лиловых двугубых цветков. Это душистый базилик, культурная пряная трава, которая крайне редко отмечается вне садов в Калифорнии. Свежие листья и цветки подтверждённо съедобны сырыми.



Базилик душистый — фотография растения

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно однолетняя в калифорнийском климате трава высотой около 20–70 сантиметров, хотя в безморозных условиях может существовать дольше. Стебель прямостоячий, четырёхгранный, зелёный или пурпурный, ветвистый. Листья супротивные, овальные, гладкие либо слегка морщинистые, с цельным или слабо зубчатым краем, на черешках. При растирании железистые клетки выделяют сильный пряный аромат. Цветки расположены небольшими мутовками в верхушечном колосовидном соцветии, двугубые, белые, розоватые или сиреневые. После цветения в каждой чашечке формируются несколько маленьких тёмных орешков, которые при намокании покрываются слизистой оболочкой.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora регистрирует Ocimum basilicum как неместное растение, с примерно десятью находками вне культуры, главным образом в южных и прибрежных округах. Почти всегда базилик связан с огородами, контейнерными посадками, компостом или случайными сеянцами. В Sacramento Valley его выращивают при поливе, но летом без воды нежные листья быстро теряют качество; при заморозках растение погибает. Старый огород и заброшенный участок могут быть загрязнены, а у частных посадок нельзя собирать урожай без разрешения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После устойчивого весеннего тепла из семян появляются первые листья. Самая нежная зелень растёт поздней весной и летом, пока растения регулярно получают воду. При жаре базилик начинает выпускать цветочные кисти, а к концу лета и осени образует множество тёмных орешков. Свежие цветки тоже можно использовать как приправу, но листья после начала массового цветения иногда становятся более резкими. С первыми холодными ночами надземная часть быстро портится.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Свежие листья и цветки. Plants For A Future прямо подтверждает сырой способ для Ocimum basilicum: мягкие листья можно мелко нарезать к помидорам, овощам, фасоли или другой холодной пище. Их аромат сильный, достаточно нескольких штук. Белые либо лиловые цветки также съедобны сырыми как небольшая пряная добавка. В сухую погоду листья можно естественно высушить в тени на чистой сетке для последующей холодной приправы. Семена вида иногда употребляют после вымачивания в воде как слизистую добавку, но для неопознанного самосева походный способ не рассматриваем. Эфирное масло не является пищевой заменой зелени.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ocimum americanum и некоторые культурные базилики похожи и могут продаваться под перекрывающимися названиями; различия заключаются в форме листьев, прицветниках и строении чашечки цветка. Мята Mentha spicata имеет обычно резко зубчатые листья и иной характер удлинённого соцветия, а душица Origanum vulgare образует более мелкие листья и плотные цветочные группы. Одного характерного запаха недостаточно для определения, поскольку многие яснотковые пахнут пряно. Важно видеть супротивные листья, четырёхгранный стебель и двугубые цветки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12703
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ocimum+basilicum

Особерри — индейская слива — Ранние белые цветки и летние тёмные костянки · Oemleria cerasiformis

Oemleria cerasiformis

Ранней весной, когда многие лиственные кусты ещё голые, на тонких ветвях появляется россыпь беловатых поникающих цветков. К началу лета их сменяют маленькие плоды: сначала оранжево-красные, позднее почти чёрные. Полностью зрелые плоды особерри съедобны свежими, хотя вкус у них не такой сладкий, как у садовой сливы.



Особерри — фотография растения

brewbooks · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это высокий листопадный куст, нередко 2–5 метров, со стройными дугообразными ветвями. Листья простые, очередные, продолговатые, чаще длиной 5–12 сантиметров; к вершине и основанию сужаются, край обычно цельный или слегка волнистый. Нижняя сторона листа светлее. На тонких веточках видны светлые чечевички. Цветки с пятью светлыми лепестками собраны в небольшие свисающие кисти; мужские и женские цветки чаще на разных кустах. Плоды овальные, около сантиметра, с одной твёрдой косточкой.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает вид как местный для Калифорнии. Он растёт в северных и прибрежных лесах, влажных каньонах и на опушках, иногда в смешанном вечнозелёном лесу. Там, где достаточно влаги, встречается группами. На сухих улицах Сакраменто он не является обычным дикорастущим плодовым деревом.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

У особерри цветки появляются очень рано — иногда ещё до полного распускания листьев. Плоды завязываются весной, а в конце весны или начале лета темнеют. На северном побережье и более высоких склонах созревание может происходить позднее. Птицы часто съедают зрелые ягоды почти сразу.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелые плоды. Oregon State University описывает, что зрелые почти чёрные ягоды вполне пригодны в пищу, хотя могут быть терпкими. Свежую мягкую оболочку плода отделяют от косточки. Зелёные или только покрасневшие плоды обычно ещё вяжущие. Употребление молодых листьев или косточек без огня для этого вида здесь не рекомендуется, даже если листья имеют необычный огуречный запах.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Похожими могут быть мелкие плоды настоящих слив Prunus, но у особерри рано появляются поникающие кисти белых цветов, а листья имеют характерную продолговатую цельную форму. У многих Prunus цветки устроены и расположены иначе. Употребляя плоды косточковых, никогда не раскусывают и не размалывают косточки: это не часть съедобной мякоти.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5879
- https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/oemleria-cerasiformis
- https://plantdatabase.kpu.ca/PlantPrint/oece

Опунция бобровый хвост — Плоские лопасти с незаметными глохидиями и розовые цветки · Opuntia basilaris

Opuntia basilaris

В пустыне Мохаве из каменистого грунта иногда поднимается низкий кустик кактуса с округлыми плоскими лопастями, похожими на хвост бобра. Весной над ними раскрываются крупные ярко-розовые цветки. Это Opuntia basilaris — опунция бобровый хвост, местный вид Юго-Западной Америки. У неё есть съедобные плоды, которые употребляли свежими. Но почти полное отсутствие длинных колючек обманчиво: поверхность покрыта множеством мельчайших глохидий, способных надолго вонзаться в кожу и слизистые.



Опунция бобровый хвост — фотография растения

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение обычно невысокое, разрастается вширь, образуя группы плоских округлых сегментов. Каждый сегмент имеет форму широкой лопатки или овального «хвоста», серо-зелёный либо сизоватый, толщиной несколько сантиметров. Большие длинные иглы отсутствуют у многих экземпляров, но по поверхности расположены многочисленные ареолы, из которых растут очень короткие щетинки — глохидии. На солнце они могут казаться красноватыми точками. Молодые сегменты растут на вершинах старых. Весной на верхнем крае лопастей появляются бутоны и крупные розово-малиновые цветки с многочисленными лепестками. После цветения формируются сравнительно небольшие вытянутые плоды, сначала зелёные, затем буреющие или красноватые. Зрелый плод содержит мягкую массу с семенами; внешняя кожица также может нести глохидии. Издали куст кажется почти безопасным для прикосновения, но это совершенно неверно.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Opuntia basilaris как местный вид Калифорнии, особенно характерный для Mojave Desert и Anza-Borrego, с многочисленными наблюдениями в Inyo, San Bernardino, Riverside, San Diego и восточных районах. В Sacramento Valley это не обычный дикорастущий кактус. Важнейшее ботаническое ограничение: среди разновидностей есть охраняемые, в том числе var. treleasei — федерально и калифорнийски находящаяся под угрозой исчезновения, и редкая var. brachyclada. Эти разновидности нельзя собирать. Даже у обычной var. basilaris сбор на территории национальных парков и резерватов может быть запрещён. Для еды нужен точно определённый разрешённый участок, а не любое увиденное растение.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Сегменты остаются зелёными круглый год, хотя в сильную засуху могут сморщиваться. Цветение в калифорнийских пустынях обычно происходит весной, особенно после зимних дождей; в разных местах розовые цветки раскрываются с марта до мая. Затем завязываются зелёные плоды. Полное созревание часто приходится на конец весны и лето, меняясь по климату и высоте. Плоды могут высыхать прямо на растении; не всякий бурый плод свеж и пригоден для еды. Весной эффектные цветки полезны для определения, а мягкий зрелый плод появляется позднее.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелая мякоть плода. Государственный этноботанический обзор для Nevada Test Site сообщает, что мясистые плоды Opuntia basilaris var. basilaris сбивали с растения и ели свежими. Важно употреблять только мягкую внутреннюю часть после полного удаления кожицы и всех глохидий. Даже несколько почти невидимых щетинок способны вызвать болезненное раздражение языка и горла.



Опунция бобровый хвост — детальный снимок растения

National Park Service · Public domain · Источник

Холодное очищение. Плод удерживают инструментом, не голыми пальцами, разрезают и снимают наружную поверхность вместе с ареолами; затем проверяют мягкую мякоть. Если невозможно гарантировать полное отсутствие глохидий, плод нельзя есть. Обычное споласкивание водой недостаточно. Хотя у некоторых видов опунций едят и очищенные молодые лопасти, для Opuntia basilaris в используемых видовых источниках надёжно подтверждены прежде всего плоды. Поэтому лопасти, цветки и корни сюда не включены.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Opuntia ficus-indica — выращиваемая инжирная опунция — обычно значительно крупнее, имеет другие плоды и лопасти; она описана отдельно. Opuntia engelmannii также может образовывать большие плоские сегменты, но отличается колючками и общим размером. У Opuntia basilaris характерны низкая форма «бобровых хвостов», сизые округлые сегменты, розовые цветки и много коротких глохидий. Нельзя считать отсутствие длинных шипов доказательством безопасности. Самое важное — не затрагивать редкие разновидности, отличить которые неспециалисту бывает непросто; при сомнении от сбора следует отказаться.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5926
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5929
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5928
- https://www.osti.gov/servlets/purl/137690
- https://conservationgardenpark.jvwcd.gov/plants/1055/beavertail-cactus

Опунция хлоротическая — Пурпурные плоды на круглолистном пустынном кактусе · Opuntia chlorotica

Opuntia chlorotica

На каменистых холмах юго-востока Калифорнии встречается опунция, которая со временем приобретает почти древесный вид. Над колючим стволиком поднимается множество округлых серо-зелёных члеников, словно соединённых друг с другом маленьких дисков. Весной распускаются жёлтые цветки, а позднее появляются пурпурные плоды. Мякоть полностью спелых плодов этого вида можно есть сырой, но для этого необходимо полностью удалить колючки и почти невидимые глохидии.



Опунция хлоротическая — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетний кактус с утолщённым колючим стволом, обычно высотой около одного–двух метров, иногда больше. Плоские членики преимущественно округлые, диаметром приблизительно 10–20 сантиметров, голубовато- или серо-зелёные. На их поверхности расположены регулярные ареолы: в каждой могут быть несколько жёлтых или золотистых длинных колючек, а рядом — пучки мельчайших ломких глохидий. Старые колючки темнеют. Цветки крупные, обычно жёлтые, иногда с красноватым оттенком в центре. Зрелые плоды становятся фиолетовыми или пурпурными снаружи; внутри мякоть может быть светлой с розоватым оттенком и многочисленными твёрдыми семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

По данным Kew Plants of the World Online вид естественно встречается на юго-востоке Калифорнии и в соседних пустынных штатах. В Калифорнии характерен для скалистых склонов восточной части Mojave Desert, Anza-Borrego и некоторых горных предгорий от San Bernardino до San Diego. Calflora включает Opuntia chlorotica в местную флору. Это не вид прибрежных лесов и не обычное растение в Sacramento Valley. В заповедниках сбор кактусов может быть полностью запрещён.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Жёлтые цветки появляются преимущественно весной, примерно в апреле–июне в зависимости от высоты. После цветения плоды увеличиваются летом и дозревают во второй половине тёплого сезона. У одного куста зеленоватые незрелые плоды могут соседствовать с пурпурными. Сбор допустим только после подтверждения полной зрелости, когда кожица приобрела насыщенный оттенок. На очень сухих склонах урожай может быть небольшим.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелый плод. Специализированный ботанический справочник Useful Temperate Plants прямо описывает плоды Opuntia chlorotica как пригодные сырыми. Их считают менее вкусными, чем у некоторых соседних опунций, но в пищевом отношении это самостоятельный подтверждённый вид. С плода необходимо снять всю кожицу с ареолами и мельчайшими глохидиями; съедобна только очищенная внутренняя мякоть. При холодном разминании можно удалить твёрдые семена процеживанием. Молодые членики у других опунций едят сырыми, но для этого вида отдельного надёжного описания такого способа нет, поэтому здесь они не рекомендуются.



Опунция хлоротическая — детальный снимок растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Opuntia engelmannii часто имеет более крупные овальные членики и иной рост куста; Opuntia basilaris обычно ниже и несёт более плоские почти бесколючие на вид членики с массой глохидий. Для Opuntia chlorotica особенно характерны круглая форма члеников, крупные золотистые колючки и древеснеющий ствол. Цвет плода сам по себе недостаточен для определения вида. Даже если заметные колючки удалены, микроскопические глохидии способны травмировать язык и горло. При отсутствии инструментов для безопасной очистки плод лучше оставить.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5931
- https://temperate.theferns.info/plant/Opuntia%2Bchlorotica
- https://ucanr.edu/sites/RiversideMG/files/390058.pdf

Опунция Энгельмана — Малиновые пустынные плоды и нежные зелёные лепёшки · Opuntia engelmannii

Opuntia engelmannii

В жарких каменистых местах пустынного юго-востока Калифорнии может расти кустарниковый кактус с большими плоскими зелёными члениками. Весной на нём раскрываются крупные жёлтые цветки, а позднее поспевают малиновые плоды. Опунция Энгельмана даёт две разные части, которые можно употреблять без нагрева: мякоть полностью зрелых плодов и очень молодые членики после полного удаления колючек и глохидий.



Опунция Энгельмана — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Кактус разветвляется от земли, иногда достигая одного–двух метров в высоту и нескольких метров вширь. Стебель состоит из больших овальных или округлых плоских члеников, обычно 15–40 сантиметров длиной, зеленовато-голубых или ярко-зелёных. По всей поверхности расположены ареолы с несколькими крупными жёсткими колючками и почти невидимыми пучками маленьких крючковатых волосков — глохидий. Цветки обычно крупные, жёлтые, иногда с оранжевым или красноватым оттенком. Зрелые плоды удлинённые, с сочной насыщенно-пурпурной или малиновой мякотью и многочисленными семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Opuntia engelmannii как местный вид, но записи в пределах штата немногочисленны по сравнению с более привычными опунциями. В Калифорнии её ищут главным образом в пустынных и юго-восточных районах и у границы с Аризоной, на сухих склонах с гравием, среди пустынных кустарников. В Sacramento Valley дикорастущая опунция Энгельмана не является массовым видом. В охраняемых территориях пустыни нельзя срезать членики и собирать плоды без разрешения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Новые нежные зелёные членики развиваются весной после зимних осадков, пока не успели утолщиться и покрыться многочисленными колючками. Крупные цветки появляются весной и в начале лета. Плоды постепенно увеличиваются летом и обычно окрашиваются в пурпурные тона к концу лета или началу осени. По одному красному пятну на кожице нельзя определить зрелость: плод должен быть полностью окрашен и иметь зрелую сочную мякоть.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелая мякоть плода. Убирают всю наружную кожицу с ареолами и глохидиями, затем едят только чистую внутреннюю пурпурную мякоть. В ней много твёрдых семян; при холодном разминании можно процедить их. Молодые членики. National Park Service указывает для Opuntia engelmannii возможность употребления молодых плоских стеблей сырыми после удаления колючек. Но видимые крупные колючки — только часть опасности: микроскопические глохидии нужно удалить полностью вместе с наружным слоем. Если невозможно обеспечить полное очищение без попадания иголок в рот, сырую часть не используют.



Опунция Энгельмана — детальный снимок растения

Heinrich Pniok (Alchemist-hp) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Opuntia phaeacantha, уже описанная отдельно, обычно имеет меньшие членики и другое расположение колючек, но может выглядеть очень похоже. Opuntia littoralis связана с прибрежной полосой и отличается совокупностью признаков члеников и цветков. У Opuntia ficus-indica плоские членики часто крупнее, а растение нередко культурное. Различить опунции на уровне вида по одному красному плоду нельзя. Глохидии способны проникать в кожу и слизистые даже тогда, когда поверхность кажется гладкой.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9170
- https://www.nps.gov/orpi/learn/nature/cacti.htm
- https://www.worldfloraonline.org/taxon/wfo-0001258261

Opuntia ficus-indica — инжирная опунция

Opuntia ficus-indica

В тёплых районах Калифорнии возле старых усадеб, каменных оград и сухих склонов растут большие кактусы с плоскими мясистыми зелёными члениками. На их верхних краях появляются крупные жёлтые или оранжевые цветки, а позднее — овальные плоды, которые при созревании становятся жёлтыми, оранжевыми или красно-фиолетовыми. Это Opuntia ficus-indica, инжирная опунция. В пищу без огня употребляют зрелую мякоть плодов и молодые лопасти после тщательного удаления колючек; главная практическая опасность — почти невидимые глохидии.



Opuntia ficus-indica — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение представляет собой крупный кустарниковый или древовидный кактус. У старых экземпляров нижние членики одревесневают, а выше отходят разветвлённые цепочки плоских овальных мясистых сегментов — кладодиев. У некоторых сортов длинных колючек мало или почти нет, но маленькие участки ареол с тонкими глохидиями остаются. Молодые членики более тонкие и нежные, взрослые утолщаются.

Цветки крупные, с множеством лепестков, обычно жёлтые, иногда с оранжевым оттенком. Они сидят по краям верхних члеников, а не на отдельных длинных стеблях. Плоды развиваются непосредственно из цветочных завязей и по форме напоминают небольшие груши или овалы. Снаружи остаются ареолы с колючими щетинками. Внутри кожуры находится сочная сладковатая мякоть со множеством твёрдых съедобных семян.

ГДЕ РАСТЁТ В КАЛИФОРНИИ

Opuntia ficus-indica — завезённый вид, давно выращиваемый в Калифорнии. Calflora подтверждает его одичавшие растения в том числе в округах San Diego, Orange, Los Angeles, Santa Barbara и San Luis Obispo. Большие отдельные кусты встречаются и дальше на севере в защищённых местах. Это растение гораздо характернее для мягкого побережья и тёплых засушливых склонов, чем для морозных гор.

Не каждую калифорнийскую опунцию можно называть Opuntia ficus-indica. В Южной Калифорнии есть местные виды, включая Opuntia oricola; у них различаются размеры члеников, колючки и строение куста. Ухоженный кактус у дома может быть частной посадкой, а не доступным дикорастущим экземпляром.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Новые плоские членики начинают активно расти после весеннего потепления. Наиболее нежные молодые лопасти доступны весной и в начале лета, прежде чем кожа уплотнится. В мягком климате отдельные новые побеги появляются и в другое время при наличии влаги.

Цветение обычно приходится на позднюю весну и начало лета. Затем завязываются плоды, которые созревают к концу лета и осенью, приблизительно с августа по ноябрь. На одном кусте могут одновременно находиться уже окрашенные и ещё зелёные плоды. Зимой многолетние членики остаются зелёными, но это не означает наличия свежих нежных лопастей или зрелого урожая.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью спелые плоды. У них используют сочную внутреннюю мякоть. University of California описывает Opuntia ficus-indica как плодовую культуру, а университетские справочники по роду Opuntia подтверждают употребление очищенных зрелых плодов сырыми. Только после удаления кожицы вместе со всеми ареолами, глохидиями и крупными колючками плоды могут быть пригодны к еде. У них сладковатый, иногда слегка травянистый вкус.



Opuntia ficus-indica — детальный снимок растения

Frank Schulenburg · CC BY-SA 3.0 · Источник

Молодые лопасти. Под названием nopales или nopalitos их используют как овощную часть кактуса. UC Davis описывает сбор именно молодого нежного прироста, ещё не ставшего толстым и волокнистым. Справочник NC State Extension для опунций указывает, что очищенные лопасти можно употреблять сырыми: мякоть имеет слизистую структуру и немного кислый вкус. Кислотность выше в некоторые часы суток; качество молодых лопастей меняется по мере роста. Старые толстые членики не подходят для этого способа.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ И ЧЕГО ОСТЕРЕГАТЬСЯ

От других Opuntia инжирную опунцию отличают размер и форма кустарника, крупные лопасти, цветки, плоды и происхождение. Но даже растение без заметных длинных колючек может быть покрыто короткими прозрачными глохидиями. UC Agriculture and Natural Resources отдельно предупреждает, что они легко внедряются в кожу и слизистые. Поэтому брать плод голой рукой, откусывать его с куста или просто стереть пыль полотенцем небезопасно.

Неопределённые виды опунции, гниющие плоды и растения из обработанных декоративных посадок не используют. Если нет возможности безопасно очистить поверхность от всех глохидий, от сырой пищи лучше отказаться.

ИСТОЧНИКИ

Calflora, Opuntia ficus-indica — наблюдения в Калифорнии: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5938 University of California ANR, Know What You Grow: Prickly Pear, Opuntia ficus-indica: https://ucanr.edu/sites/default/files/2025-04/FactSheet_FruitVeg_Prickly%20Pear_2021.08.09.pdf UC Davis, Nopalitos, Cactus Stems, молодые мягкие лопасти: https://ucanr.edu/sites/default/files/2020-11/339182.pdf NC State University Extension, Opuntia, сырые очищенные плоды и лопасти: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/opuntia/ UC ANR, Opuntia spp., глохидии и защита: https://ucanr.edu/site/plant-safely-drought-tolerant-landscapes/opuntia-spp

Опунция прибрежная — Летние пурпурные плоды на колючих плоских стеблях · Opuntia littoralis

Opuntia littoralis

На сухих приморских склонах Южной Калифорнии опунции нередко лежат широкими зелёными подушками прямо среди кустарников. Летом на концах плоских члеников появляются красновато-пурпурные плоды. Они выглядят привлекательными, но поверхность покрыта не только заметными колючками, но и почти невидимыми раздражающими глохидиями.



Опунция прибрежная — фотография растения

NeoPrometheusX · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетний кустовидный кактус, который разрастается вширь за счёт сочных овальных сегментов. Зелёные плоские «лопатки» на самом деле стебли, а не листья. На их поверхности по всему сегменту видны маленькие площадки — ареолы, из которых выходят пучки колючек. У Opuntia littoralis крупные сегменты могут достигать около 20 сантиметров длиной, а заросль поднимается примерно до метра.

Цветки крупные, раскрываются на краях сегментов. Их окраска бывает жёлтой, иногда с красноватым оттенком. Плоды яйцевидные, сначала зеленоватые, к зрелости переходят в пурпурно-красный цвет. Вид изменчив, и отдельные растения могут сильно различаться по густоте и длине колючек.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Это местный кактус прибрежного чапараля и кустарниковых сообществ южной части штата. Его находят в округах Ventura, Los Angeles, Orange и San Diego на каменистых склонах, береговых обрывах и сухих открытых участках. Для долины Сакраменто он не является обычным дикорастущим видом.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветение приходится главным образом на весну и начало лета. В тёплых местах зрелые плоды появляются с июня–июля; отдельные растения плодоносят позже. Краснота сама по себе не подтверждает, что плод мягкий и полностью созрел.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. Кумейяай собирали плоды и удаляли их колючки механически, после чего ели свежими либо сушили. Внутри — сочная мякоть с твёрдыми семенами. Для еды без нагрева подходит именно очищенный зрелый плод, без наружных колючек и глохидий. Попадание глохидий в губы, язык или горло особенно неприятно; обычное быстрое протирание рукой не делает плод безопасным.

Холодное высушивание. Плоды могли сохранять после естественного подсушивания, но исходный материал должен быть спелым и очищенным от колючек.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Другие опунции Южной Калифорнии, включая Opuntia ficus-indica и Opuntia oricola, тоже имеют плоские сегменты и съедобные плоды. По одному цвету плода вид не определить: размеры сегментов, ареолы, характер цветков и место роста надо сравнивать вместе. У некоторых опунций молодые членики употребляют как овощ, но в источниках об Opuntia littoralis традиционно описана их варка или жарка. Здесь эти способы не относятся к пище без огня.

ИСТОЧНИКИ

- University of San Diego, Kumeyaay Garden: https://www.sandiego.edu/kumeyaay-garden/plant.php?ID=20
- San Diego Natural History Museum: https://coasttocactus.sdnhm.org/plants/coast-prickly-pear
- Calflora, Opuntia littoralis: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5940

Опунция чапараля — колючие лопасти, свежие бутоны и красные плоды

Opuntia oricola

Среди кустарников сухих склонов Южной Калифорнии растёт кактус с большими плоскими зелёными члениками, похожими на овальные лопасти. На их верхних краях весной раскрываются цветки, а позднее появляются сочные плоды красноватого цвета. Это Opuntia oricola — один из местных видов опунции. В историческом описании долины Сан-Паскуаль отмечены две её пищевые части, которые употребляли свежими: бутоны и плоды.



Опунция чапараля — фотография растения

Satxjoe · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Opuntia oricola — кустарниковый или древовидный кактус. У старых растений нижняя часть одревеснеет, а выше отходят разветвлённые цепочки крупных плоских округлых члеников. Каждый такой членик зелёный, мясистый и покрыт небольшими участками — ареолами, из которых выходят крупные колючки и почти незаметные короткие щетинки.

У этого вида членики могут быть длиной несколько десятков сантиметров. Крупные иглы часто стоят группами и хорошо заметны на солнце; мелкие глохидии гораздо труднее увидеть. На верхних частях старых члеников появляются округлые цветочные бутоны. Цветки обычно жёлтые, иногда с красноватым оттенком у основания лепестков, а затем на их месте вырастают овальные или почти округлые плоды.

Плод сидит непосредственно на краю членика, а не висит на длинной ветке. В зрелом состоянии его кожица может стать красной или красно-фиолетовой. Как и на зелёных лопастях, на поверхности плода сохраняются маленькие ареолы с колючими щетинками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Это местный вид Южной Калифорнии и Нижней Калифорнии в Мексике. Его встречают в прибрежном чапарале, сухих кустарниковых зарослях, на склонах и в долинах от района Сан-Диего к Лос-Анджелесу. Долина Сан-Паскуаль — один из районов, где эта опунция непосредственно упоминается в историческом природном путеводителе California State Parks.

При подходящих условиях кактус образует заметные группы, особенно на сухих солнечных участках. В северных влажных лесах Калифорнии он не является обычным растением, так что это пищевой вид определённой географической зоны, а не всего штата.

КОГДА ДОСТУПНА

Зелёные членики остаются на растении круглый год, но их постоянное присутствие не означает, что они были подтверждённой сырой пищей этого вида.

Бутоны появляются весной и в начале лета перед раскрытием цветков. После цветения развиваются плоды. Во многих прибрежных и предгорных районах спелые опунциевые плоды доступны к концу лета и осенью, приблизительно с августа до октября; погода и место произрастания меняют точные сроки.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Свежие цветочные бутоны. California State Parks прямо указывает, что коренные жители долины Сан-Паскуаль употребляли бутоны Opuntia oricola свежими. Их короткий сезон заканчивается с раскрытием цветков. Речь именно о молодых цветочных бутонах: исторический источник отдельно описывает зелёные плоские членики как приготовленную пищу, поэтому они не входят в безогневой список.



Опунция чапараля — детальный снимок растения

Steve Hillebrand, USFWS · Public domain (author claim) · Источник

Зрелые плоды. Их также ели свежими. Съедобная часть находится внутри кожицы: мягкая мякоть с семенами. У многих опунций плоды сладкие или слегка кисловатые, но вкус сильно различается по растению и сезону.

На плодах и бутонах сохраняются крупные колючки и почти невидимые глохидии; даже крошечная щетинка может впиться в слизистую. Поэтому нельзя откусывать плод или бутон с растения либо считать гладкую на вид кожицу безопасной. Поэтому плоды и бутоны нельзя пробовать прямо с поверхности кактуса, не разобравшись с колючками.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Южной Калифорнии живёт несколько местных и завезённых видов Opuntia. Их различают по форме и толщине члеников, количеству колючек, цветкам и географии. У Opuntia oricola обычно крупные плоские членики, выраженные длинные иглы и кустарниковое ветвление. Не следует переносить пищевые свойства молодых лопастей других опунций на этот вид: исторический источник для Сан-Паскуаль описывает свежие бутоны и плоды, а зелёные членики — с приготовлением.

ИСТОЧНИКИ

- California State Parks, San Pasqual Battlefield State Historic Park Nature Trail, пункт 11 — Opuntia oricola: https://www.parks.ca.gov/pages/655/files/SanPasqualNatureTrailGuide_FINAL120314.pdf
- Calflora, Opuntia oricola, ботаническое распространение: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5948
- Wikimedia Commons, коллекция изображений вида Opuntia oricola: https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Opuntia_oricola

Опунция буроколючковая — Сочные позднелетние плоды пустынных склонов · Opuntia phaeacantha

Opuntia phaeacantha

Невысокие опунции с плоскими овальными сегментами встречаются далеко от океана, среди камней и редких пустынных кустов. Весной над колючками раскрываются крупные жёлтые цветки, а к концу тёплого сезона их сменяют пурпурно-красные мясистые плоды. Внутри они могут быть сочными и сладковатыми, однако внешняя поверхность требует особого внимания.



Опунция буроколючковая — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это стелющийся или образующий низкий куст кактус. Отдельные зелёные членики имеют овальную форму, часто 10–25 сантиметров длиной, и соединяются в разветвлённые цепочки. Растение может подниматься примерно на 30–90 сантиметров и занимать несколько метров в ширину. Из ареол на поверхности члеников выходят длинные жёсткие колючки, иногда направленные вниз или в стороны; рядом есть тончайшие глохидии.

Цветки большие, обычно жёлтые, иногда с более красноватым центром. Мясистые плоды становятся красными или пурпурными; у зрелых плодов заметна мягкость, но сохраняются опасные мелкие шипики. Разные популяции этого комплекса очень изменчивы и могут гибридизироваться с близкими опунциями.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

В Калифорнии вид связан с сухими регионами юга и востока штата: пустынными районами, каменистыми склонами, пиньоново-можжевеловыми редколесьями и отдельными горными долинами. Он не является массовой опунцией поливных газонов Сакраменто. В подходящем местообитании образует широкие, хорошо заметные куртины.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Основное цветение происходит поздней весной и в начале лета. Плоды увеличиваются в тёплые месяцы и созревают преимущественно с середины лета до осени. На высоте и после холодной весны созревание может задержаться. Цвет плода не заменяет проверку полной зрелости.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. Для Opuntia phaeacantha прямо описано традиционное употребление свежих плодов. После полного удаления колючек и глохидий съедобна сочная мякоть с семенами. Плоды также сушили, получая запас на более поздний сезон. Кожицу с остатками волосков не следует считать пригодной для еды.



Опунция буроколючковая — детальный снимок растения

Sadambio · CC BY-SA 3.0 · Источник

Молодые зелёные членики. Справочник университетской службы распространения знаний допускает их употребление сырыми после удаления колючек, однако это слизистая по текстуре и трудная в очистке пища. Для неопытного человека из-за глохидий практичнее ограничиться уже известным безопасно очищенным плодом.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Opuntia basilaris, уже описанная отдельно, часто почти лишена длинных колючек на плоских члениках, а Opuntia phaeacantha чаще несёт заметные пучки. Существуют многочисленные гибридные формы; точное видовое определение иногда требует цветков и сравнительного ботанического ключа. Не пробуйте неизвестный кактус по одному признаку «круглая лопатка».

ИСТОЧНИКИ

- NC State Extension, Opuntia phaeacantha: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/opuntia-phaeacantha/
- National Park Service, видовой обзор опунции: https://www.govinfo.gov/content/pkg/GOVPUB-I29-PURL-gpo136141/pdf/GOVPUB-I29-PURL-gpo136141.pdf
- California Academy of Sciences, Opuntia phaeacantha: https://research.calacademy.org/research/Botany/wildflow/wildflowers.asp?w_id=94

Душица обыкновенная — Свежая пряная зелень у старых садов и травянистых склонов · Origanum vulgare

Origanum vulgare

На солнечном склоне возле старой усадьбы летом иногда поднимаются невысокие побеги с душистыми супротивными листочками. К верхушке ветви ветвятся, а над ними раскрываются небольшие розовато-лиловые цветки. Если аккуратно растереть лист, появляется знакомый аромат орегано. Это душица обыкновенная, которая в Калифорнии в основном выращивается как пряность и лишь изредка сохраняется без ухода. Листочки можно использовать сырыми без нагрева.



Душица обыкновенная — фотография растения

Wilfredor · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя трава с ползучими короткими корневищами и прямостоячими четырёхгранными стеблями, обычно высотой 20–60 сантиметров. Листья расположены супротивно, на коротких черешках, овальные, 1–4 сантиметра длиной, с цельным или едва заметно зубчатым краем; при растирании благодаря эфирномасличным железкам сильно пахнут. В верхней части стебля формируются плотные короткие колосовидные группы цветков, собранные в разветвлённые соцветия. Прицветники часто розовато-пурпурные, сами цветки двугубые, с небольшим лиловым, пурпурным или розоватым венчиком. После цветения внутри чашечки созревают четыре маленьких орешка. Старые нижние побеги древеснеют и становятся грубыми.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Origanum vulgare к неместным растениям, отмечая около нескольких десятков наблюдений. В Калифорнии душица чаще появляется у садов, на бывших огородных участках и возле поселений; отдельные находки есть в Sonoma, Santa Cruz, Orange, Santa Barbara, Yolo и Sacramento. В сухом чапарале нельзя автоматически считать любую ароматную низкую полукустарниковую траву орегано. На частных участках и обработанных газонах сбор не разрешён или небезопасен, а культивируемые декоративные формы могут отличаться ароматом и размером листьев.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

При достаточной влаге новые листья появляются весной, а в мягкую калифорнийскую зиму растение может частично оставаться зелёным. Самый нежный прирост развивается весной и в начале лета. Цветение обычно начинается летом, соцветия сохраняются до ранней осени. В жаркую засуху нижние листья становятся жёсткими, а на хорошо увлажнённых участках возможны повторные мягкие верхушки. Собирать пряность можно до и во время цветения, но для свежего употребления выбирают небольшие молодые листочки.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Листья. Plants For A Future отдельно подтверждает употребление душицы сырой в качестве пряной зелени. Несколько молодых листочков можно мелко нарезать к овощам, фасоли или другой готовой холодной пище; сильный аромат означает, что большая порция не требуется. Цветки также описаны как съедобные и могут добавляться понемногу, если растение точно определено. Для хранения листья допустимо естественно сушить на чистой сетке без нагрева, после чего растереть в сухую приправу. Не употребляют концентрированное эфирное масло как пищевой эквивалент свежего листа. Корни и жёсткие стебли сюда не входят.



Душица обыкновенная — детальный снимок растения

Sten Porse (Sten) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Майоран Origanum majorana близок по запаху и облику, но обычно имеет более мягко-серые опушённые листья и другую форму соцветий. Местная монарделла Monardella villosa также пахнет пряно, однако её цветки собраны в более округлые головки и ботанические признаки иные. У мяты Mentha spicata листья обычно шире и резко зубчаты, а цветки формируют вытянутые колоски; у душицы края листьев менее зубчатые и более мелкие цветочные группы. Запах сам по себе недостаточен для определения: надо увидеть расположение листьев, форму цветков и стебель.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5960
- https://pfaf.org/USER/plant.aspx?latinname=Origanum+vulgare

Кислица капская — Яркие жёлтые цветки и кислые трилистники после дождей · Oxalis pes-caprae

Oxalis pes-caprae

Поздней зимой на травянистых склонах Калифорнии иногда расстилается густой зелёный ковёр, над которым светятся десятки жёлтых цветков. У каждого растения три сердцевидных листочка на длинном черешке, а цветонос несёт целую группу ярких цветков. Это капская кислица, завезённая из Южной Африки и широко распространившаяся на калифорнийском побережье. Её листья и цветки можно есть сырыми в очень небольших количествах, но из-за высокой концентрации щавелевой кислоты это скорее кислая приправа, а не салатная зелень.



Кислица капская — фотография растения

Daniel Feliciano · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Невысокая многолетняя луковичная трава, обычно 10–30 сантиметров высотой. Из маленьких подземных луковиц выходят длинные сочные черешки, каждый держит ровно три округло-сердцевидных листочка с глубокой выемкой на конце. Листочки часто складываются в пасмурную погоду и вечером. Отдельные безлистные цветоносы поднимаются немного выше зелени, несут по несколько цветков на длинных цветоножках. Цветок ярко-жёлтый, около 2–3 сантиметров в диаметре, с пятью лепестками и пятью маленькими чашелистиками. В Калифорнии растение чаще распространяется подземными дочерними луковичками, а не семенами, и образует плотные колонии.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora зарегистрировала тысячи наблюдений Oxalis pes-caprae. California Invasive Plant Council подчёркивает её распространение по побережью, Coast Ranges и Sacramento Valley, среди приморских лугов, дубрав, городских газонов, садов, обочин и старых полей. Растение способно вытеснять местные весенние травы и считается инвазивным. Его изобилие не означает пищевой безопасности каждого участка: в городских парках могут использовать гербициды, у трасс много дорожной пыли, а в местах выгула животных зелень загрязняется.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После первых заметных осенних дождей начинают расти зелёные трилистники. В низинах они заметны с зимы, а яркие жёлтые цветки появляются преимущественно в декабре–апреле в зависимости от региона. Пока земля влажная, появляются молодые нежные листочки, которые лучше подходят для небольшой сырой пряной добавки. С наступлением сухого тёплого лета надземная зелень быстро желтеет и исчезает, а подземные луковички остаются живыми до следующего сезона.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и свежие цветки. Plants For A Future отдельно подтверждает их сырое употребление: вкус выраженно кислый, напоминает лимонную зелень. Для добавления к другой пище достаточно нескольких листочков или одного–двух цветков, тщательно вымытых питьевой водой. Из листьев можно получить слабокислый аромат для холодной воды, но не делать концентрированные напитки. Щавелевая кислота в большом количестве способна связывать кальций и повышать риск проблем с почками; людям с оксалатными камнями в почках такая сырая зелень не рекомендуется. Подземные луковички в описании съедобны только после приготовления и здесь не используются.



Кислица капская — детальный снимок растения

Daniel Feliciano · Public domain · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Местная кислица Oxalis oregana имеет обычно бело-розовые цветки и растёт в тенистых влажных лесах, а не большими жёлтыми коврами на солнечном побережье. Oxalis corniculata, уже описанная в каталоге, образует более стелющиеся разветвлённые стебли и крошечные жёлтые цветки, как правило одиночные. У Oxalis pes-caprae несколько крупных жёлтых цветков на общем цветоносе и подземные луковички. Клевер Trifolium тоже тройчатый, но листочки у него без такой сердцевидной выемки и цветки мотылькового типа. На неопознанную зелень трёх листочков полагаться нельзя.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6016
- https://www.cal-ipc.org/plants/profile/oxalis-pes-caprae-profile/
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Oxalis+pes-caprae

Пало-верде голубое — Молодые зелёные стручки пустыни · Parkinsonia florida

Parkinsonia florida

В южных пустынях Калифорнии встречается дерево, которое остаётся зелёным даже тогда, когда маленькие листья осыпались от засухи. Его гладкие голубовато-зелёные ветви весной покрываются массой ярко-жёлтых цветов. Голубое пало-верде даёт бобы, и совсем молодые зелёные стручки можно употреблять сырыми — в отличие от зрелых семян, для которых известны главным образом способы с нагреванием.



Пало-верде голубое — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно это раскидистое дерево высотой 6–9 метров; ствол и ветви имеют гладкую синевато-зелёную поверхность, способную участвовать в фотосинтезе. Листья появляются во влажный период и дваждыперистые, с крошечными листочками; в засуху могут быстро опасть. На узлах ветвей заметны короткие колючки. Весной распускаются цветки приблизительно 2–3 сантиметра в диаметре, с пятью ярко-жёлтыми лепестками; один лепесток иногда отмечен оранжеватыми пятнами. После цветения висят плоские вытянутые бобы с несколькими семенами. Молодые плоды зелёные и нежные, зрелые становятся бежевыми и сухими. В некоторых старых флорах вид назван Cercidium floridum.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

В естественной среде Parkinsonia florida связано прежде всего с пустыней Сонора, пересекающей юго-восточную границу Калифорнии. Оно предпочитает сухие русла, песчаные террасы и участки, куда периодически поступает вода от ливней. В долине Сакраменто похожие деревья в городском озеленении могут быть посажены людьми и не указывают на природный ареал. На пустынных землях цветущие деревья иногда заметны издалека благодаря насыщенно-жёлтой кроне.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В низких тёплых местах яркое цветение обычно бывает в марте–апреле. По данным университетского справочника Аризоны, нежные зелёные бобы созревают для сбора в конце апреля–мае; затем быстро подсыхают, и к июню–июлю дерево несёт твёрдые зрелые семена. После очень сухой зимы развитие может задержаться или быть слабее. В пищевых целях выбирают только короткое окно, когда стручок ещё мягкий; долгоживущая зелёная кора не является пищевой частью.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые зелёные бобы. Ботанический сад Университета Аризоны прямо указывает сырой способ употребления незрелых стручков Parkinsonia florida. Пока стенки мягкие и зелёные, их можно есть без нагревания после тщательного определения дерева и очистки. Это сезонная пища, а не продукт, доступный круглый год. Зрелые семена. Источники описывают их измельчение после обжарки, поэтому в каталог сырой пищи они не входят. Не следует считать съедобными кору, листья или цветки лишь потому, что некоторые другие бобовые дают пищевые побеги. Сбор с декоративных посадок при неизвестной обработке и с придорожных территорий непригоден.



Пало-верде голубое — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Близкий пустынный вид Parkinsonia microphylla заметно ниже и имеет очень мелкие листья; у него колючие окончания побегов, тогда как у голубого пало-верде колючки обычно приурочены к узлам. У декоративного Parkinsonia aculeata листья устроены иначе, а ветви и шипы могут выглядеть сходно. Сухой боб сам по себе недостаточен: нужны зелёные ветви характерного оттенка, тип и расположение колючек, листья и цветки. Нельзя переносить пищевую рекомендацию для P. florida на каждое дерево, которое в озеленении называют palo verde.

ИСТОЧНИКИ

- https://arboretum.arizona.edu/parkinsonia-florida-blue-paloverde
- https://arboretum.arizona.edu/dunbar-spring-neighborhood-parkinsonia-florida
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6264

Пассифлора голубая — Бело-синий цветок и оранжевый плод с красными ариллами · Passiflora caerulea

Passiflora caerulea

В тёплых старых садах и среди одичавших вьющихся растений Южной Калифорнии можно увидеть лиану с необыкновенным цветком. Вокруг белых лепестков расходятся тонкие полосатые нити голубого и фиолетового цвета. Позднее на длинных плодоножках висят овальные плоды, сначала зелёные, затем ярко-оранжевые. У зрелой пассифлоры голубой съедобны лишь сочные оболочки семян внутри плода; они не так вкусны, как у магазинной маракуйи.



Пассифлора голубая — фотография растения

Fedotova Elizaveta · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя вьющаяся лиана с тонкими гибкими стеблями и сильными закручивающимися усиками, которыми цепляется за ветви и опоры. Листья очередные, обычно с пятью глубоко разделёнными вытянутыми лопастями, иногда их число колеблется от трёх до семи. Листовая пластинка гладкая, зелёная, на длинном черешке. Крупный цветок 7–10 сантиметров в диаметре: пять беловатых чашелистиков, пять белых лепестков, сложная корона из множества голубовато-пурпурных нитей, а в центре возвышаются пять тычинок и три рыльца. Плод яйцевидный, при зрелости оранжево-жёлтый, обычно 4–6 сантиметров; внутри много семян, окружённых небольшим количеством красноватой сочной ткани.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Passiflora caerulea — южноамериканский вид, в Калифорнии выращиваемый у домов и местами одичавший. Calflora фиксирует находки преимущественно в округах Los Angeles, Orange, Ventura, Santa Clara и немногих других, включая единичные наблюдения в районе Sacramento. Ботаническое описание UCLA подтверждает натурализованную лиану в Griffith Park в Лос-Анджелесе. Это не типичная лесная или пустынная пища Калифорнии и не массовая дикая лиана.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягком южнокалифорнийском климате листья могут сохраняться долго, а цветение часто идёт с конца весны до осени. Зеленоватые завязи постепенно увеличиваются, и плоды становятся оранжевыми в конце лета и осенью. На холодных участках плод может не успеть вызреть; зелёные ягоды для еды не подходят. Внутренние ариллы должны быть сформированы и сочными, а оболочка плода полностью окрашена.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только красноватые сочные ариллы полностью зрелого плода. Исследовательское описание Vanderbilt University и справочник North Carolina State University подтверждают съедобность спелых плодов Passiflora caerulea, но отмечают, что вкус может быть пресным, а мякоти мало. Зрелый оранжевый плод разрезают, ложкой выбирают небольшое количество сочных оболочек семян и используют свежими. Жёсткая кожура, листья, стебли, цветки, корни и зелёные плоды в рацион не входят: Calflora включает этот вид в перечень потенциально ядовитых растений, поэтому употребление каких-либо других частей недопустимо.



Пассифлора голубая — детальный снимок растения

Mezhenskyj · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Садовая Passiflora edulis, настоящая маракуйя, имеет другие цветки, более толстую мякоть и обычно пурпурную либо жёлтую кожуру зрелого плода. У других завезённых пассифлор могут быть яркие красные цветы и иная форма листьев. Сам цветок пассифлоры голубой очень характерен: белые лепестки, широкая полосатая голубая корона, пять тычинок и три рыльца. Но если цветущей лианы не было видно, по одному оранжевому плоду определить вид ненадёжно. Особенно важно не есть зелёные плоды и части неизвестной лианы.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8664
- https://as.vanderbilt.edu/clacx/garden/plant-database/passiflora-caerulea/
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/passiflora-caerulea/
- https://www.smmflowers.org/mobile/ANF-descriptions/Passiflora_caerulea_UCLA_SantaMonicas.pdf

Петрушка огородная — Ароматная листовая зелень и опасность диких зонтичных двойников · Petroselinum crispum

Petroselinum crispum

В прохладном старом огороде иногда сохраняется низкая розетка ярко-зелёных разрезных листьев с узнаваемым свежим ароматом. На второй сезон над ней может подняться высокий стебель с маленькими зеленовато-жёлтыми цветками, собранными в зонтики. Это огородная петрушка, изредка отмеченная вне культуры в Калифорнии. Её молодые листья употребляют сырыми, но собирать неизвестное дикое зонтичное растение, похожее на петрушку, крайне опасно: рядом встречаются смертельно ядовитые двойники.



Петрушка огородная — фотография растения

DenesFeri · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Двулетняя трава обычно высотой 15–40 сантиметров в первый год и 60–100 сантиметров во время цветения. Нижние листья образуют густую прикорневую розетку, на длинных черешках, дважды- или триждыперистые, разделены на множество ярко-зелёных клиновидных листочков. У листовых форм пластинки бывают плоскими с зубчатым краем или сильно курчавыми; это сорта одного вида. Стебель во второй год прямой, бороздчатый, ветвистый, без большого коричневого древесного основания. Мелкие жёлто-зелёные цветки собраны в сложные зонтики на концах ветвей. После опыления образуются маленькие ребристые двусемянные плодики. Листья при повреждении обладают характерным ароматом петрушки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Petroselinum crispum к неместным видам и отмечает около двадцати наблюдений вне огородов. Вероятные места — оставленные грядки, компост, места выброса садовой зелени и почва возле поселений. В Sacramento Valley петрушку часто выращивают в прохладное время, однако в настоящих диких лугах намного чаще растут совершенно другие зонтичные растения. Особенно опасны ядовитый болиголов Conium maculatum и цикута Cicuta, встречающиеся в Калифорнии на влажных землях. Их нельзя определять по запаху и пробовать.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Новые листья растут в прохладную осень, зимой в мягком климате и весной. При повышении температуры второго года появляется высокий цветонос, а мягкость листьев уменьшается. Цветение обычно идёт с поздней весны до лета, затем формируются семена и растение заканчивает цикл. Для сырого употребления подходят молодые листочки до вытягивания стебля; у старых растений аромат становится более резким, а черешки грубеют.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо описывает их как сырую пищевую пряность. Небольшое количество листьев можно промыть, нарезать и добавить к готовой холодной овощной смеси. Плосколистные и курчавые культурные формы употребляются одинаково, но у курчавых листьев в складках может задерживаться грязь. Большие порции не нужны: растение содержит биологически активные соединения, особенно концентрированные в семенах и масле; PFAF предупреждает о рисках избытка и при беременности. Корни и семена не включены как походная сырая пища. У неопознанного растения не пробуют даже один лист.



Петрушка огородная — детальный снимок растения

4028mdk09 · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Conium maculatum может иметь похожую перистую зелень, но это смертельно ядовитое растение: его зрелые стебли часто с пурпурными пятнами, а листва имеет другой запах; по этим признакам в одиночку нельзя гарантировать безопасность. Cicuta douglasii растёт около воды и может иметь схожие рассечённые листья, но все её части опасны. Coriandrum sativum на ранней стадии также напоминает петрушку, но у него сильный характерный запах, листья и плодики иной формы. Без достоверной связи растения с известной огородной посадкой и проверки цветения петрушку в дикой природе лучше не собирать.

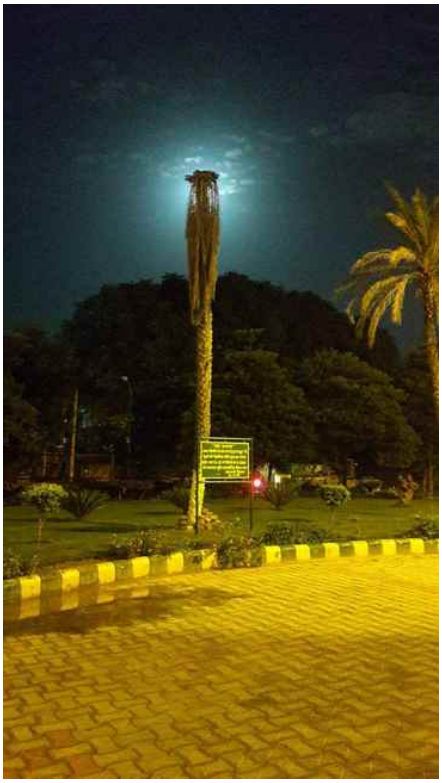
ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6278
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Petroselinum+crispum
- https://ipm.ucanr.edu/PMG/PESTNOTES/pn74162.html

Финиковая пальма — Сырые сладкие плоды оазисов и старых посадок · Phoenix dactylifera

Phoenix dactylifera

В жарких долинах Южной Калифорнии на высоких пальмах летом тяжелеют длинные грозди продолговатых плодов. По мере созревания они переходят из зелёного в жёлтый, красноватый или коричневый цвет, а мякоть делается мягкой и сладкой. Это культурная финиковая пальма, которая отличается от местной веерной пальмы прежде всего строением листьев и размером плодов.



Финиковая пальма — фотография растения

Rajat Kalra (rohilla) · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Phoenix dactylifera образует высокий ствол с рубцами от отмерших листовых оснований. Из верхушки выходит крона крупных перистых листьев. Каждый лист состоит из множества узких заострённых листочков, расположенных вдоль длинной центральной оси. У основания черешка возможны длинные жёсткие шипы.

Мужские и женские соцветия возникают на разных деревьях. На женских деревьях после опыления вырастают длинные поникающие кисти. Плоды продолговатые, длиной обычно несколько сантиметров, с одной вытянутой твёрдой косточкой. По мере созревания кожица и мякоть меняют плотность. Плоды неизвестной пальмы по одному коричневому цвету распознавать нельзя.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Финиковая пальма не является коренным деревом Калифорнии. Её давно выращивают на юге штата, особенно в жарких долинах Коачелла и Империал, где достаточно летнего тепла для урожая. Встречаются также старые декоративные посадки и отдельные одичавшие экземпляры. Наличие пальмы возле дома не означает, что её плоды можно собирать без разрешения собственника.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Пальмы цветут весной. Плоды проходят несколько стадий созревания; у разных сортов сроки меняются от конца лета до глубокой осени. В прохладном районе плоды могут не набрать характерной сладости. Некоторые зрелые финики мягкие и сочные, другие подсыхают на кисти почти до привычной магазинной консистенции.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью спелые финики. Сладкую мякоть едят свежей, отделяя одну твёрдую косточку. Нагрев не требуется. Если плод сам подсох на кисти и остаётся чистым, без плесени и гнили, его тоже можно есть без приготовления. Сильное сморщивание не всегда признак порчи: у некоторых сортов это нормальная стадия зрелости.

Другие части. Косточку и жёсткие перистые листья не едят как сырую пищу. Зелёные очень терпкие финики не следует приравнивать к спелым. Для дикой или случайно посаженной пальмы невозможно предсказать вкус плодов лишь по виду кроны.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Канарская финиковая пальма Phoenix canariensis имеет более массивную декоративную крону и иные плоды, часто с малым количеством съедобной мякоти. Washingtonia filifera несёт большие веерные листья, а её плоды значительно мельче и почти круглые. Даже у настоящей финиковой пальмы происхождение и зрелость плодов должны быть известны.

Падающие тяжёлые кисти и колючие основания листьев создают риск травм. Не лезьте на дерево и не тяните недосягаемые кисти.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora, Phoenix dactylifera: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6450
- USDA, сведения о культуре финиковой пальмы: https://plants.usda.gov/home/plantProfile?symbol=PHDA4
- Wikimedia Commons, Phoenix dactylifera: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Phoenix_dactylifera.jpg

Физалис угловатый — Золотистая ягода внутри десятигранного фонарика · Physalis angulata

Physalis angulata

На рыхлой почве возле старого поля или влажной окраины огорода летом иногда растёт невысокая разветвлённая трава. После неприметного жёлтого цветка вокруг её плода надувается тонкая зелёная чашечка, похожая на бумажный фонарик с заметными углами. Внутри полностью зрелой оболочки скрывается небольшая жёлто-оранжевая ягода. Это физалис угловатый, отмеченный в том числе в долине Сакраменто; без нагрева съедобна только спелая мякоть ягод.



Физалис угловатый — фотография растения

João de Deus Medeiros · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя трава высотой примерно 20–80 сантиметров с зелёными иногда угловатыми стеблями. Побеги прямые, сильно ветвящиеся, большей частью почти гладкие или с отдельными короткими волосками. Листья очередные, яйцевидные или широколанцетные, с неровным краем, часто с несколькими крупными зубцами. Цветки поникающие, одиночные, на тонкой цветоножке, с пятилопастным желтоватым венчиком; в центре иногда виден более тёмный рисунок. После опыления чашечка быстро растёт и охватывает плод полностью; зрелый фонарик бывает сильно вздутым, с десятью выраженными рёбрами. Внутри располагается округлая многосемянная ягода до двух–трёх сантиметров, при зрелости жёлтая или золотисто-оранжевая.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora описывает Physalis angulata как местный для Калифорнии вид и содержит более ста наблюдений. Находки есть в Butte, Colusa, Sacramento, Sutter, Yolo, San Joaquin и ряде других округов. Его место — нарушенная открытая почва, окраины огородов, полей, влажные солнечные низины, где после дождя или полива достаточно влаги. В лесной тени и на холодных высоких склонах растение гораздо менее вероятно. На пашне и у канав могут быть гербициды, сточные воды и загрязнение; сырые ягоды оттуда не собирают.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

С наступлением весеннего тепла семена прорастают, и растение быстро образует листья. Жёлтые цветки раскрываются летом, особенно после периода хорошего увлажнения. Фонарики растут и подсыхают к концу лета и осенью, ягоды внутри постепенно становятся равномерно золотистыми. На одном кусте бывают одновременно цветки, зелёные плоды и зрелые ягоды. Для еды выбирают только мягкую полностью окрашенную ягоду, которая отделяется от чашечки; зелёные твёрдые плоды не подходят.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелая ягода. Видовой справочник Plants For A Future и описание Growables прямо подтверждают её сырое употребление. Сухой или уже светлеющий фонарик раскрывают, полностью выбрасывают оболочку и едят только внутреннюю золотистую ягоду с мягкими мелкими семенами. Вкус кисловато-сладкий, иногда напоминает крыжовник и томат. Можно раздавить несколько чистых спелых ягод в холодной воде без нагрева. Чашечка-фонарик несъедобна и в источниках названа токсичной; листья и стебли тоже не относятся к сырой пище. Молодые листья в этноботанических описаниях готовят, а не едят сырыми.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Physalis peruviana обычно более мощный и опушённый, со зрелой ярко-оранжевой ягодой в сухом фонарике; у Physalis longifolia более узкие листья и многолетние подземные побеги. Некоторые калифорнийские физалисы столь похожи, что по одному фонарику вид определить нельзя. Ядовитые паслёновые тоже имеют похожую зелёную листву, но другую чашечку и цветки. Нельзя пробовать ягоду из неопределённого фонарика, тем более незрелую или без точного цветочного определения.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10222
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Physalis+angulata
- https://www.growables.org/informationVeg/GroundCherry.htm

Физалис толстолистный — Жёлтый плод в бумажной чашечке на пустынном склоне · Physalis crassifolia

Physalis crassifolia

На сухом песчаном склоне Южной Калифорнии иногда прячется низкое растение с серовато-зелёными листьями и мелкими жёлтыми цветками с тёмным пятнистым центром. Позже из цветка вырастает раздутый бумажный мешочек, внутри которого созревает круглый плод. Это Physalis crassifolia — толстолистный физалис, местный вид пустынных районов. Полностью зрелые плоды допускают сырое употребление, но зелёные незрелые ягоды и окружающая их бумажная чашечка могут быть токсичны. Важно не превращать красивый «фонарик» в разрешение съесть всё растение.



Физалис толстолистный — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это невысокий многолетник, часто развивающийся как сезонная трава с несколькими стеблями от общего основания, обычно не более тридцати–сорока сантиметров. Побеги бывают раскидистыми, слегка угловатыми и зигзагообразными, с короткими волосками. Листья очередные или сближенные парами у ветвления, овальные, относительно толстые, иногда серовато-опушённые, с ровным или немного волнистым зубчатым краем. Цветки сидят по одному на тонких цветоножках. Венчик широко-колокольчатый, обычно жёлтый, в центральной части заметны несколько тёмных пятен. После опыления пятизубчатая зелёная чашечка стремительно увеличивается и полностью закрывает растущую ягоду. Постепенно она превращается в суховатый бумажный фонарик с видимыми жилками. Внутри находится одна округлая ягода, сначала твёрдая и зелёная. Зрелый плод мягче, окраска может стать золотисто-жёлтой; бумажная оболочка к этому времени желтеет и подсыхает. Цвет плода нельзя определять по одной лишь окраске чашечки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Physalis crassifolia в списках пустынных растений Южной Калифорнии, включая San Diego County и Anza-Borrego Desert. Типичные местообитания — сухие песчаные и каменистые склоны, пустынные ложбины и открытые нарушенные места, где после зимних дождей появляется сезонная зелень. Вид не является массовой дикорастущей культурой Sacramento Valley. На тёплых пустынных участках растёт очагами, иногда на очень большой дистанции между соседними кустиками. Растение маленькое, плоды отдельные и часто скрыты под листьями; реальная урожайность для путешественника низкая. Употреблять можно лишь экземпляры с однозначной видовой диагностикой.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После зимних и весенних дождей от основания появляются новые листья. Цветение обычно заметно весной, но в пустыне сроки сильно зависят от осадков, поэтому в хороший влажный год отдельные цветки возможны позже. После опыления образуется зелёная раздутой формы чашечка, внутри которой плод ещё недозрел. В жаркий сезон ягоды постепенно становятся мягкими и полностью окрашенными; чаще зрелость связана с концом весны и летом, но лучше оценивать её по самому плоду, а не по месяцу. Когда почва пересыхает, надземная зелень частично отмирает, остаются бумажные оболочки. Сухой мешочек с потемневшим заплесневелым содержимым пищей не является.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелый плод, вынутый из чашечки. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление ягод Physalis crassifolia и отдельно предупреждает, что окружающая бумажная чашечка токсична. Употребляют лишь зрелую мягкую ягоду, у которой нет зелёных незрелых участков. Перед едой бумажную оболочку снимают полностью, плод осматривают, при загрязнении промывают питьевой водой. Качество и сладость у дикого вида могут заметно меняться; некоторые плоды довольно терпкие.



Физалис толстолистный — детальный снимок растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

Что не употребляют. Нельзя есть зелёные незрелые ягоды, листья, цветки, чашечки, стебли и корни: для паслёновых характерны токсичные гликоалкалоиды, и сходство с культурным томатилло не означает съедобности всех частей. Даже полностью зрелый плод не стоит собирать, если вид не установлен по цветку и листьям. Отдельные паслёновые с шаровидными ягодами опасны; дегустация для определения недопустима.

Это редкий десертный плод, а не безопасная основа автономного питания; при сомнении в зрелости ягоду оставляют.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Культурный томатилло Physalis philadelphica имеет обычно более крупные плоды и другое местообитание. У Physalis peruviana плоды оранжевые, растение чаще связано с посадками и натурализацией. Дикорастущие физалисы Physalis hederifolia и P. angulata внешне похожи, но различаются по листьям, опушению, пятнам в цветке и форме чашечки. Самая опасная путаница — незнакомые паслёны Solanum с мелкими ягодами, лишённые характерного бумажного фонарика. Но наличие фонарика тоже не позволяет съесть зелёную ягоду. Нужна полная идентификация вида, цветка, листа и только затем зрелого плода; если хоть одна деталь вызывает сомнение, сбор прекращают.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px912
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Physalis+crassifolia
- https://plants.sdsu.edu/sdpls/plants/Physalis_crassifolia/

Физалис длиннолистный — Зелёно-жёлтая ягода редкого одичавшего физалиса · Physalis longifolia

Physalis longifolia

В отдельном заброшенном поле Северной Калифорнии можно встретить высокий физалис с вытянутыми листьями и беловато-жёлтыми цветками. По мере созревания вокруг плодов появляются бумажные вздутые оболочки, а внутри них — зеленовато-жёлтые ягоды. Это длиннолистный физалис — растение широко известное в центральной части Северной Америки, но крайне редкое в записях Калифорнии. Его зрелые ягоды действительно употребляли сырыми и естественно высушенными; любые зелёные части растения остаются вне пищевого списка.



Физалис длиннолистный — фотография растения

NY State IPM Program at Cornell University · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя трава с подземными побегами и прямыми ветвящимися стеблями обычно 30–100 сантиметров высотой. Листья очередные, сравнительно узкие, от удлинённо-яйцевидных до ланцетных, с заострённой вершиной и неровным краем, часто длиной около 3–8 сантиметров. На стеблях обычно мало волосков либо они короткие. Цветки одиночные в пазухах листьев, поникающие, с пятираздельным светло-жёлтым венчиком, иногда с тёмными пятнами у основания, и пятью тычинками. После цветения чашечка разрастается, превращаясь в бумажный фонарик с заметными жилками; внутри округлая ягода с множеством мягких семян. Ягода после полного созревания жёлто-зелёная, не обязательно оранжевая.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Physalis longifolia var. longifolia как неместное для штата растение с примерно восемью старыми находками, главным образом в Siskiyou County и единично в Santa Barbara. California Department of Food and Agriculture отдельно изучала его статус как нежелательного сорного растения. Следовательно, это не реальная массовая пища для Sacramento Valley и не объект, который стоит распространять посадками в природе. Полевую находку можно документировать фотографиями, но нельзя переносить корневища либо семена на другой участок.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

На подходящей влажной рыхлой почве многолетние побеги отрастают после весеннего прогрева. Цветки обычно открываются летом, а фонарики и ягоды созревают к концу лета — осени. В прохладном северном климате срок может быть коротким, часть плодов остаётся зелёной. Для сырого употребления годится только зрелая мягкая ягода с характерной зеленовато-жёлтой окраской; её не следует путать с маленьким зелёным зачатком плода, который остаётся твёрдым и опасен.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелые ягоды. Исследование Kindscher и коллег, посвящённое этноботанике именно Physalis longifolia, описывает употребление зрелых плодов свежими и после естественной сушки. Вкус свежей ягоды сравнивали с кисловатой земляникой с лёгким шипением, а высушенной — с комбинацией изюма и сушёной клюквы. В походных условиях зрелую ягоду вынимают из оболочки, полностью выбрасывают фонарик и используют только мякоть. Листья, стебли, корни, незрелые ягоды и чашечки для сырого питания не пригодны. Сушить можно только чистые полностью спелые плоды без плесени.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Physalis angulata обычно однолетний и имеет более угловатые стебли и чашечки, тогда как длиннолистный физалис образует многолетние куртины и более узкие листья. Physalis pubescens ниже и заметно мягко опушён. Культурный томатилло Physalis philadelphica отличается более крупными плодами, заполняющими оболочку. Многие физалисы без зрелых цветков трудно различить, поэтому один бумажный фонарик не даёт права объявить ягоду безопасной. Зелёные части многих паслёновых токсичны.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6482
- https://nativeplants.ku.edu/sites/nativeplants/files/documents/Physalis-Ethnobotany-paper.pdf
- https://blogs.cdfa.ca.gov/Section3162/wp-content/uploads/2024/06/Physalis-longifolia.pdf

Физалис перуанский — Золотистая ягода внутри бумажного фонарика · Physalis peruviana

Physalis peruviana

В тёплых районах Калифорнии возле старых огородов иногда вырастает кустистая трава с мягкими опушёнными листьями и небольшими поникающими жёлтыми цветками. После цветения вокруг каждого плода надувается тонкая сухая оболочка, похожая на бумажный фонарик. Внутри полностью зрелого светло-коричневого фонарика находится круглая оранжевая ягода с кисло-сладким вкусом. Её можно есть сырой, но только после полного созревания и удаления чашечки.



Физалис перуанский — фотография растения

Blanka Luppová · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это недолговечный многолетник или однолетник в прохладных местах, часто высотой около полуметра–полутора метров. Стебель ветвистый, зеленоватый и мягко опушённый. Листья очередные, широко-яйцевидные, с зубчатым или неровным краем, на черешках. Цветки одиночные, поникающие, колокольчатые, желтоватые с более тёмными пятнами в центре. После опыления чашечка разрастается в тонкую пузырчатую оболочку с заметными продольными жилками, полностью закрывающую ягоду. Зрелый плод гладкий, шаровидный, около 1–2 сантиметров в диаметре, золотисто-жёлтый или оранжевый, с множеством мелких семян в сочной мякоти.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Физалис перуанский родом из Южной Америки. В Калифорнии он встречается преимущественно в культуре и в отдельных одичавших очагах тёплых областей, что подтверждают наблюдения Calflora. Больше шансов увидеть его возле бывших огородов, садов и других мест, куда могли попадать семена культурных плодов. На открытых каменистых склонах Сьерры он не является характерным диким видом. Растение чувствительно к сильным морозам и может сохраняться лучше у побережья или на юге.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

С наступлением тёплого сезона появляются побеги и листья, затем поникающие цветки. Плоды завязываются летом и достигают зрелости с конца лета до осени, особенно в тёплых районах. Главный признак пригодности — одновременно высохшая светло-коричневая чашечка и полностью оранжевая мягкая ягода внутри. Пока фонарик зелёный, а ягода твёрдая, её не едят. Иногда зрелые плоды сами падают на землю в целой сухой оболочке.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелая ягода. Plants For A Future отдельно подтверждает сырое употребление плодов Physalis peruviana. Сухую чашечку снимают и выбрасывают, оранжевую ягоду едят свежей. Вкус яркий, кисло-сладкий, напоминает одновременно томат и тропический фрукт. Зрелые ягоды можно подсушить естественным образом без нагрева, соблюдая чистоту и не допуская плесени. Важно: листья, стебли, корни, зелёные незрелые плоды и сама оболочка-фонарик не являются безопасной пищей — в справочниках указывается их токсичность.



Физалис перуанский — детальный снимок растения

Hans B.~commonswiki (предполагаемый по данным Commons) · Public domain · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Physalis crassifolia, местный пустынный физалис, отличается меньшим размером и иными признаками чашечки и опушения, но тоже относится к растениям с вздутой оболочкой плода. У садового томатилло Physalis philadelphica обычно другая величина и окраска зрелой ягоды. Нельзя есть любую ягоду, спрятанную в фонарике: даже среди физалисов безопасность зависит от вида и степени зрелости. Для точного определения нужны цветок с тёмными пятнами, характерный опушённый куст, оболочка и зрелая ягода.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/User/plant.aspx?LatinName=Physalis+peruviana
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px3140
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Physalis_peruviana_-_fruit.jpg

Томатилло — физалис мексиканский — Крупный зелёный плод, заполняющий бумажную оболочку · Physalis philadelphica

Physalis philadelphica

У старого огорода в солнечной части Калифорнии иногда растёт высокий физалис с широкими листьями и жёлтыми цветками с тёмными отметинами внутри. Позднее вокруг каждой завязи надувается бумажная оболочка, а плод растёт, пока не заполнит её почти полностью. Это томатилло, мексиканский физалис, известный по зелёным соусам, но употребляемый и сырым. Для пищи годится только полностью сформированный, здоровый плод, освобождённый от всей чашечки.



Томатилло — фотография растения

Genet · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя ветвистая трава, при хорошей влаге достигающая 50–120 сантиметров. Стебли зелёные, прямые или раскидистые, часто с небольшим опушением. Листья очередные, широкие яйцевидные, на черешках, с неровными крупными зубцами и заострённой верхушкой. Цветки одиночные, поникающие, с пятью жёлтыми лепестковидными долями и контрастными фиолетовыми либо буроватыми пятнами в центре. Чашечка после оплодотворения становится крупным вздутым фонариком. Зрелый плод круглой формы, чаще 3–5 сантиметров, зелёный, желтовато-зелёный или пурпурный в зависимости от сорта. По мере роста ягода полностью заполняет оболочку и иногда разрывает её, открывая гладкую кожицу.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Physalis philadelphica к неместным однолетним растениям, отмеченным на сельскохозяйственных и нарушенных участках Калифорнии. Растение выращивают ради съедобных плодов; отдельные самосевные экземпляры появляются там, где ранее выращивались томатилло или куда попадали семена из овощных отходов. В Sacramento Valley его можно увидеть в огородах, но в природе это не типичный обитатель горных лесов. Поля могут быть обработаны пестицидами, а плоды на частной грядке принадлежат хозяину.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Семена прорастают после весеннего тепла, затем растение растёт до появления цветков летом. Плоды завязываются в тёплый сезон и достигают достаточного размера обычно со второй половины лета до осени. В отличие от многих других физалисов, томатилло часто едят зрелым в зелёной стадии: важнее полностью сформированный плод, заполнивший бумажную чашечку, а не обязательно жёлтая окраска. Совсем маленькие, ещё твёрдые зачатки плодов и зелёные чашечки не используются. На одном кусте встречаются плоды разной зрелости.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью сформированная ягода. Plants For A Future для Physalis philadelphica прямо допускает её употребление сырой. Плод извлекают из бумажной чашечки, снимают всю оболочку и промывают кожицу от возможного липкого налёта питьевой водой. Мякоть плотная, кисловатая, немного напоминает зелёный помидор и яблоко. Её можно нарезать в холодный салат или растереть с другими овощами без нагрева. Зелёный цвет плода у этого вида не равнозначен незрелости: правильная стадия определяется размером и состоянием сформированной ягоды. Листья, стебли, чашечки и очень молодые плоды не являются сырой пищей.



Томатилло — детальный снимок растения

Frank Vincentz · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Physalis peruviana даёт меньшие оранжевые зрелые ягоды и обычно более волосистое растение. Physalis angulata имеет меньшие плоды и нередко угловатую чашечку, не так плотно заполненную ягодой. Physalis pubescens остаётся ниже, а его зрелые ягоды обычно небольшие золотисто-жёлтые. Томатилло узнают по крупной, почти до краёв заполненной оболочке, но он очень изменчив по сортам. При случайной встрече в природе без цветков и общего облика куста определять съедобность только по фонарику недопустимо.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Physalis_philadelphica
- https://www.calflora.org/species/sci-P.html
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px34

Физалис опушённый — Сладко-кислая золотая ягода внутри мягкого фонарика · Physalis pubescens

Physalis pubescens

На окраине старого огорода или на тёплом нарушенном участке Калифорнии иногда растёт невысокая мягко опушённая трава с поникающими жёлтыми цветками. Позднее она формирует небольшие круглые ягоды, спрятанные в бумажной чашечке. Зрелая ягода имеет золотисто-жёлтую окраску и приятный кисловато-сладкий вкус, но зелёные плоды и оболочка несъедобны. Это физалис опушённый, редкий выходец из культуры и случайно занесённый вид Калифорнии.



Физалис опушённый — фотография растения

Roger Culos · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее растение чаще 20–60 сантиметров высотой, с прямыми либо расходящимися ветвистыми стеблями и мягкими короткими волосками на молодых частях. Листья очередные, яйцевидные, с заострённым кончиком и неровным, слабо зубчатым или почти цельным краем; на ощупь они могут быть немного бархатистыми. Цветки одиночные, на тонких поникающих цветоножках, с пятью желтоватыми лепестковидными лопастями, иногда с тёмным рисунком около центра. Чашечка после оплодотворения разрастается в мягко опушённый бумажный мешочек, окружает плод полностью и по мере высыхания становится светло-коричневой. Внутри небольшая гладкая округлая ягода, обычно около 1–1,5 сантиметра, содержащая много мягких семян.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Physalis pubescens как неместную однолетнюю или недолговечную траву с примерно несколькими десятками наблюдений. Для штата это не обычная массовая дикая ягода: находки связаны с нарушенными землями, бывшими огородами, сельскохозяйственными посадками и отдельными солнечными пустырями. В центральных долинах растение возможно после полива или дождей, но не следует считать любой физалис в Sacramento Valley именно этим видом. Отдельные записи под старым названием Physalis pruinosa в региональных флорах могут относиться к нему, а современные садовые сорта особенно изменчивы.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В тёплый сезон новые растения быстро отрастают после прорастания семян. Цветки появляются летом, а плоды созревают со второй половины лета до осени. Особенность вида — плод может опасть ещё не полностью зрелым; при этом его бумажная оболочка остаётся целой. В чистом сухом месте такой плод оставляют естественно дозреть без нагрева, пока чашечка не подсохнет, а ягода не станет равномерно золотисто-жёлтой. Зеленоватые и твёрдые ягоды не употребляют.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелые ягоды. Plants For A Future отдельно подтверждает сырой способ именно для Physalis pubescens. Ягоду вынимают из сухого фонарика, выбрасывают всю чашечку и едят только мягкую золотистую мякоть с мелкими семенами. Вкус кисло-сладкий, иногда с лёгкой горчинкой, похож на смесь крыжовника и помидора. Плоды можно естественно подсушить без нагрева только в чистых сухих условиях; в сыром климате легко появляется плесень. Чашечку источник прямо называет токсичной, а листья и стебли не подтверждены как сырая пища.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Physalis angulata, описанный отдельно, часто имеет более угловатую раздутую чашечку и меньше мягкого опушения на листьях. Physalis peruviana обычно крупнее, иногда с более заметными пятнами в центре жёлтого цветка. Physalis philadelphica выращивают ради значительно более крупных плодов, которые заполняют чашечку. По одной золотой ягоде вид определить нельзя: нужны стебли, опушение, цветки и форма зрелого фонарика. У неизвестных паслёновых могут быть ядовитые плоды, поэтому ни цвет, ни вкус не служат проверкой.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6484
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Physalis+pubescens

Сосна скрученная — Две короткие иглы и маленькие семена горных лесов · Pinus contorta

Pinus contorta

На высоте у озера Тахо часто стоят высокие сравнительно тонкие сосны с короткими жёсткими иглами. Некоторые растут плотными прямыми рядами, другие наклоняются на ветру у влажных горных лугов. На ветвях висят небольшие овальные шишки; из них осенью высыпаются крохотные крылатые семена. Это Pinus contorta — сосна скрученная, или lodgepole pine. Её зрелые ядра могут употребляться сырыми. Однако урожай маленький, а один из калифорнийских подвидов — крайне редкая сосна Боландера — охраняется и не должен становиться объектом сбора.



Сосна скрученная — фотография растения

Sandy Rae · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Размер растения зависит от условий: на побережье это может быть коренастое ветроустойчивое дерево, а в высокогорном лесу — прямой тонкий ствол высотой пятнадцать–двадцать метров и более. Кора коричневато-серая, чешуйчатая, тоньше, чем глубокотрещиноватая рыжая кора жёлтой сосны. Главный признак живой веточки — хвоя по две иглы в пучке. Иглы сравнительно короткие, жёсткие, часто изогнутые или слегка закрученные, от трёх до восьми сантиметров. Шишки овальные, длиной несколько сантиметров, на коротких ножках, чешуи сравнительно тонкие и часто с маленьким выступом. У некоторых популяций шишки раскрываются быстро, а у других остаются закрытыми долго и могут открыться после сильного нагрева во время пожара; это различается между подвидами. Семена мелкие, с заметным бумажистым крылышком, содержат тонкую твёрдую оболочку и маленькое светлое ядро. Для определения нужно видеть именно парные иглы и шишку на дереве, а не одну сухую шишечку из лесного опада.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Pinus contorta как местную сосну Калифорнии и разделяет вид на несколько подвидов. В высокогорных лесах Sierra Nevada обычен подвид murrayana, особенно на влажных плоскогорьях и вокруг Tahoe Basin. Прибрежный подвид contorta чаще растёт в северных приморских сообществах. Редкая эндемичная ssp. bolanderi известна преимущественно с нескольких участков Mendocino County и имеет California Rare Plant Rank 1B.2; этот подвид не собирают. Поэтому название вида само по себе ещё не определяет законность и разумность сбора. На подходящей высоте сосна скрученная может образовывать большие плотные группы, особенно после пожаров, но у деревьев внутри тёмного густого леса урожай шишек слабее, чем на открытой опушке.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной раскрываются молодые почки и пыльцевые образования. Женские шишки растут больше одного сезона, постепенно буреют и становятся древесными. Большинство обычных горных популяций даёт зрелые семена к концу лета и осени, но в прохладных высоких местах сроки позже. На ветках иногда одновременно висят шишки нескольких прошлых лет. Старое коричневое закрытое образование не обязательно содержит свежие семена, особенно если дерево относится к популяции с долго сохраняющимися шишками. Для сырой пищи подходят лишь полноценно зрелые свежие семена, отделённые от раскрывшихся шишек. В снегу и сырой почве мелкие ядра легко портятся, поэтому хранить их без просушки нежелательно.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые семена. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление у Pinus contorta. Из мелкого крылатого семени снимают бумажистое крылышко, осторожно раскалывают тонкую скорлупу и извлекают мягкое светлое ядро. Оно маслянистое, но настолько мало, что приготовление заметной порции требует большого количества зрелых семян. Его можно съесть свежим либо раздавить без нагрева. В отличие от пиньонных сосен это не особенно эффективная пища для автономного путешествия.



Сосна скрученная — детальный снимок растения

Steve Hurst / USDA-NRCS PLANTS Database · Public domain · Источник

Не повреждать дерево. PFAF также упоминает внутреннюю кору и древесные выделения, но снятие коры ранит живую сосну, а смолистые выделения нельзя рекомендовать как регулярную пищу без отдельной точной проверки. Поэтому в читательской части остаются только зрелые ядра. Не ломают ветви, не добывают семена из редких природных популяций и не собирают возле обработанных пестицидами территорий.

Охрана подвидов. Калифорнийский эндемик Pinus contorta ssp. bolanderi имеет высокий природоохранный статус. Его нельзя собирать ради орешков, даже если пищевая информация

относится к виду в целом. Семена с затхлым запахом, признаками гнили или повреждения насекомыми не едят.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Pinus ponderosa имеет обычно более длинные иглы по три в пучке и крупные шишки. У Pinus jeffreyi тоже три длинные иглы и рыжая кора. Pinus albicaulis — высокогорная белокорая сосна — несёт по пять игл и иной тип шишек, иногда встречается на больших высотах. Молодая Pinus contorta внешне похожа на другие двухвойные сосны, поэтому пары игл недостаточно: нужны размер шишек и местообитание. В лесу Тахо рядом могут расти разные виды, а упавшая сухая шишка не гарантирует вид дерева над ней. Если существует вероятность редкого подвида или охраняемой территории, от сбора отказываются.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6508
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6509
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Pinus+contorta
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pinus_contorta_cones.jpg

Сосна Култера — Гигантские шишки и крупные съедобные орешки · Pinus coulteri

Pinus coulteri

На сухих хребтах прибрежных гор Калифорнии встречается сосна, чьи шишки больше и тяжелее большинства привычных. Они кажутся огромными древесными шарами с мощными острыми крючьями на каждой чешуе. Это Pinus coulteri — сосна Култера, или крупношишечная сосна. Внутри её шишек созревают большие семена, которые можно есть сырыми. Однако опасность падающей шишки настолько велика, что безопасность сбора здесь важнее самого урожая: нельзя находиться под кроной с созревающими шишками.



Сосна Култера — фотография растения

Didier Descouens (Archaeodontosaurus) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Дерево обычно высотой от десяти до двадцати метров, на хороших участках может быть выше, с плотной тёмно-серой корой и относительно раскидистой кроной. Хвоя собрана по три иглы, каждая довольно длинная и жёсткая, тёмно-зелёная или серовато-зелёная. Молодые женские шишечки развиваются в верхней части кроны после весеннего опыления, затем растут до следующего года. Зрелая шишка достигает нескольких десятков сантиметров и массивна; каждый наружный щиток чешуи несёт крепкий острый крючок. Внутри расположены крупные удлинённые семена с твёрдой скорлупой и укороченным крылышком. Мужские пыльцевые шишки маленькие и появляются группами весной. Открытые старые шишки могут оставаться на дереве несколько лет, в том числе после рассеивания семян. При определении важны именно толстые крючковатые чешуи, пучки из трёх игл и общий вид дерева.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora показывает Pinus coulteri как местный вид Калифорнии с многочисленными находками в Monterey, San Benito, Santa Clara, Riverside, Orange, Los Angeles и San Diego, в том числе на сухих склонах и хребтах прибрежных гор. Лесная служба США описывает отдельные небольшие леса, разбросанные по каменистым склонам, нередко на высоте до двух тысяч метров. Для Сакраменто естественное дерево нетипично; его чаще встретишь в горах Центральной и Южной Калифорнии либо в ботаническом саду. На подходящем склоне сосна может расти группами, но далеко не каждый год формирует хорошие шишки. У отдельных деревьев шишки открываются вскоре после созревания, у других держатся закрытыми дольше.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Мужские пыльцевые шишки появляются обычно в мае–июне, но пищевых семян тогда нет. По данным Лесной службы США, большие семенные шишки созревают во втором году после опыления в августе–сентябре. На деревьях, которые быстро раскрывают чешуи, семена осыпаются с октября до ноября. Некоторые шишки сохраняются закрытыми несколько лет, поэтому встреча старого бурого экземпляра не гарантирует свежего урожая. В прохладных горах сроки могут сдвигаться. Лучший источник семян — уже созревшие раскрытые шишки и выпавшие из них чистые семена, но даже рядом с ними нужно следить за падающими тяжёлыми предметами.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые ядра семян. Plants For A Future подтверждает сырое употребление у Pinus coulteri. Семена довольно крупные, содержат маслянистое ядро с мягким ореховым вкусом. Семя освобождают от короткого крылышка и плотной твёрдой оболочки, раскалывая её подходящим инструментом без нагрева, затем едят светлую внутреннюю часть. Зерно, в котором есть плесень, темнота, насекомые или затхлый запах, выбрасывают. Безогневое измельчение свежих ядер в небольшую ореховую массу также возможно.



Сосна Култера — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

Не предлагать опасный сбор шишек. Некоторые шишки весят несколько килограммов и покрыты острыми крючьями. Нельзя трясти дерево, сбивать шишки палкой, подниматься под них или стоять под ветвями во время ветра. Даже лежащую шишку лучше трогать только в плотных перчатках и без давления на крючья.

Пыльца, древесная смола, молодые зелёные шишки и кора не имеют для этой статьи подтверждённого практического сырого пищевого способа; их здесь не рекомендуем.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Сосна серая Pinus sabiniana тоже имеет по три иглы и большие шишки, но её хвоя обычно длиннее, крона гораздо более рыхлая, а шишки с меньшими выступами. У Pinus ponderosa шишки обычно небольшие и гораздо легче. У сахарной сосны Pinus lambertiana иглы по пять, шишки длинные и не столь крючковатые. Сосну Култера нельзя определять по отдельной шишке из сувенирной коллекции, поскольку её могли привезти из другого места. Нужны дерево, живые ветви и расположение шишек. Для охраняемого леса сбор допускается только в пределах действующих правил.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6512
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/pincou
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Pinus+coulteri

Сосна Жеффрея — Тройные иглы, мягкие шипы шишек и сырые ядра · Pinus jeffreyi

Pinus jeffreyi

В лесах вокруг озера Тахо среди высоких стволов хорошо заметна сосна с рыжевато-коричневой глубоко растрескавшейся корой. Её длинная хвоя собрана по три иглы, а в солнечном месте кора иногда пахнет ванилью. Под деревом осенью можно найти овальные шишки с раскрывающимися чешуями. Это Pinus jeffreyi — сосна Жеффрея, характерная для горных лесов Калифорнии. Её семена можно употреблять сырыми после очистки от скорлупы, хотя они гораздо мельче крупных пиньонов однохвойной сосны.



Сосна Жеффрея — фотография растения

Willem van Bergen · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это крупное вечнозелёное дерево с прямым толстым стволом, нередко достигающее нескольких десятков метров высотой. Молодая кора тёмная, у старых сосен делится на массивные желтовато-рыжие или коричневые пластины, между которыми глубокие борозды. Хвоинки длинные, обычно от пятнадцати до двадцати пяти сантиметров, собраны по три в пучке. На концах весенних побегов формируются маленькие женские шишки, а пыльцевые мужские собраны группами у основания прироста. Зрелые семенные шишки овальные, примерно десять–двадцать сантиметров длиной, состоят из толстых древесных чешуй с маленькими остриями, которые часто загнуты внутрь и не столь болезненны при касании, как у сосны жёлтой. Внутри развиваются семена с тонкими бумажистыми крылышками. При раскрытии чешуй семена вылетают и осыпаются, а пустая шишка остаётся на земле. Внешний вид дерева меняется с возрастом, поэтому важно сочетать кору, хвою, шишку и местность.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Pinus jeffreyi как местную сосну Калифорнии с тысячами наблюдений в Placer, El Dorado, Plumas, Nevada, Siskiyou, Mono и многих других горных округах. Она особенно характерна для Yellow Pine Forest и Red Fir Forest, а в бассейне Lake Tahoe является одной из доминирующих сосен. В жаркой городской Sacramento Valley природное распространение гораздо меньше; при подъёме в Сьерру дерево становится обычным. На серпентинитовых грунтах и сухих горных склонах сосна Жеффрея часто выдерживает условия, в которых другие хвойные растут хуже. Наличие зрелых деревьев не гарантирует большого урожая семян каждый год: семена важны для белок и птиц, а раскрытые шишки быстро теряют содержимое.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной на концах ветвей развивается новый прирост и начинается опыление; готовых семян там пока нет. Шишки формируются два сезона. К концу лета второго года они становятся коричневыми, постепенно раскрываются и рассеивают семена. Наиболее вероятен свежий урожай в конце лета и осенью, приблизительно сентябрь–октябрь, но точные сроки зависят от высоты и погоды. Шишки, лежащие под снегом зимой, обычно уже пустые или повреждены влагой. Ядро съедобно только у зрелого семени, которое не пахнет плесенью и не потемнело.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые ядра семян. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление. Семена длиной около сантиметра имеют тонкое крылышко и твёрдую оболочку. Нужно снять крылышко, осторожно расколоть скорлупу механическим инструментом и извлечь светлую маслянистую сердцевину. Вкус ореховый, иногда слегка смолистый. Из-за сравнительно небольшого размера семян сбор трудоёмкий; дерево не даёт столько удобного пищевого продукта, как пиньонная сосна.



Сосна Жеффрея — детальный снимок растения

Steve Hurst / USDA-NRCS PLANTS Database · Public domain · Источник

Не путать с другими веществами дерева. Исторические сообщения об употреблении кристаллизованных смолистых выделений не означают, что обычный скипидар или древесная смола является безопасной сырой пищей. Смолу, хвою, зелёные шишки и кору в эту статью как продукт не включаем. Нельзя также жевать жёсткую скорлупу.

Безопасный сбор. Не следует стоять под тяжёлыми падающими шишками, трясти высокое дерево либо ломать ветви. Чистые свежие семена подбирают там, где сбор разрешён, и проверяют на насекомых, прогорклость и плесень.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Pinus ponderosa, сосна жёлтая, особенно похожа: у неё тоже пучки из трёх длинных игл и крупная рыжая кора. Но кончики чешуй шишек сосны Жеффрея обычно загибаются внутрь и касаются мягче, тогда как у жёлтой сосны направлены наружу и часто цепляются за руку. Сосна Култера имеет огромные шишки с мощными крючьями, серую сосну Pinus sabiniana отличает более редкая крона и длинная сизая хвоя. Лёгкий ванильный запах коры — вспомогательный признак, но не основание определять дерево только носом. Нужно видеть живые иглы и характерную шишку одного дерева.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6515
- https://www.calfloranursery.com/plants/pinus-jeffreyi/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Pinus+jeffreyi
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pinus_jeffreyi_cone.jpg

Сосна сахарная — Длиннейшие шишки Сьерры и съедобные сырые семена · Pinus lambertiana

Pinus lambertiana

Высоко над тропами Сьерра-Невады растут мощные сосны с прямыми толстыми стволами и удивительно длинными свисающими шишками. Некоторые шишки кажутся вытянутыми деревянными гирляндами, а из их раскрывающихся чешуй осенью высыпаются крупные семена. Это Pinus lambertiana — сахарная сосна, один из самых высоких видов сосен в мире. Её зрелые семена можно есть сырыми. Несмотря на название, здесь речь не о сахаре и не о приготовлении сиропа: практический пищевой продукт без огня — ядро семени.



Сосна сахарная — фотография растения

Richard Sniezko / US Forest Service Dorena Genetic Resource Center · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Взрослая сахарная сосна способна подниматься на несколько десятков метров, а старые экземпляры образуют очень толстый тёмно-серый ствол. У молодых деревьев крона более правильная, у старых — широкая и часто асимметричная. Хвоя собрана по пять игл в пучке, тонкая, мягче, чем у серой сосны, обычно несколько сантиметров длиной. Мелкие мужские пыльцевые шишечки появляются весной. Женские шишки развиваются два сезона, постепенно превращаясь в длинные цилиндрические свисающие образования: иногда они достигают тридцати–пятидесяти сантиметров и более. Чешуи сравнительно тонкие, не имеют тяжёлых загнутых острых крючьев, характерных для сосны Култера. На каждой семенной чешуе формируются семена с крылышками. Когда шишка созревает и высыхает, чешуи раскрываются и семена высыпаются. Пустые прошлогодние шишки могут лежать под деревом ещё долго.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Pinus lambertiana как местную сосну с множеством наблюдений в Placer, El Dorado, Plumas, Tuolumne, Shasta, Siskiyou, Tulare и других горных округах. Для путешествия из Сакраменто это типичное дерево смешанных хвойных лесов Сьерры, расположенных выше жаркой долины. Местами встречается и в прибрежных горных массивах. Дерево любит хорошо дренированные склоны и глубокие лесные почвы. Лесная служба США подчёркивает, что хорошие урожаи семян появляются у зрелых деревьев, а молодые экземпляры могут долго почти не плодоносить. Вокруг одного старого дерева осенью может быть много пустых шишек, но семена обычно быстро собирают грызуны и птицы.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной происходит опыление, однако свежих зрелых орешков ещё нет. Крупные шишки формируются в течение двух лет и меняют цвет от зелёного к светло-коричневому. Согласно Лесной службе США, рассеивание семян в низких лесных поясах может начинаться с конца августа, а на больших высотах обычно заканчивается к концу октября. Поэтому сентябрь–октябрь — основной ориентир при поиске свежего зрелого урожая. В отдельные годы плодоношение слабое; старые висящие шишки не гарантируют живых семян. Высохшие семена, пролежавшие во влажном лесу долгое время, могут испортиться.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелое ядро семени. Plants For A Future подтверждает его сырое употребление. Семя можно освободить от бумажистого крылышка, осторожно расколоть плотную наружную оболочку и съесть внутреннее светлое ядро. Вкус слегка сладковатый и ореховый, иногда с небольшой смолистой ноткой. Ядра можно употреблять отдельно или размять в холодную маслянистую массу. Следует избегать семян с затхлым запахом и следами плесени.



Сосна сахарная — детальный снимок растения

Richard Sniezko / USDA Forest Service · Public domain · Источник

Что не относится к этому способу. Из сахарной сосны исторически получали сладкие вещества, но некоторые способы требуют выпаривания воды и относятся к питанию с огнём. Сам видовой источник предупреждает, что концентрированные сладкие выделения могут действовать слабительно при большом количестве. Поэтому не рекомендуется пить или собирать их как универсальный сироп. Хвоя, пыльца, кора и зелёные молодые шишки не включаются в сырой пищевой перечень.

Падение даже сравнительно тонкой длинной шишки с высокого дерева опасно. Нельзя стоять непосредственно под зрелыми шишками, трясти ветви или пытаться сбить шишку с высоты.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У западной белой сосны Pinus monticola хвоя тоже собрана по пять, а шишки могут быть вытянутыми. У сахарной сосны шишки обычно значительно длиннее, крона и ствол старого дерева массивнее. Pinus sabiniana и Pinus coulteri имеют преимущественно по три иглы и более тяжёлые, короткие, толсточешуйчатые шишки. Одной сухой шишки, найденной далеко от дерева, недостаточно для определения — её мог перенести человек. Осмотреть нужно живую ветвь с пятью иглами, форму коры и зрелую шишку. Не стоит разрушать упавшие гнилые шишки ради сомнительных семян.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6516
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/pinlam
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Pinus+lambertiana
- https://www.srs.fs.usda.gov/pubs/misc/ag_654/volume_1/pinus/lambertiana.htm

Сосна однохвойная — Пиньоны восточных гор и единственная игла в пучке · Pinus monophylla

Pinus monophylla

В восточной Калифорнии над сухими каменистыми склонами возвышаются невысокие сосны с густыми округлыми кронами. Их мягко серебристые иглы словно расположены поодиночке, а среди ветвей созревают небольшие шишки с крупными орешками. Это Pinus monophylla — однохвойная сосна, один из главных природных источников пиньонов. Её зрелые семена употребляют сырыми без нагрева. Для путешествия из Сакраменто это уже не обычное дерево долины: оно связано с восточными горами, можжевельниками и сухими высокими предгорьями.



Сосна однохвойная — фотография растения

Clinton Steeds · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно дерево достигает трёх–десяти метров, иногда больше, с коротким изогнутым стволом и широкой кроной. Кора с возрастом становится серо-бурой и трещиноватой. Важнейший признак — одна длинная толстоватая хвоя в пучке. У многих сосен иглы собраны по две, три либо пять; здесь вид обычно узнаётся даже по концу живой веточки. Иглы серовато-зелёные, слегка изогнутые, жёсткие, заметно короче хвои серой предгорной сосны. На молодых ветках появляются небольшие пыльцевые шишечки, а женские семенные шишки медленно увеличиваются несколько сезонов. Зрелая шишка почти округлая, с толстыми широко расходящимися чешуями. Внутри находятся крупные продолговатые семена с относительно тонкой, но прочной коричневой скорлупой, крылышки практически отсутствуют. После осыпания орехов пустая шишка может оставаться на ветке.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Pinus monophylla к местным соснам Калифорнии с многочисленными наблюдениями во внутренних горах и Pinyon-Juniper Woodland. Особенно характерны склоны White Mountains, Inyo, Mono, восточные стороны Сьерры и пустынные горы юга. Это дерево не растёт повсеместно вокруг Sacramento: для него нужна иная высота, более сухой горный климат и соответствующий состав растительного сообщества. На подходящих склонах образует открытые леса вместе с можжевельниками. В урожайные годы множество шишек появляется у зрелых деревьев, но урожай сильно меняется от года к году и быстро расходуется птицами и мелкими млекопитающими.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

В конце весны происходит опыление; маленькие женские шишечки ещё не дают съедобных орехов. Семена развиваются на протяжении двух вегетационных сезонов. Зрелые шишки начинают раскрывать чешуи ближе к концу лета и осенью, а пиньоны часто собирают в сентябре–октябре, с поправкой на горную высоту и погоду. Само дерево остаётся зелёным круглый год, но наличие хвои не означает наличие урожая. Даже на одном склоне часть деревьев может не давать крупных шишек. Орешек, упавший на землю в мокрую погоду, нужно проверить: прорастание, плесень и неприятный запах исключают его употребление.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелое ядро пиньона. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Pinus monophylla. Ядро маслянистое, с мягким ореховым вкусом и небольшим миндальным оттенком. Его получают из зрелого коричневого семени, раскалывая сухую скорлупу без нагрева. Для холодного питания можно съесть ядро сразу или осторожно размять и соединить с другими чистыми продуктами. Большую пользу даёт именно ядро, а не древесная чешуя шишки или жёсткая внешняя оболочка. Свежесть очень важна: при прогорклости орехи не употребляют.



Сосна однохвойная — детальный снимок растения

Steve Hurst / USDA-NRCS PLANTS Database · Public domain · Источник

Орехи для запаса. В сухой неповреждённой оболочке зрелые пиньоны способны сохраняться дольше, чем очищенные ядра. Держать их нужно в сухом прохладном месте и проверять на насекомых и плесень. Справочник упоминает смолу как жевательную массу, но это не пищевой урожай для нашего рациона, поэтому не включается.

Не стоит ломать живые ветви ради шишек: созревание долгое, а урожай необходим животным, которые разносят семена.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

На востоке встречаются другие пиньоны и близкие формы сосен. Pinus edulis обычно имеет две иглы в пучке, тогда как Pinus monophylla — одну; в некоторых регионах есть гибриды и вариации, поэтому одного признака не всегда хватает. Серая сосна Pinus sabiniana имеет по три длинные иглы и намного более крупные шишки. Одиночная толстая игла вместе с невысокой округлой кроной и небольшой широко раскрытой шишкой — лучший набор признаков. В местах, где растёт редкая местная растительность, нельзя расчищать почву и ломать ветви ради нескольких семян.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6518
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Pinus+monophylla
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Pinus_monophylla

Сосна жёлтая — Мелкие маслянистые семена под высокой рыжей корой · Pinus ponderosa

Pinus ponderosa

Если подняться из долины Сакраменто в хвойные леса Сьерры, можно увидеть огромные прямые сосны с рыжевато-коричневыми пластинами коры. Их длинная хвоя собрана пучками, а на лесной земле осенью лежат овальные колючеватые шишки. Это Pinus ponderosa — жёлтая сосна, или ponderosa pine. Зрелые семена дают съедобные сырые ядра, хотя они небольшие и собирать их заметно труднее, чем крупные пиньоны. Для практической еды нужна не сама шишка и не зелёная хвоя, а здоровое вызревшее семя, из которого механически извлечено ядро.



Сосна жёлтая — фотография растения

MPF · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Взрослая жёлтая сосна нередко достигает высоты двадцати–тридцати метров и более. На старых стволах кора разделена на крупные плоские желтовато-рыжие пластины с тёмными глубокими бороздами, молодые деревья имеют более тёмную кору. Хвоя длинная, довольно жёсткая, зелёная; обычно по три иглы в пучке, иногда по две в некоторых популяциях. Весной на молодых побегах появляются небольшие мужские пыльцевые шишечки и зачатки женских. Семенные шишки растут два вегетационных сезона, к зрелости становятся яйцевидными, длиной примерно от семи до пятнадцати сантиметров. На чешуях имеются заметные острые выступы, обычно направленные наружу. Когда шишка созревает, её чешуи раскрываются и выпускают небольшие семена с бумажистыми крылышками. Сама старая пустая шишка остаётся на земле; крупная древесная чешуя не является орехом. У семени плотная оболочка, внутри — светлое, сравнительно маслянистое ядро.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Pinus ponderosa как местную сосну Калифорнии, распространённую в горных и предгорных хвойных лесах. Большое число природных находок приходится на Sierra Nevada, Cascade Range и северные горные округа, включая Placer, El Dorado, Plumas, Shasta и другие. В самом центре жаркой равнины Sacramento это не повсеместное дикое дерево; при поездке по Highway 50 либо Interstate 80 вверх в горы сосна становится гораздо привычнее. Она часто составляет значительную долю Yellow Pine Forest, на достаточно освещённых склонах образует большие насаждения. Плодоносить начинают зрелые деревья, но урожай год от года сильно меняется. Даже обилие шишек на земле не означает, что внутри остались хорошие семена — животные собирают их быстро.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной дерево даёт новый прирост хвои и пыльцу, а женские шишечки ещё совсем маленькие. В течение двух лет шишка увеличивается, постепенно зеленеет и затем буреет. К концу лета второго сезона зрелые шишки начинают раскрывать чешуи; свежие семена обычно рассеиваются осенью, приблизительно с сентября по ноябрь, иногда в более холодных горах позже. Поэтому основной пищевой ориентир — сухая зрелая шишка и чистые семена, оказавшиеся под деревом после раскрытия. Весенняя зелёная шишка ещё не источник готовых орешков. Семена, пролежавшие в мокром лесном опаде всю зиму, особенно подвержены плесени, прорастанию и повреждению насекомыми.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелое ядро семени. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление у Pinus ponderosa. Семена сравнительно мелкие, около восьми миллиметров, содержат масло и имеют слегка смолистый ореховый вкус. Сначала удаляют бумажистое крылышко, потом раскалывают сухую оболочку небольшим инструментом, доставая светлое ядро. Его можно съесть отдельно или холодным способом размять в ореховую массу. Скорлупа, древесные чешуи и неразвившиеся зеленоватые семена не являются пищей.



Сосна жёлтая — детальный снимок растения

Kaibab National Forest / US Forest Service · CC BY-SA 2.0 · Источник

Чего не едят. Некоторые исторические пищевые описания упоминают внутреннюю кору, но её снятие калечит живое дерево; для путешествия и каталога такой способ не нужен. Скипидар, смолу и хвою нельзя приравнивать к безопасным съедобным ядрам только из-за общего названия сосны. Молодые пыльцевые шишечки также не включены в подтверждённую сырую часть данной статьи.

Собирать следует лишь свежие неповреждённые семена. Потемнение ядра, плесень, прогорклый запах и признаки насекомых означают отказ. На охраняемых территориях нужно соблюдать правила сбора, а под висящими тяжёлыми шишками нельзя стоять во время ветра.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Pinus jeffreyi, сосна Жеффрея, уже описанная отдельно, особенно похожа на жёлтую сосну: обе могут иметь по три длинные иглы и рыжую кору. У сосны Жеффрея острия чешуй чаще загибаются внутрь и при касании кажутся мягче; у жёлтой сосны выступы обычно отогнуты наружу. Pinus sabiniana имеет намного более рыхлую крону и необычно длинную сизо-серую хвою. У Pinus lambertiana пучки по пять игл и очень длинные висячие шишки. Определять по одной упавшей шишке ненадёжно: нужно видеть живую ветвь, расположение игл и характер коры. При отсутствии уверенности в виде ядра лучше не собирать.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Pinus+ponderosa
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6521
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pinus_ponderosa_cones.jpg

Сосна Парри — Крупные съедобные орешки в горных шишках · Pinus quadrifolia

Pinus quadrifolia

В горных редколесьях у мексиканской границы растёт низкая сосна с короткой густой хвоей и округлыми шишками. В конце лета и осенью из раскрывающихся шишек становятся доступны довольно крупные семена. Это сосна Парри — один из местных видов пинии, чьи орешки можно есть сырыми без поджаривания.



Сосна Парри — фотография растения

andy71 (Andy Kleinhesselink) · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Чаще это небольшое многоствольное дерево с неровной кроной, приблизительно 4–10 метров высотой; на открытом склоне оно бывает ниже. Хвоя собрана в пучки чаще по четыре, иногда по три или пять иголок, длиной несколько сантиметров. Иголки относительно жёсткие, серо- или голубовато-зелёные. У молодых веток кора сравнительно гладкая, у старых темнеет и растрескивается. Шишки плотные, примерно от нескольких до десяти сантиметров, в молодости зелёные, при созревании становятся коричневыми и раскрываются. Внутри находятся крупные семена с относительно твёрдой оболочкой, намного питательнее по размеру, чем семена многих высоких сосен.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

USDA Forest Service отмечает естественные популяции Pinus quadrifolia только в южной части Калифорнии: главным образом в горах восточной части San Diego County, на юго-западе Imperial County и отдельную группу в южной части Riverside County. Эти леса связаны со скалистыми склонами на высотах около 1200–2500 метров. Сосна Парри — не обычный вид Сьерра-Невады и тем более не дерево парков Сакраменто. В отдельных районах она растёт вместе с однохвойной сосной, поэтому определение требует подсчёта иголок в пучке.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Новые хвоинки появляются весной, но как пищу их здесь не рассматривают. Шишкам нужно время для формирования и созревания; раскрытие происходит главным образом к концу лета и осенью, часто в сентябре–октябре. В отдельные годы деревья почти не дают урожая. Для походной еды подходят уже выпавшие чистые семена или семена из естественно раскрывшихся зрелых шишек; зелёные плотные шишки без огня трудно использовать.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Семена из зрелых шишек. PFAF прямо приводит для Pinus quadrifolia возможность употреблять семена сырыми, а USDA подтверждает их пищевое значение для народов юго-запада. У каждого орешка есть твёрдая наружная скорлупа; её раскалывают, а внутреннее светлое ядро едят свежим. В свежих семенах есть масло, поэтому при длительном хранении они могут прогоркнуть. Для еды выбирают только чистые целые ядра без запаха плесени. Хвоя, смола, внутренняя кора и зелёные шишки не включены в подтверждённую сырую пищу этого вида.



Сосна Парри — детальный снимок растения

andy71 (Andy Kleinhesselink) · CC BY 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Pinus monophylla, однохвойная сосна, имеет обычно по одной иголке в пучке, а у Pinus jeffreyi и P. ponderosa пучки состоят преимущественно из трёх гораздо более длинных иголок. Для сосны Парри важны также небольшой рост, горная среда обитания и характерные шишки. Ошибиться по одной хвойной веточке легко, особенно у гибридных и переходных популяций. Не стоит собирать орешки в особо охраняемых местах и нарушать шишки на редких деревьях.

ИСТОЧНИКИ

- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/pinqua
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Pinus+quadrifolia
- https://www.conifers.org/~conifers/pi/Pinus_quadrifolia.php

Сосна серая калифорнийская — Крупные орешки предгорий и тяжёлые колючие шишки · Pinus sabiniana

Pinus sabiniana

На сухих склонах вокруг долины Сакраменто встречается необычная сосна: её редкая крона словно прозрачна, а длинные серо-зелёные иглы свисают рыхлыми пучками. Внизу под деревьями иногда лежат массивные древесные шишки с острыми концами чешуй. Это Pinus sabiniana, серая, или предгорная, калифорнийская сосна. Её большие семена — настоящая сезонная пища, которую можно употреблять сырой после раскалывания оболочки. Но самая большая опасность здесь связана не с орешком, а с тяжёлой шишкой, способной упасть с высоты.



Сосна серая калифорнийская — фотография растения

Eric in SF · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Взрослое дерево часто высотой десять–двадцать метров, с неровным стволом и раскидистыми далеко отстоящими ветвями. Крона сравнительно негустая, особенно у старых одиночных деревьев. Хвоя длинная, часто до двадцати–тридцати сантиметров, собрана по три иглы в пучке; цвет серо-зелёный, иногда с голубоватым оттенком. Кора у старых стволов грубая, тёмно-серая и глубокотрещиноватая. Весной на молодых веточках появляются мужские пыльцевые шишечки, а маленькие женские шишки позднее медленно увеличиваются. Крупная зрелая шишка достигает примерно пятнадцати–тридцати сантиметров и несёт широкие толстые чешуи с крепкими загнутыми остриями. Семена большие, тёмные, с плотной оболочкой и коротким крылышком. Открытая пустая старая шишка может ещё долго висеть на дереве или лежать на земле, но внутри уже не будет урожая. Надёжное определение сочетает именно три длинные иглы, рыхлую крону и мощную шишку.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Pinus sabiniana как местную сосну и отмечает многочисленные находки в Butte, El Dorado, Placer, Amador, Calaveras, Yuba и на склонах Coast Ranges. Для Сакраменто это особенно близкий и практически значимый вид: дерево растёт в предгорных дубравах, на каменистых солнечных склонах и в редколесьях, в то время как городская равнина не везде подходит для его естественного возобновления. Лесная служба США описывает отдельные деревья и небольшие группы на сухих склонах, где летний дождь редок. В урожайный год орехи могут быть многочисленными под старой сосной, но птицы и белки активно собирают их, а на охраняемых участках сбор ограничен.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Мелкие весенние шишки не являются готовой пищей. По исследованиям Лесной службы США, крупные семенные шишки созревают в сентябре–октябре, а семена могут высыпаться с октября до февраля. Поэтому самый понятный пищевой сезон начинается осенью после побурения шишек и их раскрывания. На земле можно встретить семена, вышедшие из раскрытой шишки, но после дождей они быстро намокают или становятся добычей животных. У разных деревьев урожай неодинаков и хорошие годы чередуются с бедными. Старая шишка, сохранившаяся на ветке весной, не означает, что семена внутри сохранились.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелое очищенное ядро семени. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление семян Pinus sabiniana. Семена довольно крупные, маслянистые, со слегка сладким ореховым вкусом и слабой смолистой ноткой. Чтобы получить ядро без огня, находят полностью зрелое семя, осторожно раскалывают твёрдую внешнюю оболочку механическим инструментом и извлекают светлую внутреннюю часть. Оболочку не жуют. Ядро можно съесть отдельно либо размять холодным способом. Потемневшее, затхлое или прогорклое ядро выбрасывают.



Сосна серая калифорнийская — детальный снимок растения

Awinch1001 · CC BY 4.0 · Источник

Сырые семена не равны зелёным шишкам. В отдельных исторических описаниях молодые шишки готовили с огнём; это не делает их холодной едой. Справочник также упоминает внутреннюю кору в качестве аварийной пищи, но добыча коры ранит дерево и не является нашим рекомендуемым способом. Хвоя в этой статье тоже не предлагается как сырой продукт.

Не стоит вставать под тяжёлые шишки или пытаться сбивать их палкой: весомая колючая шишка опасна для головы и рук. Безопаснее выбирать уже выпавшие зрелые семена с чистой поверхности.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Сосна Култера Pinus coulteri имеет ещё более мощные шишки, но её хвоя обычно заметно короче и также по три в пучке, а места роста связаны главным образом с прибрежными горами Южной Калифорнии. У сахарной сосны Pinus lambertiana хвоя собрана по пять, а шишки длинные и вытянутые, не такие округлые. У Pinus ponderosa иглы чаще по три, но крона гуще, а шишки значительно меньше. Одной найденной на земле шишки недостаточно: смотрят ветви, пучки игл и дерево целиком. Свежие смоляные пятна и острые выступы чешуй могут ранить кожу; защищать руки важно даже при подборе пустой шишки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6524
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/pinsab
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Pinus+sabiniana
- https://www.fs.usda.gov/rm/pubs_series/wo/wo_ah727.pdf

Подорожник вороний — Глубоко рассечённые листья у солёного побережья · Plantago coronopus

Plantago coronopus

На прибрежной тропинке Калифорнии иногда можно увидеть низкую розетку необычных узких листьев: каждый выглядит как маленькие оленьи рога, разделённые на острые боковые доли. Над розеткой позднее появляются тонкие цветоносы с узкими зелёными колосками. Это Plantago coronopus — подорожник вороний, или рогатый. Он родственник обычного подорожника большого, но гораздо больше связан с засолёнными прибрежными местами. Молодые нежные листья употребляют сырыми в салатных смесях; это подтверждено не только ботаническим справочником, но и итальянской традицией смешанной зелени.



Подорожник вороний — фотография растения

Ixitixel · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно растение однолетнее либо недолговечный многолетник, с плотной низкой прикорневой розеткой. Листья узкие, удлинённые, глубоко лопастные: по краям находятся несколько пар тонких боковых зубцов, поэтому лист напоминает рогатую ленту. На ощупь бывает немного волосистым или гладким, зелёным либо слегка сизоватым. Размер сильно меняется от нескольких сантиметров на вытоптанном берегу до заметно более крупных листьев на влажной плодородной земле. Из центра розетки поднимаются прямые безлистные цветоносы. На их концах сидят плотные продолговатые колоски из многочисленных мелких цветков, лишённых ярких лепестков; при цветении видны светлые пыльники на длинных нитях. После созревания образуются маленькие сухие семена. Прочные продольные жилки в листьях напоминают другие подорожники, но глубокие боковые вырезы — главный отличительный признак.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora считает Plantago coronopus неместным для Калифорнии видом с более чем тысячей наблюдений, прежде всего в coastal strand, coastal salt marsh и других приморских сообществах. Его находят на песчаных и уплотнённых почвах, по обочинам у океана, на краях прибрежных лугов и там, где грунт слегка засолён. В Sacramento Valley возможны отдельные заносные участки, но не следует считать его обычным растением сухих лесных троп. На берегу он может создавать небольшие группы рядом с солеросом и другими солеустойчивыми видами. Именно такие участки нередко испытывают влияние загрязнённых стоков и защищены правилами природных резерватов.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

На мягком побережье всходы и молодой прирост появляются после дождей осенью и зимой; нежные листья особенно удобны в прохладные месяцы и ранней весной. Цветоносы обычно развиваются поздней весной и летом. По мере созревания колосков нижние листья могут грубеть и становиться более волокнистыми. В жарком сухом месте зелёная масса заметно сокращается. На прохладной влажной прибрежной почве новая розетка иногда остаётся нежной дольше. Для сырой еды лучше выбирать не взрослую плодовую стадию, а мягкие листья, у которых ещё не развились грубые волокна.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает употребление Plantago coronopus сырым; справочник называет его одним из наиболее приятных по вкусу видов рода. Листья слегка горчат и имеют характерную плотную текстуру, поэтому хороши в смеси с мягкой свежей зеленью. В Италии растение известно как один из ингредиентов смешанного салата misticanza; для этого способа достаточно сырого измельчения. Молодые листья можно мелко разорвать или нарезать без тепловой обработки.



Подорожник вороний — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

Только листовая стадия. У взрослых листьев продольные жилки становятся жёсткими. Некоторые кулинарные способы предлагают кратко обдать растение кипятком, но это не вариант для нашего каталога. Цветочные колоски, зрелые семена и корни здесь не рекомендуются как отдельная сырая пища, поскольку видовой источник подтверждает прежде всего молодые листья.

Из солёных болот с неизвестным качеством воды сырой сбор недопустим; промывка не удаляет вещества, уже поглощённые тканями.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Plantago lanceolata листья тоже узкие, но преимущественно целые, с параллельными жилками; у рогатого подорожника они глубоко лопастные. Plantago major имеет широкие овальные листья, а его колоски заметно длиннее. На берегу похожие рассечённые листья встречаются и у некоторых представителей сложноцветных, однако у них будут иные корзинки цветков, а не типичный подорожниковый колос. Если растение видно только после скашивания, нужно дождаться нового соцветия на соседнем экземпляре для уверенного определения. Сходство по форме листа с «рогами» не даёт основания пробовать незнакомую траву.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6612
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Plantago+coronopus

Подорожник ланцетный — длинные листья и тёмные колоски · Plantago lanceolata

Plantago lanceolata

Среди невысокой травы по краям калифорнийских дорожек часто видна розетка узких зелёных листьев. Из неё поднимаются тонкие безлистные стебельки, каждый с коротким тёмным колоском на конце. Это Plantago lanceolata — подорожник ланцетный, или узколистный. В отличие от подорожника большого у него нет широких овальных листьев. Его молодая листва известна как сырая пища, но зрелые листья становятся волокнистыми и жёсткими.



Подорожник ланцетный — фотография растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетнее травянистое растение с прикорневой розеткой. Листья узкие, вытянутые, ланцетные, обычно шириной лишь несколько сантиметров; их длина заметно больше ширины. От основания до кончика идут три–пять крепких продольных жилок. Лист постепенно переходит в короткий черешок. Молодые листья могут быть опушены, у основания заметны светлые волоски. Важный признак — отсутствие обычного облиственного стебля: листья выходят почти прямо от земли. Из центра розетки вытягиваются тонкие жёсткие цветоносы с небольшими овальными или цилиндрическими колосками. Во время цветения из их середины выступают светлые тычинки, и тёмная головка будто окружена светлым венчиком. Позднее образуются небольшие сухие семенные коробочки. Корневая система имеет выраженный главный корень, благодаря которому растение выдерживает период засухи.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

UC IPM называет Plantago lanceolata одним из двух наиболее обычных сорных подорожников Калифорнии. Он встречается в садах, по краям полей, вдоль троп, на пастбищах и газонах. Особенно характерен для открытых участков с нарушенной почвой; даже скошенный газон часто сохраняет низкую розетку. В долине Сакраменто этот вид вполне обычен после дождей и на поливаемых землях. При отсутствии влаги листья бывают короткими и грубыми; в пустынях и холодных высокогорных районах вид встречается значительно реже. Массовость у дорог не превращает такие растения в подходящую пищу: листовая розетка находится непосредственно рядом с почвой и легко загрязняется.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В низинах новые нежные листья лучше всего появляются с возвращением осенних дождей. Зимой и ранней весной розетка даёт мягкий прирост, особенно при умеренной температуре. К маю чаще появляются цветоносы. UC IPM указывает цветение подорожников примерно с мая до августа или сентября; в мягких местах отдельные колоски сохраняются дольше. Летом листья могут не исчезнуть совсем, но постепенно становятся более жилистыми. После нового дождя возможен очередной молодой прирост. Сухие зрелые колоски остаются на растении после окончания самого удобного листового сезона.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Нежные молодые листья. Plants For A Future подтверждает употребление листьев именно Plantago lanceolata сырыми. Вкус слегка горьковатый, травянистый; молодые листья заметно приятнее зрелых. Их используют небольшими добавками к смешанной зелени. Даже в молодых листьях бывают прочные продольные волокна: грубую среднюю часть лучше не включать в сырую порцию. На взрослом растении крупный лист может быть настолько жилистым, что формальная съедобность почти не имеет практической ценности.



Подорожник ланцетный — детальный снимок растения

Alex Abair · CC BY 4.0 · Источник

Колоски, цветоносы, корни и зрелые семена здесь служат прежде всего для определения. Видовой источник описывает семена главным образом после приготовления, поэтому их нельзя без доказательств превращать в отдельный сырой продукт. Растение не нужно выкапывать ради одной горсти молодых листьев.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Подорожник большой Plantago major имеет широкие овальные листья и длинный цилиндрический колос, а у узколистного листья вытянутые и колос сравнительно короткий. У некоторых злаков листья тоже узкие и с параллельными жилками, но они растут поочерёдно на стебле и формируют совершенно другие соцветия. Одного листа без цветоноса и розетки недостаточно для надёжного определения. Избегают сбора на газонах, куда могли вносить гербициды, у автомобильных дорог и в местах выгула животных. Узколистный подорожник может переносить загрязнённые тяжёлыми металлами почвы, так что внешне чистая листва не гарантирует химическую чистоту.

ИСТОЧНИКИ

- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/buckhorn-plantain/
- https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/plantains/
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Plantago+lanceolata

Подорожник большой — широкие листья и съедобные семена · Plantago major

Plantago major

На утоптанной тропинке, возле поливного газона или между грядками часто лежит почти плоская розетка широких листьев. Над ней поднимаются тонкие стебли, заканчивающиеся зелёными колосками. Это подорожник большой: растение, которое годами сохраняется даже там, где почва уплотнена. У него едят молодые листья, а позднее собирают мелкие зрелые семена.



Подорожник большой — фотография растения

Iorsh · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Подорожник большой — многолетнее травянистое растение. У него почти нет заметного надземного стебля, на котором чередовались бы листья. Вместо этого листья выходят розеткой прямо из короткой прикорневой части. Отдельный лист обычно широкий, овальный или яйцевидный, от пяти до восемнадцати сантиметров длиной.

Главная примета — пять–семь крупных жилок, расходящихся от основания листа к верхушке. Жилки идут почти параллельно и хорошо заметны с нижней стороны. Они крепкие: при разрыве листа иногда тянутся тонкими волокнистыми нитями. Край листовой пластинки ровный или слегка волнистый, без глубоких зубцов. Молодые листья мягкие и нежные, старые становятся плотнее и волокнистее.

Из середины розетки поднимаются длинные безлистные цветоносы. На концах они несут вытянутый плотный колос из множества крошечных зеленоватых цветков. Отдельные цветки

малозаметны, иногда над ними торчат маленькие светлые тычинки. После цветения колос постепенно темнеет, а в маленьких коробочках созревают многочисленные бурые семена.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Родина Plantago major — Евразия. Теперь он широко распространён в Калифорнии, особенно на участках, которые регулярно нарушаются людьми. Его можно найти в городских парках, садах, на поливных газонах, огородах, обочинах и вдоль пешеходных дорожек.

Подорожник хорошо переносит утоптанную землю. Нередко розетка остаётся почти на одном уровне с почвой, поэтому люди проходят рядом и даже наступают на неё. Во влажных и умеренно затенённых местах растение может быть очень обычным. В сухой пустыне без воды оно встречается гораздо реже.

В долине Сакраменто подорожник легко заметить в поливных дворах и вблизи дорожек. Но не всякая придорожная зелень годится для еды: у самого края дорог и на обработанных газонах растения могут быть загрязнены.

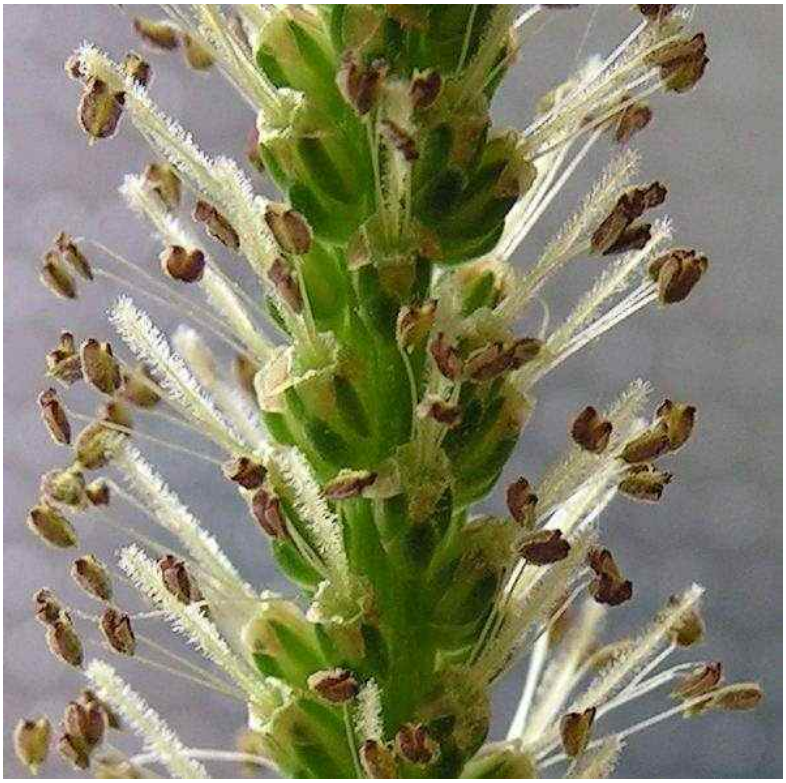
КОГДА ДОСТУПЕН

Листья розетки способны сохраняться в мягком климате большую часть года. В низких районах Калифорнии нежные новые листья особенно заметны после дождей и в период весеннего роста. На постоянно поливаемых участках новый прирост продолжается и летом.

Цветение в Калифорнии, согласно UC IPM, обычно идёт с апреля по сентябрь. Семена созревают на колосках по мере окончания цветения, главным образом летом и в начале осени. Старые колоски высыхают, а взрослые листья к этому времени становятся более жёсткими.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Их едят сырыми, пока они мягкие и не успели накопить грубые волокна. В North Carolina State University Extension подорожник большой прямо назван съедобной зеленью, а молодые листья — пригодными для сырого употребления. Они имеют слегка травянистый вкус. С возрастом жилки становятся крепче, и лист уже не так удобен для еды без приготовления.



Подорожник большой — детальный снимок растения

Bff · CC BY-SA 3.0 · Источник

Зрелые семена. На сухом колоске находятся небольшие буроватые семена. Они тоже съедобны; университетские источники указывают их как отдельную пищевую часть Plantago major. Семена можно отделить от сухих коробочек и использовать без нагревания, в небольшом количестве. Избыток семян у некоторых людей может действовать как слабительное.

Подорожник легко узнать по длинным цветоносам, но сами колоски не являются тем же самым, что нежный лист. Для пищевого использования отделяют именно созревшие семена, а не едят жёсткий стебель целиком.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии встречается также подорожник ланцетолистный Plantago lanceolata. Его листья длиннее и уже, с заострёнными концами, а цветочная головка короткая и плотная. У Plantago major листья шире, а цветущий или плодоносящий колос вытянут вдоль значительной части верхушки цветоноса.

Есть и другие растения, образующие низкие розетки, но параллельные крупные жилки в широком листе вместе с безлистными цветоносами помогают отличить подорожник большой. До появления соцветия желательно проверить не один лист, а всю розетку.

При созревании семян колосок меняет цвет от зелёного к коричневому, а листья розетки остаются отличимыми благодаря крепким дугообразным жилкам. UC IPM относит Plantago major к широко распространённым многолетникам Калифорнии, но указывает исключения для пустынь и некоторых высокогорных территорий. Сырые молодые листья прямо подтверждены NC State Extension; семена в том же источнике названы съедобными, но их не нужно представлять как пищу для больших порций, особенно при пониженном давлении.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM, Broadleaf Plantain, распространение и морфология: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/broadleaf-plantain/
- UC IPM, Plantains, сравнение с Plantago lanceolata: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/plantains/
- NC State Extension, Plantago major, сырые молодые листья и семена: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/plantago-major/common-name/plantain/
- NC State Extension, Extension Gardener Handbook, Edible Weeds: https://content.ces.ncsu.edu/extension-gardener-handbook/6-weeds

Подорожник приморский — Узкая нежная зелень на солоноватых берегах океана · Plantago maritima

Plantago maritima

На тихоокеанском побережье Калифорнии, где солёная вода иногда смачивает низкие луга, встречается небольшое многолетнее растение с плотной розеткой узких зелёных листьев. Его невзрачные цветки поднимаются на безлистных стеблях в виде коротких колосков. Это Plantago maritima — приморский подорожник, известный как goose tongue. Молодые листья можно употреблять сырыми. У растения нет крупного яркого цветка, поэтому его легко не заметить среди солелюбивых трав; главный риск сырой еды — грязь и загрязнение воды на берегу.



Подорожник приморский — фотография растения

Cwmhiraeth · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Приморский подорожник — многолетняя трава с прочным основанием и прикорневой розеткой. Листья узкие, линейные, иногда слегка мясистые, цельнокрайние или с очень мелкими почти незаметными зубчиками, обычно несколько миллиметров шириной и до нескольких десятков сантиметров длиной. В отличие от подорожника большого здесь нет широких овальных пластинок. Из центра розетки поднимаются тонкие безлистные цветоносы, несущие плотные цилиндрические колоски из множества крошечных зеленоватых цветков. Во время цветения из них выступают светлые пыльники на тонких нитях. Позднее образуются сухие маленькие коробочки с семенами. У взрослых листьев есть характерные продольные жилки подорожников, но поверхность может казаться почти однородной из-за узкой формы. Растение часто растёт низко на мокрой солоноватой земле, а на более сухом возвышении становится жёстче и короче. При определении важно видеть и узкую цельную розетку, и собственно подорожниковый колосок.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Plantago maritima как местный вид Калифорнии и относит его к Coastal Strand, Coastal Salt Marsh и wetland-riparian сообществам. Наблюдения многочисленнее в Marin, Mendocino, Humboldt, San Mateo, Santa Cruz, Sonoma и других приморских округах. Пресные долинные газоны Sacramento Valley не являются его типичным природным местообитанием. На побережье вид может образовывать небольшие группы в низких солёных лугах, иногда рядом с солеросом. Но многие такие участки охраняются как местообитания птиц и других животных. Наличие зелёных листьев возле приливного болота не означает, что земля санитарно безопасна для сырого сбора.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Листья способны сохраняться на мягком побережье значительную часть года, но особенно нежный новый прирост появляется после зимних и весенних дождей. Колоски развиваются обычно поздней весной и летом; PFAF указывает цветение с июня до августа и созревание семян с августа до сентября. В Калифорнии конкретные сроки могут немного сдвигаться из-за туманов и солёных штормов. Старые листья летом становятся волокнистыми и грубее, а самые свежие розетки на влажном грунте сохраняют нежность дольше. Для еды важнее листовая молодая стадия, тогда как зрелый колосок нужен прежде всего для проверки ботанического вида.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Plantago maritima и отдельно отмечает, что среди подорожников этот вид имеет относительно низкое содержание жёстких волокон. Листья слегка солоноватые, иногда с мягкой ореховой нотой, поэтому несколько молодых пластинок можно мелко нарезать в холодную смесь зелени. Более старые листья становятся слишком волокнистыми.

Мелкие семена. Видовой источник указывает их сырое или приготовленное употребление. Семена очень малы и сбор трудоёмкий, но после полного созревания их можно осторожно снять из сухих чистых колосков и использовать как небольшую добавку. Измельчение в холодной ступке не требует огня. Большие порции сухой слизистой семенной массы могут набухать при контакте с водой, поэтому лучше смешивать её с достаточным количеством питьевой воды и не есть сухими горстями.

Проблема воды. Сырые листья из загрязнённых солёных болот, ниже сточных канав или мест активного водопоя нельзя считать безопасными. Промывание питьевой водой снимает часть внешней грязи, но не гарантирует отсутствие накопленных загрязнителей и патогенных организмов. В охраняемых прибрежных болотах сбор запрещается правилами территории.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Plantago coronopus, уже описанный вороний подорожник, отличается глубоко лопастными узкими листьями, похожими на маленькие рога. У Plantago maritima листья обычно цельные, мясистые и длинные. Plantago lanceolata имеет более широкую листовую пластинку с заметными дуговидными жилками и характерный короткий тёмный колосок. На солёном лугу рядом растут многие узколистные злаки и ситники, но их соцветия и основания листьев устроены иначе. Одни только узкие листья на солёной земле не позволяют безопасно определить вид. Нужно найти собственный цветонос с подорожниковым колоском на том же растении.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6620
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6620
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Plantago+maritima
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Plantago_maritima.jpg

Горец птичий — Низкие узловатые побеги у земли · Polygonum aviculare

Polygonum aviculare

Между плитками тротуара, у края сада и на утоптанной земле часто распластывается тонкая зелёная трава с множеством маленьких листьев. Её побеги расходятся лучами, а в пазухах листьев прячутся почти незаметные беловато-розовые цветки. Это горец птичий, или спорыш. Пока зелень нежная, молодые листья и побеги можно есть сырыми.



Горец птичий — фотография растения

Dalgial · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетнее растение с тонкими сильно ветвящимися стеблями длиной от десяти сантиметров до полуметра; часть стеблей ползёт по земле, иногда концы приподнимаются. Листья простые, очередные, небольшие, эллиптические или ланцетовидные, с цельными краями и заметной средней жилкой. У каждого узла вокруг стебля видна тонкая прозрачная трубочка — раструб из сросшихся прилистников, важный признак семейства гречишных. Цветки по одному или небольшими пучками сидят в пазухах листьев, зеленовато-белые с розовыми краями. После цветения образуются крошечные трёхгранные бурые орешки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Polygonum aviculare к неместным растениям и фиксирует его во многих районах штата, включая Sacramento Valley, побережье, предгорья и места с нарушенным грунтом. Низкая форма позволяет переживать вытаптывание, но это не делает городские тропинки пригодным источником еды. Растения возле парковок, обработанных газонов, дорог и мест выгула животных нельзя брать для сырого употребления. Ищут чистые участки почвы, где вид распознан однозначно.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягком климате после дождей семена прорастают зимой или весной. Молодые нежные побеги появляются чаще с конца зимы по весну; в поливаемых местах могут расти летом. Мелкое цветение продолжается весной и летом, а семена постепенно созревают во второй половине сезона. Когда стебли становятся волокнистыми, они уже не подходят для свежей еды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и очень нежные верхушки. Plants For A Future прямо указывает для Polygonum aviculare употребление молодых листьев и растений сырыми. Зелень имеет сравнительно нейтральный травянистый вкус, иногда слегка терпкий. Для холодной пищи выбирают мягкие новые листья, снимают их с жёстких частей стебля и используют небольшими порциями. Семена тоже описаны как съедобные сырыми, но они очень мелкие и их трудно собрать в достаточном количестве; для полевого рациона это второстепенная пища. Из-за присутствия дубильных веществ и возможных оксалатов большие порции не нужны.



Горец птичий — детальный снимок растения

Mark Marathon · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Persicaria maculosa и другие горцы чаще растут вертикальнее, имеют более крупные листья и собранные в колоски розовые цветки. У Polygonum aviculare цветки скрыты непосредственно в пазухах мелких листьев, а стебли часто образуют плотный ковёр. Некоторые простёртые амаранты тоже растут по земле, но у них отсутствуют плёнчатые раструбы у узлов. При определении следует увидеть именно узлы с раструбами и цветочные пучки, не полагаться только на низкий рост.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10251
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Polygonum+aviculare
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Polygonum_aviculare.JPG

Портулак огородный — сочные летние листья, побеги, цветы и семена · Portulaca oleracea

Portulaca oleracea

Летом на поливных участках Калифорнии по земле часто стелются красноватые мясистые стебли, покрытые маленькими округлыми листьями. На солнце среди них раскрываются крошечные жёлтые цветки. Портулак огородный растёт быстро, местами образует почти сплошной ковёр и даёт сразу несколько съедобных частей: листья, стебли, цветки и мелкие семена.



Портулак огородный — фотография растения

Ethel Aardvark · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это однолетняя низкая трава. От одного основания в стороны расходятся многочисленные гладкие сочные стебли, часто окрашенные в красновато-коричневый цвет. Они лежат на земле или слегка приподнимаются; длина отдельных побегов может достигать нескольких десятков сантиметров, иногда метра.

Листья небольшие, обычно от половины сантиметра до трёх сантиметров, толстые, гладкие и блестящие, похожие на маленькие ложечки. Черешок почти незаметен. На стеблях листья могут располагаться попарно или поочерёдно, особенно ближе к основанию.

Цветки появляются возле концов побегов и в пазухах листьев. У них пять ярко-жёлтых лепестков, которые обычно раскрываются только при хорошем солнечном освещении. После цветения образуется небольшая семенная коробочка. Её верхняя часть раскрывается словно маленькая крышечка, выпуская множество очень мелких тёмных семян.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Портулак встречается почти по всей Калифорнии, преимущественно на участках с нарушенной или обработанной почвой. Он обилен в огородах, садах, на поливных полях, возле газонов, в виноградниках и на тёплых обочинах. В долине Сакраменто летние заросли портулака могут быть очень заметными: если участок регулярно увлажняется, отдельные растения быстро смыкаются листьями.

Свет и тепло ему особенно подходят. В плотной тени прохладного леса он встречается намного реже. При отсутствии влаги растение может переживать сухие периоды благодаря мясистым стеблям и листьям, но его активный рост обычно лучше на тёплой влажной почве.

Портулак родом из Старого Света; сегодня его знают как пищевую зелень во многих странах. В Индии, на Ближнем Востоке, в Средиземноморье и в Мексике он входит в привычные растительные блюда, в том числе свежие салаты.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В Южной Калифорнии портулак может всходить уже в конце зимы или в начале весны после потепления. В Центральной долине он чаще активно растёт с поздней весны, в июне–сентябре. Нежные листья и молодые стебли появляются во всё время роста. Цветение обычно продолжается с мая по сентябрь, с заметными различиями между районами и годами.

Семена созревают после цветения, начиная с лета. В тёплых местах одно растение может одновременно выпускать новые листочки, раскрывать цветки и высыпать уже созревшие семена. После заморозков портулак заканчивает свой однолетний цикл.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Листья. Молодые сочные листья едят сырыми, отдельно или как часть зелёного салата. Вкус немного кислый и слегка солоноватый. Он может меняться в течение суток: утренняя зелень иногда заметно кислее.



Портулак огородный — детальный снимок растения

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Источник

Молодые стебли. Пока стебель зелёный или красноватый, мягкий и сочный, его тоже едят сырым. По вкусу он напоминает хрустящую зелень, а не древесную ветку.

Цветки и бутоны. Жёлтые цветки и нежные бутоны также съедобны; университетский справочник North Carolina State Extension прямо перечисляет сырые цветки вместе с листьями и стеблями. Это небольшая добавка в период цветения, а не отдельный крупный урожай.

Зрелые семена. Их можно употреблять сырыми. Семена очень маленькие, поэтому их собирают после созревания коробочек и иногда размалывают в порошок. Исторические и ботанические справочники описывают использование семян портулака в разных областях мира; Plants For A Future отмечает именно сырой способ.

Портулак содержит растворимые оксалаты: North Carolina State University Extension предупреждает о возможном вреде при употреблении больших количеств. Для сырого салата его разумно использовать умеренно, особенно при необходимости ограничивать оксалаты. Не стоит собирать растения с обработанных гербицидами газонов, промышленных участков и придорожной почвы.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

На похожих сухих газонах растёт молочай пятнистый Euphorbia maculata: он тоже стелется красноватыми побегами, но его листья гораздо тоньше, нередко с тёмным пятном, а при повреждении стебля появляется белый млечный сок, раздражающий кожу. У настоящего портулака листья и стебли сочные, гладкие, а такого белого сока нет.

На земле портулак легко спутать с распростёртыми молочаями, прежде всего Euphorbia maculata. У молочая листья заметно тоньше, на стеблях бывают волоски, а при надломе выступает белый раздражающий млечный сок. У портулака листья и стебли мясистые, гладкие, а сок не молочно-белый. UC IPM предупреждает, что молочаи могут вызывать раздражение кожи и

пищеварительного тракта. Определение строится по совокупности признаков, а не по проверке вкуса.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM, Common Purslane (январь 2026), распространение, строение и сезон: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/common-purslane/
- UC IPM, Common Purslane, использование как салатной зелени: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/common-purslane/
- NC State Extension, Portulaca oleracea, сырые листья, стебли и цветки: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/portulaca-oleracea/
- Plants For A Future, Portulaca oleracea, сырые листья, стебли и семена: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Portulaca+oleracea
- University of Wisconsin Extension, Common Purslane, edible flower buds and seeds: https://hort.extension.wisc.edu/articles/common-purslane-portulaca-oleracea/
- UC IPM, Spotted Spurge, сходство и млечный сок: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/spotted-spurge-and-other-spurges/

Слива американская — Кисло-сладкие летние плоды колючих зарослей · Prunus americana

Prunus americana

На старом участке иногда встречается невысокое деревце, которое весной буквально усыпано белыми цветками ещё до полного развёртывания листьев. Летом на коротких ветках зреют небольшие круглые жёлтые и красные сливы. Американская слива естественна для центральных и восточных районов Северной Америки, а в Калифорнии отмечена только как очень редкое интродуцированное дерево. Зрелая мякоть её плодов пригодна в пищу без нагрева.



Слива американская — фотография растения

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно это крупный куст или небольшое дерево от двух до шести метров, нередко образующее заросли с помощью корневых отпрысков. На ветвях иногда встречаются короткие острые побеги, напоминающие шипы. Кора старых стволиков серо-коричневая, неровная. Листья очередные, эллиптические или овальные, длиной несколько сантиметров, с заострённой вершиной и выраженными зубцами, поверхность немного шероховатая. Белые цветки с пятью лепестками появляются пучками по одному–три на коротких веточках, часто до полного распускания листвы. Плоды округлые, обычно 2–3 сантиметра, золотисто-жёлтые, красные или с красным румянцем, с плотной кисловатой кожицей. Внутри одна крупная косточка.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora фиксирует Prunus americana как неместный вид и содержит лишь около пяти наблюдений по всему штату. Поэтому не стоит искать её как массовый плодовый куст Сьерра-Невады или равнины Сакраменто. Реалистичные места встречи — старые посадки, интродукционные сады и случайные сеянцы около бывших усадеб. В естественных сообществах Калифорнии встречаются другие Prunus, в том числе местная слива Prunus subcordata, уже описанная отдельно. Без разрешения владельца нельзя собирать плоды с оставшегося старого сада.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Белые цветки раскрываются весной, обычно в марте–апреле при подходящей погоде; после них разрастаются плоды. В Калифорнии небольшие сливы могут поспеть с конца лета, иногда раньше в тёплом месте. Зрелость видна по приобретённой сортовой окраске, более мягкой мякоти и сладковатому запаху. Неспелые зелёные плоды остаются твёрдыми и очень кислыми. В один день на деревце встречаются плоды разной степени спелости.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелая мякоть. Для Prunus americana отдельно подтверждено употребление плодов сырыми. Мякоть сочная, от сладко-кислой до очень кислой, кожица у некоторых форм плотная и терпкая. Спелую сливу можно съесть свежей, полностью отделив единственную косточку. При холодном разминании мякоти косточки удаляют до обработки, не дробя их. Сушить спелые плоды без огня возможно, если они чистые и не плесневеют. Семя внутри косточки не употребляют: Calflora прямо предупреждает об опасности семян, листьев и стеблей.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Местная Prunus subcordata отличается сочетанием формы листьев, окраски зрелой сливы, местом естественного произрастания и строением побегов. У интродуцированной алычи Prunus cerasifera плоды и цветки могут быть очень похожи, особенно у садовых гибридов. Надёжно определить отдельное дерево по одной небольшой красной сливе трудно; нужны листья, цветки и сведения о месте роста. Для всех косточковых сохраняется главное правило: съедобность мякоти не распространяется на ядро косточки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9393
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Prunus+americana
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/prunus-americana/

Абрикос обыкновенный — Золотистые плоды старых фруктовых садов · Prunus armeniaca

Prunus armeniaca

На заброшенной ферме или возле старой усадьбы весной можно увидеть дерево, покрытое нежными беловато-розовыми цветками ещё до появления густой листвы. К началу лета на ветках созревают округлые оранжево-жёлтые плоды с тонким бархатистым опушением. Это абрикос обыкновенный — дерево, завезённое в Калифорнию ради урожая. Полностью спелая сочная мякоть съедобна без нагрева; косточку и всё, что находится внутри неё, в пищу не используют.



Абрикос обыкновенный — фотография растения

Elena Chochkova (Eola) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадное дерево обычно 3–8 метров высотой с широкой кроной и серо-бурой корой. Молодые побеги красновато-коричневые, иногда блестящие. Листья очередные, округлые или широко-яйцевидные, с сердцевидным либо слегка клиновидным основанием, коротким заострённым кончиком и мелким зубчатым краем. Цветки располагаются по одному либо парами на коротких веточках; у каждого пять белых или бледно-розовых лепестков и многочисленные тычинки. Плод круглый или немного яйцевидный, чаще 3–6 сантиметров в диаметре, с продольным швом и лёгким пушком на кожице. Мякоть золотистая либо оранжевая, внутри одна уплощённая твёрдая косточка.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Prunus armeniaca как неместное дерево, приблизительно три десятка наблюдений вне обычной культуры. Поэтому искать абрикос следует прежде всего возле старых садов, бывших фермерских участков, хуторов и сельских построек, а не как обычный вид дубового леса. Он хорошо известен в плодовых районах Центральной долины Калифорнии, включая окрестности Сакраменто, но большинство деревьев находятся в частных посадках. Для свежих плодов исключают сады с неизвестной обработкой пестицидами и места, где сбор не разрешён.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Уже в конце зимы — начале весны в тёплых долинах раскрываются цветки. После завязывания плоды увеличиваются весной; у ранних сортов созревание возможно с конца мая, основная волна приходится на июнь–июль, в более прохладных районах позднее. Полностью зрелый абрикос становится ароматным, окраска почти всей кожицы переходит от зеленоватой к жёлтой либо оранжевой, а мякоть мягче под лёгким нажатием. Зелёные твёрдые плоды для свежего употребления не годятся.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелая мякоть. Её едят непосредственно с дерева, при желании сняв кожицу. Плод разламывают по естественному шву и полностью удаляют косточку; мякоть сладкая, сочная, иногда с выраженной кислинкой. Чистые спелые половинки можно естественно подсушивать в сухую погоду на защищённой от насекомых сетке, без нагрева и без плесени. Calflora отдельно предупреждает не есть семена, листья и стебли абрикоса. Особенно опасны ядра внутри косточек: они могут содержать амигдалин, из которого образуется цианид. Не раскалывают и не размалывают косточки ради еды.



Абрикос обыкновенный — детальный снимок растения

Jossian · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Персик Prunus persica обычно имеет длинные узкие листья и более крупные, сильнее пушистые плоды; абрикос отличается округлой листовой пластинкой. У алычи Prunus cerasifera листья могут быть похожи, но сроки созревания, строение косточки и опушение плодов иные. Сортовые и гибридные плодовые деревья сильно различаются, поэтому не стоит определять абрикос лишь по цвету мякоти. Цветки, листья и взрослый плод рассматривают вместе. Съедобность абрикосовой мякоти никогда не означает безопасности его семени.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9203
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+armeniaca

Черешня обыкновенная — Сочные летние плоды одичавших деревьев · Prunus avium

Prunus avium

На старом участке или в живой изгороди иногда вырастает высокое дерево с гладкой сероватой корой и блестящими зубчатыми листьями. Весной его ветви покрываются белыми цветками, а к лету среди листвы висят длинночерешковые сладкие костянки. Это черешня — знакомое садовое дерево, которое иногда встречается вне посадок.



Черешня обыкновенная — фотография растения

Orchivard · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадное дерево часто вырастает выше десяти метров. Кора у молодых стволов гладкая, с горизонтальными чечевичками, позже темнеет и растрескивается. Листья простые, очередные, продолговатые, с заострённой вершиной и довольно крупными зубцами по краю; у основания листовой пластинки или на черешке часто заметны маленькие железки. Белые цветки с пятью лепестками обычно собраны по нескольку в пучках на коротких побегах. Плоды круглые или сердцевидные, с длинной плодоножкой и одной твёрдой косточкой.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Prunus avium — интродуцированная европейская плодовая порода. Calflora отмечает лишь отдельные одичавшие находки в штате; большинство деревьев около городов выращены человеком. В долине Сакраменто и предгорьях могут встречаться старые деревья и сеянцы, но нет оснований называть черешню обычным диким лесным растением Калифорнии.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветение происходит в прохладную весну, иногда уже в конце зимы на тёплых участках. Плоды созревают в конце весны и начале лета, чаще с мая по июль. Сроки определяются сортом, высотой и температурой. Окраска зрелого плода может быть жёлтой, красной или почти чёрной: нужно учитывать мягкость и особенности конкретного дерева.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелая мякоть плода. Зрелую черешню едят свежей без приготовления. Это сочная и обычно сладкая мякоть вокруг одной косточки. Плоды можно естественно подсушивать, если сохранить их чистыми и не допустить брожения или плесени. Листья, плодоножки, ветки и семена не являются подходящей сырой пищей; особенно важно не раскалывать и не размалывать косточки.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии встречаются и другие Prunus, включая одичавшую алычу, кислую вишню и местные дикие вишни. Отличия включают длину плодоножки, положение цветочных пучков, железки черешка, размер и окраску зрелых плодов. При определении нельзя считать любое вишнеобразное дерево черешней. Calflora отдельно предупреждает, что семена, листья и стебли этого вида не следует есть.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9204
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Prunus+avium

Prunus cerasifera — алыча

Prunus cerasifera

Ранней весной некоторые калифорнийские деревья покрываются белыми цветками, ещё прежде чем распустят полноценные листья. К лету на ветвях появляются небольшие круглые сливы жёлтого или красного цвета. Это алыча Prunus cerasifera — завезённое дерево, которое часто выращивают как декоративное, но оно встречается также вне садов. Спелая мякоть плодов съедобна без огня, тогда как косточки, листья и молодые веточки могут содержать соединения, высвобождающие цианид.



Prunus cerasifera — фотография растения

FotoosVanRobin · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Алыча — листопадное дерево, обычно от трёх до семи метров, иногда выше. Крона округлая или широко раскидистая; у отдельных форм листва тёмно-красная или пурпурная, у других обычная зелёная. Кора серо-коричневая, молодые веточки тонкие, иногда образуют короткие боковые побеги.

Листья расположены по одному, овальные или яйцевидные, с заострённым кончиком и мелкозубчатым краем. Они заметно меньше крупных листьев инжира. Цветки появляются очень рано, обычно по одному или несколько вместе на коротких побегах. Каждый цветок имеет пять округлых белых лепестков и множество жёлтых тычинок. У декоративных краснолистных сортов цветки могут быть розоватыми.

После цветения завязываются зелёные круглые плоды — костянки. Они похожи на небольшие сливы, около 2–3 сантиметров в диаметре, с гладкой кожицей. При созревании кожица становится жёлтой, красной или пурпурной; внутри одна твёрдая косточка. Вкус мякоти изменяется от кисловатого до сладкого по мере созревания.

ГДЕ РАСТЁТ В КАЛИФОРНИИ

Calflora отмечает Prunus cerasifera как неместный вид с ограниченной инвазивностью. Его наблюдали во многих округах, включая Sacramento, Sutter, Butte, Placer, Marin и Santa Clara. Часто это деревья в старых садах, на краях населённых пунктов, у заброшенных усадеб, вдоль небольших дорог и водных коридоров. Большая часть плодоносящих экземпляров, видимых в городе, может происходить от посадок.

В долине Сакраменто дерево переносит жаркое лето при наличии воды; в сухой степи без влаги не образует повсеместных зарослей. У декоративных сортов урожай иногда слабый или отсутствует. Найденная ветвь с пурпурными листьями не гарантирует наличие съедобных зрелых плодов.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

В низкой Центральной долине цветение часто приходится на февраль–март, в более прохладных районах — март–апрель. Листья раскрываются вскоре после цветков. Весной появляются маленькие зелёные плоды.

Плоды растут несколько месяцев и в тёплой Калифорнии чаще созревают с июня до августа, иногда позднее в прохладных местах. Величина и сроки сильно различаются по сорту. В сентябре–октябре деревья постепенно теряют листву. Зимние ветви не дают свежей плодовой пищи.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью созревшая мякоть плода. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Prunus cerasifera. Когда плод мягкий и сладковатый, мякоть можно есть свежей, отделив твёрдую косточку. Некоторые деревья дают кислые мелкие плоды; они не обязаны быть сладкими, как магазинные сливы.



Prunus cerasifera — детальный снимок растения

Wouter Hagens · Public domain · Источник

Свежая раздавленная мякоть. Кожицу и мягкую часть можно размять без приготовления. Зрелые плоды быстро портятся после повреждения кожицы. Для естественной сушки потребовались бы подходящие условия и удаление косточки, но в этой статье не предлагается превращать дикие мелкие сливы в гарантированный долговременный запас.

Косточки не едят, не разгрызают и не измельчают вместе с мякотью. В ядрах слив и других Prunus встречаются цианогенные гликозиды; Calflora прямо предупреждает, что семена, листья и стебли Prunus cerasifera не следует употреблять. Съедобность зрелой мякоти не распространяется на всю костянку.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Другие Prunus — слива домашняя, тёрн, вишни и декоративные гибриды — бывают похожи по цветкам и листьям. Не стоит называть любое весеннее белоцветущее дерево алычой. Для определения важны форма плода, одна крупная косточка, зубчатые листья, время цветения и особенности дерева вместе. У декоративных краснолистных слив часто вообще мало плодов, а их гибридное происхождение затрудняет точное название.

Нельзя собирать плоды с обработанных декоративных деревьев, рядом с сильным дорожным загрязнением и на частных участках без разрешения. Неизвестную косточку нельзя раскалывать и проверять вкус ядра.

ИСТОЧНИКИ

Calflora, Prunus cerasifera — распространение в Калифорнии и предупреждение о семенах/листьях: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6887 Calflora, наблюдения по округам: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6887 North Carolina State University Extension, Prunus cerasifera — ботаника и токсичность: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/prunus-cerasifera/ Plants For A Future, Prunus cerasifera — сырая мякоть зрелых плодов: https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+cerasifera

Слива домашняя европейская — Летние сладкие плоды одичавших садов · Prunus domestica

Prunus domestica

В старых садах Калифорнии иногда сохраняются плодовые деревья даже после исчезновения домов. Весной ветви покрываются белыми цветками, а летом у них созревают круглые или овальные сливы самых разных оттенков. Европейская слива редко становится массовым диким деревом, но на заброшенных посадках может давать свежие плоды без всякого приготовления.



Слива домашняя европейская — фотография растения

Hiuppo · CC BY-SA 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадное дерево средней величины с раскидистой кроной. Листья простые, очередные, овальные или эллиптические, с зубчатым краем, сверху более тёмные, снизу нередко слегка опушённые. На коротких веточках весной распускаются одиночные или парные белые цветки с пятью лепестками. Плоды костянки, от округлых до продолговатых, у разных сортов зелёные, жёлтые, красные, синие или фиолетовые, часто с восковым сизым налётом. Внутри одна твёрдая косточка.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Prunus domestica — завезённая культурная порода, а не местная слива Сьерры или прибрежных лесов. Calflora фиксирует её присутствие за пределами посадок, но наблюдений немного. Случайные деревья можно встретить в старых садах, около домов, каналов или прежних сельских участков. На землях частных владельцев требуется разрешение на сбор плодов.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветение чаще приходится на весну, до полного развертывания листьев. Зрелые плоды появляются с лета до осени. Ранние сорта могут поспевать в июле, поздние — гораздо позже, поэтому окраску следует оценивать вместе с мягкостью и характерным сортовым ароматом. Твёрдые и сильно кислые плоды часто не достигли зрелости.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелая мякоть слив. Её едят свежей, без нагрева, отделяя кожицу по желанию и обязательно выбрасывая косточку. После естественного подсушивания спелых слив получается более концентрированная по вкусу пища, но плоды должны оставаться чистыми и не заплесневеть. Цветки. PFAF упоминает их употребление в сыром виде как небольшое украшение пищи; срывать много цветков означает уменьшать будущий урожай. Ядро косточки, листья, веточки и кора не включаются в пищу.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии есть местная Prunus subcordata, а также интродуцированная алыча Prunus cerasifera. У них различаются форма и размер плода, соцветия, побеги и листья. У гибридных садовых слив определение особенно затруднено, поэтому при сомнении можно говорить о роде Prunus, но нельзя придумывать точный вид. Калфлора прямо предупреждает о ядовитости косточек, листьев и стеблей европейской сливы.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10269
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Prunus+domestica

Миндаль сладкий — Питательные ядра культурного миндаля и опасность горьких форм · Prunus dulcis

Prunus dulcis

Калифорнийский миндальный сад заметен уже в конце зимы: на голых ветках раскрывается множество белых и нежно-розовых цветков. После их опыления развиваются зелёные бархатистые плоды, внешне мало похожие на знакомый сухой миндаль. Летом наружная оболочка растрескивается, открывая твёрдую косточку, внутри которой находится ядро. Только сладкие пищевые сорта дают ядра, пригодные сырыми; ядра горьких форм опасны из-за высокого содержания амигдалина.



Миндаль сладкий — фотография растения

Manfred Heyde · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Небольшое листопадное дерево обычно 3–8 метров высотой, часто с широкой чашевидной кроной. Кора серо-коричневая, молодые веточки относительно гладкие. Листья очередные, узколанцетные, с заострённой вершиной, мелкопильчатым краем и заметной средней жилкой. Пятилепестковые цветки появляются ранней весной до полноценной листвы, от белых до розоватых с многочисленными тычинками. Развивающийся плод сначала зелёный, продолговато-овальный, с тонким опушением. В конце лета мясистая оболочка высыхает и лопается, под ней остаётся твёрдая, часто ямчатая скорлупа. Внутри — одно крупное морщинистое коричнево-кожистое ядро, которое ботанически является семенем.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Prunus dulcis не местный вид Калифорнии. Он исключительно важен для сельского хозяйства штата, особенно Центральной долины, включая районы Sacramento и San Joaquin Valley. Самосев и деревья у заброшенных садов возможны, но отдельное одичавшее дерево нельзя автоматически считать сладким культурным сортом. Горькие и сладкие формы визуально похожи, кроме того, сеянцы могут отличаться от родительского дерева. На сельскохозяйственных землях сбор урожая без разрешения запрещён; оболочки плодов могут контактировать с агрохимикатами.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Белые или розоватые цветки часто появляются в феврале–марте. Зелёная внешняя оболочка плода увеличивается весной и летом. К концу лета, обычно с августа, она высыхает, раскалывается и становится видна затвердевшая косточка; точный срок зависит от сорта и погоды. Для сырой еды используют только качественные зрелые ядра сладкого пищевого сорта, когда они сухие и без признаков плесени или прогоркания. Неизвестное дерево с горьким вкусом ядра непригодно для сбора.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Ядра только сладких сортов. После естественного созревания сухой плод освобождают от наружной оболочки, осторожно раскалывают косточку и достают целое ядро. У подтверждённого сладкого сорта его можно есть сырым, хорошо разжёвывая. Сырые ядра также можно холодно растереть с питьевой водой для получения миндальной суспензии без нагрева. Важное исключение: горький миндаль способен содержать опасные концентрации цианогенных соединений. В полевых условиях определить сорт по одним листьям или цветкам нельзя, а дегустация подозрительного ядра — плохой тест безопасности. Поэтому ядра неизвестного самосевного дерева не рекомендуются.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Персик Prunus persica имеет похожие узкие листья и розовые цветки, но его плод формирует сочную сладкую мякоть вокруг более массивной косточки. У миндаля наружная оболочка со временем высыхает и раскрывается, а употребляют исключительно ядро сладкого сорта. Калифорнийские дикие миндали Prunus fasciculata и другие родственные кустарники не являются пищевым аналогом садового миндаля: их ядра могут быть горькими и опасными. Не допускается переносить съедобность магазинного сладкого миндаля на семена произвольной дикой косточковой культуры.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+dulcis
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px3140

Вишня горькая — Маленькие красные костянки северных гор и опасные семена · Prunus emarginata

Prunus emarginata

На открытом участке после лесного пожара или по краю северокалифорнийского леса часто поднимается невысокое дерево с тонкими сероватыми ветвями. Весной оно покрывается небольшими белыми цветками, а позже приносит маленькие ярко-красные костянки. Это Prunus emarginata — вишня горькая. Мягкая зрелая мякоть в некоторых пищевых традициях употреблялась сырой, хотя настолько горька, что многим людям неприятна. Косточки, листья и ветви нельзя употреблять: Calflora предупреждает о токсичности этих частей.



Вишня горькая — фотография растения

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение бывает листопадным кустарником либо небольшим деревом, часто многоствольным, с тонкой гладкой красновато-коричневой или сероватой корой. Молодые побеги прямые, иногда с короткими боковыми ответвлениями. Листья очередные, овальные либо удлинённые, с мелкими зубцами по краю. У некоторых листочков кончик словно слегка выемчатый, что отражено в видовом названии emarginata, но этот признак непостоянен. Весной белые цветки с пятью лепестками и жёлтыми тычинками возникают небольшими кистями. После них развиваются маленькие круглые плоды, сначала зелёные, затем ярко-красные и мягкие. Внутри одной костянки находится одна сравнительно крупная твёрдая косточка. В отличие от садовой черешни, диаметр плода часто всего около сантиметра. Осенью листья желтеют и опадают; дерево может давать многочисленную поросль после повреждения.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora относит Prunus emarginata к местным растениям Калифорнии с более чем двумя тысячами наблюдений. Вид встречается в северных и горных округах, включая Sierra Nevada, и в лесных сообществах, где есть достаточно света после падения деревьев, пожара или вырубки. Он может расти на каменистых склонах, обочинах лесных дорог и полянах. В сухой городской равнине Sacramento Valley значительно менее обычен, чем в предгорных лесах. В подходящем месте несколько молодых деревьев могут образовывать группу, но наличие многочисленных красных плодов не означает, что они станут главным продуктом питания: вкус очень горький.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Белые цветки появляются весной, в низких предгорьях часто апрель–май, на высоте позже. Сразу после них завязываются зелёные маленькие костянки. В течение лета плоды растут и постепенно краснеют. Полная зрелость в прохладных горных местах чаще приходится на июль–сентябрь; в тёплом районе может наступить раньше. Даже красный плод иногда остаётся сильно вяжущим — окраска не гарантирует приятного вкуса. К осени листва желтеет и опадает, плоды могут быстро съедаться птицами. Сырым пищевым продуктом служит лишь зрелая мякоть, а не весенние листья или семена.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только мягкая мякоть полностью зрелой красной костянки. Plants For A Future прямо отмечает сырое употребление Prunus emarginata, одновременно предупреждая об очень сильной горечи. Можно аккуратно отделить мякоть от крупной косточки, не раскалывая и не разгрызая её. Плод может оставаться неприятным даже после полной зрелости; в таком случае нет причины заставлять себя его есть. Это редкая вкусовая добавка, а не надёжный сладкий урожай.



Вишня горькая — детальный снимок растения

Walter Siegmund (Wsiegmund) · CC BY-SA 3.0 · Источник

Косточки категорически исключены. Calflora прямо указывает, что семена, листья и стебли этого вида нельзя употреблять. У косточковых растений возможны цианогенные соединения; измельчение ядра способно повысить риск отравления. Поэтому нельзя готовить холодную массу из целых ягод с раздробленными косточками или использовать «миндальный» вкус ядра как проверку безопасности.

Грубые и недозрелые плоды не включены в сырой пищевой перечень. Сбор с обработанных дорожных полос, лесных участков после химической обработки и мест с загрязнённой водой исключён.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Prunus subcordata, слива Кламат, даёт плоды крупнее и с иной формой мякоти; её белые цветки располагаются несколько иначе. Prunus virginiana var. demissa, уже описанная западная черёмуха, имеет длинные многоцветковые кисти и тёмные зрелые гроздья. Prunus emarginata обычно имеет меньшие группы цветков и ярко-красные горькие костянки. Некоторые декоративные Prunus могут расти рядом с лесными поселениями. Для уверенного определения нужно видеть листья, цветки, форму ветвей и зрелые плоды, а не только одну красную вишенку. Любые неизвестные ядра косточек остаются вне пищевого рациона.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6889
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Prunus+emarginata
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Bitter_cherry_Prunus_emarginata_branch.jpg

Вишня падуболистная — Вечнозелёные листья и красные плоды калифорнийского чапараля · Prunus ilicifolia

Prunus ilicifolia

В сухих каньонах Южной Калифорнии растёт вечнозелёный кустарник или невысокое дерево с плотными колючезубчатыми листьями, напоминающими падуб. Весной среди них появляются небольшие белые цветки, позднее — блестящие красные вишни. Это Prunus ilicifolia, вишня падуболистная, местный вид калифорнийского чапараля. У зрелых плодов съедобна тонкая мякоть, но внутри находится очень крупная твёрдая косточка. Семена, листья и ветви содержат цианогенные соединения и не должны употребляться в сыром виде.



Вишня падуболистная — фотография растения

Z3lvs · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это вечнозелёный куст или небольшое дерево, нередко высотой от двух до пяти метров, в благоприятных условиях выше. Кора темно-серая, ветви достаточно густые. Листья расположены очередно, на коротких черешках, тёмно-зелёные, кожистые, блестящие, от овальных до почти округлых. Край украшен острыми треугольными зубцами, как у некоторых падубов, но при осторожном осмотре видна характерная последовательность одиночных листьев на ветке. Весной появляются небольшие кремово-белые цветки, собранные в кисти. Каждый цветок имеет пять лепестков и заметные тычинки. После цветения развиваются зелёные костянки, которые увеличиваются и становятся красными. Зрелый плод округлый, обычно примерно полтора сантиметра, с тонким красноватым слоем мякоти и одной большой косточкой, занимающей большую часть объёма.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Prunus ilicifolia местным для Калифорнии и перечисляет много наблюдений в округах Los Angeles, San Diego, Riverside, Orange, San Bernardino, Santa Barbara и Monterey. Он образует часть чапараля, дубовых редколесий и сухих каньонов. В самой Sacramento Valley редок как природное растение, хотя изредка его высаживают в садах. Разные подвиды включают материковую падуболистную вишню и более крупную островную форму ssp. lyonii. Для поиска природного растения важны районы и морфология местного подвида, а не только наличие «калифорнийской вишни» на этикетке питомника.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Цветение в Южной Калифорнии часто происходит в апреле–мае, иногда раньше после тёплой зимы. Маленькие зелёные завязи постепенно растут и к лету становятся красными. Зрелый урожай может приходиться на конец лета и начало осени, меняясь по высоте и осадкам. Зелёные кожистые листья видны круглый год, но они не пища. В одном сезоне плодоношение бывает обильным, в другом очень слабым. Плоды сохраняют крупную косточку независимо от размера и сорта.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только мякоть полностью зрелого красного плода. Plants For A Future и ботанические материалы California Native Plant Society подтверждают употребление плодовой мякоти Prunus ilicifolia. Она тонкая, терпкая, иногда кисло-сладкая, и составляет небольшую часть плода. Мягкую красную мякоть можно съесть свежей, осторожно отделив её от косточки и не повреждая косточковую оболочку. Раздавливание всей ягоды с ядром недопустимо.



Вишня падуболистная — детальный снимок растения

Reinerschmitt · Public domain · Источник

Свежая отделённая мякоть. Из нескольких зрелых плодов можно получить небольшую холодную массу, но косточки сначала нужно полностью извлечь. Ни семена, ни ядра, ни листья, ни молодые побеги не предназначены для употребления в этой статье: Calflora прямо предупреждает об их токсичности. Традиционные способы обработки косточек могут включать сложную подготовку и нагрев, поэтому в безогневом питании они исключены.

Незрелые зелёные плоды не приравниваются к красным зрелым, даже если птицы их клюют.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Калифорнийский падуб или другие вечнозелёные кусты имеют похожие кожистые зубчатые листья, но цветки и плоды отличаются. Садовая лавровишня Prunus laurocerasus также относится к Prunus, имеет токсичные листья и семена, но её листья обычно длиннее, а плод темнее. У настоящего падуба Ilex ягоды и цветки устроены иначе и могут быть ядовиты. Одной формы листа недостаточно; для определения важно видеть белые кисти цветков и красные костянки с одной большой косточкой. Неизвестные вишни нельзя пробовать по вкусу или разгрызать ядро косточки.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6894
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Prunus+ilicifolia
- https://www.cnpsci.magney.org/Horticulture/Native_Trees/LandscapeTree-Prunus_ilicifolia.pdf

Персик обыкновенный — Сочные летние плоды бывших фруктовых садов · Prunus persica

Prunus persica

Весной на старой ферме персиковое дерево часто заметно раньше листьев: его голые ветви покрываются яркими розовыми цветками. Через несколько месяцев на них висят пушистые жёлто-красные плоды, а некоторые формы дают гладкокожие нектарины. Это один ботанический вид — Prunus persica. Он не местный для Калифорнии, но встречается в одичавших посадках; полностью спелую мякоть можно есть сырой без приготовления.



Персик обыкновенный — фотография растения

Yair Haklai · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадное небольшое дерево обычно высотой три–шесть метров, с широкими раскидистыми ветвями. Кора молодых веточек гладкая, красновато-коричневая, у старого ствола темнеет и трескается. Листья простые, очередные, узколанцетные и длинные, с острым кончиком и мелкими зубцами по краю, намного уже яблоневых листьев. Цветки одиночные либо парные на коротких побегах, ярко- или бледно-розовые, с пятью лепестками и многочисленными тычинками. Плод округлый, иногда слегка приплюснутый, с продольным швом; кожица пушистая либо гладкая у нектаринов. Мякоть белая, жёлтая или красноватая около центральной бороздчатой твёрдой косточки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Prunus persica как неместное дерево Калифорнии и приводит около сотни наблюдений вне культуры. Её основной ареал в штате — выращенные сады центральных и южных долин, пригороды и фермерские участки. Отдельные сеянцы и старые деревья могут сохраняться возле исчезнувших строений и дорог. В природе Сьерра-Невады это не привычная дикая косточковая культура, а выращенный или убежавший из посадки вид. Многие деревья обрабатывают пестицидами; возможность сбора зависит от чистоты участка и прав владельца.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Первые розовые цветки в долине Сакраменто часто распускаются уже в конце зимы — начале весны, иногда до полного развёртывания листьев. Маленькие завязи развиваются весной и становятся спелыми с мая–июня у ранних сортов до сентября у поздних. Зрелый персик обычно пахнет сильнее, становится мягче у плодоножки и легче отделяется от ветки. Некоторые сорта сохраняют достаточно плотную мякоть и после созревания, поэтому проверяют и вкус. Опавшие гнилые плоды не едят.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелая мякоть персика. Её едят свежей вместе с чистой кожицей или после очистки. Плод разрезают, осторожно отделяют от центральной косточки и используют только сочную мякоть. Нектарин — это не отдельный вид и употребляется так же. Сырое холодное пюре можно приготовить из спелой мякоти без косточек; естественная сушка в чистых условиях тоже возможна без огня. Пищевой справочник упоминает цветки сырыми, но в полевых условиях безопаснее ограничить сбор плодами. Семя внутри косточки, листья, кора и молодые веточки могут содержать цианогенные соединения, поэтому их не едят.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Prunus americana и местная Prunus subcordata дают более мелкие плоды и отличаются формой листьев, цветением и происхождением. У сливы Prunus domestica листья обычно шире, а плод имеет другую форму центральной косточки. Абрикос Prunus armeniaca снаружи может походить на маленький персик, но его листья шире и почти округлые, а плодовое опушение и косточка иные. Нельзя определять персик только по розовому цветку: у декоративных вишен и миндаля тоже бывают розовые лепестки. Не раскусывают и не размалывают косточку.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8724
- https://pfaf.org/User/plant.aspx?latinname=Prunus+persica
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Prunus_persica

Слива японская — Сладкие летние сливы старых фруктовых посадок · Prunus salicina

Prunus salicina

В Калифорнии сливы с красной, жёлтой или тёмно-фиолетовой кожицей нередко происходят от японской сливы. Под этим названием объединены многочисленные сорта и их гибриды, созревающие преимущественно летом. Если старое плодовое дерево осталось возле бывшей фермы, на нём могут висеть крупные сочные костянки, которые едят свежими. В отличие от многих местных диких слив, японская слива почти всегда связана с культурными посадками.



Слива японская — фотография растения

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадное дерево обычно 3–8 метров высотой, с разветвлённой кроной. На молодых ветвях кора часто гладкая красновато-коричневая, у старых стволиков сереет. Листья очередные, продолговато-овальные, с вытянутой вершиной, мелкопильчатым краем и хорошо заметными боковыми жилками. Белые весенние цветки имеют пять лепестков, появляются одиночно или небольшими группами на коротких веточках ещё до полного распускания листьев. Плоды круглые или немного вытянутые, у сортов очень разные: от 3 до 7 сантиметров и более. Кожица гладкая, иногда с восковым налётом. Внутри сочной мякоти — одна твёрдая косточка с характерными бороздками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

В исследовании UC Davis о выращивании слив в Калифорнии указано, что большая часть столовых слив штата происходит от Prunus salicina. Основные сады исторически расположены в Центральной долине, прежде всего San Joaquin Valley, но отдельные деревья выращивают и севернее. Данных о крупных самостоятельных природных популяциях японской сливы в Калифорнии нет: встреченные около заброшенной усадьбы деревья, вероятнее всего, остатки сада или его сеянцы. Нельзя считать плодоносящее дерево на частной ферме общедоступным.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветение обычно приходится на конец зимы или раннюю весну, зависит от сорта, высоты и погоды. Первые плоды созревают поздней весной и в начале лета, многие сорта — в июне–августе. Зрелые сливы имеют свойственный сорту цвет, выраженный аромат и умеренно податливую мякоть, но некоторые сорта остаются достаточно плотными. У зелёнокожих сортов спелость нельзя определять только по изменению окраски. В течение сезона на одном дереве могут одновременно висеть разные по зрелости плоды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелая мякоть. PFAF прямо подтверждает сырое употребление плодов Prunus salicina. Сливу едят свежей, с кожицей или без неё, полностью отделив центральную косточку. Мякоть обычно сладкая и очень сочная, у кожицы бывает приятная кислинка. Без нагрева из неё можно холодным разминанием приготовить густую фруктовую массу или сок, предварительно удалив косточки. В некоторых условиях спелые половинки сушат естественным воздухом, не допуская плесени. Семя из косточки, листва, кора и ветви не входят в сырой рацион: у представителей рода Prunus встречаются цианогенные соединения.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Европейская слива Prunus domestica часто имеет менее крупные и несколько более вытянутые плоды, однако многочисленные сорта делают различие по одной костянке ненадёжным. Prunus cerasifera, алыча, обычно даёт более мелкие округлые плоды и часто растёт как декоративное дерево. У местной Prunus subcordata листья и плоды меньше, а естественные местообитания совсем другие. Точный вид определяют по листьям, цветкам, косточке и происхождению дерева. Не разжёвывают ядро ни у одной из этих слив.

ИСТОЧНИКИ

- https://dejong.ucdavis.edu/sites/g/files/dgvnsk8456/files/inline-files/II-56-Acta-Hort-985-Day-et-al-2013-History-of-plum.pdf
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=prunus+salicina

Черёмуха поздняя — Тёмные летние плоды с опасной косточкой · Prunus serotina

Prunus serotina

У старых сельских построек и бывших посадок иногда встречается дерево с блестящими зубчатыми листьями и длинными узкими кистями белых цветков. Позднее на тех же кистях появляются мелкие тёмные костянки, похожие на маленькие вишни. Это поздняя черёмуха, распространённая в восточных лесах Северной Америки, но очень редкая за пределами посадок в Калифорнии. Её спелую мякоть можно есть сырой; внутреннюю косточку и зелёные части растения — нельзя.



Черёмуха поздняя — фотография растения

Gmihail (Serbian Wikipedia) · CC BY-SA 3.0 rs · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадное дерево или крупный куст с прямым стволом, обычно высотой от нескольких до двадцати метров. Молодая кора гладкая, с горизонтальными чечевичками, старые стволы темнеют и покрываются мелкими чешуйками. Листья простые, очередные, продолговато-эллиптические, с острым концом и тонкими зубцами по краю, сверху блестящие. На нижней стороне возле главной жилки иногда видны светлые волоски. Весной образуются длинные свисающие кисти из множества небольших белых цветков с пятью лепестками. К концу лета плодовые кисти несут округлые костянки около 6–10 миллиметров, сначала красные, затем блестящие пурпурно-чёрные. Внутри каждой — одна твёрдая косточка.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Prunus serotina к неместным деревьям и приводит лишь около двух одичавших наблюдений в штате. Поэтому в Калифорнии оно чаще известно как садовое или коллекционное дерево и не может считаться повсеместной лесной ягодой. Отдельные деревья возможны возле старых усадеб и парков, но для их точного определения требуется больше признаков, чем цвет плода. Сбор в городских и частных посадках возможен только там, где он разрешён.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Белые кисти цветут в конце весны, после распускания листьев. Плоды развиваются летом, постепенно краснеют, потом становятся почти чёрными к концу лета и осени. На одной кисти могут одновременно висеть плоды разной зрелости. Для сырого употребления выбирают только мягкие полностью тёмные костянки с неповреждённой кожицей. Зеленоватые и розовые плоды имеют горечь и не подходят. Птицы быстро съедают зрелый урожай, поэтому отдельные деревья могут оказаться пустыми.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелая мякоть. Видовой справочник Plants For A Future прямо допускает сырое употребление плодов Prunus serotina и отмечает, что их вкус может быть как сладким, так и горьковатым. Мякоти вокруг единственной косточки немного. Плод можно осторожно раздавить и отделить косточку, не повреждая её, или съесть мякоть, выплюнув косточку целиком. Любое перемалывание косточек вместе с мякотью недопустимо. Их семена, листья и побеги содержат цианогенные соединения; не заваривают и не жуют зелёные веточки. В походе большие порции без предварительного отделения косточек не подходят.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Местная Prunus virginiana var. demissa тоже даёт кисти тёмных плодов, но обычно представляет собой куст или небольшое дерево и отличается листьями, соцветиями и костянками. Prunus emarginata чаще даёт плоды в иных группах, а у садовой черешни Prunus avium цветки собраны пучками, не длинными кистями. По одной тёмной ягоде нельзя отличить эти виды. Особую опасность представляют повреждённые или размолотые косточки любого Prunus: пищевая пригодность мякоти не распространяется на семя.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=12817
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+serotina

Слива Кламат — красно-жёлтые плоды северокалифорнийских гор · Prunus subcordata

Prunus subcordata

В северных предгорьях Калифорнии иногда встречается невысокая дикая слива, которая весной распускает белые цветки, а летом украшена красноватыми и желтоватыми плодами. Это Prunus subcordata — слива Кламат, или сиеррская слива. Плоды у неё обычно меньше культурных, но спелую мякоть можно есть сырой. Важно помнить о крупной косточке: ядра семян растений рода Prunus способны содержать цианогенные вещества, поэтому ни раскалывать косточки, ни делать порошок из целого плода нельзя.



Слива Кламат — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение выглядит как кустарник или небольшое листопадное дерево высотой несколько метров, нередко образует поросль рядом с основным стволом. Молодые ветви сравнительно тонкие, иногда заканчиваются короткими острыми боковыми ответвлениями. Листья очередные, овальные либо слегка сердцевидные у основания, с мелкими зубцами по краю и заметной центральной жилкой. Весной белые цветки раскрываются по одному или небольшими группами до полного разворачивания листьев. Цветок пятилепестковый, с жёлтоватыми тычинками в центре. Зелёная завязь после опыления превращается в настоящую костянку: округлый или немного овальный плод, содержащий одну крупную твёрдую косточку. По мере зрелости окраска бывает жёлтой, розово-красной, красновато-пурпурной, иногда с восковым налётом. Мякоть размягчается и пахнет сливой. Листья и незрелые зелёные плодики не являются показателем готовности пищевого урожая.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Prunus subcordata как местное растение Калифорнии, наиболее характерное для северной части штата и предгорий. Записей много в Modoc, Shasta, Tehama, Siskiyou, а также в некоторых округах северной Сьерры и у более низких предгорий. В Sacramento County наблюдения единичны, и слива Кламат не является обычным садовым деревом городской долины. Растёт по открытым склонам, в дубовых редколесьях, на лесных опушках, иногда небольшими группами. Отдельные сорта и природные популяции отличаются окраской плодов, поэтому красный или жёлтый оттенок сам по себе не определяет вид.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной на ветвях появляются белые цветки, обычно в марте–мае в зависимости от высоты и температуры. После цветения завязываются твёрдые зелёные плоды. Летом они растут и постепенно приобретают зрелую окраску; на более прохладных склонах созревают позже, иногда в конце августа или начале сентября. У одного дерева ягоды могут созревать не одновременно: среди мягких красных плодов висят ещё твёрдые зелёные. Осенью листья желтеют и опадают, а незабранные зрелые плоды могут быстро осыпаться и портиться. Сырой пищевой сезон связан только со спелыми плодами, не с весенними листьями.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелая мякоть слив. Plants For A Future прямо подтверждает употребление плодов Prunus subcordata сырыми. Они бывают кислыми либо сладко-кислыми; некоторые формы имеют приятную лёгкую терпкость. Мягкий зрелый плод можно разрезать и съесть мякоть, полностью удалив одну крупную косточку. Внутри косточки находится ядро, которое не едят: PFAF предупреждает об амигдалине и пруназине, из которых может выделяться синильная кислота. Даже если отдельный источник допускает употребление семян после отбора по вкусу, такой риск неприемлем для атласа безогневой пищи.



Слива Кламат — детальный снимок растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

Свежая размятая мякоть. Спелые плоды можно очистить от косточек и растереть холодным способом для небольшого пюре. Нельзя дробить их целиком вместе с ядрами. Плесневелые, испорченные и твёрдые незрелые плоды не употребляют. Листья и веточки также не являются пищевой частью: у представителей Prunus они могут содержать токсичные цианогенные соединения.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Уже описанная алыча Prunus cerasifera также образует мелкие сливовидные плоды, но главным образом связана с садами и одичавшими посадками. Prunus subcordata местная, с иным строением листьев, цветочных побегов и более северным естественным ареалом. Дикая вишня Prunus emarginata имеет более мелкие горькие красные костянки. Похожие листья у разных Prunus нельзя использовать как единственный признак, особенно до цветения. Важно видеть дерево, белые цветки и зрелую сливу с одной крупной косточкой. Семена любого неидентифицированного косточкового растения нельзя разгрызать ради определения.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6897
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+subcordata
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6897

Черёмуха виргинская западная — терпкие тёмные плоды у горных ручьёв · Prunus virginiana var. demissa

Prunus virginiana var. demissa

В прохладных калифорнийских каньонах и по берегам горных ручьёв растёт небольшое дерево, которое весной выпускает кисти белых цветков. Позднее на тех же ветках свисают грозди маленьких тёмно-красных, затем почти чёрных плодов. Это Prunus virginiana var. demissa — западная черёмуха виргинская, местная разновидность североамериканской chokecherry. Её полностью зрелая мякоть иногда съедобна сырой, хотя очень терпкая. Гораздо важнее помнить об опасных ядрах: семена, листья и молодые ветви могут содержать цианогенные вещества.



Черёмуха виргинская западная — фотография растения

Thayne Tuason (ThayneT) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно это листопадный кустарник или небольшое дерево с несколькими стволиками, высотой несколько метров. Кора серовато-коричневая, на молодых ветвях заметны маленькие светлые чечевички. Листья очередные, овальные либо продолговатые, с мелкими острыми зубчиками по краю и выраженными боковыми жилками. Весной после разворачивания листьев появляются вытянутые кисти многочисленных небольших белых цветков. В отличие от одиночных цветков дикой сливы здесь хорошо заметно именно длинное соцветие, на котором каждый цветок сидит на собственной короткой цветоножке. После цветения вырастают зелёные круглые плоды с одной твёрдой косточкой внутри. Созревание проходит через красную стадию к тёмно-бордовой или почти чёрной. По мере зрелости мякоть размягчается, иногда покрывается лёгким налётом. Под деревом нередко лежат опавшие испорченные плоды; их не используют.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora определяет Prunus virginiana var. demissa как местную разновидность с более чем тысячей наблюдений в Калифорнии. Больше находок в Siskiyou, Shasta, Plumas, Modoc и других северных и горных округах, также в прохладных каньонах южнее. В Sacramento County записи единичны; это не массовая черёмуха каждого городского парка. Растение растёт на лесных опушках, склонах, у ручьёв и в разреженных хвойных сообществах, где почва удерживает влагу. После сильных пожаров может возобновляться из корневых отпрысков. Садовые посадки других Prunus рядом с жильём легко принять за ту же разновидность, поэтому место происхождения не заменяет определения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Белые кисти появляются весной после начала роста листьев, чаще апрель–июнь по высоте. К началу лета завязываются зелёные твёрдые плоды, постепенно краснеющие. В конце лета и осенью, приблизительно август–сентябрь, отдельные грозди достигают тёмной полной зрелости. В высоких прохладных районах сроки позже, на сухих низких склонах урожай может быть плохим. Терпкость часто уменьшается с полной зрелостью, но некоторые плоды остаются резкими даже почти чёрными. После листопада зимой свежего урожая уже нет. Промежуточный красный плод не следует считать надёжно зрелым только по привлекательному цвету.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелая мякоть плода. Plants For A Future для Prunus virginiana отмечает, что тёмные сочные плоды иногда можно есть сырыми после полной зрелости, хотя они обычно очень терпкие. В калифорнийской разновидности var. demissa применимость этого способа разумно ограничить только идентифицированной зрелой мякотью, аккуратно отделённой от косточки. Если терпкость настолько сильна, что плод неприятен, не нужно пытаться съесть его ради «дикой еды».



Черёмуха виргинская западная — детальный снимок растения

John Rusk · CC BY 2.0 · Источник

Не дробить и не жевать косточки. Calflora прямо указывает токсичность семян, листьев и стеблей этой разновидности. Раздробленная косточка способна высвободить опасные цианогенные соединения из ядра. Традиционные способы изготовления пасты из цельных ягод могли включать сложную обработку, которая не подходит для современного безогневого каталога. Поэтому нельзя делать сырой порошок, размолоть гроздь целиком или есть ядра.

Незрелые ягоды, листья, корни и ветви не являются безопасной частью этой статьи.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Prunus serotina, чёрная черёмуха, тоже образует длинные белые кисти и тёмные плоды, но отличается листьями, железками на черешке и ареалом. Prunus emarginata имеет обычно более короткие группы цветков и маленькие горькие плоды. Уже описанная алыча Prunus cerasifera даёт цветки чаще одиночно либо небольшими группами, а не длинными кистями. У зрелой западной черёмухи важно видеть овальные мелкозубчатые листья, весеннее длинное соцветие и тёмные плоды с одной косточкой. Ни один из видов нельзя определять по вкусу и тем более раскалывать ядра для проверки. Для людей и животных листья и увядшие ветви Prunus потенциально опасны.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6898
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6898
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Prunus+virginiana

Гранат обыкновенный — Алые сочные зёрна осеннего плода · Punica granatum

Punica granatum

В сухом тёплом климате Калифорнии из сада иногда выходит в природу куст с узкими блестящими листьями и яркими оранжево-красными цветками. Осенью на нём созревают округлые плотные плоды, полные сочных рубиновых зёрен. Гранат — не местный вид, но отдельные одичавшие растения действительно отмечены в штате.



Гранат обыкновенный — фотография растения

Fanghong · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник или небольшое деревце, чаще 2–5 метров высотой, с густыми ветвями; некоторые короткие побеги заканчиваются колючкой. Листья небольшие, гладкие, блестящие, расположены супротивно или почти супротивно, край цельный. Цветки крупные, на концах побегов, с яркой мясистой красной чашечкой и несколькими складчатыми алыми лепестками. После опадения лепестков появляется шаровидный плод с жёсткой кожурой и заметной «короной» из остатков чашечки. Внутри плод разделён перепончатыми перегородками на камеры, заполненные сочными семенными оболочками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Punica granatum как неместный кустарник, зафиксированный в разных округах Калифорнии: в том числе в Sacramento, Yolo, Los Angeles, Riverside и других. Почти всегда его происхождение связано с садами, заброшенными участками или посевом из культурных плодов. Называть гранат обычной пищей калифорнийского леса неправильно; в природе он редок и предпочитает сухие солнечные, тёплые места.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листья появляются весной, яркое цветение продолжается в конце весны и начале лета, иногда дольше. Плоды растут несколько месяцев и созревают преимущественно в сентябре–ноябре, хотя на тёплом юге отдельные сорта могут начинать раньше. Созревший плод обычно тяжёлый, характерно окрашенный для сорта, его кожура бывает красной, розовой или желтоватой. Сильные трещины иногда появляются на переспелых плодах.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Сочные семенные оболочки. Внутри граната едят не кожуру, а красные, розовые или прозрачные сочные ариллы, окружающие семена. Их можно употреблять целиком свежими или разминать и процеживать в холодный напиток. Мягкие семена внутри ариллов одни люди разжёвывают, другие удаляют; это не то же самое, что ядовитые косточки вишни. Кожура, белые горькие перегородки и корень не являются обычной сырой пищей. Кислотность плода зависит от сорта.



Гранат обыкновенный — детальный снимок растения

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ни один привычный ягодный куст Калифорнии не имеет такой же толстой кожистой округлой оболочки, увенчанной остатком цветочной чашечки, и множества красных сочных зёрен в камерах. Плоды некоторых декоративных кустов с красной кожицей внешне напоминают маленький гранат, но их внутреннее строение другое. Разрезав неизвестный плод, нельзя сразу считать его гранатом — проверяют одновременно листья, цветки и плод. Взрослый одичавший куст часто стоит на частной территории, где сбор требует согласия владельца.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora — Punica granatum: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6949
- Calflora — county records: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=6949
- UC ANR — pomegranate growing and harvest: https://ucanr.edu/site/small-farms/pomegranates

Груша обыкновенная — Позднелетние плоды заброшенных садов · Pyrus communis

Pyrus communis

На бывшем садовом участке или рядом со старой фермой иногда сохраняется дерево с округлой кроной, белыми цветками весной и характерными грушевидными плодами летом. Даже когда вокруг давно нет сада, грушевое дерево может плодоносить без ухода. Обыкновенная груша пришла в Калифорнию вместе с садоводством и в отдельных местах одичала. Полностью зрелая мякоть её плодов пригодна сырой, хотя у сеянцев она может быть очень твёрдой.



Груша обыкновенная — фотография растения

Prazak · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадное дерево обычно 5–15 метров высотой, с прямым стволом и густой кроной; дикие сеянцы иногда образуют колючие короткие веточки. Листья простые, очередные, почти округлые или овальные, с заострённой вершиной и мелкими зубцами, сверху часто блестящие. Весной на коротких плодовых веточках распускаются пучки белых пятилепестковых цветков. Тычинки многочисленные, пыльники могут быть розоватыми или тёмными. Плод обычно грушевидный, с широкой округлой частью и более узкой областью у плодоножки, но у отдельных сортов почти шаровидный. Внутри несколько семенных камер с тёмно-коричневыми семенами и плотной сердцевиной.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Pyrus communis как неместное дерево Калифорнии; зарегистрированы отдельные растения за пределами культуры, особенно поблизости от поселений, старых садов и сельскохозяйственных участков. Это не типичный вид естественного дубового леса или пустынного каньона. В долине Сакраменто и предгорьях можно встретить забытые грушевые посадки, но большинство из них остаётся частной собственностью. Отдельный самосев может быть далеко от материнского сада, если семена перенесли животные.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

undefined

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелая мякоть. Plants For A Future прямо подтверждает употребление плодов Pyrus communis сырыми. У садовых сортов мякоть может быть сладкой и сочной, а у диких сеянцев — более грубой, зернистой и терпкой. После естественного дозревания без нагрева её едят свежей, удалив сердцевину и все семена. Употребление семян Calflora прямо запрещает: они содержат цианогенные соединения. Кору, листья, побеги и корни не включают в рацион. Сладкий запах гнилого плода не означает его пригодность для свежей еды.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Похожая Pyrus calleryana, декоративная груша Каллери, образует обычно более мелкие плоды и может иметь многочисленные колючки; её часто сажают в городах и она также распространяется вне культуры. Яблоня Malus domestica отличается формой листьев, опушением и строением плода. Молодое дерево без плодов определять трудно, а гибриды садовых груш разнообразны. Даже если дерево несомненно груша, следует отдельно проверить, нет ли обработки химикатами и кому принадлежит участок.

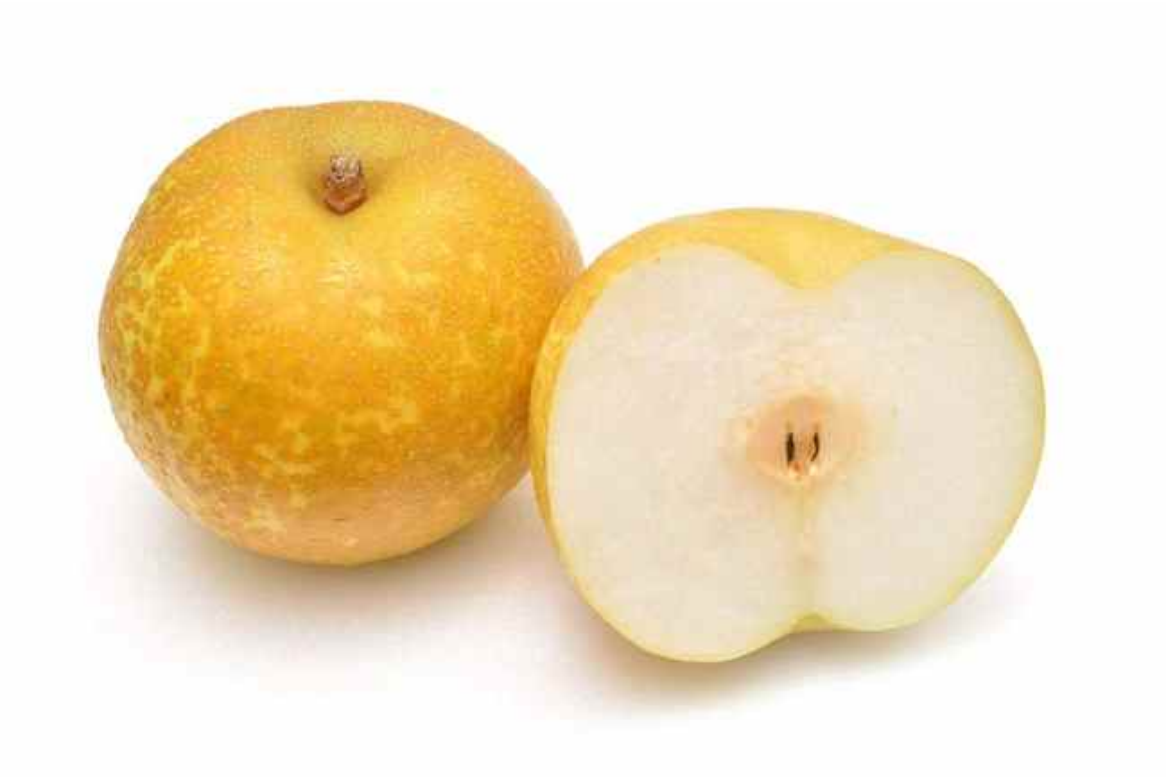
ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8729
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?latinname=Pyrus+communis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pyrus_communis.jpg

Груша азиатская — Круглые хрустящие плоды позднего лета · Pyrus pyrifolia

Pyrus pyrifolia

На старых сельских участках Калифорнии иногда можно увидеть дерево с блестящими зубчатыми листьями и крупными округлыми плодами, которые больше похожи на яблоки, чем на привычные вытянутые груши. Но при разрезе заметны характерные каменистые клетки в сочной мякоти — это азиатская груша. В долине Сакраменто её выращивали давно; полностью зрелые плоды едят сырыми, не ожидая сильного размягчения.



Груша азиатская — фотография растения

Ocdp · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадное дерево с компактной или раскидистой кроной, в саду часто 3–8 метров. Молодые ветви гладкие, с заметными почками и короткими плодоносящими веточками. Листья очередные, широкие яйцевидные, с острым концом, выраженной центральной жилкой и мелким зубчатым краем, на черешках. Белые цветки с пятью лепестками появляются небольшими группами одновременно с листьями или чуть раньше. Плод нередко почти шаровидный, диаметром несколько сантиметров и более у культурных сортов; кожица желтоватая, золотисто-коричневая, зеленоватая либо бронзовая, часто с многочисленными маленькими светлыми точками. Внутри плотная сочная мякоть и несколько семенных камер с коричневыми семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Азиатская груша — дерево Восточной Азии, не местный вид Калифорнии. UC Agriculture and Natural Resources подтверждает её многолетнее выращивание в Fresno, Tulare, Kern, Placer и Sacramento Counties, а также в других районах штата. Подтверждений, что это массовая одичавшая лесная груша, нет: большинство деревьев остаётся садовыми. Иногда встречаются сохранившиеся старые посадки, но срывать плоды на чужом участке без разрешения нельзя.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветёт обычно весной, в мягких районах долины Сакраменто в марте–апреле, а в прохладных местах позже. Плоды растут летом; часть сортов достигает зрелости в августе, другие — в сентябре или октябре. В отличие от многих европейских груш, азиатские обычно едят хрустящими, прямо с дерева. Поэтому мягкость для оценки зрелости не обязательна: ориентируются на сортовую окраску, аромат, вкус и лёгкое отделение от ветки. Сильно недозрелые плоды могут быть очень жёсткими и безвкусными.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелая мякоть. Полностью созревшую азиатскую грушу едят свежей вместе с тонкой кожицей или очищают. Мякоть хрустящая, сильно сочная, сладкая и с характерной зернистой текстурой. Плод разрезают, удаляют сердцевину и семена. Семена не следует разжёвывать: семейство розовых включает растения с цианогенными соединениями в семенах. Сорванные зрелые груши можно хранить в прохладном месте ограниченное время, но плоды со следами гнили и сильных повреждений не годятся. Листья и кора в сырую пищу не включаются.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Европейская Pyrus communis чаще имеет вытянутую грушевидную форму, хотя существуют и округлые сорта. Яблоки могут быть того же цвета, но их мякоть обычно не содержит столь выраженных зернистых клеток, а ботанические признаки листьев и почек отличаются. Декоративная Pyrus calleryana образует гораздо более мелкие плоды и может распространяться в природе. Не следует определять Pyrus pyrifolia по одному магазинному круглому плоду: при встрече с деревом оценивают листья, цветки, форму и внутреннее строение.

ИСТОЧНИКИ

- https://ucanr.edu/program/uc-small-farms-network/asian-pears
- https://plants.ces.ncsu.edu/plants/pyrus-pyrifolia/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Pyrus+pyrifolia

Редька дикая — весенняя зелень, цветки и хрустящие стручки · Raphanus raphanistrum

Raphanus raphanistrum

После зимних дождей калифорнийские поляны и открытые склоны иногда покрываются густой зеленью, из которой поднимаются высокие ветвистые растения с белыми, желтоватыми или бледно-лиловыми цветками. У дикой редьки съедобна не только молодая листовая розетка. С появлением цветов и плодов у неё возникает ещё одна короткая пищевая пора — время сочных молодых стручков.



Редька дикая — фотография растения

Carsten Niehaus · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Дикая редька — однолетняя, иногда двулетняя трава из семейства капустных. Молодое растение образует прикорневую розетку тёмно-зелёных, грубовато-шероховатых листьев, часто длиной 6–20 сантиметров. У них заметная центральная жилка, округлые или острые зубцы, а край может быть глубоко разделён на доли. На листьях и нижней части стебля нередко видны жёсткие редкие волоски.

Позднее появляется прочный прямостоячий цветонос, ветвящийся в верхней части; на подходящей почве он достигает примерно метра. Верхние листья меньше нижних, зачастую сидят почти без черешков. Цветок имеет четыре лепестка, расположенных крестом. Их окраска изменчива: белая, бледно-жёлтая, розовато-лиловая; на лепестках могут быть фиолетовые жилки.

После цветения образуются узкие удлинённые плоды. У молодого стручка стенки мясистые, зелёные. При созревании оболочка твердеет и сильно перетягивается между отдельными семенами — плод выглядит разделённым на последовательные выпуклые секции. Это один из важнейших признаков взрослого растения.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Вид завезён в Северную Америку и широко распространился в Калифорнии. UC IPM отмечает его по большей части штата, кроме пустынных областей, преимущественно до высоты около 800 метров. Он растёт на полях, в виноградниках, по краям садовых земель, на пустырях, обочинах и пастбищных лугах. При достаточных зимних дождях отдельные участки бывают густо покрыты цветущими растениями.

Открытые солнечные места для него гораздо характернее, чем сомкнутый хвойный лес. В долине Сакраменто и других низинах растение легче замечать после дождливого сезона; в прибрежных районах и на прохладных возвышенностях цветение может длиться дольше.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листья. Молодые розетки появляются с зимней влагой, обычно с поздней осени до весны в низинах; на более холодных участках позже.

Цветки. Основной сезон цветения в калифорнийских ботанических описаниях — примерно апрель–июль, но после тёплой зимы цветки могут появиться раньше.

Зелёные стручки. Они развиваются после опыления, от весны к лету. Для еды подходят только очень молодые и мягкие плоды: зрелый стручок быстро становится волокнистым и жёстким.

Семена. Вызревают после подсыхания стручков, преимущественно в конце весны и летом, в зависимости от климата.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. У свежей розетки горчично-редечный, немного острый вкус. Молодые листья употребляли сырыми, измельчая их в свежую смесь. У старых листьев усиливаются грубость и горечь.



Редька дикая — детальный снимок растения

Harry Rose (Macleay Grass Man) · CC BY 2.0 · Источник

Цветки. Лепестки и целые чистые цветки можно есть свежими. Это небольшая сезонная добавка с мягкой остротой.

Молодые плоды. Пока стручок зелёный, гибкий и сочный, его едят без нагрева. Он хрустящий, редечного вкуса. Волокнистые, начинающие деревенеть плоды к такой пище не относятся.

Семена. В источниках описаны сырые семена, используемые в небольшом количестве как острая пряность после измельчения. Зрелые семена не следует путать с мягкими стручками: это совсем другая по плотности и вкусу пища.

В европейских пищевых описаниях дикая редька известна главным образом как весенняя горчичная зелень и источник пряных молодых стручков. Её не нужно подвергать нагреву, но достаточно небольшой порции: как и у другой сырой острой капустной зелени, вкус бывает резким.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Самый близкий вид — редька посевная Raphanus sativus, также встречающаяся за пределами посадок. У неё плоды менее отчётливо перетянуты между семенами; однако два вида легко скрещиваются, и гибриды дают промежуточные признаки. Поэтому у некоторых растений невозможно уверенно провести видовую границу по одному цветку.

Горчицы рода Brassica тоже имеют крестовидные цветки и рассечённые молодые листья, но обычно образуют другие, раскрывающиеся при созревании стручки. Настоящая дикая редька определяется сочетанием шероховатой розетки, цветков и зрелых членистых плодов. Одна розетка до цветения — недостаточное основание для уверенного видового определения.

ИСТОЧНИКИ

- UC Statewide IPM — Wild Radish: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/wild-radish/
- Plants For A Future — Raphanus raphanistrum: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Raphanus+raphanistrum
- Cornell Weed Science — Wild Radish: https://cals.cornell.edu/weed-science/weed-profiles/wild-radish

Raphanus sativus — одичавшая редька

Raphanus sativus

На сырых зимних полях и весенних приморских лугах Калифорнии растут грубоватые зелёные розетки, из которых поднимаются ветвистые цветоносы с белыми, розовыми или светло-фиолетовыми цветками. Среди них есть одичавшая редька Raphanus sativus. Она происходит из той же группы, что и культурный редис, но дикий экземпляр обычно не образует аккуратного круглого красного корнеплода. У растения есть несколько съедобных без огня частей, особенно молодые листья и нежные зелёные стручки.



Raphanus sativus — фотография растения

Kinori · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение обычно однолетнее или двулетнее. У основания располагается розетка крупных листьев, грубоватых на ощупь, с лопастями разного размера; верхняя конечная доля обычно крупнее боковых. Из середины в сезон цветения выходит стебель, разветвлённый в верхней части, иногда высотой около метра или больше. Молодые стебли и листья часто покрыты короткими жёсткими волосками.

Цветки четырёхлепестковые, как у других капустных, но их окраска переменная: белая, кремовая, розовая или фиолетовая, иногда с тёмными жилками. После цветения появляются вытянутые мясистые плоды-стручки с клювиком на конце. Они не раскрываются обычными двумя створками, как некоторые горчицы; при высыхании становятся пробковидными, часто с перетяжками между семенами. Форма сухого стручка важна при различении близких таксонов.

ГДЕ РАСТЁТ В КАЛИФОРНИИ

UC IPM отмечает одичавшую Raphanus sativus на полях, в заброшенных садах, виноградниках, парках и на нарушенных участках во многих районах штата, кроме пустынь и некоторых горных областей. На прохладном побережье цветущую редьку можно увидеть рядом с другими капустными, а в Центральной долине рост зависит от зимних дождей и обработки земли. Большие поля белых и розовых цветков не обязательно принадлежат одному виду.

Для этой группы очень важна путаница с дикой редькой Raphanus raphanistrum. В Калифорнии оба вида встречаются совместно и свободно гибридизируют. UC IPM прямо предупреждает, что потомство может быть трудно определить до вида даже по нескольким признакам. Поэтому при спорном экземпляре в статье нельзя обещать точную идентификацию Raphanus sativus.

КОГДА ДОСТУПНЫ СЪЕДОБНЫЕ ЧАСТИ

С ноября по март после дождей появляются новые розетки. В прохладную погоду молодые листья сочнее и менее жёсткие. На южном побережье цветение может начаться уже зимой.

С февраля по июнь часто формируются кисти цветков. Сразу после цветения развиваются зелёные стручки: наиболее нежные бывают ранней весной и в начале лета. В прохладных местах цикл продлевается, в жаркой Центральной долине растение может высохнуть раньше.

Летом старые стручки твердеют, а стебли грубеют. Зелёные всходы после осенних дождей могут появиться вновь; свежий сезон начинается с нового поколения, а не с оживления сухого цветоноса.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Нежные молодые листья. Plants For A Future указывает их как сырую пищу Raphanus sativus; вкус острый и текстура грубее, чем у салата. В небольшом количестве их мелко нарезают или разрывают и смешивают с другими листьями. Старые большие листья часто неприятно жёсткие.



Raphanus sativus — детальный снимок растения

Dennis Brown · CC BY-SA 3.0 · Источник

Молодые цветочные кисти и цветки. По видовой пищевой базе их также используют сырыми; вкус напоминает мягкую редьку. Это короткий период, когда цветки уже появились, но растения ещё не подсохли.

Молодые зелёные стручки. Пока они хрустящие, сочные и не стали волокнистыми, их можно есть сырыми. Такая часть особенно полезна для дикорастущих форм с тонким или деревянистым корнем. У культурных сортов подтверждён и съедобный сырой корень, но у случайного одичавшего растения большой сочный корнеплод не гарантирован; без точного определения корень не рекомендуем собирать.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Raphanus raphanistrum очень близок и часто смешивается с одичавшей редькой. Длинные стручки и перетяжки между семенами важнее одного цвета цветка, но гибридизация делает определение трудным. У горчицы Brassica rapa цветки обычно жёлтые, а стручки открываются створками и устроены иначе. У иных капустных молодая листовая розетка может быть почти неотличима: по ней одной не собирают пищу.

Растения у обработанных сельскохозяйственных полей и обочин не используют. Сырые капустные богаты горчичными соединениями: большие однообразные порции не рекомендуются. Цвет и вкус нельзя применять как пробу для определения неизвестного вида.

ИСТОЧНИКИ

UC IPM, Wild Radish — Raphanus raphanistrum и R. sativus, гибридизация и ареал: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/wild-radish/ North Carolina State University Extension, Raphanus raphanistrum subsp. sativus — сырые цветки и стручки, условия для листьев: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/raphanus-raphanistrum-subsp-sativus/ Plants For A Future, Raphanus sativus — отдельные сырые части: https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Raphanus+sativus Calflora, Raphanus sativus — присутствие и наблюдения: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7064

Сумах лимонадный — красные грозди и кислый напиток без огня · Rhus integrifolia

Rhus integrifolia

В чапарале Южной Калифорнии встречается вечнозелёный куст с округлыми плотными листьями и гроздьями небольших красных плодов. Если зрелые плоды слегка смочить, их поверхность отдаёт воде выраженную лимонную кислинку. Это Rhus integrifolia — лимонадный сумах, или lemonade berry. Его зрелые плоды не похожи на сочные садовые ягоды, зато из них известен холодный освежающий напиток. Именно пищевой способ, а не непищевые свойства кустарника, делает этот вид важным для природного атласа.



Сумах лимонадный — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение обычно образует плотный многоветвистый куст или небольшое дерево. Ветви древесные, густо облиственные; крупные старые кусты способны образовывать почти непроходимые заросли. Листья очередные, кожистые, округлые либо овальные, длиной несколько сантиметров, с ровным или слегка волнистым зубчатым краем, часто с выраженным выемчатым кончиком. Сверху они тёмно-зелёные и блестящие, снизу светлее. Весной на концах побегов появляются группы очень мелких светлых цветков, от беловатых до розоватых. После опыления образуются плотные гроздья небольших красноватых плодов-костянок. Их поверхность может быть липкой, покрытой кисловатой ароматной массой. Внутри твёрдая косточка и сравнительно мало мякоти. Рядом на склонах живёт Rhus ovata, у которого листья часто крупнее, более вытянутые и без выраженной зубчатости. Для определения смотрят весь куст и цветочные кисти, а не только одну ягоду.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora фиксирует Rhus integrifolia главным образом в южных прибрежных округах: San Diego, Orange, Los Angeles, Ventura, Santa Barbara. Это местный кустарник прибрежного шалфейного скрэба и чапараля, особенно на океанических склонах и в суховатых каньонах. В Sacramento County единичные ботанические записи не означают, что природный вид обычен в долине. На подходящих южных склонах кусты могут быть многочисленными и формировать плотную зелёную массу. По этой причине плодоношение бывает заметным локально, но не следует обещать одинаково обильный урожай вдоль всей Калифорнии.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Листья остаются зелёными круглый год. Цветение обычно связано с концом зимы и весной, когда ещё есть влага. После цветков зеленоватые плодики постепенно краснеют; наиболее зрелые гроздья появляются поздним летом и осенью. Год от года сроки зависят от количества дождей и близости океана. Зелёный или едва порозовевший плод недостаточно развит для пищевого употребления; выбирают красные зрелые гроздья. Летом куст может выглядеть совершенно зелёным при отсутствии готовых плодов, поэтому важно не путать сезон листвы с сезоном напитка.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые красноватые плоды допускают сырое употребление: PFAF прямо описывает наружную кислую массу, которую можно рассасывать, оставляя твёрдую косточку. Сама мякоть невелика, и плод не стоит раскусывать целиком. Вкус сильнокислый и немного смолистый, меняется между кустами.



Сумах лимонадный — детальный снимок растения

Z3lvs · CC0 · Источник

Холодный «лимонад» — более удобный способ. Чистые зрелые гроздья опускают в питьевую воду, слегка разминают и выдерживают приблизительно 10–30 минут без нагревания. Затем напиток процеживают от кожицы, волосков, мякоти и твёрдых косточек. Видовой источник отдельно подчёркивает, что кипячение может сделать напиток чрезмерно вяжущим, а в нашем проекте огонь и не используется. Удобство холодного настоя не отменяет необходимости чистой воды и свежего приготовления. Не оставляют его на целый день в жаре.

Косточки, кора, листья и молодые побеги не входят в рекомендации как съедобные части. Растения семейства анакардиевых способны вызывать контактную реакцию у чувствительных людей, поэтому при сомнении лучше не употреблять.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Близкий Rhus ovata, уже описанный отдельно, имеет листья более вытянутой яйцевидной формы и чаще растёт дальше от океана, хотя границы ареалов перекрываются. Гораздо важнее исключить ядовитый дуб Toxicodendron diversilobum: у него обычно листья по три, часто меняющие осеннюю окраску, а зрелые плоды беловатые, не красные плотные гроздья. Его сок опасен даже без употребления. Не следует собирать неизвестный красноплодный куст по одному сходству с лимонадным сумахом. В охраняемом чапарале и на частной земле сбор может быть ограничен.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7090
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7090
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Rhus+integrifolia

Сумах сахарный — Красные плоды и холодный кисло-сладкий напиток · Rhus ovata

Rhus ovata

В сухом чапарале Южной Калифорнии растёт вечнозелёный куст с плотными блестящими листьями. Весной на концах веток раскрываются маленькие бело-розовые цветки, а позднее появляются гроздья красноватых липких плодов, словно покрытых тонким сладким налётом. Это Rhus ovata — сумах сахарный, или sugar bush. Коренные народы южной Калифорнии употребляли его плоды и делали из них терпкий напиток без огня. Для сырой пищи используют только подтверждённые зрелые плоды, а листья и побеги оставляют кусту.



Сумах сахарный — фотография растения

Stickpen · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это вечнозелёный кустарник либо небольшое дерево, обычно с округлой густой кроной. Ветви достаточно жёсткие, молодые побеги зеленовато-коричневые. Листья одиночные, очередные, толстые и кожистые, от трёх до восьми сантиметров, обычно яйцевидные, с цельным или слабо волнистым краем. Верхняя поверхность блестящая, тёмно-зелёная. Лист иногда слегка сложен вдоль центральной жилки, как лодочка. Цветки маленькие, беловатые или розовые, собраны плотными кистями на концах веточек. После цветения возникают округлые красные костянки, около шести–восьми миллиметров в диаметре. У зрелых плодов поверхность липкая, с кисло-сладким секретом и мелкими волосками; мякоти совсем немного, внутри находится твёрдая косточка. Некоторые кусты плодоносят обильно, другие почти не дают плодов, что связано и с половой системой растения, и с погодой.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora показывает Rhus ovata прежде всего в Южной Калифорнии — Los Angeles, Riverside, San Diego, Orange, Ventura и соседних округах. Вид характерен для сухих каменистых склонов и каньонов чапараля, чаще немного вдали от самого морского берега. В отличие от местной прибрежной Rhus integrifolia, сахарный сумах часто растёт дальше от океана в предгорных районах. Для долины Сакраменто это не обычный дикорастущий куст; отдельная садовая посадка не означает наличие естественной популяции. На юге куст способен создавать плотные зелёные группы даже в засушливый сезон.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Кожистая листва зелена круглый год. Цветки чаще появляются поздней зимой и весной, примерно с марта по май, хотя климатические колебания меняют сроки. После них формируются маленькие зелёные плоды, к концу лета и осенью становящиеся красными и более липкими. Этноботанические описания народа кумеяай особо упоминают осенний сбор зрелого красного урожая. Липкая поверхность может сохраняться после высыхания отдельных плодов. Лучший период для холодного напитка совпадает с созреванием красных гроздей, а не с весенним цветением.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые красные плоды. Plants For A Future подтверждает их сырое употребление, а описания культуры кумеяай и кауилья сообщают, что зрелые плоды ели и использовали их кисло-сладкий сок. Можно осторожно рассосать покрывающую плод ароматную кисловатую массу, не разгрызая твёрдую косточку. Сам плод невелик, поэтому это скорее кисловатая добавка, чем крупная ягода.



Сумах сахарный — детальный снимок растения

Stickpen · Public domain · Источник

Холодный ягодный напиток. Зрелые грозди слегка разминают в чистой холодной воде, выдерживают примерно десять–тридцать минут и процеживают, отделяя твёрдые части и волоски. Получается терпкая вода, напоминающая несладкий лимонад. Этот способ прямо приводится в видовом пищевом справочнике без необходимости кипячения. Используют только чистые плоды и питьевую воду.

Листья, кора, молодые ветви и косточки не служат пищей без огня. Известны случаи раздражения кожи соком сумахов; людям с выраженной чувствительностью к анакардиевым нужно избегать контакта.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Близкий Rhus integrifolia растёт ближе к побережью, листья у него нередко более округлые и с небольшой зубчатостью. Самая важная опасность — растения Toxicodendron, прежде всего ядовитый дуб. У Toxicodendron diversilobum листья чаще тройчатые, а плоды мелкие беловатые, не красные конечные гроздья сумаха; контакт с его маслом вызывает сильное воспаление кожи. Rhus ovata узнают по одиночным кожистым листьям, конечным цветочным кистям и красным опушённым костянкам. Красные плоды любого неизвестного куста нельзя считать съедобными только по цвету.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7091
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Rhus+ovata
- https://www.sandiegocounty.gov/content/dam/sdc/pds/ceqa/JVR/AdminRecord/IncorporatedByReference/Appendices/Appendix-E---Cultural-Resources-Report/Wilken%202012_Ethnobotany%20of%20Baja%20California.pdf
- https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/rhus-ovata

Сумах трёхлистный — Тройчатые листья и кислые плоды для холодного напитка · Rhus trilobata

Rhus trilobata

На сухих каменистых склонах и в каньонах Южной Калифорнии встречается широкий невысокий куст с листьями по три. Если подойти к нему в конце лета, среди листвы можно заметить плотные группы маленьких красноватых плодов. Это Rhus trilobata — трёхлистный сумах, или скунсовый куст. Его зрелые кислые плодики можно употреблять свежими и замачивать в холодной питьевой воде для напитка, напоминающего лимонад. Но тройчатые листья требуют особой осторожности: неподалёку растёт ядовитый дуб, прикосновение к которому вызывает тяжёлый дерматит.



Сумах трёхлистный — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение листопадное, обычно образует широкие раскидистые кусты высотой от полуметра до полутора–двух метров. Старые ветви бурые, разветвлённые, иногда стелются над каменистой землёй. Листья расположены очередно и состоят из трёх листочков. Центральный обычно крупнее двух боковых, пластинки бывают яйцевидными или слегка лопастными, с несколькими крупными зубцами либо неглубокими вырезами. При растирании лист может пахнуть резко и неприятно, что отразилось в английском названии skunkbush, но запах не годится для проверки неизвестного растения на месте. Весной до полного разворачивания листвы на ветвях появляются небольшие желтоватые или зеленоватые группы цветков. Позднее формируются плотные гроздочки маленьких круглых красных плодов с тонкой кислой оболочкой. Внутри крупная для такого размера косточка. К осени листва может краснеть либо желтеть, затем опадает, оставляя древесные побеги.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Rhus trilobata среди местных сумахов Калифорнии, преимущественно в сухих районах Chaparral и Pinyon-Juniper Woodland. В современных систематиках его нередко включают в Rhus aromatica; прежнее имя Rhus trilobata продолжает встречаться в видовых пищевых справочниках и на фотографиях. Растение известно по южным и восточным каньонам, особенно сухим каменистым склонам и известняковым выходам. Для городской равнины Sacramento Valley куст не является обычным плодовым видом. На подходящих южнокалифорнийских склонах может расти группами, но встречается не повсеместно. Отдельные географические формы и редкая var. simplicifolia нуждаются в осторожном отношении; малочисленные популяции не собирают.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Новые листья появляются после зимних дождей и весеннего прогрева. Невзрачные желтоватые цветки распускаются обычно весной, в марте–апреле в тёплых местах, позднее в горах. Зелёные плоды постепенно краснеют летом. Вкус кислой оболочки становится наиболее выраженным по мере полной зрелости, часто с конца лета до осени. Гроздочки могут сохраняться на ветвях, когда листья уже меняют цвет, но часть плодов высыхает и теряет качество. Для холодного напитка берут свежие полностью зрелые красные плодики, а не неизвестные зелёные завязи.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелая кислая наружная часть плодов. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление. Мякоть очень тонкая, с ярко кислым вкусом; большую косточку не разгрызают. Небольшое количество зрелых чистых плодов можно использовать как кислую добавку, но из-за малого объёма мякоти удобнее готовить холодную воду с их вкусом.



Сумах трёхлистный — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

Холодный «лимонад». Видовой справочник описывает замачивание плодов на 10–30 минут в холодной или горячей воде и отдельно предупреждает, что кипячение делает напиток более вяжущим. Для нашего безогневого способа подходят только питьевая вода, чистая посуда, мягкое разминание и процеживание от косточек и кожицы. Такой напиток не следует долго хранить на жаре. Древесные листья и кора в пищевой перечень не включены.

Пищевая история. Небольшие красные плоды использовали разные коренные народы Юго-Запада Северной Америки, в том числе в виде кислого освежающего напитка. Некоторые сообщали о сушке для позднего употребления. Здесь описаны только способы, не требующие огня.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Самое опасное сходство — западный ядовитый дуб Toxicodendron diversilobum, у которого тоже листья по три. Но у ядовитого дуба обычно иное ветвление, часто более блестящие листья, а зрелые плоды светлые, беловато-зелёные, не плотные красные грозди этого сумаха. Его сок опасен для кожи независимо от пищевых попыток. Rhus ovata, сумах сахарный, имеет цельные одиночные листья; Rhus integrifolia, лимонадный сумах, тоже несёт цельные кожистые листья. Для сбора нужны одновременно взрослая тройчатая листва и зрелые красные группы плодов. Нельзя трогать растение только ради проверки запаха.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rhus+Trilobata
- https://www.calflora.org/app/ipl?vrid=gr5120
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Rhus_trilobata

Крыжовник горький калифорнийский — Крупные фиолетовые ягоды в железистых щетинках · Ribes amarum

Ribes amarum

На затенённом склоне дубового леса в Южной Калифорнии весной можно заметить колючий куст с округлыми лопастными листьями и необычными пурпурно-красными цветками. Летом он приносит шаровидные тёмные ягоды, покрытые длинными железистыми щетинками. Это горький крыжовник, местный калифорнийский вид. Несмотря на название, зрелые ягоды описаны во Flora of North America как пригодные к еде; для сырой пищи необходимо полностью убрать раздражающие щетинки.

КАК УЗНАТЬ

Листопадный куст примерно 1–2 метра высотой, с вертикальными или слегка расходящимися побегами. Возле узлов часто стоят две–три острые колючки; на промежутках между узлами обычно нет большого количества шипов. Молодые ветви опушённые, иногда железисто-липкие. Листья округлые, с сердцевидным основанием, тремя–пятью неглубокими лопастями и округлыми зубцами. Цветки висят по одному или парами, имеют красноватую трубку и длинные тёмно-пурпурные отогнутые чашелистики, с небольшими светлыми лепестками внутри. Зрелые ягоды округлые, примерно 1,5–2 сантиметра, пурпурные, густо покрытые жёсткими железистыми щетинками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Ribes amarum к эндемикам Калифорнии с несколькими сотнями наблюдений. Растёт в прохладных затенённых каньонах, среди дубовых лесов, чапараля и сосновых лесов Центральной и Южной Калифорнии, от районов San Diego до Monterey и центральных участков Sierra Nevada. Это не обычный крыжовник городской долины Сакраменто. Некоторые узколокальные формы, например историческая var. hoffmannii, имеют особое внимание ботаников, поэтому не следует массово обрывать ягоды редких кустов.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листья появляются после зимних дождей, часто уже в январе–феврале на невысоких склонах. Цветение продолжается с конца зимы по весну, обычно февраль–апрель. После него ягоды растут весной и созревают летом, иногда ближе к июлю на более прохладных высотах. Неспелые зелёные ягоды остаются твёрдыми, а зрелые становятся тёмными и более мягкими. После сухого лета листва может частично опадать.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелая мякоть ягоды. Flora of North America отдельно называет спелые ягоды Ribes amarum съедобными, хотя их название связано с горечью некоторых плодов. Внутренняя мякоть может быть кисловатой и терпкой, с несколькими небольшими семенами. Наружные железистые щетинки неприятны для языка и горла; безопаснее разрезать плод и извлечь чистую мягкую мякоть, не захватывая опушённую кожицу, либо осторожно протереть через мелкое сито. При отсутствии возможности отделить щетинки ягоды не пробуют. Цветки, колючие ветви, листья и корни не включены в сырой рацион.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ribes roezlii — ещё один местный колючий крыжовник лесов Калифорнии, но у него иная форма листьев, цветков и плодов. Ribes speciosum узнают по длинным красным трубчатым цветкам, напоминающим фуксию. Ribes indecorum, наоборот, не имеет колючек на узлах и формирует белые цветки. Для определения горького крыжовника нужны пурпурные чашелистики, крупная железисто-щетинистая ягода и колючки узлов. Нельзя переносить сырую съедобность любого крыжовника на неопознанный плод.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7099
- https://www.worldfloraonline.org/taxon/wfo-0001135586
- https://www.fs.usda.gov/psw/publications/documents/psw_gtr099/psw_gtr099b.pdf

Золотистая смородина — свежие летние ягоды · Ribes aureum

Ribes aureum

В предгорьях и вдоль некоторых калифорнийских ручьёв растёт листопадный кустарник, который особенно заметен весной: на ветвях свисают небольшие кисти золотисто-жёлтых цветков. Позднее вместо них образуются округлые ягоды, не обязательно жёлтые — полностью спелые плоды бывают оранжевыми, красными, коричневыми и почти чёрными. Это золотистая смородина Ribes aureum, местный вид западной Северной Америки. Зрелые ягоды употребляют свежими без нагревания.



Золотистая смородина — фотография растения

Denis.prévôt · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это прямостоячий многолетний кустарник, чаще высотой от полутора до трёх метров. В отличие от многих дикорастущих крыжовников, его ветви обычно без заметных колючек. Побеги серо-коричневые, на старших веточках кора более грубая. Куст может давать новые стебли от основания, образуя отдельные группы.

Листья сидят на черешках по одному, а не попарно. Листовая пластинка округлая в общем очертании и разделена на три, иногда пять неглубоких лопастей. От основания расходятся выраженные жилки, край в разной степени зубчатый. Весной молодые листья светло-зелёные; в конце сезона они желтеют и опадают.

Цветки собраны в небольшие свисающие кисти по несколько штук. Они имеют вытянутую трубчатую чашечку, жёлтые чашелистики и маленькие лепестки. Нередко чувствуется приятный пряный аромат. Цветки постепенно меняют оттенок от жёлтого к оранжеватому или красноватому. На их месте появляются круглые гладкие ягоды обычно размером около половины–одного сантиметра, на вершине которых заметен остаток цветка. На одном кусте плоды способны отличаться по окраске.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Calflora подтверждает Ribes aureum как местный вид Калифорнии, прежде всего на берегах ручьёв, в предгорных дубравах и других подходящих сообществах с достаточной весенней влагой. Куст не одинаково распространён в каждом округе: во влажной пойме он может быть заметен группами, но на пересохшей открытой равнине встречается гораздо реже.

Для района Сакраменто интересны предгорья Сьерры, дубовые редколесья и пойменные участки с небольшими водотоками. University of California Master Gardeners of Placer County отдельно описывает золотистую смородину как растение, подходящее для местного климата, но выращиваемый садовый куст не доказывает наличие дикого растения именно в этой точке. Нельзя автоматически считать любой куст смородины в парке местной природной популяцией.

В Калифорнии существует и разновидность Ribes aureum var. gracillimum, заметная на юге штата. Её ягоды могут быть оранжевыми или красноватыми, а не чёрными. Поэтому цвет ягод здесь не служит главным признаком вида.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

С наступлением влажной весны куст выпускает светло-зелёные листья. В тёплых районах Калифорнии цветение может начинаться зимой или ранней весной, а в более холодных предгорьях заметные жёлтые цветки обычно появляются с марта по май. Отдельные сроки сильно зависят от высоты и влажности.

После опыления завязываются небольшие зелёные ягоды. Летом, ориентировочно в июне–августе, созревают мягкие плоды. В некоторых прохладных районах сезон сдвигается. В конце лета и осенью куст постепенно сбрасывает листья, тогда как сохранённые после естественной сушки ягоды могут использоваться вне короткого летнего периода.

Листья бывают на кусте многие месяцы, цветки — несколько весенних недель, а сырые съедобные ягоды доступны только после полного созревания. Не следует смешивать эти три сезона.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. Золотистая смородина известна именно ягодами. USDA Natural Resources Conservation Service прямо указывает, что полностью спелые ягоды Ribes aureum можно есть непосредственно с куста. Это самостоятельное видовое подтверждение сырой пищи. Вкус варьирует: на одних кустах ягоды сладкие и приятные, на других заметно кисловатые. Полная зрелость определяется не только оттенком, но и мягкостью плода.



Золотистая смородина — детальный снимок растения

Sten (Sten Porse) · CC BY-SA 3.0 · Источник

Свежие размятые ягоды. Их можно есть целиком, раздавливать пальцами или добавлять к холодной плодовой смеси без нагревания. Маленькие семена остаются внутри ягод. Количество плодов зависит от куста и сезона: отдельный куст иногда хорошо плодоносит, иногда почти не имеет урожая.

Естественно подсушенные ягоды. Наиболее достоверно подтверждённый способ — свежие спелые плоды. Сушка без огня возможна как способ сохранить ягоды, но для этой статьи она не объявляется отдельной традицией конкретного калифорнийского народа без прямого свидетельства именно о Ribes aureum.

Молодые листья, цветки, корни и стебли не входят в список сырой еды: их строение помогает распознавать растение, но известная человеку съедобность зрелых плодов не подтверждает пригодность всех остальных частей.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Другие представители рода Ribes тоже встречаются в Калифорнии. У некоторых крыжовников имеются шипы, а ягоды покрыты волосками или щетинками; у Ribes aureum побеги обычно без шипов, а ягоды гладкие. У смородины чапараля Ribes malvaceum цветки розовые, сезон цветения иной, а листья отличаются формой и опушением. Красная или тёмная ягода сама по себе не позволяет назвать куст золотистой смородиной: нужен весенний жёлтый цветок, характерные трёхлопастные листья и расположение плодов.

Рядом с садовыми посадками могут встречаться декоративные сорта Ribes с жёлтыми цветками; точный вид определяют до сбора, а не по вкусу ягоды. Кусты с обработанных участков, возле интенсивных дорог или с неизвестным загрязнением почвы для сырого питания не подходят.

ИСТОЧНИКИ

Calflora — Ribes aureum, местный вид и районы наблюдений Калифорнии: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7102 UC Master Gardeners of Placer County — Two All-Star Currants, местные условия и внешний вид: https://ucanr.edu/site/uc-master-gardeners-placer-county/article/two-all-star-currants USDA NRCS — Golden Currant, морфология и съедобные спелые плоды: https://www.nrcs.usda.gov/sites/default/files/2023-09/tree_booklet_2023_low_Res.pdf Burke Herbarium, University of Washington — Ribes aureum, цветки и ягоды: https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Ribes+aureum

Смородина прицветниковая — Синие мучнистые ягоды северного влажного леса · Ribes bracteosum

Ribes bracteosum

В затенённых лесах северного побережья Калифорнии можно встретить мощный кустарник с очень крупными смородиновыми листьями. Весной на длинных вертикальных кистях раскрываются десятки небольших мягко-оранжевых цветков. К концу лета их сменяют маленькие синевато-чёрные ягоды с налётом. Это Ribes bracteosum — прицветниковая смородина, которую на английском называют stink currant. Её зрелые плоды едят сырыми, но вкус у них более мучнистый и своеобразный, чем у привычной садовой чёрной смородины, а большие порции способны вызвать расстройство желудка.



Смородина прицветниковая — фотография растения

Walter Siegmund (talk) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник, в хорошем влажном месте достигающий двух–трёх метров высотой и почти такой же ширины. Ветки преимущественно без крупных шипов, прямостоячие и широко раскидистые. Листья очередные, очень крупные, округлые, обычно с несколькими широкими лопастями и зубчатыми краями; некоторые достигают более пятнадцати сантиметров в диаметре. При растирании листья могут давать сильный своеобразный запах, но это не пищевой признак. Весной среди свежих листьев поднимаются довольно длинные, часто прямостоячие кисти, несущие множество маленьких оранжевых или зеленовато-оранжевых цветков с широкой чашечкой. После опыления на кистях образуются небольшие зелёные завязи, постепенно синеющие. Зрелая ягода округлая, приблизительно пять миллиметров в диаметре, синевато-чёрная, часто с заметным восковым налётом. Внутри несколько мелких семян; мякоть довольно плотная и иногда мучнистая. Осенью крупные листья желтеют и опадают.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Ribes bracteosum как местный вид Калифорнии, но число документированных наблюдений значительно меньше, чем у обычных предгорных смородин. Калифорнийский питомник местной флоры указывает естественный ареал от Mendocino County на север, особенно в прохладных сырых лесах с редвудами. Вид связан с North Coastal Coniferous Forest, Redwood Forest и Mixed Evergreen Forest. Он предпочитает тенистые влажные каньоны, лесные ручьи и толстый слой листового опада. В долине Сакраменто такой куст не является обычным растением городских пустырей; его скорее можно встретить во время поездки к северному побережью. На подходящем участке куст бывает крупным, но не обязательно даёт высокий съедобный урожай.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной после зимней влаги распускаются огромные мягкие листья и длинные кисти оранжевых цветков. В северном приморском климате цветение может продолжаться с апреля до июня, в прохладном каньоне позже, чем на прогретом склоне. Ягоды сначала зелёные и мелкие. К концу лета они становятся синими либо почти чёрными; видовое описание PFAF указывает сентябрь как характерный срок зрелости в умеренном климате. На тёплых северокалифорнийских участках это может быть август. К осени листья опадают, и отдельные поздние ягоды остаются на кистях, но быстро становятся мягкими и портятся. Для сырой еды нужны лишь полностью зрелые тёмные плоды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые сине-чёрные ягоды. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Ribes bracteosum. Вкус имеет слабую ноту чёрной смородины, но мякоть более мучнистая, иногда с горчинкой. С одной длинной кисти можно снять много маленьких плодов, однако не следует есть большие количества: видовой справочник предупреждает о возможном расстройстве желудка при чрезмерном употреблении. Лучше ограничиться небольшой порцией полностью спелых неповреждённых ягод.



Смородина прицветниковая — детальный снимок растения

Walter Siegmund · CC BY 2.5 · Источник

Естественная сушка. Источник подтверждает использование высушенных зрелых плодов в запас, без обязательного приготовления с огнём. Влажный прибрежный климат, однако, плохо подходит для самопроизвольной сушки: ягоды легко плесневеют. Если нет сухого проветриваемого места, лучше съесть свежие плоды в день сбора. Не используют переспелые загнившие кисти.

История употребления. В Северо-Западной Америке эти ягоды собирали как сезонное дополнение к другим лесным плодам. В читательской статье важна именно пища; листья, ветви и цветки не следует представлять как сырые продукты без отдельного видового подтверждения.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ribes nevadense имеет розово-красные кисти и обычно более мелкие листья горных лесов; у Ribes bracteosum кисти гораздо длиннее и часто оранжевые, а лист может быть огромным. Ribes sanguineum цветёт ярко-розовыми кистями и чаще обитает на более открытых местах. У настоящих крыжовников на побегах находятся шипы, отсутствующие либо гораздо менее заметные у этого вида. Определять следует по размеру листа, характеру цветочной кисти, месту произрастания и зрелой тёмной ягоде вместе. Нельзя есть тёмный плод любого неизвестного кустарника только потому, что он расположен длинной гроздью.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7106
- https://www.calfloranursery.com/plants/ribes-bracteosum/
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Ribes+bracteosum

Крыжовник калифорнийский — Колючий куст и красные плоды на прибрежных склонах · Ribes californicum

Ribes californicum

В кустарниках прибрежных гор Калифорнии растёт невысокий крыжовник с лопастными листьями, колючками на ветвях и маленькими красными плодами. На ягодах часто видны крепкие шипики, поэтому их невозможно просто зачерпнуть горстью, как смородину. Это Ribes californicum — калифорнийский, или склоновый, крыжовник, местный вид, который в природе не выходит за пределы штата. Внутренняя часть полностью зрелого плода съедобна сырой, но колючую наружную поверхность нужно обязательно отделить.



Крыжовник калифорнийский — фотография растения

Tom Hilton · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Кустарник листопадный, часто высотой от половины до полутора метров, с тонкими, дугообразно расходящимися древесными побегами. На стеблях рядом с основанием черешков находятся шипы, иногда по несколько. Листья очередные, округлые, с тремя–пятью лопастями и заметными зубцами по краю. На молодых побегах и нижней стороне листьев нередко есть мягкие волоски. Цветки развиваются весной по одному или небольшими группами, часто зеленоватые, кремовые, розоватые; крупного яркого венчика нет. После опыления появляются круглые плоды около сантиметра шириной. Они сначала зелёные, затем постепенно краснеют. На кожице располагаются отдельные или многочисленные длинные щетинистые шипики, которые хорошо видны в профиль. Внутри находится мягкая мякоть с несколькими мелкими семенами. Для определения важен весь куст: форма листьев, расположение шипов на ветке, цветок и полностью окрашенный плод.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora называет Ribes californicum эндемиком Калифорнии и показывает его в прибрежных хребтах, чапарале и дубовых лесах. Наблюдения обычны в San Mateo, San Benito, Santa Clara, Alameda и Marin, а также в отдельных более южных округах. Вид имеет разновидности, включая var. californicum и var. hesperium, которые встречаются в разных частях ареала. В сухой равнине Сакраменто он не является основной массовой плодовой растительностью. При поездке на запад к холмам залива или в прибрежные горы соответствующие местообитания значительно вероятнее. На некоторых склонах вид встречается отдельными кустами, а не большими ягодными зарослями.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягких прибрежных районах листья раскрываются зимой или ранней весной после дождей. Небольшие цветки появляются весной, часто с марта по май; на более прохладных склонах позже. Зелёные колючие ягодки начинают расти после опыления и постепенно краснеют. Полностью зрелые плоды обычно доступны в конце весны и летом, в зависимости от высоты, тени и количества влаги. На одном кусте часть ягод уже может быть красной, тогда как другие остаются зелёными. Не следует собирать жёсткие зелёные плоды как эквивалент зрелых. К засушливому сезону часть листьев желтеет и опадает, а свежий плодовый урожай быстро заканчивается.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только мякоть зрелого красного плода. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Ribes californicum. Плод может иметь кисловатый, слегка сладкий вкус и небольшое количество мякоти. Сначала нужно убедиться, что ягода полностью созрела, затем аккуратно отделить внутреннюю мягкую часть от кожицы с острыми шипиками. Целый колючий плод в рот не кладут: щетинки способны травмировать губы и слизистую.

Свежая размятая мякоть. Несколько очищенных плодов можно растереть холодным способом и съесть сразу. При небольшой урожайности это скорее редкий местный вкус, чем источник большого объёма пищи. В видовом источнике также описана сушка плодов, но в сухой заготовке не должны оставаться колючки, способные ранить при последующем употреблении.

Листья, цветки, побеги и корни не включаются в сырой пищевой перечень. Если чисто снять колючую кожицу невозможно, лучше отказаться от конкретного плода.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ribes roezlii, уже описанный в каталоге, часто имеет более крупные и особенно густо колючие ягоды в горной части Сьерры. У Ribes divaricatum зрелые плоды обычно темнеют почти до чёрного и более гладкие. Крыжовник фуксиевидный Ribes speciosum имеет длинные алые трубчатые цветки и оранжево-красные щетинистые плоды. У Ribes californicum цветки скромнее и форма листьев другая. Красная ягода с шипами не является достаточным определением без цветка, побега и привязки к ареалу. Рядом с крыжовником может расти ядовитый дуб, листья которого нельзя захватывать при сборе.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7107
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7108
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+californicum

Смородина восковая — Мелкие светлые цветки и красные ягоды в горных лесах · Ribes cereum

Ribes cereum

На сухих каменистых склонах Сьерра-Невады можно встретить невысокий ветвистый куст со светло-зелёными лопастными листьями. Летом на нём висят круглые ягоды, которые от зелёных становятся розово-красными, иногда с лёгким восковым налётом. Это Ribes cereum — восковая смородина. Её плоды известны как сырая пища, но имеют необычную консистенцию, а большие количества могут вызвать тошноту. Поэтому этот вид относится к небольшим сезонным добавкам, а не к массовому ягодному рациону.



Смородина восковая — фотография растения

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник высотой обычно от полуметра до двух метров, часто сильно разветвлённый. Ветви относительно тонкие, без длинных твёрдых шипов крыжовников. Листья очередные, небольшие, округлые, с тремя–пятью короткими лопастями и мягко зубчатым краем. Верхняя поверхность иногда слегка восковая, снизу могут быть тонкие железистые волоски. Цветки появляются в маленьких группах, часто на коротких кистях, имеют беловатую, кремовую или слегка розоватую трубчатую чашечку и малозаметные лепестки. Они значительно скромнее длинных розовых кистей Ribes nevadense. Позднее образуются небольшие шаровидные ягоды, часто с сохранившимися сухими остатками цветка на верхушке. Цвет плодов меняется от зеленоватого до розового или красного, а у некоторых популяций бывает почти пурпурным. Внутри находится мягкая, иногда желеобразная масса с многочисленными мелкими семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora указывает Ribes cereum как местный калифорнийский вид с наблюдениями по Sierra Nevada, Inyo, Mono, Placer, Plumas, Shasta и горным округам на юге. Растение характерно для жёлтососновых, пихтовых и субальпийских лесов, открытых каменистых склонов и можжевеловых сообществ. На больших высотах встречается даже у границы древесной растительности. Городская равнина Sacramento Valley не является обычным местообитанием. У сорта var. cereum есть калифорнийские горные популяции; у других разновидностей могут несколько отличаться листья и плоды. Внутри подходящего леса кусты иногда встречаются небольшими группами, но не образуют ягодного ковра.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В горах листья разворачиваются после снеготаяния весной или в начале лета. Цветки появляются спустя некоторое время, часто с мая по июль, а на большой высоте даже позже. Зелёные завязи формируются после опыления и постепенно окрашиваются. Зрелые плоды чаще доступны в августе–сентябре, иногда раньше на тёплых солнечных склонах. У некоторых кустов плоды уже красные, но ещё жёсткие; мягкость и полная окраска важнее одной даты. Осенью листья желтеют и опадают. На высокогорных холодных склонах ягодный сезон может закончиться очень быстро.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые ягоды. Plants For A Future прямо указывает сырое употребление Ribes cereum, но предупреждает: вкус сильно меняется от пресного до ценимого, а большие количества способны вызывать тошноту. Поэтому разумна лишь небольшая пробная пищевая порция у человека без индивидуальных противопоказаний, а не ведро ягод. Мякоть может быть кисловатой, мучнисто-желеобразной и слегка вяжущей. Спелую ягоду едят свежей, не смешивая с зелёными недозрелыми плодами.



Смородина восковая — детальный снимок растения

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Источник

Цветки. Видовой справочник также подтверждает сырое употребление цветков с мягким сладковатым вкусом. Они малы, появляются весной и не дают значительного урожая. Листья упомянуты как пищевой вид без ясной инструкции о сыром способе, поэтому листья, корни и побеги в пищевую часть не включены.

Можно естественно высушить полностью зрелые плоды, но при любом ухудшении самочувствия от употребления нужно отказаться. В охраняемом высокогорье сбор может быть запрещён.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ribes nevadense отличается более длинными свисающими розово-красными кистями и обычно тёмными зрелыми ягодами. Ribes montigenum — другой горный крыжовник — имеет колючки и некоторые щетинистые плоды. Восковую смородину определяют по небольшим лопастным листьям, отсутствию крупных шипов, скромным светлым цветкам и красноватым ягодам с остатками чашечки. Нельзя путать её с неизвестным кустарником только по малым красным плодам. Крайне важны фотодоказательства каждого вида при составлении атласа, особенно если на одной тропе растут несколько разных Ribes.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7111
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7112
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+cereum

Крыжовник раскидистый — Тёмные ягоды среди шипов прибрежного куста · Ribes divaricatum

Ribes divaricatum

На опушках прибрежных лесов Калифорнии можно встретить раскидистый колючий кустарник с небольшими округлыми листьями. Весной на нём раскрываются скромные свисающие цветки, а летом зеленоватые плоды постепенно становятся красными и почти чёрными. Это Ribes divaricatum — крыжовник раскидистый. Его спелые ягоды съедобны сырыми; незрелые зелёные плоды, которые иногда упоминаются в кулинарных источниках, обычно употреблялись после приготовления.



Крыжовник раскидистый — фотография растения

Nadiatalent · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник с тонкими дугообразными ветвями, часто высотой от метра до двух. Возле узлов на ветках заметны крепкие шипы, а между ними могут быть дополнительные колючки. Листья очередные, на черешках, с тремя–пятью округлыми лопастями и зубчатым краем; по форме похожи на маленькие кленовые листья. Цветки располагаются по одному или небольшими группами, зеленоватые, розоватые либо чуть красноватые, не так заметны, как у красноцветковой смородины. Плод — округлая ягода примерно сантиметрового размера с несколькими мелкими семенами внутри. Сначала он зелёный и плотный, после постепенного созревания становится тёмно-пурпурным, почти чёрным, и мягче. У некоторых кустов ягоды имеют слегка сизый оттенок. Полезно наблюдать один и тот же куст весной и летом: строение шипов, цветков и плодов вместе надёжнее одного листа.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Ribes divaricatum местным кустарником Калифорнии, особенно характерным для прибрежных округов, таких как San Mateo, Marin, Santa Cruz, Monterey, San Luis Obispo и соседние. Он растёт на лесных опушках, у ручьёв, в влажных каньонах и среди низких прибрежных кустарников. Жаркая сухая Sacramento Valley не является основным природным ареалом этого крыжовника. В подходящем месте отдельные кусты способны обильно плодоносить, однако сплошных многокилометровых зарослей, как у гималайской ежевики, обычно не образуют. Это местный вид, а не специально посаженная плодовая культура, хотя его родственники выращиваются в садах.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной распускаются листья и цветки, часто в апреле–мае. После цветения появляются маленькие зелёные ягоды, увеличивающиеся в размере несколько недель. Plants For A Future указывает созревание примерно в июле–августе. В прохладных местах некоторые тёмные плоды могут оставаться на ветвях до осени, если их не собрали птицы. В конце сезона листья желтеют и опадают. Для холодного употребления важно дождаться мягкости и полной тёмной окраски: зелёный плод и зрелая ягода — разные пищевые стадии.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью спелые тёмные ягоды. PFAF прямо подтверждает сырую съедобность Ribes divaricatum. Мякоть бывает сочной, с сочетанием сладости и кислинки; кожица иногда кислее внутренней части. Ягоды едят свежими либо разминают без нагревания. Маленькие семена внутри зрелой мягкой мякоти обычно не мешают употреблению.



Крыжовник раскидистый — детальный снимок растения

Nadiatalent · CC BY-SA 3.0 · Источник

Холодная ягодная масса. Полностью спелые плоды можно раздавить и употребить вскоре после сбора. В жаркую погоду повреждённые ягоды портятся особенно быстро. Не следует использовать ягоды с плесенью или запахом брожения.

Зелёные незрелые ягоды у этого вида иногда собирали для последующего приготовления, но это не означает, что они столь же пригодны сырыми. Листья, цветки и корни в пищевую часть не входят. Шипы требуют осторожного сбора без повреждения кожи.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Ribes speciosum цветки длинные ярко-красные, похожи на миниатюрные фуксии, а красно-оранжевые плоды покрыты щетинками. У Ribes divaricatum цветки менее яркие, плоды темнеют и обычно глаже. Золотистая смородина Ribes aureum имеет жёлтые цветки и меньше шипов. Несколько Ribes можно отличить надёжно только по сочетанию стебля, листьев, цветков и зрелых плодов. В прибрежном чапарале рядом встречается ядовитый дуб Toxicodendron diversilobum; его листья нельзя случайно захватывать при сборе ягод. Не берут плоды с обработанных декоративных кустов и на закрытой территории.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7114
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?latinname=Ribes+divaricatum

Смородина белоцветковая — Ароматные белые кисти и маленькие пурпурные ягоды · Ribes indecorum

Ribes indecorum

В сухих южнокалифорнийских дубравах зимой или ранней весной на почти голых ветках могут появляться короткие кисти маленьких белых цветков с лёгким пряным запахом. Позднее куст выпускает округлые лопастные листья, а летом завязывает тёмные ягоды. Это белоцветковая смородина — местный вид южного прибрежного чапараля. Её ягоды описаны как съедобные, но во Flora of North America отмечено, что вкусовые качества вида изучены недостаточно.



Смородина белоцветковая — фотография растения

Stickpen · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадный куст обычно 1,5–3 метра высотой. Ветви довольно прямые, густо покрыты короткими волосками и мелкими железками, но в отличие от многих крыжовников не имеют настоящих колючек у узлов. Листья очередные, округлые, с тремя–пятью неглубокими лопастями, зубчато-городчатым краем и сердцевидным основанием, на нижней стороне беловато-войлочные. Цветочные кисти короткие, обычно по 10–25 белых цветков, каждый с маленькой трубчатой чашечкой и короткими белыми лепестками. Ягоды округлые, примерно 6–7 миллиметров, при полной зрелости пурпурные, иногда с мягким железистым опушением и небольшими семенами внутри.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает примерно девятьсот наблюдений Ribes indecorum в Калифорнии, преимущественно в San Diego, Los Angeles, Orange, Riverside, Ventura и Santa Barbara. Вид растёт в прибрежном чапарале, среди шалфейного кустарника, у дубовых рощ, на северных склонах и по сезонным ручьям. В Sacramento Valley это не местный массовый вид. Зимой куст заметен по белым кистям, а после наступления сухого лета может терять часть листьев. Сбор в охраняемых природных территориях зависит от их правил.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В прибрежной Южной Калифорнии бутоны могут раскрываться уже в конце осени; основное цветение — зима и ранняя весна, часто с декабря по март. После опыления развиваются небольшие зелёные ягоды, которые темнеют к концу весны и в начале лета. В сухие годы урожай ограничен. Полностью зрелая ягода имеет равномерный тёмно-пурпурный оттенок и мягкую кожицу. Собирать незрелые зелёные ягоды нет смысла.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые ягоды. Калифорнийские местные питомники Las Pilitas и Plant Material отдельно отмечают съедобность плодов Ribes indecorum, хотя академическая Flora of North America не характеризует их вкус. Поэтому это не гарантированно сладкая «дикорастущая смородина»: ягодки могут быть терпкими, кислыми и с малым количеством мякоти. При точном определении вида полностью спелые мягкие плоды допустимо пробовать сырыми понемногу, предварительно удалив заметные железистые волоски и грязь. Листья, корни и цветки не имеют подтверждённого здесь сырого пищевого способа. При индивидуальной непереносимости даже небольшую порцию не едят.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Ribes sanguineum цветочные кисти обычно длиннее, розовые либо красноватые, а у Ribes indecorum цветки белые и мелкие. Ribes amarum имеет узловые колючки и крупные щетинистые ягоды, что отличает его от белоцветковой смородины. Ribes malvaceum может иметь похожие округлые листья, но другая окраска цветков и форма кистей помогают различению. Для определения нужен цветущий куст: по одной тёмной ягоде вид распознать ненадёжно.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7119
- https://www.laspilitas.com/nature-of-california/plants/579--ribes-indecorum
- https://plant-material.com/collections/plants/products/ribes-indecorum
- https://www.worldfloraonline.org/taxon/wfo-0001135601

Крыжовник белостебельный — Зелёные ветки у горных ручьёв и небольшие зрелые ягоды · Ribes inerme

Ribes inerme

В прохладных лесных ложбинах северной Калифорнии иногда растёт кустарник с тонкими сравнительно светлыми ветвями и округлыми лопастными листьями. В начале весны на ветвях появляются небольшие зеленоватые цветки, позже — круглые ягоды. Это Ribes inerme, белостебельный крыжовник, местный вид влажных горных сообществ. Его полностью зрелые плоды пригодны для сырого употребления, хотя сами по себе невелики. Название inerme означает «невооружённый», но на некоторых растениях всё-таки встречаются шипы, поэтому не следует считать любой гладкий куст точно определённым видом.



Крыжовник белостебельный — фотография растения

DouglasGoldman · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник, иногда достигающий двух метров высотой, с несколькими разветвлёнными побегами. Молодые стебли обычно светло-серые, бледно-бурые или слегка зеленоватые, шипов может быть мало, а у некоторых экземпляров они появляются в узлах. Листья очередные, округлые, обычно разделены на три–пять лопастей, с небольшими зубцами по краям и заметными жилками от основания. Весной возникают цветки по одному или небольшими группами, окрашенные в зеленоватые, беловатые либо слабые розоватые тона. Цветок колокольчатый, с заметной чашечкой, но далеко не таким большим раскрытым венчиком, как у садовой розы. После опыления на коротких цветоножках растут маленькие круглые плоды, которые по мере зрелости становятся темнее или приобретают красновато-пурпурный оттенок в зависимости от местной разновидности. Зрелый плод около восьми миллиметров диаметром, с несколькими мелкими семенами внутри. К осени листья желтеют и опадают, остаются тонкие светлые ветви.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Ribes inerme как местный вид Калифорнии, причём выделяет разновидности var. inerme и var. klamathense. Наблюдений относительно немного, около нескольких сотен, в основном по северным и горным округам, на влажных береговых участках и лесных опушках. Вид привязан к wetland-riparian сообществам, прохладным ручьям и местам, где почва долго остаётся влажной. В сухом городском Sacramento Valley его нельзя считать массовым кустом каждого парка. В пределах подходящего каньона могут расти разные Ribes с похожими листьями, поэтому для определения желательно видеть цветок и плод именно на том кусте. Небольшие локальные группы не следует полностью лишать урожая ради одной порции.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После зимнего покоя куст распускает почки весной, в горных долинах обычно после начала таяния снега. Маленькие цветки появляются ранней весной либо к маю, если место прохладное. После опыления развиваются зелёные твёрдые ягоды, которые постепенно приобретают зрелую окраску в течение лета. В низком горном поясе мягкие плоды могут появиться уже в июле, выше — ближе к августу–сентябрю. Точная дата меняется от года к году и зависит от воды. На одном кусте бывают одновременно зелёные и зрелые плоды. Осенью листья опадают, остатки ягод могут высыхать и быстро портиться. Сырым пищевым сезоном считается только стадия здоровой мягкой полностью зрелой ягоды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелая ягода. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление плодов Ribes inerme. Это небольшой крыжовник, около восьми миллиметров в диаметре, вкус может быть кисловатым и слабосладким. Ягоды можно съесть свежими по одной, аккуратно отделив плодоножки и сухие части цветка. Они годятся скорее как небольшое дополнение к другим лесным плодам. Жёсткие зелёные недозрелые ягодки не равны зрелым мягким.



Крыжовник белостебельный — детальный снимок растения

DouglasGoldman · CC BY-SA 4.0 · Источник

Без огня. Здоровую мякоть можно растереть в холодное пюре. Но есть смысл только в небольшой свежей порции: собирать десятки мелких плодов в густом кустарнике трудоёмко. При появлении плесени, повреждений насекомыми, неприятного запаха либо признаков гнили продукт выбрасывают. Сырые листья, цветки, кора и корни для этого вида не получили отдельного подтверждения и в пищевой перечень не включены.

Осторожность с различными формами. В старых справочниках Ribes inerme иногда объединяли с Ribes divaricatum, однако Calflora сейчас выделяет самостоятельный вид с разновидностями.

Нельзя считать каждую «бесшипную» форму прибрежного крыжовника тем же растением без точной диагностики.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ribes divaricatum растёт преимущественно ближе к побережью и обычно имеет другой цвет и размеры зрелых ягод, иногда более отчётливые колючки. Ribes lacustre гораздо сильнее вооружён шипами и часто имеет маленькие почти чёрные плоды. Ribes roezlii чаще встречается в Сьерре и несёт колючие ягодки, нередко с длинными жёсткими щетинками на кожице. Белостебельный крыжовник нельзя определять только по отсутствию шипов: у Ribes inerme они иногда присутствуют, а у других Ribes могут быть слабо развиты. Совокупность цветка, листа, побегов, зрелой ягоды и точного места произрастания обязательна.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7120
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Ribes+inerme
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Ribes_inerme

Смородина озёрная — Колючий куст с маленькими чёрными плодами у прохладных ручьёв · Ribes lacustre

Ribes lacustre

В прохладных хвойных лесах Калифорнии вдоль лесных троп иногда встречается колючий кустарник с блестящими лопастными листьями. Когда наступает лето, под листьями можно заметить мелкие почти чёрные ягодки на тонких кистях. Это Ribes lacustre — озёрная, или болотная, смородина. Несмотря на название «смородина», растение имеет множество крепких шипиков на ветвях и иногда на плодоножках. Его полностью зрелые ягоды можно есть сырыми, но доступ к ним требует осторожности, а вкус бывает довольно кислым.



Смородина озёрная — фотография растения

Walter Siegmund (talk) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Куст обычно высотой от одного до двух метров, с тонкими древесными ветвями и большим количеством прямых острых шипов у узлов, иногда и между ними. Молодые побеги зеленоватые, позднее буреют. Листья расположены очередно, округлые или почти сердцевидные, разделены на три–пять лопастей с неровными зубцами, иногда опушены и железисты снизу. Весной появляются небольшие свисающие кисти из красновато-зелёных или пурпурных цветков. Каждый цветок имеет заметную чашечку, но не такие крупные раскрытые лепестки, как роза. После опыления формируются маленькие круглые ягоды; они сначала зелёные, затем тёмно-пурпурные, а полностью зрелые почти чёрные. Внутри находятся мелкие семена. На ветвях сохраняются шипы даже в безлистный сезон, что помогает узнать куст, но без цветков и ягод сходные виды Ribes различаются трудно.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora включает Ribes lacustre в местные кустарники Калифорнии. В штате он встречается в прохладных хвойных лесах, на влажных лесных опушках, в тенистых ущельях и у ручьёв, особенно в северных горных районах и Сьерре. В долине Sacramento Valley на жаркой открытой равнине его не следует считать обычным придорожным кустом; подходящие условия чаще встречаются в более высоких лесах. Кусты могут образовывать небольшие заросли у тропы либо по краям влажных полян, но из-за множества шипов они не дают удобного массового урожая. В лесном заповеднике может действовать запрет на сбор ягод, даже если вид не является редким.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После схода снега весной раскрываются листья, а в апреле–июне, в зависимости от высоты, небольшие цветки. После них на кистях завязываются зелёные ягоды. К середине или концу лета они темнеют и размягчаются; на более прохладных склонах зрелые плоды встречаются в августе–сентябре. На одном кусте окраска может быть неодинаковой: зелёные и почти чёрные ягодки висят рядом. Только полное созревание даёт тот вкус, который описан в пищевых источниках. Осенью листья желтеют и опадают, и сезон сырого плодового сбора заканчивается. Зимние шипастые ветви могут сохраняться, но свежих ягод обычно уже нет.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью спелые тёмные ягоды. Plants For A Future подтверждает сырое употребление Ribes lacustre. Зрелая мякоть сочная, кисловатая; некоторые справочники отмечают довольно приятный вкус после полной зрелости. Маленькие ягоды можно снимать по одной, избегая контакта кожи с шипами побегов. Плоды не обязаны быть абсолютно сладкими: даже спелая смородина этого вида бывает кислой. Достаточно небольшой порции.



Смородина озёрная — детальный снимок растения

Walter Siegmund · CC BY-SA 3.0 · Источник

Холодное разминание и сушка. Спелые ягоды можно размять без нагревания либо высушить для более позднего употребления; эти способы упоминаются в видовом справочнике. Сушить следует только чистые зрелые плоды и в подходящих сухих условиях; ягоды с плесенью не едят. Шипы и жёсткие плодоножки в пищу не включаются.

Что не рекомендуем. Листья, цветки, кора и корни не являются подтверждёнными сырыми пищевыми частями в указанном видовом источнике. Несмотря на то, что у других Ribes листья могут применяться по-разному, переносить их способы употребления без видовых данных нельзя.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ribes roezlii имеет крупные плоды с длинными заметными шипиками и более характерен для части горной Сьерры. Ribes menziesii бывает очень колючим и даёт тёмные плоды, но отличается строением цветков и деталями листьев. Ribes montigenum растёт выше в горах и может иметь свои красноватые плоды; в некоторых старых источниках его путали с Ribes lacustre на уровне разновидностей. Поэтому для определения важны небольшие свисающие цветочные кисти, размер и окраска плода, тип шипов и местонахождение. Нельзя выбирать вид только по чёрным ягодам на колючем кусте.

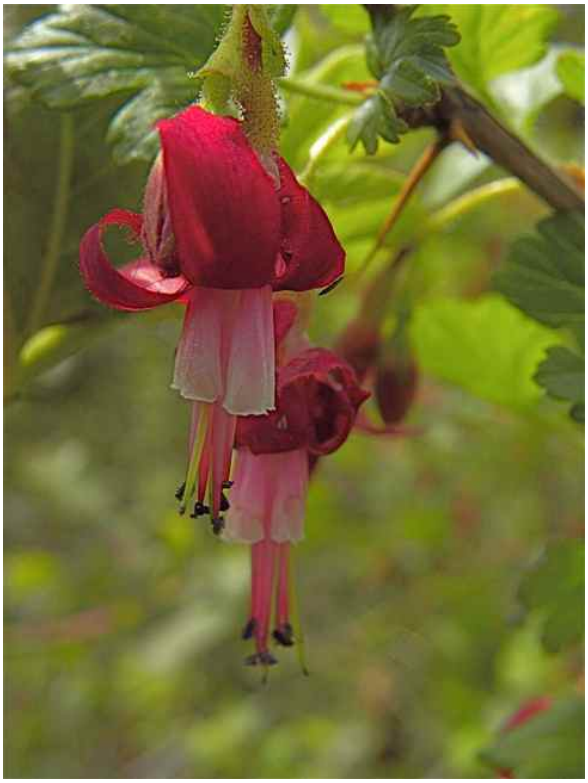
ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+lacustre
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Ribes_lacustre

Крыжовник Лобба — Висячие красно-белые цветки и терпкие ягоды · Ribes lobbii

Ribes lobbii

В северных лесах Калифорнии среди кустарников иногда видны необычные цветки: будто маленькие красно-белые фонарики свисают под ветками. Позднее на их месте появляются округлые ягоды, иногда покрытые липкими или щетинистыми волосками. Это крыжовник Лобба, известный также как липкий крыжовник. Его плоды можно употреблять сырыми, хотя источники предупреждают, что вкус обычно малоприятный.



Крыжовник Лобба — фотография растения

Peter Stevens · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадный колючий кустарник обычно около одного–полутора метров высотой, иногда ниже на открытых склонах. На ветвях заметны колючки, особенно возле узлов, а молодые побеги могут иметь тонкое опушение. Листья округлые, с несколькими лопастями и зубчатым краем, напоминают маленькие крыжовниковые листья. Главная особенность периода цветения — поникающие одиночные или немногочисленные цветки с длинной цветочной трубкой; красноватые наружные части контрастируют с более светлыми, иногда почти белыми внутренними лепестками. Плоды шаровидные, небольшие, к зрелости темнеют, поверхность у отдельных растений липкая или опушённая. Семена расположены внутри сочной мякоти.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Ribes lobbii как местный для Калифорнии кустарник, встречающийся на склонах северных прибрежных и горных хвойных лесов. В системе наблюдений указаны сообщества северных приморских хвойных лесов и горных пихтовых лесов. Для открытых сухих улиц Сакраменто и жаркой долины растение не характерно. Обычнее искать его в прохладных лесных местах с подходящей влажностью и почвой. Даже там кусты могут стоять одиночно, а не образовывать массовые ягодники.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

undefined

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые плоды. PFAF специально подтверждает, что ягоды Ribes lobbii можно есть сырыми. Вместе с тем источник прямо описывает их как в целом невкусные, иногда очень терпкие. Поэтому это скорее редкая возможность попробовать определённый зрелый плод, чем хороший постоянный источник калорий. У ягоды может быть щетинистая кожица и небольшое количество мякоти; повреждённые, заплесневелые и незрелые ягоды не едят. Листья, цветки и корни не включены в подтверждённый сырой рацион данного вида.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Сходные местные крыжовники Ribes divaricatum, R. roezlii и R. montigenum имеют колючие ветви, округлые листья и ягоды, но отличаются строением цветков, шипами, окраской и характером опушения плода. Крыжовник Лобба особенно узнаваем по крупным необычным поникающим цветкам красно-белого оттенка. После цветения надёжное определение затрудняется: по одной липкой ягоде вид установить нельзя. Колючки могут травмировать пальцы, поэтому растения не трясут и не срывают ветви целиком.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7126
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+lobbii
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ribes_lobbii.jpg

Смородина чапараля — Ранние розовые цветки и мелкие пурпурные ягоды · Ribes malvaceum

Ribes malvaceum

На склонах калифорнийского чапараля некоторые кустарники цветут раньше весенней травы. Среди зимней зелени появляются свисающие кисти нежно-розовых цветков, а летом — небольшие тёмно-пурпурные ягодки. Это Ribes malvaceum, смородина чапараля, местный кустарник, приспособленный к сухому сезону. Её полностью зрелые плоды пригодны для употребления сырыми; цветки и листья помогают точно определить вид, но сами по себе не становятся пищей.



Смородина чапараля — фотография растения

Daderot · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник, иногда сохраняющий часть листвы в мягкую зиму, высотой примерно от одного до двух метров. Ветви прямостоячие или слегка дугообразные, обычно не несут крепких колючек, характерных для некоторых крыжовников. На побегах могут быть мелкие железистые волоски. Листья располагаются очередно, округлые или сердцевидные у основания, с тремя–пятью лопастями, неглубоко разделёнными и зубчатыми. Поверхность немного морщинистая; снизу часто заметно опушение. Кисти цветков свисают из пазух на боковых побегах. В них бывает от десятка до нескольких десятков розовых или пурпурных цветков, каждый с заметной трубчатой чашечкой, узкими лепестками и короткими цветоножками. После цветения появляются округлые ягоды небольшого размера, около шести–семи миллиметров. Они сначала зеленоватые, затем темнеют до пурпурных. Поверхность может быть покрыта железистыми волосками, но нет длинных жёстких щетинок, как на плодах фуксиевидного крыжовника.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Ribes malvaceum местным для Калифорнии и отмечает его в сообществах чапараля, дубовых редколесий и на сухих склонах. Наблюдения многочисленны на центральном и южном побережье и во внутренних предгорьях, однако куст не одинаково распространён в каждом округе. Растёт на солнечных или полутенистых склонах, среди дубов, по краям каньонов. California Flora Nursery описывает его как устойчивый к летней засухе куст, который может рано зацветать уже посреди зимы. В сухой равнинной части Сакраменто он не так обилен, как местная ежевика возле рек; в предгорьях подходящие места встречаются чаще. Рядом с культурными садами возможны высаженные декоративные экземпляры.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

В отличие от большинства северных ягодных кустов, смородина чапараля часто начинает цвести зимой после первых дождей. Розовые кисти могут появляться с декабря до марта, в прохладных районах позже. После них завязываются мелкие зеленоватые ягоды. Полное созревание происходит в течение весны и лета, зависит от высоты, осадков и температуры. Видовой справочник указывает ягоды как пищевую часть середины и конца лета, но на южных тёплых склонах часть урожая может быть раньше. В засушливую часть года листва нередко частично опадает; по наличию зимних цветков нельзя предполагать наличие съедобных плодов зимой.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые пурпурные ягоды. Plants For A Future отдельно отмечает, что плоды Ribes malvaceum можно есть сырыми. Они маленькие, с приятной кислинкой и несколькими семенами внутри. Зрелая ягода мягче и темнее недозрелой. Плоды удобно употреблять сразу после сбора, не нагревая, либо раздавить для небольшой холодной ягодной массы. Серьёзного энергетического урожая с одного куста ожидать не стоит: даже когда ягод много, они очень маленькие.



Смородина чапараля — детальный снимок растения

Curtis Clark · CC BY-SA 2.5 · Источник

Свежая мякоть. У полностью зрелых ягод кожицу не обязательно обрабатывать отдельно, если на ней нет загрязнений, но при заметных железистых волосках и раздражении лучше отказаться от употребления конкретных плодов. Незрелые зелёные ягоды не равнозначны зрелым по вкусу и не включены в сырой пищевой перечень.

Цветки, листья, стебли и корни остаются частью ботанического описания. Упоминания о других Ribes не подтверждают съедобность каждой части этого вида.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ribes sanguineum имеет значительно более крупные эффектные красно-розовые весенние кисти и обычно тёмные с сизым налётом ягоды, но отличается общей формой листа и ареалом. У Ribes speciosum ярко-красные длинные цветки напоминают фуксии, побеги колючие, а ягоды покрыты густыми щетинками. У золотистой смородины Ribes aureum цветки жёлтые. Разные Ribes до цветения трудно отличать по одному лопастному листу; желательно наблюдать тот же куст в период цветения и плодоношения. Растение из декоративной посадки может быть обработано инсектицидами; сырые ягоды с такого места не употребляют.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7127
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Ribes+malvaceum
- https://www.calfloranursery.com/plants/ribes-malvaceum/
- https://www.worldfloraonline.org/taxon/wfo-0001135609

Крыжовник Мензиса — тёмная ягода в густых шипах прибрежного леса · Ribes menziesii

Ribes menziesii

В прибрежных лесах Калифорнии среди дубов и редвудов может расти колючий кустарник, у которого ветви ощетинились сильнее, чем у обычной смородины. Весной он раскрывает небольшие цветки, а позднее среди шипов висят округлые тёмно-пурпурные ягоды. Это Ribes menziesii — крыжовник Мензиса, или каньонный крыжовник. Его плоды ботанически съедобны сырыми, но во многих популяциях их мякоти так мало, что они уступают обычному ягодному урожаю; шипы делают сбор трудным.



Крыжовник Мензиса — фотография растения

jkirkhart35 · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный куст высотой приблизительно от метра до двух, с разветвлёнными древесными стеблями. На узлах находятся крупные шипы, часто по нескольку, а между узлами могут располагаться дополнительные мелкие колючки. Молодые листья выходят на коротких черешках, обычно округлые в очертании, с тремя–пятью лопастями и зубчатым краем. Поверхность бывает волосистой или с мелкими железистыми волосками, что различается между разновидностями. Цветки маленькие, поникающие, зеленоватые, розоватые или кремовые, образуются одиночно или в коротких кистях. После цветения появляется округлая ягода, которая из зелёной постепенно становится красноватой, затем тёмно-пурпурной. Размер небольшой, около сантиметра; внутри бывает множество семян и относительно мало мягкой ткани. Шипы на побегах особенно заметны в конце зимы, когда листьев мало; для точного определения одного расположения шипов недостаточно.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Ribes menziesii как местный калифорнийский вид и показывает сотни наблюдений в сообществах Redwood Forest, Mixed Evergreen Forest и Chaparral. Он более характерен для влажных каньонов и прибрежных лесных опушек Северной и Центральной Калифорнии, чем для сухой равнины Сакраменто. У этого вида выделяют разновидности; отдельная R. menziesii var. ixoderme имеет редкий статус California Rare Plant Rank 1B.2 и не должна становиться объектом пищевого сбора. Поэтому нельзя просто говорить, что любой похожий каньонный крыжовник можно свободно собирать. В подходящих лесах растение встречается отдельными кустами и группами, но не образует большого удобного ягодника.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

На мягком побережье молодые листья иногда появляются уже в конце зимы, в прохладных районах позднее. Маленькие поникающие цветки раскрываются весной, ориентировочно с марта по май, затем формируются зелёные ягоды. Их полное созревание обычно приходится на лето, примерно июль–сентябрь, со сдвигом по высоте и тени. После плодоношения листва желтеет и опадает. Старые шипы остаются видимыми зимой, но ягодный сезон заканчивается. Нельзя приравнивать зелёную стадию плода к зрелому урожаю только потому, что он уже достиг обычного размера.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Plants For A Future прямо указывает, что плоды Ribes menziesii съедобны сырыми. Однако тот же источник отмечает, что их часто ошпаривают перед употреблением, а Calflora обращает внимание на большое количество семян и скудную мякоть. Поэтому в атласе без огня предлагается только полностью зрелая мягкая внутренняя часть плода, отделённая от возможных раздражающих волосков на кожице и от колючек ветви. Сам плод иногда выглядит многообещающе, но после удаления кожицы и семян остаётся мало еды.



Крыжовник Мензиса — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

Вкус спелой мякоти может быть терпким, кисловатым и иногда неприятным; не нужно обещать сладость садового крыжовника. При невозможности аккуратно отделить съедобную часть от колючей поверхности плод лучше оставить. Известные горячие способы приготовления здесь не применяются. Цветки, молодые листья, корни и стебли не рекомендованы как сырая пища, поскольку видовое подтверждение относится к плодам.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ribes divaricatum, уже описанный в каталоге, часто имеет более гладкие темнеющие ягоды и иное расположение шипов. Ribes roezlii узнаётся по особенно длинным шипикам на самих плодах, тогда как у Ribes menziesii сильнее бросается в глаза густо колючий куст и тёмные мелкие ягоды. Другие разновидности Ribes бывают настолько похожи, что важны цветки, железистость поверхности, форма листьев и географическое место. В сомнительной ситуации с редким местным кустом сбор не проводят. В зарослях возможен контакт с Toxicodendron diversilobum; листья ядовитого дуба нельзя хватать вместе с веточками крыжовника.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7131
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7133
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+menziesii

Крыжовник горный — Мелкие красные щетинистые ягоды высокогорных склонов · Ribes montigenum

Ribes montigenum

На сухих каменистых склонах высоко в горах растёт низкий кустарник с мелкими резными листьями. К концу короткого лета на нём появляются маленькие ярко-красные ягоды, покрытые тонкими щетинками. Это горный крыжовник — растение, чьи зрелые плоды ели сырыми после удаления колючих волосков.



Крыжовник горный — фотография растения

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Куст низкий, раскидистый, часто всего 30–60 сантиметров высотой. Ветвей много, они тонкие, с различным количеством щетинок и шипов. На узлах могут быть более крупные колючки, а по поверхности побега — мелкие щетинистые волоски. Листья небольшие, обычно длиной 1–4 сантиметра, округлые в общем контуре, разделены на пять глубоких лопастей; край надрезанный и зубчатый. Листовая пластинка и черешки могут быть железистыми.

Летом появляются мелкие цветки в коротких группах, бледные зеленовато-белые или с красновато-фиолетовым оттенком. Плоды округлые, приблизительно шесть миллиметров в поперечнике, красные, с тонкими щетинками на кожице. Именно их маленький размер и щетинистая поверхность заметны на крупном плане.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Ribes montigenum связан с высокими каменистыми склонами, субальпийскими лесами и местами около верхней границы деревьев. В Калифорнии он отмечен в горах Сан-Габриэль, Сан-Бернардино, Сан-Хасинто, Сьерра-Невада и северных горных районах. В отчёте USDA приведена высотная полоса примерно 2100–3800 метров. Это не кустарник сухих низин Сакраменто.

КОГДА ДОСТУПНЫ ЯГОДЫ

Цветение в высокогорьях часто приходится на июль–август. Ягоды краснеют позднее летом и в начале осени, но точные сроки зависят от даты схода снега, экспозиции склона и высоты. Когда ягода ещё твёрдая или зелёная, считать её спелой нельзя.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые ягоды. В ботанико-этнографическом справочнике USDA для этого вида прямо описано употребление плодов сырыми. Чтобы не есть щетинки, ягоды разминали и процеживали через сито. В домашних условиях без нагрева тот же принцип подразумевает механическое удаление щетинок, а не проглатывание колючей кожуры вместе с ними.

Ягоды маленькие, поэтому большой урожай собирать трудно. Пищевое значение в короткий горный сезон связано со свежими плодами, а не с листьями или древесными побегами. Для других частей этого вида сырой способ здесь не предлагается.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В горной Калифорнии растут и другие крыжовники: Ribes roezlii образует более крупные, часто пурпурные и заметно колючие плоды, Ribes inerme может расти у ручьёв, а некоторые смородины имеют гладкие ягоды. Одного красного цвета недостаточно: смотрят на высоту куста, размеры листьев, строение шипов, цветки и высоту местообитания.

У зрелых ягод Ribes montigenum механические щетинки — главный непосредственный риск. Если их невозможно удалить и плод не удаётся надёжно определить, лучше ограничиться наблюдением.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Common Shrubs of Chaparral, Ribes montigenum, pp.60–61: https://www.fs.usda.gov/psw/publications/documents/psw_gtr099/psw_gtr099.pdf
- Calflora, поиск Ribes montigenum: https://www.calflora.org/
- Wikimedia Commons, документальный крупный план Ribes montigenum: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mountain_gooseberry_Ribes_montigenum_berries.jpg

Смородина горная розовая — Розовые кисти весной и тёмные ягоды Сьерры · Ribes nevadense

Ribes nevadense

На склонах Сьерра-Невады весной встречаются кусты с лопастными листьями и длинными кистями розовых цветков. Позднее на месте цветков появляются маленькие синевато-чёрные ягоды с сизым налётом. Это Ribes nevadense — смородина горная розовая, известная в Калифорнии как Sierra currant. Ягоды можно употреблять свежими без огня; этот способ отдельно упоминается в материале о растениях народа уошо. Но ожидать такого куста на каждом газоне Сакраменто было бы ошибкой: его естественные места находятся преимущественно выше в предгорьях и горах.



Смородина горная розовая — фотография растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник с несколькими сравнительно тонкими прямостоячими ветвями высотой обычно около одного–двух метров. Побеги не несут крупных крепких шипов, характерных для настоящих крыжовников. Листья очередные, трёхлопастные или с дополнительными небольшими лопастями, светло-зелёные, с мягко зубчатым краем и хорошо различимыми жилками от основания. На нижней поверхности иногда имеются тонкие волоски. Цветки собраны в свисающие кисти, которые могут включать много небольших розово-красных колокольчиков. Кисти длиннее, чем у многих других горных смородин; во время массового цветения куст выглядит украшенным розовыми нитями. После опыления формируются маленькие круглые плоды; сначала они зелёные, затем краснеют и наконец темнеют до сизо-чёрного цвета. Кожица нередко покрыта железистыми волосками. Внутри мягкой мякоти находятся многочисленные мелкие семена. Осенью листья желтеют и опадают, но тонкие ветви сохраняют характерную форму.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Ribes nevadense как местный вид Калифорнии с многочисленными наблюдениями в горных лесах. Особенно подходит полутень сосновых и пихтовых лесов, берега ручьёв, открытые лесные поляны и влажные склоны. University of California Master Gardeners отдельно описывает растение в районе Lake Tahoe Basin и отмечает его устойчивость в местных условиях. Вблизи Sacramento на уровне городской равнины естественные заросли не обычны. Во время поездки к Тахо или в более прохладные части Сьерры встретить куст значительно вероятнее. Отдельные группы способны плодоносить неплохо, но на сухих склонах урожай зависит от зимней влаги и летней температуры.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В высоких частях Сьерры новые светло-зелёные листья появляются после схода снега, часто в апреле–мае. Университетский обзор для Тахо указывает цветение приблизительно с апреля до июля; на разных высотах розовые кисти видны в разные недели. Маленькие зелёные плоды завязываются после цветения. По мере прогрева лета ягоды темнеют, становятся мягче, а зрелость в большинстве горных мест приходится на июль–сентябрь. Не следует собирать плоды только потому, что они стали красноватыми: на этом этапе они ещё могут быть твёрдыми. После осеннего листопада свежие ягоды обычно исчезают, хотя плоды, заранее высушенные без нагрева, способны храниться дольше.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью спелые синевато-чёрные ягоды. Публикация с традиционными названиями растений народа уошо прямо говорит, что ягоды Ribes nevadense употребляли сырыми, сушили или использовали иначе. Мягкую ягоду можно съесть свежей вместе с мелкими семенами. Вкус кисловато-сладкий, иногда довольно простой, кожицу могут покрывать железистые волоски. Небольшой зрелый плод отличается от твёрдой зелёной завязи и по виду, и по текстуре.



Смородина горная розовая — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

Размятые свежие ягоды. Из небольшого количества спелых плодов получается холодная ягодная масса; нагревать её не требуется. Ягоды быстро портятся в жару, поэтому собирают только чистые неповреждённые экземпляры и употребляют вскоре после сбора. Если куст растёт рядом с обочиной или декоративной посадкой с неизвестной обработкой, для сырой еды он не подходит.

Цветки, листья, стебли и корни здесь необходимы для определения вида, но не включаются в рекомендации как сырая пища.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Смородина кроваво-красная Ribes sanguineum, уже описанная в каталоге, обычно имеет более яркие весенние кисти и иной ареал. Ribes cereum несёт более скромные светлые цветки и чаще растёт на суховатых каменистых горных склонах. Некоторые крыжовники имеют почти такие же лопастные листья, но на ветвях заметны крепкие шипы. Для определения Ribes nevadense полезны отсутствие крупных шипов, длинная свисающая розовая кисть и поздние тёмные ягоды с налётом. По одной ягоде другого неизвестного кустарника нельзя сделать вывод, что он тоже смородина. Сбор в охраняемом лесу возможен только там, где он разрешён.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7135
- https://ucanr.edu/site/uc-master-gardeners-lake-tahoe-basin/article/central-sierra-ribes-nevadense-sierra-currant
- https://ppolinks.com/forestservicemuseum/2022_5_73.pdf

Крыжовник дубравный — маленькие гладкие чёрные ягоды предгорий · Ribes quercetorum

Ribes quercetorum

На суховатых дубовых склонах Центральной и Южной Калифорнии иногда растёт небольшой кустарник, который весной раскрывает желтоватые цветки, а затем образует крошечные круглые ягоды. В отличие от некоторых горных крыжовников эти плоды почти гладкие, без острых длинных шипов на кожице. Это Ribes quercetorum — крыжовник дубравный, известный также как oak gooseberry. Его полностью зрелые чёрные ягоды описаны как съедобные сырыми и обычно приятные на вкус. Важно отличать ягоду от колючих ветвей: гладкий плод ещё не означает бесшипный куст.



Крыжовник дубравный — фотография растения

Daderot · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Куст листопадный, обычно невысокий, около полуметра–полутора метров, с тонкими дугообразными ветвями. На узлах ветвей могут быть одиночные либо парные шипы длиной до полутора сантиметров. Листья очередные, небольшие, округлые в общем очертании, с несколькими лопастями, у некоторых экземпляров сильно разделёнными и зубчатыми на концах. Молодые листья иногда немного волосистые или железистые. Цветки весной появляются по одному или парами, у них заметные желтоватые отогнутые чашелистики и более короткие светлые лепестки. Цветки скромные, без крупных ярких венчиков. После опыления формируется округлая ягода, сначала зелёная, затем темнеющая до тёмно-красной или почти чёрной, примерно 7–8 миллиметров. Зрелые плоды гладкие или почти гладкие. Внутри несколько мелких семян. На одном кусте можно наблюдать и маленькие листья, и шипы на узлах, и короткие поникающие цветочные группы.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Ribes quercetorum как местный вид Калифорнии с несколькими сотнями наблюдений, главным образом в Southern Oak Woodland и Foothill Woodland. Историческое ботаническое описание California Academy of Sciences упоминает дубравы около Paso Robles в Monterey и San Luis Obispo и небольшие кусты на предгорьях. Вид также известен с южных горных склонов и из чапараля. Он не равномерно растёт по всей Central Valley; для района Сакраменто это скорее растение путешествий к дубовым склонам и южным предгорьям, чем обычная городская ягода. В отдельных подходящих дубравах кустарник встречается группами, но на совершенно сухой травянистой равнине урожай ненадёжен.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Новые листья и цветки появляются после зимних дождей, обычно с конца зимы до весны в низких тёплых районах. Цветение может начинаться уже в феврале–марте, позднее в более прохладных ущельях. Зелёные плоды формируются вслед за цветками и постепенно темнеют. Полная зрелость ожидается в конце весны и летом, в зависимости от высоты и количества доступной влаги. Ягоды на одном кусте созревают неравномерно. Когда начинается сильная летняя засуха, часть листвы может пожелтеть и опасть, а оставшиеся зрелые ягоды быстро съедаются птицами.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

PFAF прямо подтверждает сырую съедобность плодов Ribes quercetorum и отмечает их приятный вкус. Спелые чёрные гладкие ягоды можно есть свежими, не нагревая, когда они становятся мягкими и легко отделяются от плодоножки. Вкус отличается между кустами, но часто сладкий с лёгкой кислинкой; плоды невелики, поэтому требуется много ягод для значительной порции. Размятые свежие плоды можно употребить сразу как холодную ягодную массу.

Не следует автоматически собирать зелёные плоды, даже когда они выглядят почти такими же по размеру, как спелые. Их вкус и состояние отличаются; подтверждённый сырой способ лучше относить к полной зрелости. Листья, цветки, корни и стебли не включаются в пищевой перечень: их строение нужно для определения. Шипы на ветвях требуют осторожности при сборе. Нельзя ломать куст ради маленького урожая.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Ribes roezlii плоды покрыты длинными острыми шипами и часто крупнее. У Ribes californicum зрелые ягоды обычно красные и могут быть сильно щетинистыми; у Ribes quercetorum они небольшие гладкие и чёрные. У золотистой смородины Ribes aureum цветки ярче и жёлтые кисти длиннее, побеги без таких сильных шипов. Для определения одного почти чёрного плодика без листьев недостаточно. На диких дубовых склонах возможен ядовитый дуб Toxicodendron diversilobum. Если его тройчатые листья переплетены с ветвями крыжовника, нельзя собирать листья вместе с ягодами или пробовать неизвестные соседние плоды.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7136
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Ribes+quercetorum
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ribes_quercetorum_-_UC_Davis_Arboretum_-_DSC03434.JPG

Крыжовник Рёцля — крупные колючие ягоды Сьерры · Ribes roezlii

Ribes roezlii

На лесных склонах Сьерра-Невады можно встретить невысокий кустарник, который сразу запоминается необычными плодами. Круглые ягоды у него покрыты многочисленными длинными колючками, похожими на миниатюрных ежей. Это Ribes roezlii — сьеррский крыжовник, иногда называемый крыжовником Рёцля. Его зрелые плоды исторически употребляли сырыми, однако внешний вид подсказывает важное ограничение: колючую наружную поверхность нельзя жевать вместе с мягкой мякотью.



Крыжовник Рёцля — фотография растения

Don Lepley / USFS Region 5 · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник обычно высотой от половины метра до полутора метров, с тонкими древесными ветвями. На узлах расположены крупные шипы, часто по несколько, а на отдельных участках могут быть мелкие колючки. Листья очередные, с тремя или пятью округлыми лопастями, мелкозубчатыми краями и заметными жилками, расходящимися от основания. Цветки небольшие, зеленовато-жёлтые или розоватые, с выраженной чашечкой, растут по одному или небольшими группами на коротких боковых побегах. После цветения появляются округлые плоды размером примерно до полутора сантиметров. Уже зелёные незрелые ягоды покрыты выступающими шипиками; по мере созревания их окраска может перейти в розовую или красноватую. Длинные колючки на плоде — очень узнаваемый признак. Внутри под кожицей находится мягкая плодовая часть и несколько небольших семян, но шипы мешают употреблению без тщательной подготовки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora называет Ribes roezlii местным видом Калифорнии и приводит тысячи находок — от гор Северной Калифорнии до южных хребтов. Особенно часто записи встречаются в Placer, El Dorado, Butte, Plumas, Shasta, Siskiyou, Tulare и других горных округах. Он растёт по лесным склонам, на каменистых выходах, в жёлтососновых и смешанных вечнозелёных лесах. Для путешествия из Сакраменто встреча возможнее на подъёме в Сьерру, чем в городской долине. У вида существуют несколько разновидностей, и некоторые имеют ограниченное распространение; редкие локальные популяции нельзя собирать ради нескольких ягод.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной после схода снега появляются листья и мелкие цветки; у нижних предгорий это может быть март–апрель, в высокогорье позднее. Плоды растут несколько недель, сначала зелёные. К середине и концу лета начинают созревать, а в высоких прохладных местах полностью окрашенные ягоды встречаются ещё в августе–сентябре. На одном кусте могут висеть одновременно зелёные и спелые колючие плоды. К осени листья начинают желтеть и опадать. Зимой старые ветви остаются, но свежего урожая нет.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Plants For A Future отдельно подтверждает употребление плодов Ribes roezlii сырыми и после сушки. Для человека эта ягода не похожа на гладкую садовую смородину: красная либо розоватая наружная кожица несёт множество острых шипов. Съедобной следует считать мягкую внутреннюю мякоть полностью зрелого плода, осторожно отделённую от колючей кожицы. Если нет безопасного способа её отделить, лучше не пробовать плод. Не следует класть целую ягоду в рот и рассчитывать, что колючки размягчатся при жевании.



Крыжовник Рёцля — детальный снимок растения

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Источник

После аккуратной очистки зрелую мякоть можно есть сразу, размять без огня либо подсушить. Видовой источник допускает высушивание для запаса, но в этом случае в продукте не должны оставаться жёсткие шипы. Повреждённые, заплесневелые и ещё зелёные твёрдые плоды не рекомендуются. Листья, цветки и корни используются для определения, а не как сырая пища.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Другие калифорнийские крыжовники тоже имеют шипы на ветвях, но их плоды могут быть гладкими или только слегка щетинистыми. У Ribes menziesii ягоды чаще тёмно-пурпурные и шипы на ветвях особенно многочисленны. У Ribes californicum зрелая ягода красная и покрыта колючками, поэтому для различения нужны также цветки, листья и ареал. Даже если два вида имеют сырую съедобную мякоть, это не даёт права автоматически распространять способ очистки на любую колючую ягоду. В горных лесах внимательно смотрят, нет ли поблизости ядовитого дуба; на особо охраняемых территориях сбор может быть ограничен.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7137
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7137
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+roezlii
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/ribroe

Смородина кроваво-красная — весенние цветы и летние тёмные ягоды · Ribes sanguineum

Ribes sanguineum

Весной на лесной опушке северного побережья Калифорнии иногда стоит куст с изящными свисающими кистями красно-розовых цветков. Позднее вместо цветков появляются небольшие округлые ягоды, которые при созревании темнеют до синевато-чёрных. Это Ribes sanguineum — кроваво-красная, или красноцветковая, смородина. Название связано с окраской цветов, а не ягод. Её зрелые плоды можно есть без огня, хотя вкус у дикого куста обычно скромнее, чем у садовой смородины.



Смородина кроваво-красная — фотография растения

Nomadcrows · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник, часто высотой от метра до трёх, с несколькими прямостоячими и слегка выгнутыми ветвями. Листья расположены по одному, имеют три или пять неглубоких лопастей, зубчатый край и заметное опушение, особенно на нижней поверхности. Они напоминают небольшие кленовые листья. Весной на ветвях развиваются свисающие кисти из многочисленных небольших трубчатых цветков. Их чашечки от розовых до насыщенно-красных, иногда почти пурпурных; отдельные лепестки меньше чашелистиков. Цветочная кисть может выглядеть густой розовой гроздью. К лету появляются круглые ягоды, часто покрытые лёгким сизым налётом, которые становятся тёмно-синими или чёрными. На верхушке ягоды остаётся чашечка. Ветви обычно не имеют крупных шипов, характерных для крыжовников.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Ribes sanguineum как местный для Калифорнии кустарник и показывает более тысячи наблюдений. Больше всего записей на северном и центральном побережье, в том числе в округах Humboldt, Marin, Sonoma, Santa Cruz и Del Norte. Он встречается в смешанных лесах, на опушках, в прибрежных кустарниках и предгорных лесных сообществах. В сухой равнине Сакраменто он не относится к главным повседневным пищевым растениям, хотя выращиваемые декоративные формы можно встретить в садах. Вид имеет две признанные разновидности, включая var. glutinosum; различия в сроках и оттенках цветков нельзя превращать в утверждение об одном-единственном внешнем облике.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Ранней весной куст выпускает молодые листья; на мягком побережье некоторые цветки могут появляться уже ближе к концу зимы. Наиболее заметные розово-красные кисти обычно бывают с марта по май. После их увядания завязываются зелёные ягоды, которые в течение лета увеличиваются и темнеют. Зрелые плоды обычно можно искать в июле–августе, иногда позже в прохладных районах. Осенью листва желтеет и опадает. Нельзя путать весенний декоративный вид куста с реальным временем доступности сырой ягодной пищи.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью спелые тёмные ягоды. Plants For A Future прямо указывает, что плоды Ribes sanguineum съедобны сырыми. Они небольшие, обычно около сантиметра или меньше, с терпковатым, иногда довольно нейтральным вкусом. Сырая зрелая ягода нередко вкуснее после полного размягчения на кусте, но красная или зелёная ещё не созрела. Плоды можно есть свежими, раздавить в небольшую холодную ягодную массу либо смешать с более сладкими ягодами, не применяя нагревания.



Смородина кроваво-красная — детальный снимок растения

DaveGrainger · CC BY-SA 4.0 · Источник

Сведения о других Ribes не означают, что листья и цветки кроваво-красной смородины тоже должны считаться сырой пищей. В этой статье они нужны для определения растения, но не входят в пищевой перечень. Плоды, повреждённые плесенью и насекомыми, не употребляют; ягоды с обработанного декоративного куста также не годятся для сбора.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Золотистая смородина Ribes aureum цветёт жёлтыми кистями и имеет другую общую форму листьев, хотя её зрелые плоды тоже могут быть тёмными. У Ribes malvaceum цветки обычно розовые и распускаются в иной сезон, а плодики и опушение отличаются. Некоторые декоративные садовые смородины имеют большие яркие кисти и могут быть выведены из Ribes sanguineum; они не обязательно представляют дикую местную разновидность. Для определения смотрят цветочные кисти, форму листьев и созревшие ягоды вместе. На природных охраняемых территориях правила могут ограничивать сбор даже обычных ягод.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7141
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7141
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Ribes+sanguineum
- https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:317405-2

Крыжовник фуксиевидный — Зимние алые цветки и щетинистые летние ягоды · Ribes speciosum

Ribes speciosum

Среди прибрежного чапараля Южной Калифорнии растёт колючий куст, чьи цветки похожи на крохотные красные фуксии. Их длинные трубки и выступающие тычинки заметны даже издали. Весной и летом на месте цветов появляются небольшие красно-оранжевые ягоды с многочисленными железистыми щетинками. Это Ribes speciosum — местный крыжовник фуксиевидный. У Santa Clara University сохранилось прямое свидетельство употребления его ягод сырыми или после приготовления. Но щетинистая поверхность делает сбор и употребление значительно сложнее, чем у гладкой смородины.



Крыжовник фуксиевидный — фотография растения

Daderot · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Куст обычно достигает примерно полуметра–двух метров, побеги раскидистые, с многочисленными шипами на узлах и тонкими колючками вдоль междоузлий. Листья небольшие, округлые или с очень неглубокими лопастями, очередные, с зубчатым краем. Влажной зимой листья могут сохраняться, засушливым летом частично опадают. Цветки длинные, свисающие, ярко-красные: красные чашелистики образуют трубку, из которой выступают красноватые тычинки. Цветки расположены одиночно или маленькими группами вдоль ветвей. После опыления развиваются красно-оранжевые ягоды около сантиметра длиной. Они овальные, с плотными железистыми щетинками, а не гладкие, как плоды многих других смородин. На одном кусте одновременно бывают цветки, молодые зелёные плоды и поздние созревающие ягоды.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora и Flora of North America помещают Ribes speciosum в прибрежный чапараль и sage scrub центральной и южной Калифорнии. Он встречается примерно от Monterey через Santa Barbara, Los Angeles, Orange до San Diego и северной Baja California. В Sacramento Valley это не типичный массовый дикорастущий куст; искать его следует в соответствующих прибрежных склонах и местных природных сообществах. В садах фуксиевидный крыжовник иногда выращивают ради ярких зимних цветков, но декоративная посадка не означает разрешённого места сбора пищи.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Flora of North America описывает широкий сезон цветения — от ноября до июня, хотя наиболее заметные красные цветки часто бывают в конце зимы и начале весны. После цветения появляются зелёные щетинистые плоды. В зависимости от зимних дождей и температуры они созревают весной или в начале лета, становятся оранжево-красными и мягче. При сильной летней засухе листва может поредеть. Зимняя красная трубка — это ещё цветок, а не уже съедобный плод; урожай отделён от цветения несколькими неделями или месяцами.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелая мякоть красно-оранжевых ягод. Santa Clara University, описывая культуру местных Ohlone, прямо указывает, что ягоды Ribes speciosum употребляли сырыми либо после приготовления. Плоды терпкие и кисловатые, обычно с небольшим количеством мякоти. Густые железистые щетинки на поверхности могут царапать рот. Перед едой необходимо отделить мягкую мякоть от щетинистой кожицы; если это невозможно сделать без повреждения, лучше оставить плод птицам.



Крыжовник фуксиевидный — детальный снимок растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

Свежая размятая мякоть. Полностью зрелую внутреннюю часть можно употребить сразу. Никакие сведения о съедобности не делают шипы ветвей, жёсткие щетинки и незрелые плоды пищей. Это скорее редкий сезонный ягодный вкус, чем растение для ежедневного насыщения.

Цветки, листья, корни и побеги здесь используются только как признаки определения. Брать пищу с обработанного химикатами садового куста не следует.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Близкий Ribes divaricatum даёт тёмно-пурпурные ягоды и более скромные цветки; у него нет столь длинных ярко-красных свисающих трубок. Ribes malvaceum цветёт розовыми кистями и обычно не имеет крупных шипов на ветвях. Для определения одного колючего листа недостаточно: нужно видеть цветок и плод. В прибрежном кустарнике особенно важно не спутать соседние ветви ядовитого дуба с самим крыжовником. Оголённые после засухи колючие побеги без признаков цветения также лучше оставить без сбора.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7145
- https://efloras.org/florataxon.aspx?flora_id=1&taxon_id=250065837
- https://www.scu.edu/community-heritage-lab/ohlone-heritage-hub/ohlone-native-plant-garden/fuchsia-flowered-gooseberry/
- https://www.calfloranursery.com/plants/ribes-speciosum/

Крыжовник бархатистый пустынный — Мягко опушённые маленькие ягоды на сухих склонах · Ribes velutinum

Ribes velutinum

На сухих склонах восточной Калифорнии среди можжевельника и полыни можно встретить колючий листопадный куст с небольшими лопастными листьями. Весной на нём появляются скромные желтоватые цветки, а к осени — маленькие бархатистые ягоды от пурпурного до красновато-тёмного цвета. Это Ribes velutinum, пустынный бархатистый крыжовник. В отличие от крыжовника с длинными твёрдыми иглами на кожице, у этого вида плоды покрыты мелкими мягкими волосками. Полностью зрелые ягоды употребляют сырыми; мякоти в них немного, а семена занимают заметную часть.



Крыжовник бархатистый пустынный — фотография растения

Jim Morefield (James D. Morefield) · CC BY-SA 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Кустарник обычно высотой от полуметра до полутора метров, иногда до двух на более влажном склоне. Он сильно разветвлён, многие побеги тонкие и заканчиваются короткими острыми веточками. У узлов находятся твёрдые шипы, что отличает его от большинства гладкоствольных смородин. Листья очередные, округлые, разделены на три–пять лопастей, с зубчатым краем и часто тонким опушением. Весной на коротких цветоножках появляются маленькие зеленовато-жёлтые, кремовые либо с розовым оттенком цветки. Плоды завязываются по одному или небольшими группами, первоначально зелёные либо желтоватые, позже приобретают красно-пурпурный или почти тёмный цвет. Диаметр зрелого плода всего несколько миллиметров, часто от четырёх до девяти. Кожица покрыта короткими бархатистыми волосками, не превращающимися в крупные жёсткие шипы. Внутри находятся многочисленные мелкие семена. Летом листья иногда подсыхают, а плоды созревают даже на кусте, где зелени осталось немного.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora относит Ribes velutinum к местным видам Калифорнии с почти тысячей наблюдений. Особенно характерны Sagebrush Scrub, Pinyon-Juniper Woodland и Yellow Pine Forest на восточных склонах Сьерры и в пустынных горных районах. Растение встречается на высотах от нескольких сотен до более двух тысяч метров. В Sacramento Valley на городской равнине природных густых зарослей не ожидают; подходящая территория — более сухие внутренние горы, где рядом растут полынь и можжевельник. На одном склоне крыжовник может быть относительно обычным кустом, но урожай ягод остаётся небольшим из-за их размеров. Рядом растут другие Ribes, поэтому ареал не заменяет определения.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной после снеготаяния или дождей раскрываются новые листья и мелкие светлые цветки. В предгорьях это часто март–май, на более высоких склонах позже; PFAF указывает цветение примерно с марта до июня. Завязи формируются ранним летом, сначала остаются зелёными. Постепенно плоды приобретают более тёмный цвет и мягкость. Зрелые бархатистые ягоды обычно доступны ближе к концу лета и осенью, примерно август–октябрь, в зависимости от местной высоты. На очень сухом участке плоды могут раньше сморщиться и высохнуть, не дав мягкой сочной массы. Для сырого употребления нужны здоровые, полностью вызревшие, не заплесневелые ягоды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые бархатистые ягоды. Plants For A Future прямо подтверждает употребление Ribes velutinum сырыми. Вкус обычно мягко-сладкий с кислинкой, иногда менее выразительный, чем у лучших садовых крыжовников. Мягкие волоски на кожице не являются жёсткими иглами; всё же повреждённые плоды и ягоды с колючими загрязнёнными плодоножками лучше не брать. Семян довольно много, но они небольшие; ягода пригодна как свежая небольшая добавка.

Свежие и естественно подсушенные плоды. Видовой источник допускает употребление как свежих, так и высушенных зрелых ягод. Для безогневой заготовки важно обеспечить сухое проветриваемое место: неполная сушка в тёплой машине приводит к плесени. Нельзя использовать зелёные недозрелые плоды и считать их равными мягким тёмным.

Не едят другие части. Колючие стебли, листья, кора, цветки и корни не имеют здесь самостоятельного подтверждения сырого пищевого способа. Даже при хорошем определении не стоит обрывать весь маленький урожай с куста в природном сообществе.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ribes roezlii часто имеет более крупные плоды с выраженными жёсткими колючками. Ribes californicum встречается преимущественно в прибрежных горах и тоже может нести колючие ягоды, но различается по цветку и листу. Ribes cereum чаще не имеет крупных шипов на стеблях, а зрелые ягоды красноватые. У бархатистого крыжовника важно увидеть сочетание колючего сухогорного куста, маленьких светлых цветков и мягко волосистых тёмных ягод. Определять вид только по фотографии ягод без листьев и ветвей нельзя. В сильную жару плоды способны стать сухими и невкусными, это не особый подвид.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7148
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Ribes+velutinum
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Desert_gooseberry,_Ribes_velutinum_(15867751000).jpg

Смородина липкая — Золотистые цветки и тёмные ягоды северных гор · Ribes viscosissimum

Ribes viscosissimum

В прохладной части северокалифорнийского соснового леса можно заметить невысокий куст с округлыми листьями, которые кажутся слегка липкими. Весной на нём раскрываются небольшие зеленовато-жёлтые цветки, а к лету формируются тёмные ягоды. Это Ribes viscosissimum — липкая смородина. Её зрелые плоды можно употреблять сырыми, и некоторые пищевые источники дают им высокую оценку. Но растение не особенно велико, а на сухой равнине Сакраменто оно встречается редко по сравнению с влажными горными опушками.



Смородина липкая — фотография растения

Walter Siegmund · CC BY 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Смородина липкая — листопадный кустарник высотой приблизительно от полуметра до полутора метров, с несколькими тонкими древесными ветвями. Молодые побеги, черешки и иногда листья имеют липкие железистые волоски. Листья очередные, округлые, с тремя–пятью лопастями и зубчатым краем, довольно небольшие по сравнению с гигантскими листьями Ribes bracteosum. На верхней поверхности видны мелкие волоски и характерная сетка жилок. Цветки появляются одиночно или небольшими группами, обычно невзрачные, зеленоватые, кремовые, иногда с розоватой нотой. Чашечка более заметна, чем крохотные лепестки. После опыления развиваются круглые ягоды около сантиметра диаметром. Зелёные плоды постепенно темнеют, становясь красно-пурпурными и затем почти чёрными. У зрелого плода внутри мягкая масса с множеством маленьких семян. Липкость побегов особенно ощутима на ранней свежей стадии, позднее часть железистых волосков подсыхает.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Ribes viscosissimum как местный калифорнийский кустарник и отмечает сотни наблюдений в Sagebrush Scrub, Yellow Pine Forest, Red Fir Forest и северных можжевеловых сообществах. Растение предпочитает прохладные светлые леса, опушки, лесные поляны и увлажняемые горные склоны. В Калифорнии записи чаще связаны с Сьерра-Невадой, северными и восточными горными округами. На жаркой городской равнине Sacramento его не следует обещать путешественнику как обычный куст каждого парка. На отдельных горных опушках растение встречается группами, но урожай зависит от летней влаги, освещённости и особенностей конкретного года.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

После схода снега появляются свежие лопастные листья и короткие цветочные группы. В нижних горных поясах это может быть апрель–май, выше июнь. После опыления ягодки остаются зелёными несколько недель и увеличиваются. Полное созревание тёмных плодов обычно наступает летом, приблизительно с июля до сентября в зависимости от высоты. Цветущий куст сам по себе ещё не даёт съедобного урожая, а красноватая ягода не всегда полностью зрелая. В начале осени листья желтеют и опадают; часть ягод может сохраняться, но быстро высыхает или съедается птицами.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только полностью зрелые ягоды. Plants For A Future прямо подтверждает употребление Ribes viscosissimum сырыми. Плоды небольшие, около сантиметра, в зрелости мягкие. Вкус может быть сладко-кислым, с характерной смородиновой нотой. Из-за железистых волосков на плодоножках и побегах ягоды лучше отделять осторожно и не брать целые кисти с зеленью. Зрелые ягоды можно есть по одной либо размять в холодную ягодную массу без нагрева.

Осторожность с хранением. Нежные ягоды быстро мнутся в тепле. Для сырого путешествия удобнее употреблять их сразу и не брать подгнившие или поражённые насекомыми плоды. Источник говорит о съедобности именно плодов, поэтому листья, побеги, цветки, корни и кора не включены как подтверждённые сырые продукты.

Сравнение пищевых свойств. У некоторых видов Ribes плоды богаты кислотами, но нельзя автоматически приравнивать их к садовой смородине по размеру и составу. Даже точно определённый вид лучше начинать с небольшой порции; индивидуальная переносимость различается.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ribes nevadense заметен длинными розово-красными кистями и не столь выраженной липкостью побегов. Ribes bracteosum имеет огромные листья и длинные оранжевые цветочные кисти, живёт в сырых лесах северного побережья. Ribes cereum предпочитает более сухие каменистые горные склоны и обычно имеет красноватые зрелые ягоды. У настоящих крыжовников Ribes roezlii и Ribes lacustre могут быть крепкие колючки на ветках. Липкость сама по себе не достаточна для идентификации: важно видеть лист, цветок, зрелую ягоду и географический район. Не пробуют растения с неизвестными тёмными ягодами.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7151
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Ribes+viscosissimum

- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ribes_viscosissimum_15279.JPG

Жерушник болотный — Молодые листья и побеги у влажной почвы · Rorippa palustris

Rorippa palustris

На сыром берегу пруда или в пойменной низине нередко поселяется небольшая горчичная трава с рассечёнными листьями и крошечными жёлтыми цветками. Она хорошо переносит влажную почву и способна быстро заселять освободившийся ил. Это жерушник болотный — местный вид, молодые листья и стебли которого действительно описаны как сырая пища, но безопасность водоёма здесь важнее привлекательности зелени.



Жерушник болотный — фотография растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя или недолговечная многолетняя трава, обычно 20–70 сантиметров высотой, с прямостоячими либо восходящими ветвистыми стеблями. Нижние листья чаще перистораздельные, с округловатыми или зубчатыми боковыми долями и более крупной конечной частью. Выше листья становятся меньше, иногда менее глубоко рассечёнными. Цветки маленькие, жёлтые, с четырьмя лепестками крестом; собраны в удлиняющиеся кисти. Плоды короткие, слегка вздутые цилиндрические стручочки, расположенные на тонких цветоножках. Внешне растение напоминает других представителей Rorippa, поэтому одних жёлтых цветков для определения недостаточно.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Rorippa palustris встречается в Калифорнии на влажной почве вдоль прудов, рек, канав и периодически затапливаемых участков. Наличие вида не означает чистую питьевую воду и тем более пригодность зелени в сыром виде. Побеги часто растут прямо там, где оседают ил, фекальные загрязнения, сельскохозяйственные стоки и микроорганизмы. У природных водотоков, особенно с доступом скота или диких животных, безопасный сбор сырых растений практически невозможно гарантировать по внешнему виду.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

С началом устойчивого увлажнения семена прорастают, и растение быстро выпускает молодые мягкие листья. В Центральной и Северной Калифорнии этот период чаще приходится на весну и начало лета, хотя на прохладном побережье развитие может продолжаться дольше. Затем появляются жёлтые цветки и многочисленные короткие стручочки. При пересыхании берега зелень грубеет и растение может закончить жизненный цикл. Сезон определяется прежде всего влажностью участка, а не только месяцем.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья, нежные стебли и всходы. Plants For A Future прямо перечисляет эти части Rorippa palustris как употребляемые сырыми. У молодых побегов горчичный, слегка острый вкус. Однако пригодность вида в пищу не означает пригодность конкретного растения: сырые листья из неизвестной природной воды могут быть загрязнены опасными микроорганизмами и паразитами. Обычное промывание не даёт гарантии обеззараживания. По этой причине сырое употребление разумно рассматривать лишь для точно установленного вида, выросшего на контролируемом чистом участке с безопасной водой, а не как совет собирать жерушник в любой придорожной канаве. Корни и зрелые семена в безогневой рацион не включены.



Жерушник болотный — детальный снимок растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Другие жерушники Rorippa, например Rorippa nasturtium-aquaticum, отличаются размером и окраской лепестков, формой стручков и строением листьев. Некоторые мелкие Cardamine имеют похожие рассечённые листья, но белые цветки и более узкие плоды. У желтоцветковых крестоцветных влажных мест видовое определение часто требует зрелых плодов. Нельзя принимать любой зелёный побег у ручья за съедобную жерушницу. Даже если все ботанические признаки совпали, загрязнение воды остаётся самостоятельной причиной отказаться от сырого сбора.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7171
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rorippa+palustris
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rorippa_palustris_sl62.jpg

Калифорнийская дикая роза — розовые цветки и красные плоды-шиповники

Rosa californica

На влажных опушках, у речных берегов и в лесных прогалинах Калифорнии летом цветёт местная дикая роза. Её пятилепестковые розовые цветки хорошо видны издали, а к осени вместо них появляются красные продолговатые плоды. Это шиповники с тонким съедобным слоем наружной мякоти. Внутри находятся семянки и раздражающие волоски, поэтому это не плод, который безопасно есть целиком.



Калифорнийская дикая роза — фотография растения

Paula Kate Marmor (PKM) · CC BY 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Rosa californica — листопадный многолетний колючий кустарник, обычно от метра до двух-трёх метров высотой. Ветки длинные, дугообразные, могут переплетаться с соседними кустами. На них имеются прямые или изогнутые шипы, особенно на молодых побегах.

Листья сложные и перистые: вдоль центральной оси располагаются несколько небольших овальных листочков с зубчатыми краями. Обычно их пять–семь, иногда больше. Поверхность листьев зелёная и довольно матовая, а сами листочки гораздо мельче широкой листовой пластинки дуба или салала.

Цветок обычно бледно-розовый, открытый, с пятью лепестками и множеством жёлтых тычинок в середине. Отдельные цветки могут появляться одиночно или небольшими группами. После цветения развиваются овальные, иногда немного вытянутые плоды-шиповники, которые переходят

от зелёного к оранжевому и красному цвету. На конце каждого плода сохраняются остатки чашелистиков. Внутри — твёрдые семянки и жёсткие волоски, окружающие их.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Калифорнийская дикая роза встречается в разных областях штата: по влажным местам долины Сакраменто, в прибрежных и предгорных кустарниках, по берегам ручьёв, на луговых опушках и в оврагах. Это местный вид, особенно заметный вдоль водотоков и в местах, где корням хватает влаги в сухое лето.

Иногда кусты образуют довольно густые заросли, но на самом сухом открытом склоне или в пустынях роза не будет столь же частой. Её легче искать не среди голых камней, а возле влажных береговых кустарников.

КОГДА ДОСТУПНА

Весной растение выпускает листья и новые зелёные побеги. Цветение в Калифорнии обычно приходится на позднюю весну и начало лета; в разных районах розовые цветки можно увидеть приблизительно с мая по июль.

Плоды наливаются летом и краснеют с конца лета до осени. Зрелые шиповники чаще доступны в августе–октябре; в прохладных местах могут оставаться на кусте после первых заморозков и позднее. Осенью листья желтеют и опадают, тогда как красные плоды иногда остаются на голых ветках.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелая мясистая наружная часть плода. Её едят сырой, когда шиповник стал красным и мягким. В ботаническом пищевом справочнике Plants For A Future именно Rosa californica указана как вид со съедобными сырыми плодами. Это тонкий слой мякоти вокруг твёрдого внутреннего содержимого, поэтому плод не похож на сочную ягоду, которую можно есть целиком без разбора.



Калифорнийская дикая роза — детальный снимок растения

Cliff Hutson · CC BY 2.5 · Источник

Внутри плода находятся твёрдые семянки и тонкие жёсткие волоски. Для сырого употребления используют наружную мякоть, избегая этих внутренних волосков, которые раздражают слизистые. У чумаш и других калифорнийских народов встречаются свидетельства об употреблении шиповников; однако данные об общем роде Rosa нельзя автоматически приписать только Rosa californica. В этой статье сырая съедобность наружной мякоти подтверждается видовым справочником Plants For A Future.

У розы красивые цветки, однако в эту статью они не включены как подтверждённая сырая пища именно вида Rosa californica. Основная описанная безогневая пищевая часть — зрелый плод.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Дикая роза имеет колючие дугообразные стебли, сложные листья из зубчатых листочков и открытый цветок из пяти розовых лепестков. Её можно спутать с другими видами Rosa, в том числе занесёнными садовыми розами и некоторыми родственными дикорастущими видами. Для точного вида важны форма шипов, листья и чашелистики на плодах вместе. Похожие красные ягоды других кустарников не стоит называть шиповником без настоящих признаков розы.

На молодом кусте без цветков и плодов могут быть похожи и другие розы Калифорнии. Не нужно проверять вкус найденных красных плодов: у настоящего шиповника для распознавания сохраняются признаки розового цветка, перистых зубчатых листьев и характерной колючей ветви. При подготовке сырой мякоти жёсткие внутренние волоски должны быть полностью отделены от съедобной части.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora, Rosa californica: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7179

- Plants For A Future, Rosa californica, сырая наружная мякоть плодов: https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Rosa+californica
- California State Parks, Wild Rose ethnobotanical references: https://www.parks.ca.gov/

Шиповник собачий — Красные осенние плоды и бело-розовые цветки · Rosa canina

Rosa canina

У старых живых изгородей, по краям лесных дорог и вдоль заброшенных садов иногда тянется высокий куст с длинными изогнутыми побегами и светло-розовыми цветками. К осени ветви усыпаны ярко-красными удлинёнными плодами. Это шиповник собачий, завезённый из Европы и местами одичавший в Калифорнии. Для еды подходит наружная мясистая оболочка зрелого плода, а не его колючее содержимое.



Шиповник собачий — фотография растения

Júlio Reis (Tintazul) · CC BY-SA 2.5 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно это листопадный куст высотой 1,5–3 метра, с длинными дугообразными ветвями. На них расположены крупные загнутые назад шипы, похожие на крючки. Листья очередные, непарноперистые, чаще с пятью–семью яйцевидными листочками с мелкими острыми зубцами. Молодые листья нежно-зелёные, позднее более плотные. Цветки одиночные или по нескольку, диаметром несколько сантиметров, с пятью белыми либо бледно-розовыми лепестками и жёлтыми тычинками. Плод овальный, красный, иногда оранжево-красный, чаще длиной около двух сантиметров. Сухие остатки чашелистиков могут находиться на его верхушке.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Rosa canina как неместный кустарник Калифорнии, но число зарегистрированных находок невелико. Отдельные растения встречаются по лесным опушкам, вдоль дорог и около заброшенных посадок, особенно в прохладных северных и прибрежных местах. В Sacramento Valley этот вид не стоит считать обычным диким шиповником: местная Rosa californica и другие виды встречаются гораздо чаще. Растения у шоссе, на обработанных участках и около стоков для еды непригодны.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягком климате распускание листьев и цветение приходятся на весну — начало лета. Плоды увеличиваются летом и краснеют к осени, часто с августа по октябрь, в холодных местах могут оставаться на кусте дольше. После прохладных ночей мякоть нередко становится мягче и кажется слаще. Зелёные и твёрдые незрелые плоды на вкус неприятны и не подходят для сбора.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелая наружная мякоть шиповника. PFAF отдельно подтверждает сырое употребление плодов Rosa canina. Красный плод разрезают, удаляют все твёрдые семянки и особенно мелкие раздражающие волоски, после чего едят только очищенную мягкую стенку. Из очищенной мякоти можно приготовить холодное пюре. Если семянки и волоски трудно удалить чисто, плод лучше не употреблять. Лепестки. PFAF также приводит их употребление сырыми после удаления горького белого основания; это небольшая сезонная добавка, а не существенная пища.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Все настоящие шиповники рода Rosa имеют сложные зубчатые листья, характерные цветки и колючие стебли, но определить точный вид бывает трудно из-за гибридов. У Rosa rubiginosa листва при растирании пахнет яблоками, а на нижней стороне листьев встречаются ароматические желёзки. Местная Rosa californica обычно образует иные заросли и отличается сочетанием цветковых и листовых признаков. Не следует считать любое красное ягодоподобное образование шиповником: проверяют ветви, шипы, листья и прошлогодние цветки.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora — Rosa canina: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7180
- Plants For A Future — Rosa canina: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rosa+canina
- University of Alaska Extension — Wild Roses: https://www.uaf.edu/ces/publications/database/food/wild-roses.php

Шиповник лесной голоплодный — Мелкие розовые цветки и осенние плоды без чашелистиков · Rosa gymnocarpa

Rosa gymnocarpa

Под сенью дубов и редвудов северной Калифорнии иногда растёт невысокий куст с нежными сложными листьями и маленькими розовыми цветками. Позднее на ветвях появляются мелкие красные шиповники, у которых верхушка кажется почти голой: чашелистики после цветения быстро отпадают. Это Rosa gymnocarpa — голоплодный, или лесной, шиповник. Его зрелую наружную мякоть можно есть сырой, а весной — нежные побеги и лепестки. Но внутри плода скрываются твёрдые семянки с раздражающими волосками, которые следует полностью отделять.



Шиповник лесной голоплодный — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник, обычно высотой от полуметра до полутора метров, иногда выше во влажном лесу. Побеги тонкие, красновато-бурые, с небольшими крепкими шипами, нередко не столь многочисленными, как у густых прибрежных роз. Листья очередные, перистые, обычно из пяти–семи небольших овальных листочков с мелкими зубцами по краю. Весной появляются одиночные или немногочисленные цветки с пятью светло-розовыми лепестками и множеством жёлтых тычинок; их диаметр часто меньше, чем у крупноцветковых садовых роз. После опыления образуется округлый или яйцевидный красный шиповник. Отличительный признак — при созревании верхушечные чашелистики часто отваливаются, оставляя более гладкий конец плода. Разрезанный плод содержит не одну косточку, а несколько твёрдых семянок, окружённых тонкими жестковатыми волосками. Осенью листочки желтеют и опадают, плоды могут оставаться ещё некоторое время.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Rosa gymnocarpa как местный вид Калифорнии с сотнями находок в Marin, Del Norte, Humboldt, Sonoma, Santa Cruz и горных округах Северной Калифорнии. Он растёт в лесной полутени, под дубами и редвудами, на опушках смешанных вечнозелёных и хвойных лесов. На жаркой открытой равнине Sacramento Valley это не обычная массовая роза; в более прохладных предгорьях Placer и El Dorado растение встречается значительно вероятнее. Калифорнийские питомники описывают куст высотой приблизительно метр–полтора, способный переносить летнюю засуху после укоренения. Для ягодного сбора вид менее урожайный, чем многие высокие розы, поэтому достаточно выбирать отдельные плоды, не повреждая куст.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Новые листочки и мягкие зелёные побеги выходят весной после зимней влаги. Розовые цветки обычно раскрываются в мае–июне, иногда позже в горах. Сразу после цветения начинается рост зелёного плода, который краснеет летом. Полностью зрелые шиповники обычно доступны к концу лета и осенью, а после первых холодных ночей иногда становятся мягче. Нельзя приравнивать просто красный твёрдый молодой плод к зрелому. На влажном побережье старые шиповники могут покрываться плесенью ещё до зимы, даже если окраска сохранилась. Листья и побеги, годившиеся весной, к осени уже грубы.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Наружная мякоть зрелых шиповников. Plants For A Future прямо подтверждает сырое употребление Rosa gymnocarpa. Красная кожица с тонким слоем мякоти кисло-сладкая, иногда приятнее после прохладных ночей. Плод необходимо разрезать и полностью удалить все внутренние семянки и особенно окружающие их волоски. Они способны вызвать раздражение рта и пищеварительного тракта. Если без инструментов очистить маленький плод трудно, разумнее отказаться от него, чем проглотить волоски.



Шиповник лесной голоплодный — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

Весенние побеги. Молодые мягкие верхушки PFAF подтверждает как сырую пищу. Их употребляют только после удаления колючей оболочки и при точном определении вида; старые жёсткие ветви не едят.

Лепестки. Свежие розовые лепестки тоже можно есть сырыми. Видовой источник предлагает удалять белое горьковатое основание. Лепестки небольшие, поэтому это лишь сезонная добавка. Не собирают все цветки с маленького куста, чтобы оставить плоды птицам.

Семена, корни, кора и листья не являются рекомендованной сырой пищей этой статьи.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Rosa woodsii ssp. ultramontana — уже описанный горный шиповник Вудса — часто растёт в более открытых горных сообществах, и его чашелистики имеют другое поведение на зрелом плоде. Rosa nutkana обычно отличается более крупными розовыми цветками и крупнее плодами. Rosa californica образует плотные колючие заросли у речных берегов и имеет другие соцветия. Для Rosa gymnocarpa особенно полезны небольшие одиночные цветки, лесная полутень и голая верхушка зрелого плода. Определять куст по одной ягоде без листьев и цветков нежелательно, а садовые розы с обработкой пестицидами нельзя использовать для сырой еды.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7182
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rosa+gymnocarpa
- https://www.calfloranursery.com/plants/rosa-gymnocarpa/

Роза многоцветковая — Белые кисти цветов и маленькие красные шиповники · Rosa multiflora

Rosa multiflora

Возле старой живой изгороди или вдоль заброшенного сельского участка может расти огромный колючий куст с дугообразными побегами. В конце весны он покрывается множеством небольших белых цветов, собранных кистями, а осенью на их месте остаются сотни маленьких красных шиповников. Это многоцветковая роза — восточноазиатский вид, местами одичавший в Калифорнии. Съедобна наружная мякоть зрелых плодов, а в начале роста — мягкие молодые листья и побеги.



Роза многоцветковая — фотография растения

Jarka D · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадный или полувечнозелёный куст с длинными поникающими либо стелющимися плетями длиной несколько метров. На ветвях многочисленные крепкие загнутые шипы. Листья очередные, сложные, обычно из пяти–девяти небольших зубчатых листочков; у основания общего черешка заметны бахромчатые, словно гребенчатые прилистники, характерный признак вида. Соцветия большие, ветвистые, содержат десятки маленьких цветков диаметром около двух сантиметров. Каждый цветок с пятью белыми, иногда розоватевшими лепестками и множеством жёлтых тычинок. Осенью появляются округлые шиповники размером приблизительно 5–8 миллиметров, ярко-красные, внутри много твёрдых семянок с тонкими раздражающими волосками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Rosa multiflora как неместный вид, отмеченный в отдельных районах штата. Растёт у старых изгородей, на нарушенных опушках, иногда во влажных местах, где птицы разносят семена. На востоке США это серьёзно инвазивный куст, но в Калифорнии распространение неоднородно; большие колючие заросли часто принадлежат совсем другим видам роз или ежевики. В Sacramento Valley отдельные растения возможны возле населённых пунктов, но их нельзя считать постоянной дикой пищей всех речных берегов. Куст на частной земле принадлежит владельцу.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Новые тонкие побеги и мягкие листочки раскрываются весной. Обильное цветение обычно в конце весны и начале лета. После него к концу лета образуются зелёные шиповники, которые становятся красными осенью и нередко держатся зимой. Мякоть небольших плодов особенно мягка после прохладной погоды, но следует отвергать плоды с пятнами гнили и плесени. Весенние побеги в сравнении с осенними шиповниками — совершенно другая пища и доступны намного раньше.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые шиповники. PFAF отдельно указывает их употребление сырыми: мякоти мало, поскольку семянок и волосков внутри много. Каждый плод разрезают либо тщательно разминают через сито и извлекают только чистую наружную красную мякоть, не допуская попадания колючих волосков в рот. Молодые листья и нежные весенние верхушки тоже указаны как сырые: их можно мелко нарезать после удаления всех шипов и грубых тканей. Зрелые ветви и листья не подходят. Семена имеют собственные пищевые описания после обработки, но в этой статье они не входят в рацион без огня.



Роза многоцветковая — детальный снимок растения

AnRo0002 · CC0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Rosa rubiginosa и Rosa canina обычно меньше цветов в одной группе, а характер прилистников иной. Местная Rosa californica образует более крупные розовые цветки и часто растёт группами вдоль ручьёв. Многоцветковая роза выделяется большим количеством белых цветов в одной метёлке, мелкими плодами и гребенчатыми прилистниками. У некоторых садовых плетистых роз внешность перекрывается, поэтому без плодоношения и прилистников определение ненадёжно. При любой розе внутренние волоски шиповника нельзя есть.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8730
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Rosa+multiflora
- https://www.invasivespeciesinfo.gov/terrestrial/plants/multiflora-rose

Шиповник Ну́тка — Крупные розовые цветки и красные плоды с раздражающими волосками · Rosa nutkana

Rosa nutkana

В прибрежных лесных опушках северной Калифорнии растёт высокий куст розы с крупными ярко-розовыми цветками. Летом он покрывается зелёными завязями, а к осени появляются округлые красные шиповники размером иногда с небольшую сливу. Это Rosa nutkana — роза Ну́тка, местный кустарник тихоокеанского северо-запада. Её зрелую наружную мякоть употребляли сырой; лепестки и очищенные молодые побеги также описаны как пища без огня. Важнейшая особенность — внутри каждого шиповника находятся многочисленные семянки с раздражающими волосками, которые нельзя есть вместе с мякотью.



Шиповник Ну́тка — фотография растения

MeadowLore · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадная кустарниковая роза, нередко до двух–трёх метров высотой, образующая заросли из побегов и корневых отпрысков. Ветви зеленоватые или красноватые, с отдельными крупными изогнутыми шипами; часто по два шипа заметны возле основания листа. Листья очередные, перистые, состоят из пяти–семи овальных зубчатых листочков. Верхний листочек часто крупнейший. Цветки сравнительно большие для местной дикой розы: пять простых розовых лепестков окружают множество жёлтых тычинок. Цветок одиночный или расположен небольшой группой на конце ветви, обычно приятно пахнет. После отцветания цветоложе увеличивается и превращается в округлый красный мясистый шиповник с остатками чашелистиков. Внутри находятся твёрдые семянки, покрытые тонкими жёсткими волосками. Цветок и зрелый плод на одном кусте гораздо надёжнее позволяют отличать Rosa nutkana от других калифорнийских роз.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Rosa nutkana, включая прибрежную разновидность, как местное растение Калифорнии. Вид встречается прежде всего в северных прибрежных районах, влажных опушках, у ручьёв и на открытых лесных полянах. California Flora Nursery отмечает его присутствие в North Bay и предпочитаемое умеренное увлажнение. Для жаркой сухой Sacramento Valley он не такой обычный кустарник, как Rosa californica возле низинных рек; естественные участки с розой Ну́тка лучше искать севернее или выше в предгорьях. Растение может образовывать большие группы, но наличие колючих ветвей ещё не подтверждает этот вид.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной разворачиваются новые листья и растут нежные побеги. В умеренно прохладных прибрежных местах крупные розовые цветки обычно появляются в конце весны и в июне–июле. После цветения растут зелёные шиповники, к августу–октябрю они краснеют. С наступлением первых холодов зрелые плоды становятся мягче и часто слаще. Листва постепенно опадает, а шиповники иногда сохраняются на голых ветвях. Это не круглогодичная ягода: весной пищевыми могут быть лепестки и очищенный мягкий побег, осенью — только полностью зрелая наружная мякоть плода.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Красная наружная мякоть зрелого шиповника. Plants For A Future и University of Alaska Fairbanks Extension подтверждают сырое употребление. Мякоть отделяют от внутренней полости вместе со всеми семянками и жёсткими волосками. Их нельзя просто разжевать вместе с плодом: волоски способны раздражать рот и пищеварительный тракт. Съедобный слой сравнительно тонкий, на вкус кисло-сладкий и иногда терпковатый. Если качественно удалить волоски без специального инструмента невозможно, плод лучше не есть.



Шиповник Ну́тка — детальный снимок растения

Leslie Seaton · CC BY 2.0 · Источник

Свежие лепестки. Видовой источник отдельно подтверждает их сырое употребление; светлое горьковатое основание лепестка можно удалить. Лепестков немного, они дают слабый сладкий аромат, а не большой объём пищи.

Нежные весенние побеги. В том же источнике описана очищенная мягкая сердцевина, которую употребляют сырой. Старые колючие стебли, листья и корни в перечень не входят.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Rosa californica нередко имеет несколько более мелких цветков в соцветиях, а её колючки и форма плодов отличаются. У Rosa woodsii могут быть сходные розовые цветки, поэтому нужна совокупность признаков, включая размер и положение цветка, строение чашелистиков и шипов. Куст без цветков и плодов не определяют только по «крупным колючкам». Рядом иногда растёт ядовитый дуб; его тройчатые листья не следует случайно собирать вместе с розовыми побегами. На охраняемых участках сбор цветков и плодов может быть запрещён.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7184
- https://www.calfloranursery.com/plants/rosa-nutkana/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rosa+nutkana
- https://www.uaf.edu/ces/publications/database/food/wild-roses.php

Шиповник кистистый — Осенние красные плоды у северных ручьёв · Rosa pisocarpa

Rosa pisocarpa

В прохладных лесных долинах северной Калифорнии невысокие кусты дикой розы осенью покрываются небольшими красными плодами. Летом на тех же веточках раскрываются светло-розовые цветки. Это кистистый шиповник: его плоды можно использовать свежими, если отделить тонкую съедобную наружную часть от раздражающих волосков внутри.



Шиповник кистистый — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение листопадное, обычно образует куст высотой до двух метров, иногда немного выше. Побеги тонкие, дуговидные, с шипами, наиболее заметными на молодых веточках и возле узлов. Листья сложные: на одной оси расположено несколько зубчатых овальных листочков, часто пять–семь. Весной молодая листва мягкая, позднее плотнее и темнее.

Цветки чаще одиночные или собраны небольшими группами, с пятью розовыми лепестками и заметной серединой из многочисленных тычинок. После опадения лепестков разрастается цветоложе. Зрелый красный «плод» розы в ботаническом смысле представляет собой гипантий, внутри которого находится множество настоящих твёрдых плодиков и тонких колючих волосков. Эти волоски имеют пищевое значение: их нельзя проглатывать.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Rosa pisocarpa отмечен в Калифорнии на тенистых склонах, вдоль ручьёв, по влажным лесным опушкам и в предгорных сообществах. Это местный вид западной Северной Америки. В жарких и сухих кварталах равнинного Сакраменто встречать его повсюду не стоит ожидать: больше шансов в прохладных и влажных лесных местах.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПЛОДЫ

Цветение начинается ближе к концу весны и продолжается летом, особенно выше в горах. Красные плоды обычно созревают в августе–октябре; поздние могут сохраняться на ветках после похолодания. Для свежей еды берут только полностью окрашенные, здоровые и мягкие плоды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Наружная мякоть зрелого шиповника. Пищевой справочник PFAF прямо относит плоды Rosa pisocarpa к съедобным сырыми. При этом мякоти сравнительно мало, а под ней много волосков и твёрдых семян. Безопасная часть — только очищенная красная оболочка. Удобно разрезать плод и полностью удалить сердцевину, не разминая волоски в пищу.

Другие части растения. В литературе встречаются разные способы использования диких роз, но они не означают, что листья, корни или незрелые плоды данного вида можно есть без проверки. Для этой статьи главная подтверждённая сырая пища — мякоть зрелого шиповника.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии растут Rosa californica, Rosa gymnocarpa и другие местные розы. У них могут быть похожие красные плоды, но различаются число и форма листочков, характер шипов, цветоножки, чашелистики и места обитания. Цветок с пятью лепестками и сложный зубчатый лист позволяют установить род, но не всегда вид.

Волоски внутри шиповников раздражают слизистые и кишечник. Если аккуратно удалить их вместе со всеми твёрдыми семенами невозможно, такой плод не следует есть сырым.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora, Rosa pisocarpa: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7186
- Plants For A Future, Rosa pisocarpa: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rosa+pisocarpa
- Flora of North America, Rosa (ботаническая идентификация): https://floranorthamerica.org/Rosa

Шиповник душистый — Яблочный запах листьев и яркие осенние плоды · Rosa rubiginosa

Rosa rubiginosa

Среди диких роз на прохладных склонах и возле старых пастбищ выделяется куст с неожиданным запахом: достаточно слегка растереть лист, и возникает аромат зелёного яблока. Это шиповник душистый, или сладкий бриер. Его небольшие розовые цветки появляются в тёплое время, а к осени остаются красные плоды. Для сырой еды у этого вида подтверждены лепестки и совсем молодые побеги; плоды в основном документированы как пища после приготовления.



Шиповник душистый — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это довольно высокий густой листопадный куст, нередко 1–2,5 метра, с длинными шиповатыми побегами. Шипы часто загнуты и встречаются парами возле листьев. Лист сложный, обычно состоит из пяти–семи округлых зубчатых листочков. Его нижняя сторона покрыта мелкими железками: они и выделяют характерный яблочный запах. На лицевой стороне листочки зелёные и слегка блестящие. Цветки розовые, около 3–5 сантиметров в диаметре, с пятью лепестками и золотистыми тычинками; в основании каждого лепестка заметна более светлая часть. После цветения развиваются округлые или овальные красные плоды.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает этот вид как интродуцированный, но зафиксированный в сотнях наблюдений по Калифорнии. Он может встречаться на нарушенных склонах, опушках, рядом с дорогами и старыми изгородями, нередко в прохладной полосе побережья и предгорий. Это не характерная пища пустынных ландшафтов и не массовый куст городской равнины Сакраменто. Рядом с выпасом или автострадами растения могут быть загрязнены.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Новые листья и нежные ростки появляются весной после зимних дождей. Цветение обычно приходится на позднюю весну и лето, а красные плоды формируются во второй половине лета и остаются до осени. После похолодания часть плодов размягчается. Молодые съедобные побеги — очень короткая стадия: как только побег одревеснеет и покроется жёсткими шипиками, он для сырой еды не подходит.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Лепестки цветков. PFAF прямо указывает, что лепестки Rosa rubiginosa можно есть сырыми: белую горькую часть у основания удаляют. Их вкус мягкий, с цветочным ароматом; они подходят для небольшой добавки к холодной пище. Совсем молодые побеги. Тот же источник отмечает сырые ростки, только что вышедшие из земли весной. Это должны быть очень молодые, мягкие части без одревеснения и шипов. Плоды у PFAF для этого вида описаны именно как приготовленные, поэтому в нашем справочнике они не выдаются за подтверждённую сырую пищу. При сборе плодов всё равно нельзя есть внутренние волоски и семянки.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Очень похожий шиповник Rosa canina имеет близкую форму цветков и плодов, но не даёт столь выраженного яблочного запаха от листьев. У местных калифорнийских роз тоже бывают розовые цветки и крючковатые шипы. Для определения сладкого бриер важны железки на нижней стороне листа, аромат, форма шипов и чашелистики. Не стоит пробовать побег незнакомого колючего растения: сначала проверяют весь набор признаков.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora — Rosa rubiginosa: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11057
- Plants For A Future — Rosa rubiginosa: https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Rosa+rubiginosa

Шиповник морщинистый — Крупные мясистые плоды на приморском кусте · Rosa rugosa

Rosa rugosa

В саду у побережья можно заметить плотный шиповатый куст с крупными малиново-розовыми цветками и листьями, словно покрытыми мелкими складками. К осени вместо цветов созревают большие красные округлые плоды, похожие на маленькие помидоры. Это шиповник морщинистый — азиатский вид, изредка встречающийся в Калифорнии за пределами посадок. У него сравнительно много мякоти на каждом плоде, поэтому он особенно удобен для сырого употребления после удаления семянок и раздражающих волосков.



Шиповник морщинистый — фотография растения

TomiUSM · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадный куст обычно вырастает до одного–двух метров и разрастается за счёт подземных побегов. Стебли крепкие, густо покрыты прямыми шипами разного размера: среди крупных заметно множество совсем тонких иголочек. Листья сложные, чаще с пятью–девятью овальными листочками, каждый с зубчатым краем и сильно вдавленными жилками. Поверхность листа бугристая и морщинистая — важный признак вида. Цветки крупные, одиночные или немногочисленные, розовые, пурпурные либо белые, с пятью широкими лепестками и жёлтыми тычинками. Плод округлый и несколько приплюснутый, ярко-красный или оранжевый, обычно крупнее плодов местных шиповников.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Rosa rugosa к неместным кустарникам и приводит лишь единичные естественные наблюдения для штата — в округах Sonoma и Yolo. Основная масса растений, которые можно увидеть в Калифорнии, — это садовые и ландшафтные посадки. Вид переносит ветер и соль лучше многих садовых роз, поэтому его сажают близ моря; он также растёт на солнечных участках с хорошо дренированной почвой. Нельзя представлять его как массовую дикую пищу долины Сакраменто. У частной посадки плоды принадлежат владельцу, а обработанные химикатами кусты для еды не подходят.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Цветение в мягком климате происходит с конца весны и часто продолжается летом. Уже к августу появляются яркие плоды; основной период зрелости обычно август–октябрь. Иногда на одном кусте одновременно видны цветки, зелёные завязи и красные плоды. Спелый шиповник становится насыщенно красным, его толстая оболочка мягче, чем у зелёного плода. После первых холодных ночей плоды могут стать мягче и слаще, но нельзя брать покрытые плесенью или подгнившие.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелую мякоть плодов. PFAF прямо указывает для Rosa rugosa сырое употребление плодов и отмечает толстый мясистый слой. Плод разрезают, тщательно вычищают твёрдые семянки и весь слой мелких внутренних волосков. Затем едят только чистую красную мякоть — отдельно или в холодном фруктовом пюре. Большое количество мелких волосков может раздражать рот и пищеварительный тракт. Лепестки цветков. Они тоже документированы как съедобные сырыми: горькую беловатую часть у основания отрывают. С молодыми побегами иначе — найденное видовое описание предусматривает варку, поэтому их в сырую пищу здесь не включаем.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Rosa canina и Rosa rubiginosa имеют более тонкие листья без выраженной «морщинистости» и обычно более вытянутые плоды. У местных шиповников Калифорнии цветки часто меньше, а плод гораздо тоньше по мясистому слою. Главные признаки морщинистой розы — густые тонкие и толстые шипы одновременно, крупные бугристые листья, большие цветки и приплюснутые мясистые плоды. Не стоит употреблять плоды декоративных роз, если неизвестно, применялись ли системные инсектициды. Съедобность наружной оболочки не означает, что безопасно разжёвывать семянки и внутренние волоски.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora — Rosa rugosa: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9406
- Calflora — наблюдения по округам: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=9406
- Plants For A Future — Rosa rugosa: https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Rosa+rugosa
- University of Alaska Cooperative Extension — Wild Roses: https://www.uaf.edu/ces/publications/database/food/wild-roses.php

Роза приземистая калифорнийская — Невысокий шиповник с розовыми цветками и оранжевыми плодами · Rosa spithamea

Rosa spithamea

На открытых прибрежных склонах и в кустарниковых сообществах Калифорнии встречается низкая дикая роза, которая едва поднимается над травой. Летом на ней раскрываются простые розовые цветки, а позднее образуются маленькие оранжевые или красные плоды-шиповники. Это приземистая роза, или Sonoma rose, один из местных видов. Съедобная часть у дикого шиповника — мягкая наружная мякоть полностью созревшего плода, без твёрдых семян и раздражающих волосков внутри.

КАК УЗНАТЬ

Это невысокий листопадный куст, обычно 15–60 сантиметров высотой, иногда с более длинными дугообразными побегами. Стебли тонкие, с многочисленными прямыми либо чуть изогнутыми игловидными шипами. Листья очередные, непарноперистые, обычно из пяти–семи небольших овальных листочков с зубчатым краем. Цветки одиночные или немногочисленные, с пятью розовыми лепестками и жёлтыми тычинками в середине; ширина отдельного цветка несколько сантиметров. После опыления образуется округлый или яйцевидный плод — оранжево-красный гипантий; чашелистики нередко сохраняются на его верхушке. Поверхность плода может иметь маленькие железистые волоски, а внутри находятся семянки с жёсткими раздражающими волосками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Rosa spithamea эндемиком Калифорнии. Наблюдения распределены по прибрежным и северным районам, включая Marin, Sonoma, Santa Cruz, San Luis Obispo и отдельные предгорные округа. Вид растёт в прибрежном кустарнике, на солнечных лесных опушках, среди трав, на участках после нарушения почвы, но не образует повсеместных зарослей в жаркой низине Sacramento Valley. Невысокие куртины легко повредить при неосторожном сборе, особенно на охраняемых береговых территориях.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной разворачиваются зубчатые листья, розовые цветки обычно появляются с конца весны и летом, хотя сроки зависят от близости океана. Небольшие плоды начинают окрашиваться ближе к концу лета, полностью созревают осенью; иногда остаются на ветках после похолодания. Для сырого употребления они должны быть равномерно окрашенными и достаточно мягкими. Если плод сухой, чёрный, плесневелый или не отделяется без повреждения ветки, его не используют.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только наружная мясистая оболочка зрелого шиповника. У дикорастущих роз Калифорнии съедобность внешней мякоти подтверждается региональными природоведческими источниками; применительно к Rosa spithamea особенно важно не переносить пищевое использование на внутренние волоски и семена. Небольшой плод разрезают, полностью удаляют семянки и окружающие их щетинистые волоски, затем едят чистую мягкую оболочку. Вкус обычно кислый или слегка сладко-кислый, выход мякоти невелик. При невозможности аккуратно отделить волоски плод не едят. Ветви, листья и корни в этой статье не считаются пищей.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Rosa californica обычно значительно выше, образует более мощные побеги и часто растёт у воды. У Rosa gymnocarpa чашелистики нередко отпадают с молодого шиповника, а у Rosa spithamea они обычно сохраняются. California Native Plant Society отдельно показывает различия: у приземистой розы прямые тонкие шипы и нередко железистая поверхность плодового гипантия, тогда как у калифорнийской розы шипы толще и изогнутее. Определять вид только по одному красному плоду нельзя. Мелкие волоски внутри опасны для слизистой независимо от вида.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7187

- https://cnpsslo.org/wp-content/uploads/2022/10/1122-obispoensis-newsletter-california-native-plant-society-slo.pdf
- https://data.sacriver.org/assets/f1cb2bcf8cda9dd924d396b652b39c3/application/pdf/WhiskeytownEnvirSchool_Naturalist_Guide.pdf

Шиповник Вудса горный — Розовые летние цветки и красная мякоть осенних плодов · Rosa woodsii ssp. ultramontana

Rosa woodsii ssp. ultramontana

На горном лугу или у ручья восточной Сьерры иногда растут колючие кусты с тонкими листьями и розовыми пятилепестковыми цветками. К концу лета на ветвях появляются небольшие красные шиповники. Это Rosa woodsii ssp. ultramontana — местная калифорнийская форма шиповника Вудса. Полностью зрелая наружная мякоть плода, свежие лепестки и очищенные нежные весенние побеги описаны как сырая пища на уровне вида Rosa woodsii. Однако внутри каждого шиповника находятся семянки с многочисленными раздражающими волосками, которые нельзя глотать вместе с мякотью.



Шиповник Вудса горный — фотография растения

Stickpen · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный кустарник, часто высотой от полуметра до двух метров, с множеством прямостоячих или дугообразных ветвей. На молодых красноватых побегах есть крепкие колючки, иногда парами у оснований листьев, а на отдельных стеблях мелкие шипики. Листья очередные, перистые, состоят чаще из пяти–семи небольших зубчатых листочков; верхняя поверхность зелёная, снизу светлее. В конце весны и летом на верхушках побегов развиваются одиночные или небольшими группами розовые цветки. Каждый имеет пять лепестков, множество жёлтых тычинок и зелёные чашелистики. После цветения мясистое цветоложе разрастается, образуя округлый либо овальный красный шиповник с остатками чашелистиков наверху. Внутри не одна косточка, а множество твёрдых семянок, окружённых мелкими жёсткими волосками. К осени листья желтеют и опадают, красные плоды иногда остаются на ветвях после первых холодов.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Rosa woodsii ssp. ultramontana к местным кустарникам Калифорнии с наблюдениями в Mono, Inyo, Modoc, Plumas, Lassen, El Dorado, Alpine и других горных округах. Она встречается в смешанных хвойных лесах, у влажных ложбин, на горных лугах и в предгорных открытых местах. Это не такой обычный вид для центра Sacramento Valley, как местная Rosa californica по речным берегам. Разные подвиды Rosa woodsii имеют неполностью совпадающие ареалы; ботаническая запись о растении где-нибудь в США не делает его именно калифорнийской ssp. ultramontana. На подходящем участке куст может образовывать заросли, но их небольшие плоды быстро расходуются птицами и зверями.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Молодые нежные побеги появляются с весенним потеплением и после снеготаяния. Цветение в горах обычно заметно в мае–июле, выше по склону — позже. Зеленоватые шиповники растут в течение лета и постепенно краснеют. По PFAF для Rosa woodsii созревание приходится на август–октябрь, а после первых холодов мякоть бывает мягче. Сырой съедобный слой остаётся тонким независимо от размера плода. У старых зимних шиповников может быть плесень или высохшая корка, так что красная окраска сама по себе не гарантирует пригодности.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только наружная мякоть зрелого шиповника. Plants For A Future подтверждает сырое употребление плодов Rosa woodsii. Красную мякоть аккуратно отделяют от внутренней полости. Важно полностью удалить семянки и особенно окружающие их раздражающие волоски. Они способны повредить слизистую рта и вызвать раздражение пищеварительного тракта. Если без инструментов невозможно уверенно отделить чистую мякоть, плод лучше оставить. Вкус мякоти кисло-сладкий, иногда приятнее после первых прохладных ночей.



Шиповник Вудса горный — детальный снимок растения

Matt Lavin · CC BY-SA 2.0 · Источник

Свежие розовые лепестки. Видовой источник описывает их сырое употребление. Горьковатое белое основание лепестка можно отделить, оставляя нежную окрашенную часть. Употребляют небольшие порции, не срывая все цветки с малого куста.

Очищенные нежные весенние побеги. Их сырое употребление также подтверждено для вида Rosa woodsii; речь идёт только о молодой мягкой внутренней части после удаления колючей наружной поверхности. Старые ветки, листья, корни и семенные волоски не являются пищей.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Rosa nutkana, уже описанная отдельно, обычно имеет более крупные одиночные цветки и иной рисунок колючек и чашелистиков. Rosa californica чаще образует плотные заросли у рек и цветёт розовыми группами в более тёплом поясе. Калифорнийские формы Rosa woodsii различаются по размерам цветка, листочкам и опушению, поэтому уверенное определение подвида может требовать ботанического ключа. Нельзя автоматически переносить название на любой розовый куст с красными шиповниками. Даже у правильно установленного вида внутренние волоски остаются опасными. Садовые кусты с обработкой пестицидами и заросли ядовитого дуба рядом не подходят для сбора.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11996
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7188
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rosa+woodsii

Розмарин лекарственный — Хвойно-пряные листья вечнозелёного куста · Rosmarinus officinalis

Rosmarinus officinalis

На солнечном сухом откосе или рядом со старой оградой иногда сохраняется густой вечнозелёный куст с очень узкими листьями. Если растереть их пальцами, сразу появляется сильный хвойно-пряный аромат. Уже в прохладную часть года среди зелени могут раскрыться нежно-голубые цветки. Это розмарин, часто обозначаемый современным названием Salvia rosmarinus. Молодые листья пригодны сырыми как пряность, но не как основной источник зелёной пищи.



Розмарин лекарственный — фотография растения

Daniel VILLAFRUELA · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Вечнозелёный древеснеющий кустарник от 30 сантиметров до полутора–двух метров высотой, у стелющихся форм значительно ниже. Побеги сильно ветвятся, молодые покрыты короткими волосками; у старых ветвей кора буро-серая и трескается. Листья супротивные, узкие, линейные, обычно 1–4 сантиметра длиной, с краями, завёрнутыми вниз; сверху пластинка тёмно-зелёная и блестящая, снизу беловатая от плотного опушения. Цветки расположены небольшими группами в пазухах листьев на верхних побегах. Венчик двугубый, светло-голубой, лиловатый или иногда белый, с выступающими тычинками. После цветения образуются маленькие сухие орешки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora фиксирует Rosmarinus officinalis — старое научное название Salvia rosmarinus — как неместный куст с более чем сотней наблюдений вне культуры. Особенно часто растения выходят из посадок в приморских округах Southern California и Bay Area, где хорошо переносят сухое лето. В Sacramento Valley розмарин широко выращивают в садах, но естественные независимые заросли встречаются не повсюду. На старых сухих откосах отдельные кусты способны держаться без полива. Многие городские декоративные насаждения обрабатываются средствами защиты растений, поэтому их листва для еды непригодна.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Поскольку листья вечнозелёные, они физически доступны большую часть года. Однако самые мягкие и ароматные новые верхушки появляются после зимних дождей и весеннего потепления. Цветение в мягком климате может начаться зимой и продолжаться весной, иногда повторяется осенью. Жарким летом молодые побеги становятся более жёсткими, а листья сильнее пахнут смолами. Для сырой пищи выбирают маленькие нежные листочки с чистого уверенно определённого куста.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future и ботанические пищевые источники подтверждают их употребление свежими как пряность. Из-за плотной кожистой структуры листья удобнее очень мелко нарезать или растереть с небольшим количеством холодной воды, получая ароматную добавку к уже готовой пище. Достаточно нескольких листочков: большое количество слишком смолисто и может раздражать желудок. Можно высушить целые веточки в тени без нагрева, затем снять сухие листья и использовать в небольших количествах. Эфирное масло розмарина не эквивалентно пищевой зелени и внутрь для такой цели не принимается. Древесные ветки и корни не используются.



Розмарин лекарственный — детальный снимок растения

IndigoTardigrade · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Лаванда Lavandula angustifolia тоже имеет узкие листья и сильный запах, но её листья обычно более серебристые, а цветочные соцветия расположены длинными верхушечными колосками. У местного Trichostema lanceolatum листья тоже пахнут, но растение однолетнее с другими лиловыми цветками. Сосновые иголки расположены в пучках на хвойных ветках, а розмарин — настоящий цветковый куст с супротивными листьями и двугубыми цветками. Не следует определять пищевую пряность только по сходству запаха.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8619
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Rosmarinus+officinalis
- https://powo.science.kew.org/

Гималайская ежевика — спелые чёрные ягоды · Rubus armeniacus

Rubus armeniacus

Вдоль рек и оросительных каналов Калифорнии тянутся мощные дуги ежевичных побегов. Летом среди бело-розовых цветков появляются сначала зелёные, затем красные и, наконец, блестящие чёрные ягоды. Это гималайская ежевика — завезённый кустарник Rubus armeniacus. Он бывает очень обилен, особенно возле воды, и способен образовывать почти непроходимые заросли. Главное пищевое достоинство растения — зрелые сочные плоды, которые не нужно нагревать.



Гималайская ежевика — фотография растения

Sarah Stierch (Missvain) · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Взрослый куст складывается из длинных двулетних побегов. В первый год новый стебель быстро растёт, вытягивается на несколько метров, прогибается и при соприкосновении с землёй может укореняться верхушкой. На второй год на нём образуются боковые цветущие ветви. В отличие от тонких стелющихся плетей местной калифорнийской ежевики, основные стебли Rubus armeniacus мощные, часто угловатые в поперечном сечении, с крупными жёсткими загнутыми шипами.

На молодых длинных стеблях листья обычно состоят из пяти отдельных зубчатых листочков, расходящихся от общего черешка. На плодоносящих коротких веточках листочков нередко три. Верхняя поверхность зелёная, а нижняя заметно светлее, иногда почти сероватая. Цветки собраны в рыхлые кисти, каждый с пятью белыми или слегка розовыми лепестками и множеством тычинок.

Плод — не одна ягода, а множество маленьких сочных костянок, соединённых в вытянутый или округлый сборный плод. При созревании он проходит путь от зелёного через красный до почти

чёрного. Полностью созревший плод обычно мягкий и легко отделяется от плодоножки. Внутри каждой маленькой костянки есть семя.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

UC IPM относит гималайскую ежевику к наиболее агрессивным заносным ежевикам Калифорнии. Она встречается в долинах, прибрежных и пойменных лесах, возле ручьёв, на краях полей, дорог и нарушенных участков. Особенно хорошо разрастается там, где в летнюю засуху сохраняется вода: около каналов и на берегах рек, в том числе в Центральной долине. В подходящем месте побеги закрывают кусты, ограды и молодые деревья.

Заросли не означают, что это местная ежевика. Rubus armeniacus попал в западную часть Северной Америки извне, тогда как Rubus ursinus — калифорнийский местный вид. Оба дают съедобные зрелые ягоды, но их полезно научиться различать. На совершенно сухом открытом месте без дополнительной влаги массовый урожай менее вероятен, чем у ручья.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Зимой многолетние основания и прошлогодние стебли остаются на месте, но свежих ягод нет. С весны, ориентировочно с марта по май, начинается рост новых зелёных побегов и листьев. В разных районах Калифорнии цветки появляются с весны и могут сохраняться летом; USDA Forest Service приводит для Калифорнии широкий период цветения.

После цветения зелёные плоды постепенно краснеют. Основной урожай чёрных ягод обычно приходится на июль–сентябрь; у прохладного побережья и на влажных участках созревание может продолжаться до осени. На одном кусте в августе встречаются одновременно красные и спелые чёрные плоды. Плоды, высушенные без нагрева, сохраняются и после окончания сезона, но это запас, а не новое плодоношение.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые чёрные ягоды. Это самая надёжно подтверждённая пищевая часть. UC IPM прямо отмечает съедобность ягод диких ежевик, в том числе Rubus armeniacus. Полностью чёрные мягкие плоды можно есть свежими. Они бывают сладкими и кисловатыми; после дождя или в тени вкус отличается от плодов, созревших на солнце. Красный плод ещё не полностью зрелый и заметно кислее.



Гималайская ежевика — детальный снимок растения

Forest and Kim Starr · CC BY 2.0 · Источник

Размятые ягоды. Спелые плоды можно раздавить без нагрева и употреблять как свежую ягодную массу. Вода делает смесь более жидкой, но не меняет её происхождения: это по-прежнему сырая ежевика. Нежные ягоды плохо переносят долгую перевозку и быстро портятся. Часть полностью созревшего урожая допускает естественную сушку в чистом защищённом от насекомых месте; при признаках плесени запас не используют.

Весенние побеги и листья в этой статье служат признаками для распознавания вида. Пищевое свидетельство о зрелых ягодах не следует автоматически расширять до сырого употребления всех зелёных частей. Крупные колючки и нежные плоды требуют осторожности при сборе.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У местной Rubus ursinus стебли обычно тоньше и чаще лежат по земле, а листья нередко из трёх листочков; у гималайской ежевики первогодние стебли мощные, угловатые и обычно несут пять листочков. В Калифорнии встречается также Rubus laciniatus, ежевика разрезнолистная: её глубокорассечённые листочки трудно принять за широкие зубчатые листочки Rubus armeniacus. Определять вид лучше по сочетанию взрослого стебля, шипов, листьев, цветков и зрелых ягод.

Поблизости может расти ядовитый дуб Toxicodendron diversilobum. Его тройчатые листья иногда запутываются среди ежевичных стеблей, но у ядовитого дуба нет типичных колючих ежевичных побегов и сборных чёрных плодов. Не следует хватать неизвестные ветви или собирать ягоды, переплетённые с ним. Кусты вдоль дорог, мест с обработкой гербицидами и загрязнённых каналов также нельзя считать безопасными источниками сырой пищи.

ИСТОЧНИКИ

University of California IPM — Wild Blackberries, виды и съедобность зрелых ягод: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/wild-blackberries/ USDA Forest Service — Rubus armeniacus, морфология, экология и сезонность: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/rubspp Calflora — Rubus armeniacus в Калифорнии: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10319 Oregon State University — Rubus armeniacus, листья, побеги и плоды: https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/rubus-armeniacus

Малина красная американская — Летние алые ягоды на колючих горных побегах · Rubus idaeus subsp. strigosus

Rubus idaeus subsp. strigosus

В прохладном северном или горном лесу после небольшого просвета среди деревьев могут появиться тонкие колючие стебли малины. Весной их украшают неприметные беловатые цветки, а летом среди сложных листьев светятся красные плоды. У местной американской красной малины сочные ягоды легко снимаются с цветоложа, оставляя внутри пустую чашечку.



Малина красная американская — фотография растения

Douglas Goldman · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетний куст с подземными побегами и надземными стеблями, живущими обычно два сезона. Новые стебли длинные и прямые или слегка дугообразные, покрытые мелкими щетинками и тонкими шипиками. Лист сложный, чаще из трёх или пяти зубчатых листочков, нижняя сторона заметно светлее и нередко густо беловато-опушённая — признак, отражённый в английском названии grayleaf raspberry. Цветки белые, с пятью лепестками. Созревающий плод состоит из множества мелких сочных костянок: сначала он зелёный, затем розовеет и становится ярко-красным. Спелая малина отделяется от беловатого центрального цветоложа, которого у снятой ягоды нет.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Kew и Calflora подтверждают местный для Калифорнии подвид Rubus idaeus subsp. strigosus. Однако его природные записи в штате редки, и считать его обычным кустарником долины Сакраменто нельзя. Он связан с прохладными северными и горными участками, лесными опушками, влажными просветами и местами после нарушения лесного полога. Большинство крупных малинников рядом с населёнными пунктами может быть культурного или смешанного происхождения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Первые побеги появляются весной после оттаивания и увлажнения почвы. Цветение происходит в конце весны — начале лета, в более высоких горах позднее. Ягоды обычно созревают с июля по август или в сентябре на прохладных участках. Один куст отдаёт ягоды не одновременно: рядом находятся и твёрдые розовые, и полностью зрелые мягкие плоды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. USDA Forest Service подтверждает традиционное употребление американской красной малины свежей. Мягкая ало-красная ягода сладкая с кислинкой, её едят прямо после сбора, если место чисто и вид установлен. Из зрелых ягод можно сделать холодную размятую массу или подсушить урожай без нагревания. Незрелые твёрдые ягоды гораздо кислее. Молодые листья и побеги для этого подвида не следует автоматически считать сырой пищей только потому, что такие способы описаны у других Rubus.



Малина красная американская — детальный снимок растения

Bartosz Cuber · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Чёрная западная малина Rubus leucodermis даёт тёмно-фиолетовые спелые ягоды и часто сизые побеги; у ежевик Rubus ursinus и R. armeniacus снятый плод обычно сохраняет внутри светлую сердцевину. Дикая красная малина может напоминать садовые сорта, поэтому отличить происхождение растения по одной ягоде иногда невозможно. Ядовитый дуб Toxicodendron diversilobum иногда имеет тройчатые листья, но у него нет характерных малиновых колючих стеблей и сложного плода из красных костянок.

ИСТОЧНИКИ

- Kew POWO — Rubus idaeus subsp. strigosus: https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:223189-2
- USDA Forest Service FEIS — Rubus idaeus: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/rubida
- Calflora — Rubus idaeus subsp. strigosus: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=10322

Rubus laciniatus — разрезнолистная ежевика

Rubus laciniatus

В сырых долинах и на лесных опушках Калифорнии иногда встречается колючая ежевика, листья которой словно рассечены острыми зубцами на узкие фигурные части. Среди них летом созревают плотные сборные ягоды, переходящие от красного к чёрному. Это Rubus laciniatus — завезённая разрезнолистная ежевика. Она относится к той же пищевой группе, что и другие ежевики, но хорошо отличается необычной глубокой рассечённостью листьев.



Rubus laciniatus — фотография растения

Meggar · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Кустарник многолетний, отдельные длинные побеги живут обычно два года. В первый год от корневой системы вырастают сильные дугообразные стебли, несущие листья и шипы. Побеги иногда достигают нескольких метров и могут ложиться на соседние кусты. На второй год появляются боковые цветоносные ветви, затем старый стебель постепенно отмирает.

Листья состоят из нескольких отдельных листочков, чаще пяти на длинных молодых плетях и трёх на плодоносных веточках. Но каждый листочек очень глубоко вырезан и зубчат, из-за чего кажется почти кружевным. Края острые, доли вытянуты. Именно эта форма — главный внешний ориентир. На побегах расположены крючковатые шипы.

Цветки похожи на цветки других ежевик: белые или бледно-розовые, с пятью лепестками и множеством тычинок. Из каждого образуется сборный плод из маленьких костянок. Молодые плоды зелёные, затем красные; созревшие становятся чёрными и мягкими. На солнце ягоды часто крупнее и слаще, чем в глубокой тени.

ГДЕ РАСТЁТ В КАЛИФОРНИИ

Calflora отмечает Rubus laciniatus в Калифорнии как неместный кустарник, ушедший из культуры. USDA Forest Service описывает его на нарушенных опушках, во влажных зарослях, возле дорог и вдоль водотоков, особенно в областях с подходящим количеством осадков. Есть наблюдения в северных и предгорных округах, включая Placer, Butte, El Dorado и Shasta. Это не столь повсеместная ежевика, как гималайская Rubus armeniacus: местами она образует заметные куртины, а местами почти отсутствует.

В жаркой долине Сакраменто для постоянной зелени ей нужно увлажнение или близость грунтовой воды. В сухих открытых местах плодоношение менее надёжно. Заросли на частной земле и около обрабатываемых сельскохозяйственных полей не являются подходящим местом для свободного сбора.

КОГДА СОЗРЕВАЮТ ЯГОДЫ

Весной, примерно с марта по май, старые живые стебли выпускают листья и цветоносные ветви, а из основания поднимаются молодые побеги. Цветение обычно приходится на позднюю весну и начало лета, хотя в более прохладных местах может сдвигаться.

После цветков формируются зелёные ягоды, позднее краснеют. Основная доступность мягких чёрных плодов — июль–сентябрь, иногда чуть раньше или позднее в зависимости от района. Осенью новые побеги ещё могут быть зелёными, но зрелые ягоды встречаются реже. Зимой остаются колючие плети; свежего плодового урожая нет.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые чёрные плоды. North Carolina State University Extension прямо подтверждает, что ягоды Rubus laciniatus съедобны сырыми. Это главная безогневая часть растения. Мякоть сочная и сладко-кислая, с небольшими твёрдыми семенами внутри отдельных костянок. Плод лучше собирать после полного почернения и размягчения, когда он легко отделяется от плодоножки.



Rubus laciniatus — детальный снимок растения

Agnieszka Kwiecień (Nova) · CC BY-SA 4.0 · Источник

Свежая размятая ягода. Плоды можно употреблять сразу либо размять в холодную ягодную массу. Они быстро портятся, особенно в жару. При обнаружении плесени, следов брожения или сомнительного запаха ягоды не используют. Естественная сушка возможна, но для нежной сочной ежевики требуется защита от насекомых и полное высыхание; это не обещание длительного хранения любого собранного урожая.

Цветки, листья и молодые побеги помогают определить вид. У отдельных видов Rubus имеются сведения о съедобных молодых очищенных побегах, однако здесь не переносим их автоматически на Rubus laciniatus. Сырые листья этой статьи не предлагаются как самостоятельный салат.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У гималайской ежевики Rubus armeniacus листья крупные, зубчатые, но не столь глубоко рассечённые. У местной Rubus ursinus побеги обычно тоньше и стелются, листья часто тройчатые. У Rubus laciniatus необычная разрезная форма листочков сохраняется даже при отсутствии плодов. Однако окончательное определение лучше проводить по листьям, побегам и плодам одного куста.

Сборные чёрные плоды ежевики отличаются от отдельно висящих чёрных ягод незнакомых кустарников. В ежевичных зарослях может прятаться ядовитый дуб Toxicodendron diversilobum с тройчатыми листьями; его листья нельзя случайно собирать вместе с ягодами. У обочин возможны гербициды и загрязнение почвы.

ИСТОЧНИКИ

USDA Forest Service, Rubus laciniatus — экология и распространение: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/rublac Calflora, Rubus laciniatus — присутствие в Калифорнии: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7195 North Carolina State University Extension, Rubus laciniatus — сырые зрелые плоды: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/rubus-laciniatus/

Rubus leucodermis — западная чёрная малина

Rubus leucodermis

В открытых лесах и по краям ущелий Калифорнии встречается колючий кустарник с длинными дугообразными побегами, которые будто припудрены белёсым налётом. Среди тройчатых листьев летом созревают маленькие сборные плоды: сначала красные, затем тёмно-пурпурные и почти чёрные. Это западная чёрная малина Rubus leucodermis. В отличие от многих ежевик, спелая ягода снимается с беловатого цветоложа, оставляя внутри полость, как у садовой малины. Плоды едят свежими без огня, а весной известны также молодые очищенные побеги.



Rubus leucodermis — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный многолетний куст с двулетними надземными стеблями. В первый год новые побеги растут быстро, вытягиваются дугой и иногда касаются концами земли, образуя корни. На следующий год появляются цветущие боковые ветви, а старый стебель после плодоношения постепенно отмирает. Высота куста часто около метра–двух, но длинные дуги занимают больше пространства.

Молодые стебли покрыты голубовато-белым восковым налётом. Под ним видны зелёные и фиолетовые участки. На побегах находятся загнутые шипы; нижняя сторона листьев нередко заметно светлее верхней. Листья первого года бывают из пяти листочков, плодоносящие ветви чаще из трёх, все листочки имеют зубчатый край.

Цветки с пятью белыми лепестками раскрываются на коротких боковых веточках. Из них образуются красные сборные плоды, которые при полном созревании темнеют почти до чёрного. При снятии зрелого плода с куста он отделяется как полая шапочка; это важное отличие малины от обычной ежевики, сохраняющей цветоложе внутри сборного плода.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА В КАЛИФОРНИИ

Rubus leucodermis — местный вид западной Северной Америки. Calflora отмечает его в северных и предгорных округах, в хвойных лесах, смешанных лесах, каньонах и на открытых склонах. Наблюдения известны в Shasta, Humboldt, Trinity, Sonoma, Placer, El Dorado и многих других округах. В долине Сакраменто он не столь характерен, как у предгорных лесов и прохладных ручьёв.

Куст может расти небольшими группами и вдоль просек, но обычно не создаёт столь длинных сплошных зарослей, как заносная гималайская ежевика. В сухих низинах без влаги плодоносящие кусты редки. На северных склонах и в полутени плоды иногда созревают позже, чем на открытых солнечных опушках.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После зимы, ориентировочно с марта по май в невысоких предгорьях, у основания вырастают новые мягкие побеги. Это короткое время, когда их внутренняя часть ещё нежна. Позднее стебли быстро покрываются жёсткой поверхностью и шипами.

Цветки обычно раскрываются поздней весной и в начале лета. Зелёные завязи краснеют, затем темнеют. Основное созревание ягод в Калифорнии ожидаемо в июле–августе, на высоте и в прохладе может сдвигаться. В сентябре местами остаются поздние ягоды, но это не круглогодичный плодовый куст.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью спелые плоды. Plants For A Future подтверждает употребление сырых плодов именно Rubus leucodermis. Ягоды мягкие, сладкие, обычно с лёгкой кислинкой, и легко мнутся. Они особенно хороши сразу после сбора. Можно раздавить несколько ягод пальцами и съесть без добавок. Естественная сушка спелых плодов также описана для этого вида, но хранить их можно только после полного высыхания без плесени.



Rubus leucodermis — детальный снимок растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

Очищенные молодые побеги. Тот же видовой источник указывает, что нежные весенние побеги можно снимать с растения, удалять наружный слой и есть сочную сердцевину сырой. Такой способ относится только к свежему мягкому приросту, а не к взрослому колючему стеблю. В первую очередь следует убедиться, что найден именно Rubus leucodermis и что побег действительно мягкий.

Листья, корни и цветки не включаем в список сырой пищи: их наличие и использование в некоторых горячих напитках не доказывают пригодность для еды без нагревания.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У гималайской ежевики Rubus armeniacus плоды при снятии сохраняют белую сердцевину, а сильные угловатые побеги и крупные листья выглядят иначе. У калифорнийской Rubus ursinus стебли тоньше и стелются, а ягода тоже обычно снимается со своей сердцевиной. У Rubus leucodermis заметны светлый восковой налёт на побегах и полая снятая ягода. Однако полагаться только на цвет плода нельзя.

Сбор в заплетённых кустарниках опасен случайным контактом с ядовитым дубом Toxicodendron diversilobum. Кроме того, колючки способны травмировать руки. Растения возле обработанных дорог и полей не годятся для сырого употребления.

ИСТОЧНИКИ

Calflora, Rubus leucodermis — местный вид и районы Калифорнии: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7197 Calflora, округа присутствия: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7197 Plants For A Future, Rubus leucodermis — сырые ягоды и очищенные молодые побеги: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rubus+leucodermis California Flora Nursery, blackcap raspberry — местообитания и внешний вид: https://www.calfloranursery.com/plants/rubus-leucodermis/

Тимблберри — бесколючая лесная малина с крупными листьями

Rubus parviflorus

В прохладных влажных лесах Северной Калифорнии можно встретить кустарник, который легко узнать ещё до появления ягод: у него широкие листья, похожие на листья клёна, и крупные белые цветки. В отличие от ежевики, стебли этой малины не покрыты колючками. Плодоношение начинается летом, но нежные весенние побеги и цветки доступны раньше и тоже известны как пищевые части растения без нагрева.



Тимблберри — фотография растения

Jesse Taylor (Jrtayloriv) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Rubus parviflorus — листопадный многолетний кустарник, обычно высотой один-два метра, иногда достигающий трёх метров. Он образует групповые заросли из множества прямых и слегка расходящихся стеблей. Его ветви обычно не имеют колючек — одна из первых отличительных особенностей.

Листья простые, очень широкие, с тремя–семью округлыми лопастями, как у небольшого клёнового листа. Они могут быть до двадцати сантиметров в поперечнике, мягкие, с зубчатым краем и мелким опушением. Цветки ярко-белые, с пятью широкими лепестками и жёлтой серединой, заметно крупнее цветков ежевики — иногда до пяти сантиметров в диаметре.

Ягоды небольшие и ярко-красные. Они состоят из множества маленьких сочных долек. Когда плод полностью созревает, он напоминает очень мягкую красную малину, которая снимается с цветоложа, оставляя внутри полость. Спелые ягоды легко раздавить даже пальцами, поэтому они редко бывают такими же целыми и плотными, как ягоды из магазина.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Этот вид местный для западной Северной Америки. В Калифорнии его можно встретить на северном побережье, во влажных лесах Береговых хребтов, в горных и предгорных районах Сьерра-Невады, на прохладных опушках и по берегам лесных ручьёв. Он особенно охотно разрастается после появления просветов в лесу, вдоль тропинок и по краям влажных полян.

Если условия подходят, кусты могут образовывать целые заросли; на сухом открытом склоне или в жаркой открытой части долины Сакраменто такой малины почти не видно. Само название «лесная малина» не означает, что её можно встретить в каждом калифорнийском лесу.

КОГДА ДОСТУПНА

Весной появляются новые побеги — в низких влажных местах уже с марта или апреля, на высоте позднее. Пока они мягкие и ещё не одревеснели, продолжается короткий сезон их употребления.

Крупные белые цветки обычно появляются с мая по июль; в отдельных местах сроки шире. Красные плоды поспевают позже, чаще в июне–августе, иногда до сентября в прохладных горах. Так кустарник меняется в течение года: сначала побеги, затем цветки, затем ягоды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые очищенные побеги. В первые недели роста у них нежная внутренняя часть. В справочнике Plants For A Future описано употребление молодых побегов сырыми после снятия наружной кожицы. Позднее побеги грубеют, и этот короткий весенний способ уже не относится к взрослым древесным веткам.



Тимблберри — детальный снимок растения

Fernsebner · CC0 · Источник

Цветки. Plants For A Future отдельно называет сырые цветки Rubus parviflorus пищевой частью. Белый пятилепестковый цветок раскрывается раньше большей части ягод и помогает отличить этот куст от других Rubus, у которых иной цвет цветка и строение листа.

Спелые красные плоды. Их едят свежими. Мякоть очень нежная, иногда сладкая и чуть кисловатая; спелые ягоды легко мнутся и могут распадаться прямо при сборе, так что это прежде всего пища для употребления вскоре после сбора. В этноботанических описаниях тихоокеанского побережья такие плоды были частью летнего ягодного урожая.

Листья здесь не названы сырой пищей: сведения о применении их в горячих напитках относятся к другому способу употребления и не включены в этот раздел.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Ключевые признаки — крупный простой лопастной лист, белый цветок и отсутствие колючек. У салмонберри Rubus spectabilis листья чаще состоят из трёх отдельных листочков, цветки ярко-розовые, а стебли обычно имеют колючки. У ежевики Rubus ursinus листья тоже сложные, а плоды темнеют до почти чёрных. Поэтому крупные белые цветки и форма листа особенно полезны, когда красных плодов ещё нет.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Rubus parviflorus: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/rubpar
- Plants For A Future, Rubus parviflorus, сырые очищенные побеги, цветки и плоды: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rubus+parviflorus
- Seattle University, Vi Hilbert Ethnobotanical Garden Plant Guide: https://www.seattleu.edu/media/seattle-university/life-at-seattle-u/our-campus/grounds/downloads/Vi-Hilbert-Ethno-Garden-Plant-Guide-complete.pdf

Салмонберри — весенние побеги, розовые цветки и оранжевые ягоды

Rubus spectabilis

У влажных ручьёв северокалифорнийского побережья в конце зимы и весной распускаются крупные розовые цветки. Они принадлежат салмонберри — лесному кустарнику, который летом образует прозрачные оранжевые, золотистые и иногда красные ягоды. Он даёт пищу в несколько этапов: нежные побеги весной, цветки в период цветения и плоды после созревания.



Салмонберри — фотография растения

Forest Service Alaska Region, USDA (Flickr) · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Салмонберри — многолетний листопадный кустарник с длинными дугообразными стеблями. Он часто бывает высотой от одного до трёх метров и образует плотные заросли благодаря подземным побегам. На молодых и взрослых стеблях можно заметить небольшие колючки. Ветви гораздо более прямые и высокие, чем у стелющейся калифорнийской ежевики.

Лист обычно сложный, из трёх отдельных листочков с острыми зубцами по краям. Центральный листочек крупнее боковых. Молодая зелень появляется рано, пока окружающий лес ещё выглядит по-зимнему.

Цветки сравнительно большие, с пятью насыщенно-розовыми или пурпурно-розовыми лепестками и жёлтыми тычинками в центре. Они сидят по одному или небольшими группами на коротких боковых веточках. Плоды напоминают малину: состоят из многочисленных округлых маленьких

долек. Их цвет при зрелости меняется от светло-жёлтого до оранжевого и красного в зависимости от растения, а не только от степени зрелости.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Rubus spectabilis — местный вид тихоокеанского побережья. В Калифорнии он особенно хорошо известен в округах Дел-Норт, Гумбольдт и Мендосино. Отдельная калифорнийская разновидность встречается также южнее, в прибрежных горах вплоть до района Санта-Круз.

Ему подходят мягкие влажные зимы и прохладное лето. Он растёт по берегам ручьёв, на лесных опушках, в просветах секвойных лесов и на влажных склонах. Иногда почти полностью закрывает береговой проход колючими зарослями. На сухих открытых землях Центральной долины такой же густой поросли обычно не бывает.

КОГДА ДОСТУПЕН

Новые побеги и нежные листья начинают развиваться в конце зимы или ранней весной. На южной границе ареала цветки могут появляться уже в феврале. В Калифорнии цветение отмечено с февраля до июня, особенно весной.

Плоды входят в число ранних ягод влажных лесов. Часть из них поспевает в мае–июне, а в более прохладных местах урожай продолжается летом, иногда до августа. Конкретные недели меняются с высотой, погодой и близостью океана.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые очищенные побеги. Пока весенний побег сочный, только вышел из земли и ещё не успел огрубеть, с него снимали жёсткий наружный слой и ели нежную внутреннюю часть сырой. Это короткая весенняя пища, а не способ употреблять взрослые древесные ветви. Такой способ известен у коренных народов тихоокеанского побережья; ботанические пищевые справочники также приводят его именно для Rubus spectabilis.



Салмонберри — детальный снимок растения

Gordon Leggett · CC BY-SA 4.0 · Источник

Розовые цветки. Цветки этого вида отмечены в Plants For A Future как съедобные сырыми. Они доступны в сезон цветения, ещё до основного урожая плодов.

Зрелые ягоды. Оранжевые, жёлтые и красные плоды можно есть свежими. Они мягкие и сочные, вкус бывает сладким, водянистым или чуть терпким. Цвет не стоит использовать как единственный критерий готовности: зрелость определяют и по мягкости ягоды.

Салмонберри известен прежде всего свежими плодами. USDA Forest Service подчёркивает, что эти плоды главным образом употребляли свежими и редко высушивали. Поэтому естественную сушку не стоит описывать как обычный универсальный способ заготовки салмонберри. Листья, которые в некоторых источниках упоминаются для горячего чая, здесь не включены как сырая еда.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Крупные ярко-розовые цветки, листья из трёх листочков, колючие высокие побеги и оранжево-красные мягкие плоды отличают салмонберри от близких видов. У тимблберри Rubus parviflorus листья простые, большие и лопастные, цветки белые, а стебли без колючек. У обычной местной ежевики Rubus ursinus плети стелются и зрелые ягоды темнеют почти до чёрного. Цветение гораздо надёжнее для различения этих видов, чем одна случайная красная ягода.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Rubus spectabilis, ботаника, распространение, сезон и пищевая история: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/rubspe
- Plants For A Future, Rubus spectabilis, сырые молодые очищенные побеги, цветки и плоды: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rubus+spectabilis
- Native American Traditional Indigenous Food Systems, Salmonberry: https://natifs.org/blog/plant-card/salmonberry/

Ежевика вязолистная — Тёмные ягоды на сизых дугообразных побегах · Rubus ulmifolius

Rubus ulmifolius

Возле старой изгороди или на опушке прибрежного леса иногда можно увидеть ежевичные плети с сизым налётом, колючками и розовыми цветками. К концу лета на них созревают тёмные блестящие сборные плоды. Это вязолистная ежевика, завезённый из Европы вид, который изредка дичает в Калифорнии. Спелые ягоды пригодны сырыми, но нужно отличать её от других многочисленных ежевик, особенно от распространённой гималайской.



Ежевика вязолистная — фотография растения

Tranceliner · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетний куст с длинными дуговидными или почти стелющимися колючими побегами, иногда несколькими метрами длиной. Молодые стебли часто имеют сизоватый восковой налёт и крупные загнутые шипы. Листья сложные, обычно из трёх–пяти листочков, с зубчатым краем; концевой листочек шире боковых, а нижняя сторона у многих экземпляров беловато-войлочная. Цветки собраны в разветвлённые кисти, венчик из пяти светло-розовых или розоватых лепестков, в центре многочисленные тычинки. Плоды представляют собой собрание маленьких сочных костянок: сначала красные, при полной зрелости почти чёрные. Сорванный плод сохраняет внутри светлую сердцевину, в отличие от настоящей малины.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora фиксирует Rubus ulmifolius за пределами культуры в Калифорнии, но относительно редко — около сотни наблюдений. Он встречается у старых посадок, изгородей, в нарушенных прибрежных лесах и в некоторых влажных каньонах. Большинство привычных больших ежевичных зарослей в Sacramento Valley — это другие виды, например Rubus armeniacus, а не обязательно Rubus ulmifolius. Нельзя считать каждый тёмный сборный плод доказательством конкретного вида. У частных изгородей сбор разрешён только по согласию владельца.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной на перезимовавших ветвях раскрываются цветки, летом развивается множество маленьких зелёных плодов. Ягоды созревают неравномерно — обычно с июля до сентября, в прохладной прибрежной полосе позднее. Полная зрелость определяется почти чёрной окраской, мягкостью и лёгким отделением от плодоножки. Красные ягоды ещё твёрдые и значительно кислее. После дождей и повреждений нежные ягоды быстро плесневеют.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелые плоды. Plants For A Future специально подтверждает сырое употребление Rubus ulmifolius. Они сладкие или сладко-кислые, ароматные, состоят из многочисленных маленьких костянок с семенами. Их едят свежими или разминают для холодного фруктового сока; при желании массу процеживают. В тёплую сухую погоду ягоды можно естественно подсушивать без огня, если они чистые и не поражены плесенью. Листья, корни и молодые побеги в источниках могут использоваться по-разному, но самостоятельного подтверждённого сырого пищевого способа для этих частей здесь нет.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Rubus armeniacus часто имеет более мощные пятигранные побеги, крупные листочки и белые либо бледно-розовые цветки; однако признаки у двух интродуцированных ежевик перекрываются. Местная Rubus ursinus обычно образует более тонкие плети и имеет иной характер роста и цветков. Rubus leucodermis даёт тёмную малину, которая отделяется без сердцевины. Для точного вида нужны листья, цветок, шипы, стебель и плод. При невозможности определения нельзя присваивать кусту название лишь по вкусу ягоды.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9215
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rubus+ulmifolius

Калифорнийская ежевика — тонкие плети и летние ягоды

Rubus ursinus

У этой ежевики длинные тонкие побеги не столько поднимаются вверх, сколько стелются по земле, переплетаются с кустами и свисают со склонов. Весной на них видны светлые цветки, летом — небольшие ягоды, которые меняют цвет с зелёного на красный и затем почти чёрный. Это местный калифорнийский вид, а не та мощная гималайская ежевика, которая нередко заполняет обочины и пустыри.



Калифорнийская ежевика — фотография растения

Gaia Leo · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Форма куста. Многолетний кустарник образует низкие заросли из длинных гибких плетей. Отдельный побег может вытягиваться на несколько метров и укореняться кончиком, если коснётся влажной земли. Молодые стебли тонкие, часто опушённые, взрослые несут множество относительно тонких прямых колючек.

Листья. Обычно один лист состоит из трёх отдельных листочков, реже их бывает пять. Листочки имеют зубчатый край, сверху зелёные, снизу более светлые и нередко опушённые. Их черешки и оси тоже могут быть колючими.

Цветки. Весной появляются белые или нежно-розовые цветки с пятью лепестками. У Rubus ursinus цветки часто бывают мужскими и женскими на разных растениях, поэтому не каждая цветущая плеть даст ягоды.

Плоды. Ягода состоит из множества маленьких сочных костянок, собранных в один плод. Сначала она зелёная, затем красная и только к спелости становится тёмно-фиолетовой или почти чёрной. Обычно это продолговатый плод длиной приблизительно 1–2 сантиметра. Полностью зрелая ягода мягкая и сладкая, хотя вкус может заметно различаться.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО ЕЁ МНОГО

Это широко распространённый местный кустарник западной Северной Америки. В Калифорнии он встречается на побережье, по опушкам лесов, возле ручьёв, в оврагах, кустарниковых сообществах и по краям влажных лугов. Его можно встретить и в пойменных зарослях долины Сакраменто, и в подходящих предгорных местах.

В подходящем влажном месте он может образовывать густые заросли; на сухом открытом склоне ягод может быть мало или растения не будет вовсе. Кроме того, большие колючие заросли на обочинах нередко принадлежат не этому виду, а завезённой гималайской ежевике.

КОГДА ДОСТУПЕН УРОЖАЙ

Весной — самые молодые нежные побеги, ещё до того, как они становятся грубыми и колючими.

С конца зимы до лета в разных районах появляются цветки. Во многих местах ягоды созревают с июня по август; на холодном побережье и в отдельные годы сроки сдвигаются. На одной плети одновременно можно увидеть красные недозревшие ягоды и уже чёрные спелые плоды. Для еды свежими выбирают зрелые мягкие ягоды.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые ягоды. Их едят свежими. Исторические источники о коренных народах западного побережья упоминают свежую ежевику летом и высушенные ягоды как запас после урожая.



Калифорнийская ежевика — детальный снимок растения

CAJC: in the PNW · CC BY-SA 2.0 · Источник

Молодые побеги. Пищевой справочник Plants For A Future отдельно описывает съедобные сырые молодые побеги Rubus ursinus, пока они только выходят из земли и остаются мягкими. Это не относится к жёстким взрослым колючим плетям.

Холодный напиток из ягод. Для Rubus ursinus зафиксирован также способ, при котором не полностью зрелые ягоды замачивали в воде, получая холодный напиток. Нагревать их не требовалось. Это отдельный способ, а не рекомендация есть кислые недозрелые ягоды горстями.

Высушенные ягоды. Спелые плоды могли сушить для запасов и использовать позднее. В самой статье нас интересует именно сушка без варки, а не приготовление джемов.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Гималайская ежевика (Rubus armeniacus) тоже даёт чёрные съедобные ягоды, но обычно образует более мощные высокие заросли. У неё часто по пять листочков на листе, толстые угловатые стебли и крупные крепкие колючки. У местной Rubus ursinus стебель более тонкий, округлый, стелющийся; обычно три листочка.

Особенно важно не спутать молодые тройчатые листья с ядовитым дубом — poison oak (Toxicodendron diversilobum). У него тоже три листочка, но нет колючих ежевичных плетей, а плоды беловатые, не состоят из чёрных ягодных долек. Его сок способен вызывать сильное раздражение кожи. Если на растении нет понятного набора признаков ежевики, по одной форме листьев определять его нельзя.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM, Wild Blackberries (отличия видов и poison oak): https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/wild-blackberries/
- USDA Forest Service, Rubus ursinus (сезоны, среда, ягоды и холодный напиток): https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/ruburs
- Oregon State University, Rubus ursinus (строение куста, листья, плоды): https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/rubus-ursinus
- Plants For A Future, Rubus ursinus (сырые побеги): https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rubus+ursinus

Щавель курчавый — очень молодые листья с кислым вкусом · Rumex crispus

Rumex crispus

На влажной земле после дождей иногда появляется розетка длинных узких листьев, у которых края будто смяты мелкими волнами. Позднее над ними поднимается высокий стебель с зеленовато-красноватыми метёлками семян. Это щавель курчавый — одна из обычных трав Калифорнии, съедобные свойства которой давно известны. Но для питания без нагрева у него есть узкое окно: совсем молодые листья, когда вкус ещё не слишком горек и кислота не делает их чрезмерно тяжёлой зеленью.



Щавель курчавый — фотография растения

Stickpen · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетнее растение из семейства гречишных, с мощным стержневым корнем. В начале сезона листья собраны в прикорневую розетку. Они продолговатые, иногда длиной несколько десятков сантиметров, с выраженной срединной жилкой и особенно характерным сильно волнистым, курчавым краем. Пластинка сравнительно узкая, основание чаще клиновидное или слегка округлое.

Цветонос вырастает примерно до метра и выше, почти не ветвится внизу, но в верхней части образует густые кисти невзрачных зелёных цветков. Они постепенно становятся красно-бурыми. После цветения каждый плод окружён тремя увеличенными околоцветными долями, которые помогают его распознать; на одной или нескольких могут быть маленькие утолщения. У основания листа имеется тонкая плёнчатая трубка — раструб, обычный для растений семейства гречишных.

На просторном лугу один экземпляр может оставаться заметным по высоким сухим метёлкам даже после того, как молодые листья уже огрубели. Но сухие метёлки — признак взрослого растения, а не приглашение есть старые листья.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

UC IPM отмечает Rumex crispus по всей Калифорнии до высоты примерно 2500 метров. Он встречается в низких влажных местах, вдоль ручьёв и канав, на открытых лугах, пастбищах и нарушенных полях. Встречается и в долинах, и в прохладных предгорьях, особенно там, где после дождей почва долго удерживает влагу.

Это растение обычное, но оно не обязано быть в каждом лесу: обычно выбирает открытые солнечные или полузатенённые места. Растения с загрязнённых канав и обрабатываемых

сельскохозяйственных земель не подходят для сырого употребления, даже если вид определён правильно.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Зимне-весенний период. В мягких низинах новые листья могут появляться после осенних дождей, активно расти зимой и ранней весной. Именно на стадии молодой розетки они наиболее мягкие.

Весна–лето. Формируется высокий цветонос, листья становятся крупными, грубыми и обычно более горькими. На прохладных высотах развитие сдвинуто позже.

Позднее лето и осень. Плоды высыхают и остаются заметны на стебле, но зелень часто уже старая. После нового увлажнения растение может снова дать небольшой молодой прирост.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Очень молодые листья. В Plants For A Future и справочнике ECHO описано употребление тонких молодых листьев Rumex crispus сырыми, как небольшого количества кислой зелени. Они дают выраженный щавелевый вкус, поэтому обычно играют роль добавки, а не самостоятельной большой порции.



Щавель курчавый — детальный снимок растения

Harry Rose (Macleay Grass Man) · CC BY 2.0 · Источник

Ограничение связано с оксалатами. Щавель курчавый содержит щавелевую кислоту, причём её содержание и соотношение могут меняться с возрастом листа и условиями роста. Большие объёмы сырой зелени и постоянный ежедневный рацион на его основе нежелательны, особенно при заболеваниях почек или склонности к оксалатным камням. В ряде пищевых традиций листья подготавливают отдельно, но такая обработка в безогневой каталог не входит.

Семена и внутреннюю часть стеблей некоторые справочники также называют пищевыми. Но для практического сырого сбора эти части не столь хорошо подходят: зрелые семена имеют жёсткие

оболочки, а старые стебли грубеют. Здесь пищевой акцент остаётся на самых молодых листьях в очень умеренном количестве.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Rumex obtusifolius, щавель туполистный, обычно отличается более широкими и менее курчавыми листьями, а у плодов другим строением околоцветника. У ряда других Rumex бывают похожие высокие красно-бурые метёлки, поэтому одно соцветие не определяет вид. Молодые растения до плодоношения могут быть особенно трудны для различения.

У настоящего Rumex crispus сочетание узкой листовой пластинки, сильно волнистого края, плёнчатого раструба и характерных зрелых плодов важнее кислого вкуса. Пробовать неизвестный щавель для определения вида нельзя; кислинка встречается у многих растений и не свидетельствует о пищевой безопасности.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM — Curly Dock: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/curly-dock/
- Plants For A Future — Rumex crispus: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rumex+crispus
- ECHO — Rumex crispus, edible wild leaves: https://www.echocommunity.org/en/resources/d64aaec7-ed7b-49b7-8fd3-75d5d12fcc5a
- University of Colorado — Curly Dock and Oxalic Acid: https://www.colorado.edu/asmagazine/2024/05/28/curly-dock-has-all-traits-super-weed

Солерос тихоокеанский — Солёные сочные побеги на берегу приливных болот · Salicornia pacifica

Salicornia pacifica

В солёных болотах тихоокеанского побережья Калифорнии виднеются низкие ковры мясистых зелёных стеблей, состоящих из коротких цилиндрических члеников. К концу сезона они краснеют, придавая солончаку необычный цвет. Это Salicornia pacifica — тихоокеанский солерос, который в некоторых справочниках именуется Sarcocornia pacifica. Его мягкие зелёные верхушки известны как съедобная сырая солёная зелень. Но место произрастания связано с приливными водами, солями и возможным накоплением загрязнений; собирать такое растение без знания состояния болота нельзя.



Солерос тихоокеанский — фотография растения

Peter Pearsall / USFWS Pacific Region · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетнее суккулентное растение, которое образует плотные низкие кустики или ковры, обычно от нескольких сантиметров до полуметра высотой. Побеги многочисленные, разветвлённые, сочные, зелёные, при стрессе или к осени краснеют. Каждый побег состоит из коротких мясистых члеников с заметными перетяжками в узлах, напоминающих соединённые цилиндры. Настоящие листья очень малы и превращены в едва заметные чешуйки, сросшиеся со стеблем; именно зелёные стеблевые членики выполняют основную фотосинтетическую работу. Цветки крошечные, сидят в углублениях внутри мясистых участков и не образуют ярких лепестков. После опыления развиваются маленькие семена. При распознавании важно видеть низкий ковёр из многолетних ветвящихся сегментов и характерную солончаковую среду, а не только один оторванный кусочек зелёного стебля.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Salicornia pacifica как местный для Калифорнии вид солончаковых низин. Много записей в San Mateo, Solano, Marin, San Diego, Orange, Ventura, Santa Barbara и других прибрежных округах. University of California Santa Barbara описывает его как один из доминирующих видов прибрежного солёного болота. В районе залива Сан-Франциско и дельты есть соответствующие солончаковые сообщества, но это не обычная пресноводная трава Sacramento. Растение живёт на плоских участках, регулярно затапливаемых солоноватой водой, и хорошо переносит высокую концентрацию соли. Многие такие места охраняются и имеют строго ограниченный доступ.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Поскольку растение многолетнее, зелёные побеги могут сохраняться значительную часть года. Однако мягкие новые верхушки наиболее сочные в период активного роста весной и летом, когда день становится длиннее и растению доступна вода. Во второй половине года отдельные стебли краснеют, стареют и становятся грубее. Малозаметное цветение и созревание семян происходят в разные сроки в зависимости от высоты приливной зоны. Для холодного употребления лучше именно молодой зелёный нежный прирост, а не жёсткие красные старые участки.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Нежные зелёные сегменты стебля. San Diego Natural History Museum и Watershed Nursery указывают сырое употребление тихоокеанского солероса. Они сочные, хрустящие и очень солёные; их можно использовать совсем небольшим количеством как приправу к другой холодной пище. Нельзя рассчитывать на солерос как на главный овощ рациона: солевая нагрузка может быть слишком высокой.



Солерос тихоокеанский — детальный снимок растения

jkirkhart35 · CC BY 2.0 · Источник

Молодые верхушки. На них меньше грубых старых тканей, они мягче на вкус. Из-за морской среды особенно важно происхождение растения: в солёных болотах накапливаются тяжёлые металлы, загрязнённые стоки и микроорганизмы. Если нет сведений о качестве воды и разрешении на сбор, растение следует оставить нетронутым. Промывание не удаляет тяжёлые металлы, уже находящиеся внутри тканей.

Корни, сухие семена и старые красные одревесневшие части не входят в список сырой еды.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии встречаются другие похожие представители Salicornia и Arthrocnemum, включая Arthrocnemum subterminale. Последний формирует более тёмные приподнятые куртины и растёт выше по солончаковому склону, но одиночные зелёные членики похожи. Для вида важны характер многолетнего куста, положение в приливной зоне и строение соцветий. Определять растение по солёному вкусу нельзя: соль встречается у многих растений марша. Доступ в охраняемые солончаки может быть ограничен; прилив, глубокий ил и небезопасная вода представляют самостоятельный риск даже без ошибки определения.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=12001
- https://www.ncos.ccber.ucsb.edu/native-plant-habitats/coastal-salt-marsh
- https://coasttocactus.sdnhm.org/plants/pacific-pickleweed
- https://www.watershednursery.com/nursery/plant-finder/salicornia-pacifica/

Солянка колючая — молодые зелёные побеги до появления колючек · Salsola tragus

Salsola tragus

В конце лета на сухих калифорнийских пустырях можно увидеть почти шарообразные кусты со множеством тонких переплетённых ветвей. Осенью часть таких растений высыхает, обламывается у основания и перекатывается по открытым равнинам с ветром. Но весной будущий «колючий шар» выглядит совсем иначе: это нежный зелёный однолетник с сочными тонкими побегами. Именно на этой ранней стадии описано его ограниченное пищевое употребление без нагрева.



Солянка колючая — фотография растения

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Salsola tragus — однолетняя трава, способная вырастать в плотный ветвистый куст примерно от 30 сантиметров до метра и более в поперечнике. Стебли светло-зелёные, иногда с красноватыми полосами. Молодые листья узкие, почти цилиндрические, слегка мясистые и могут казаться мягкими; с возрастом кончики листьев и прицветников твердеют, становятся острыми и колючими.

Главный стебель рано начинает ветвиться. Взрослое растение образует густую сеть дугообразных побегов; куст становится шарообразным или полусферическим. Мелкие зеленовато-розоватые цветки сидят в пазухах листьев и не похожи на обычные крупные лепестковые цветы. У созревающих плодов части околоцветника разрастаются в тонкие полупрозрачные крылышки, порой с розоватым оттенком. Когда надземная масса высыхает, ветви могут отрываться от корневой части и переноситься ветром вместе с семенами.

У этого названия есть существенная ботаническая сложность. В Калифорнии рядом существуют внешне очень похожие Salsola tragus, S. australis и S. ryanii; различия связаны в том числе с размерами цветков и других репродуктивных частей. На стадии молодой зелени надёжно определить точный вид бывает невозможно.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Русское перекати-поле — не лесная зелень, а обитатель открытых сухих пространств. В Калифорнии солянки этого комплекса обычны на песчаных и рыхлых грунтах, на выгонах, заброшенных полях, нарушенных обочинах и в пустынных долинах. UC IPM описывает их распространение по всему штату, особенно на юге; растения встречаются до горных высот примерно 2700 метров.

Отдельный пышный шар может содержать огромное количество семян, поэтому на рыхлой открытой почве иногда появляются многочисленные всходы. Однако растение особенно типично там, где почвенный покров уже нарушен. Для сбора свежей зелени такие места часто неблагоприятны: обочины и аграрные территории могут быть загрязнены гербицидами или дорожными стоками.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весна. После прорастания появляются тонкие сочные листья и мягкие зелёные кончики. В жаркой низине этот период может быть коротким.

Начало лета. Растение активно ветвится, но часть побегов ещё остаётся мягкой. По мере роста появляются жёсткие кончики.

Лето–осень. Развиваются мелкие цветки и плоды, куст быстро становится колючим. Эта стадия уже не подходит для употребления зелёных побегов.

Осень–зима. Высохший шар распространяет семена, но сам по себе не является пищевой частью для безогневого рациона.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Совсем молодые листья и кончики побегов. В видовом руководстве USDA NRCS для Salsola tragus прямо указано употребление молодых верхушек в сыром виде. До появления колючек они мягкие, сочные, иногда слегка солоноватые. В народных пищевых описаниях их использовали как небольшую добавку к свежей зелени.



Солянка колючая — детальный снимок растения

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 us · Источник

Сырые побеги солянки нельзя считать надёжной постоянной пищей. В зависимости от почвы и условий роста растение способно накапливать нитраты и растворимые оксалаты. В исследованиях

содержание этих соединений сильно различалось между образцами; внешняя мягкость побега ничего не говорит об их концентрации. Отдельная сложность — сходство нескольких видов на ранней стадии. Поэтому для путешествия без возможности точного видового определения и оценки условий произрастания такие побеги не подходят в качестве практической рекомендации к сбору.

Зрелые жёсткие листья, стебли, плоды и семена в сырой пищевой набор не входят: достоверных оснований описывать их как удобный готовый продукт без обработки нет.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Salsola australis и Salsola ryanii образуют похожие ветвистые кусты; отличительные признаки нередко заметны лишь во время цветения и плодоношения. Из-за этого назвать любой зелёный росток «съедобной Salsola tragus» — ошибка.

Некоторые другие засухоустойчивые растения имеют узкие мясистые листья или шаровидную форму. Зрелое перекати-поле нужно сопоставлять по ветвлению, цветкам и плодам; но зрелые признаки становятся заметны уже после исчезновения периода мягкой зелени. Такое расхождение между пищевым сезоном и временем уверенного определения существенно снижает практическую ценность растения для сырого сбора.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM — Russian Thistle, ботаника и похожие виды: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/russian-thistle/
- UC IPM — Russian Thistle, развитие и пищевые ограничения: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/russian-thistle/
- USDA NRCS — Prickly Russian Thistle Plant Guide: https://www.nrcs.usda.gov/plantmaterials/nvpmcpg13347.pdf
- USDA ARS — исследования комплекса Salsola: https://www.ars.usda.gov/research/publications/publication/?seqNo115=236540

Шалфей чиа калифорнийский — Семена, набухающие в холодной воде · Salvia columbariae

Salvia columbariae

После зимних дождей на открытых южнокалифорнийских склонах поднимаются небольшие травы с морщинистыми сероватыми листьями. Весной на них появляются яркие голубовато-лиловые цветки, собранные плотными раздельными кольцами вокруг стебля. Позднее среди высохших чашечек созревают маленькие тёмные семена, способные превратить обычную холодную воду в густую питательную смесь. Это Salvia columbariae — местная калифорнийская чиа. Её семена ели сырыми и размоченными без огня. Это не та же ботаническая культура, что коммерческая Salvia hispanica, хотя способы использования частично похожи.



Шалфей чиа калифорнийский — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Чиа — сезонная трава из семейства яснотковых. После дождей сначала образуется розетка прикорневых листьев: они вытянутые, мягко опушённые, с округлыми зубцами и выраженными морщинами между жилками. Молодые листья располагаются на черешках и могут иметь красноватый оттенок у основания. Весной из розетки поднимается прямой, почти четырёхгранный цветонос, иногда до полуметра высотой. Цветки сидят в плотных раздельных мутовках, окружённых зелёными или пурпурными прицветниками. Отдельный цветок двугубый, голубой либо лиловый; его верхняя губа будто маленький капюшон, нижняя служит посадочной площадкой для насекомых. После цветения венчики опадают, остаются чашечки, в каждой из которых могут развиваться четыре маленьких орешка-семени. Они становятся тёмно-серыми или коричневыми при зрелости. К началу лета вся надземная часть часто высыхает. Узнавать растение следует по сочетанию морщинистых прикорневых листьев, цветков-мутовок и созревших четырёхчастных плодов, а не только по похожему на шалфей запаху.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Salvia columbariae местным видом Калифорнии и фиксирует тысячи наблюдений. Наиболее характерны Coastal Sage Scrub, Creosote Bush Scrub, Chaparral и сухие открытые участки Foothill Woodland в Южной и Центральной Калифорнии. В пустынных районах растение хорошо заметно после влажной зимы; в крайне сухой год некоторые склоны почти не зеленеют. Для жителя долины Сакраменто это не обычная газонная трава: основная масса природных находок связана с более южными сухими склонами, в том числе около Joshua Tree и в Antelope Valley. На плодородном участке численность может быть большой, но подбирать семена удобно лишь после устойчивого созревания, когда колоски сухие. Сбор в национальном парке или заповеднике может быть запрещён.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Всходы появляются после осенне-зимних дождей, а нежные листья развиваются в прохладные недели. На низких тёплых склонах Калифорнии цветение часто начинается в марте и продолжается в апреле–мае; в более прохладных местах оно сдвигается. Зелёные чашечки затем буреют, а зрелые тёмные семена формируются в конце весны и начале лета. PFAF приводит для садового умеренного климата более поздние месяцы, но их не следует механически переносить на пустынный юг штата. Практический признак готовности — сухие плодовые чашечки, из которых высыпаются тёмные твёрдые семена. Собирать мягкие недозрелые семена нельзя. К середине жаркого лета высохшее растение может уже рассеять почти весь урожай.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые семена — сырыми. Plants For A Future прямо подтверждает их употребление без приготовления. Семена очень маленькие, имеют мягкий ореховый вкус. Их можно осторожно отделить от полностью сухих чашечек, просеять от мусора и употребить в небольшой порции с другой едой. В пищу не должны попадать сухие колючие прицветники, земля и насекомые.



Шалфей чиа калифорнийский — детальный снимок растения

U.S. National Park Service / Joshua Tree National Park · Public domain · Источник

Холодная чиа с водой. Тот же видовой источник отдельно описывает напиток из семян, замоченных в холодной воде. Через некоторое время они образуют слизистую оболочку, вода становится гуще. Использовать нужно чистую питьевую воду и свежую посуду. Не следует глотать большие ложки совершенно сухих семян и сразу запивать их малым количеством воды: разбухающие частицы могут создать опасность поперхнуться. Разумнее дать им полностью набухнуть заранее.

История употребления. Семена чиа составляли часть пищевого рациона разных народов юго-запада Северной Америки. Их смешивали с другой растительной пищей, употребляли размоченными или перемолотыми. Для нашего способа сгодится только холодное размалывание и

замачивание; жарка не требуется. Листья иногда применяют как ароматную добавку, но в этой статье надёжно подтверждённым массовым сырым продуктом остаются именно семена.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Садовая Salvia hispanica также образует съедобные семена, но отличается размерами листьев и соцветиями и в Калифорнии не является обычным местным пустынным однолетником. Другие местные шалфеи с лиловыми цветками бывают многолетними кустами и не имеют такого жизненного цикла. Некоторые растения семейства яснотковых дают маленькие тёмные орешки, но их пищевые свойства нельзя переносить на них по сходству. Для определения нужны взрослые цветки и форма прицветников, а для сбора — полностью зрелые сухие семена именно известного вида. Не собирают засорённые колоски возле автомобильных дорог или на территории, где проводилась химическая обработка.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7302
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Salvia+columbariae
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Salvia_columbariae

Кровохлёбка малая — Нежные листья со свежим огуречным вкусом · Sanguisorba minor

Sanguisorba minor

На прохладном лугу или в старом калифорнийском саду иногда растёт скромная низкая трава с нежными перистыми листьями. Каждый лист похож на цепочку маленьких округлых листочков с зубчатым краем, а летом над зеленью поднимаются мелкие зелёные и красноватые головки цветков. Это Sanguisorba minor, малая кровохлёбка, известная как salad burnet. Она не коренной вид Калифорнии, а заносная европейская зелень. Молодые листья и побеги можно есть сырыми; у многих растений они имеют необычный освежающий вкус свежего огурца.



Кровохлёбка малая — фотография растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя трава образует прикорневую розетку перистых листьев и несколько сравнительно тонких цветоносов, нередко высотой тридцать–шестьдесят сантиметров. Лист состоит из многих пар небольших овальных либо округлых листочков. Каждый имеет заметные зубцы по краю и короткий черешочек, а общий длинный листовой черешок слегка ребристый. На зиму в мягком климате розетка часто остаётся зелёной. Цветонос несёт несколько мелких округлых или продолговатых соцветий. У цветков нет крупных ярких лепестков: красноватые пыльники и рыльца выходят из зеленоватых чашечек, создавая рыхлую красно-зелёную головку. После опыления образуются маленькие сухие орешки, окружённые чашечкой с ребристой поверхностью. Старые цветочные стебли становятся сухими и жёсткими, тогда как молодые листья у основания остаются более мягкими. У растения нет крупных колючек и нет характерных розовых лепестков клевера.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora записывает родственную принятую европейскую номенклатуру Poterium sanguisorba; для некоторых калифорнийских записей также используется сочетание Sanguisorba minor ssp. muricata. Вид не местный для штата. Наиболее вероятны старые садовые участки, поливаемые лужайки, края газонов, травянистые склоны на известковых и умеренно сухих почвах. В отличие от массовых сорняков долины Сакраменто, его нельзя обещать на каждой необработанной поляне: документированных наблюдений несколько сотен, и многие связаны с исходными посадками. На подходящей почве розетка может переживать зимние холода и давать новые листочки весной. Газоны с гербицидом, дороги и территории с отходами животных для сырого сбора непригодны.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Молодые перистые листья особенно мягкие после зимних дождей и весной. В Sacramento Valley зелёная розетка может сохраняться при прохладной погоде всю зиму, если почва не пересохла. Поздней весной растение выпускает длинные цветоносы, летом появляются мелкие красно-зелёные соцветия, затем созревают сухие плоды. К середине жаркого лета старые листья могут приобрести сильную горечь, что отмечает PFAF. После осеннего похолодания и полива розетка иногда возобновляет мягкий прирост. Для сырой пищи важнее молодость листа и чистая почва, чем наличие цветка.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление у Sanguisorba minor. Многие люди отмечают освежающий вкус, напоминающий огурец, хотя некоторые экземпляры из кислой или пересохшей почвы горчат. Небольшие листочки можно снять с длинной оси листа и добавить к холодным овощам, зелени или свежей воде. Перистая форма требует внимательной промывки, потому что между листочками застревает пыль.



Кровохлёбка малая — детальный снимок растения

Didier Descouens · CC BY-SA 4.0 · Источник

Молодые нежные побеги. Видовой источник тоже разрешает употреблять их сырыми. Подходят мягкие верхушки до огрубения и появления сухих цветочных головок. В большом количестве такая приправа может показаться терпкой; разумнее добавлять её к мягким листьям.

Холодная ароматная вода. Небольшое количество свежей зелени можно коротко настоять в чистой питьевой воде без нагревания, получив слабый огуречный аромат. Горячие чаи и лечебные настои в статью не входят. Зрелые плоды, сухие семена, корни и древеснеющие стебли не являются отдельной подтверждённой сырой пищей.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У некоторых местных видов Sanguisorba листья также перистые, но они крупнее и имеют иные соцветия; нельзя автоматически перенести пищевые рекомендации на них. У молодого тысячелистника Achillea millefolium листья тонко рассечены на нитевидные доли, а не на отдельные округлые зубчатые листочки. Клевер имеет обычно три листочка, а не длинную цепочку из многочисленных пар. Соцветия кровохлёбки зелёно-красные без больших венчиков, в отличие от малиновых головок клевера. Если растение растёт без цветоноса, полезно найти взрослый соседний экземпляр для определения, но не пробовать зелень по вкусу.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=11953
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Sanguisorba+minor
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Sanguisorba_minor

Смолёвка обыкновенная — Нежные весенние листья и вздутые чашечки · Silene vulgaris

Silene vulgaris

Вдоль старых пастбищных дорожек и на солнечных склонах иногда появляется невысокая трава с мягкими сизоватыми листьями. Позднее у неё раскрываются белые цветки, а под каждым словно висит маленький зелёный воздушный шарик. Эта вздутая чашечка — особенно удобный признак смолёвки обыкновенной. Весной её молодые листья используют в свежей пище, но только небольшими порциями из-за содержащихся сапонинов.



Смолёвка обыкновенная — фотография растения

MurielBendel · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетняя трава с несколькими прямыми или слегка восходящими стеблями около 20–60 сантиметров высотой. Листья супротивные, овальные или узколанцетные, цельнокрайние, голубовато-зелёные, нередко немного мясистые. Нижние листья сужаются к основанию, верхние сидят почти без черешка. На концах ветвей появляются небольшие рыхлые группы цветков. У каждого пять белых лепестков, разделённых на две узкие доли, поэтому цветок издали выглядит как звёздочка с десятью лучами. Пять сросшихся чашелистиков образуют крупный округлый мешочек с сеткой заметных жилок, который сохраняется и при образовании коробочки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Silene vulgaris как неместное растение, но в штате оно редкое: всего несколько десятков наблюдений. Встречается на лугах, в нарушенных травянистых сообществах, на суховатых склонах, местами в северных округах и предгорьях. В Сакраменто это не массовая весенняя трава; чаще можно увидеть культурную или случайно занесённую смолёвку. Сбор на обочинах, участках с гербицидами и около старых промышленных построек недопустим.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После зимних дождей растение выпускает мягкий прикорневой прирост. Молодые листья доступны обычно весной и в начале лета, прежде чем стебли вытянутся. Цветение на равнинных участках начинается в конце весны, в прохладных горах позже. Когда появляются вздутые чашечки и созревающие коробочки, большинство листьев уже более жёсткие. Растение может сохранять зелёные побеги после летних дождей, но лучшей сырой частью остаётся самый ранний прирост.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и верхушки. Plants For A Future прямо описывает их употребление сырыми или приготовленными и отдельно отмечает приятный мягкий вкус совсем молодой листвы. Свежие листья можно мелко нарезать и смешать с другой зеленью. Однако у смолёвки есть сапонины — вещества, которые могут вызывать раздражение и расстройство желудка в больших количествах. Поэтому сырой вариант подходит только как небольшая добавка, а не большая миска салата. Старые листья и грубые стебли в пищевом описании чаще требуют приготовления, поэтому без огня их не используют. Семена, корни и вздутые чашечки отдельно как пищу не рассматривают.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Silene latifolia имеет обычно более широкие опушённые листья и крупные цветки, а цветочная чашечка устроена несколько иначе. У некоторых других Silene чашечки тоже вздутые, поэтому одного «воздушного шарика» недостаточно; сравнивают форму листа, количество лепестков и характер сетки жилок на чашечке. В начале весны до цветения растение можно спутать с другими противоположнолистными травами. Если нет уверенной видовой идентификации, листья не пробуют.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7621
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Silene+vulgaris

Расторопша пятнистая — мраморные листья и острые колючки · Silybum marianum

Silybum marianum

Весной в калифорнийских полях встречаются большие розетки блестящих листьев, словно расписанных белыми молочными полосами. Каждый край усеян крепкими колючками, а позднее над растением появляются крупные пурпурные корзинки, окружённые острыми колючими обёртками. Это Silybum marianum — расторопша пятнистая, известный завезённый чертополох. Молодые листья этого вида описаны как сырая пища, но только после тщательного удаления всех шипов. Вид интересен для знания местной флоры, однако по практической удобности значительно уступает мягким неколючим растениям.



Расторопша пятнистая — фотография растения

Bidgee · CC BY-SA 3.0 au · Источник

КАК УЗНАТЬ

Расторопша обычно живёт один–два сезона. В первый влажный период появляется большая прикорневая розетка. Листья широкие, ярко-зелёные, с неправильными белыми пятнами вдоль жилок, будто по поверхности прошёл мраморный узор. Края сильно выемчатые и вооружены длинными острыми жёлтыми шипами. У зрелого растения из центра вырастает мощный ребристый стебель. На его концах образуются округлые пурпурные корзинки с длинными шипами вокруг бутона. После цветения развиваются гладкие тёмные семянки с хохолками. Во влажной богатой почве высота может превышать человеческий рост. Главное отличие от многих местных чертополохов — яркий белый мраморный рисунок на листьях, который виден задолго до цветения.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

UC IPM указывает расторопшу на северном побережье, в Центральной долине, районе залива Сан-Франциско, некоторых южных прибрежных областях и на островах. Она встречается на пастбищах, краях полей, в садах, у дорог и на нарушенных склонах. После влажной зимы способна формировать густые колючие заросли. В районе Сакраменто её можно встретить на открытых землях и возле старых сельскохозяйственных участков. Это заносный конкурент местной растительности, а не редкий лесной вид. На сухом участке колючки сохраняются и после отмирания растения, поэтому идти через старую заросль без защиты неприятно и опасно.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После первых дождей начинается прорастание, и зимой видны молодые листья розетки. В январе–марте они особенно характерны на низких тёплых участках. Весной растение вытягивается и выпускает цветонос, обычно с марта по июнь в зависимости от температуры. Когда появляется большое колючее соцветие, нижние листья уже гораздо грубее. К лету созревают тёмные семянки, а целый куст высыхает. Для сырого листового использования наиболее подходящим был короткий ранний период, а не стадия гигантского летнего чертополоха.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья после удаления всех колючек. Plants For A Future подтверждает возможность их сырого употребления у Silybum marianum. Край листа и каждый колючий выступ требуется полностью удалить: даже небольшой оставшийся шип может ранить рот. Мягкая внутренняя часть молодого листа бывает достаточно нежной, хотя после жаркой погоды вкус заметно горчит. По этой причине речь идёт о редкой добавке, а не об удобном продукте для большой порции.



Расторопша пятнистая — детальный снимок растения

Meneerke bloem · CC BY-SA 3.0 · Источник

Корень. Видовой источник сообщает также о возможности употреблять его сырым, но для практического каталога этот способ не рекомендован: сырой корень трудно очистить от грунта, а UC IPM отмечает способность листьев расторопши накапливать нитраты при засухе, скашивании и химическом стрессе. Химическую историю конкретного участка нельзя установить по внешнему виду.

Цветочные бутоны в пищевых справочниках описаны преимущественно после приготовления. Их не предлагается есть сырыми. Семена и продукты из них не включаются в настоящий безогневой раздел.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Другие чертополохи Cirsium имеют колючие листья и пурпурные соцветия, но обычно лишены столь характерных белых мраморных пятен. У некоторых молодых листьев рисунок слабее, поэтому нельзя опираться только на один признак. Важно сочетание большой розетки, рисунка, шипов и цветочной корзинки. Пробовать неизвестный колючий лист ради определения нельзя. Расторопша часто растёт на пастбищах и в сельхоззонах: даже когда сами листья формально съедобны, накопленные нитраты и гербициды способны сделать их плохой сырой пищей. При любом сомнении разумнее выбрать другой вид.

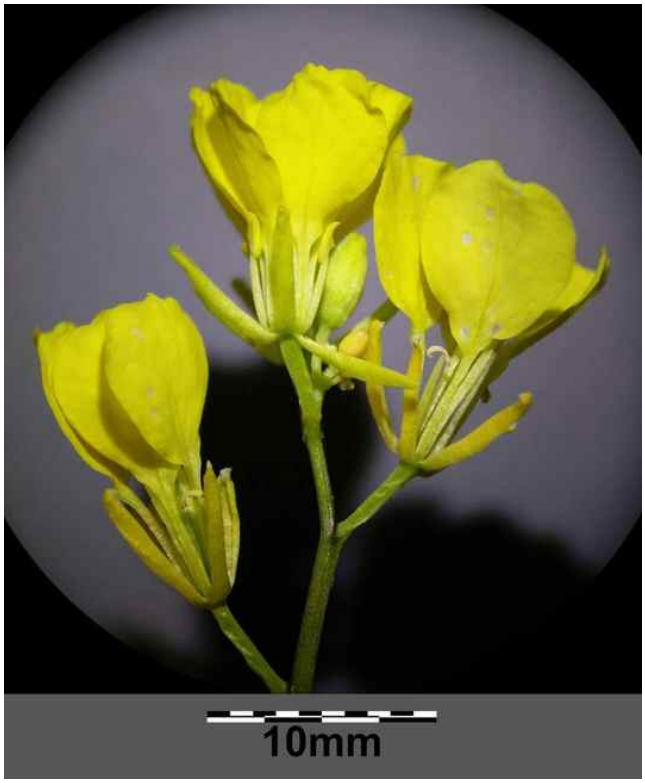
ИСТОЧНИКИ

- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/blessed-milkthistle/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=silybum+marianum

Горчица полевая — Широкие жёлтые цветки и молодая острая зелень · Sinapis arvensis

Sinapis arvensis

На калифорнийском поле весной можно увидеть отдельные высокие растения с ярко-жёлтыми четырёхлепестковыми цветками. Листья нижней части стебля широкие, грубоватые, а после цветения образуются длинные стручки с острым концом. Это Sinapis arvensis — горчица полевая, она же charlock. Она отличается от уже описанной чёрной горчицы Brassica nigra и лондонской горчицы Sisymbrium irio. Для пищи без огня особенно важны нежные молодые листья, которые дают довольно резкий горчичный вкус.



Горчица полевая — фотография растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это однолетняя трава, обычно высотой от тридцати сантиметров до метра или выше на богатой почве. Стебель прямостоячий, ветвистый, в нижней части может иметь грубые щетинистые волоски. Прикорневые и нижние листья крупнее остальных, овальные, с зубцами и несколькими глубокими лопастями по краям; конечная лопасть обычно наиболее широкая. Верхние листья меньше и уже, часто почти без черешка. Цветки ярко-жёлтые, каждый имеет четыре округлых лепестка в форме креста и шесть тычинок. После отцветания образуются прямые или слегка изогнутые зелёные стручки, на верхушке которых остаётся длинный конический носик. Стручки располагаются на отстоящих плодоножках, а не тесно прилегают к стеблю, как у гулявника лекарственного. Зрелые стручки буреют и раскрываются с семенами. Для определения лучше видеть целиком нижний лист, стебель, цветок и плоды; один жёлтый цветок не различает многочисленные калифорнийские горчицы.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

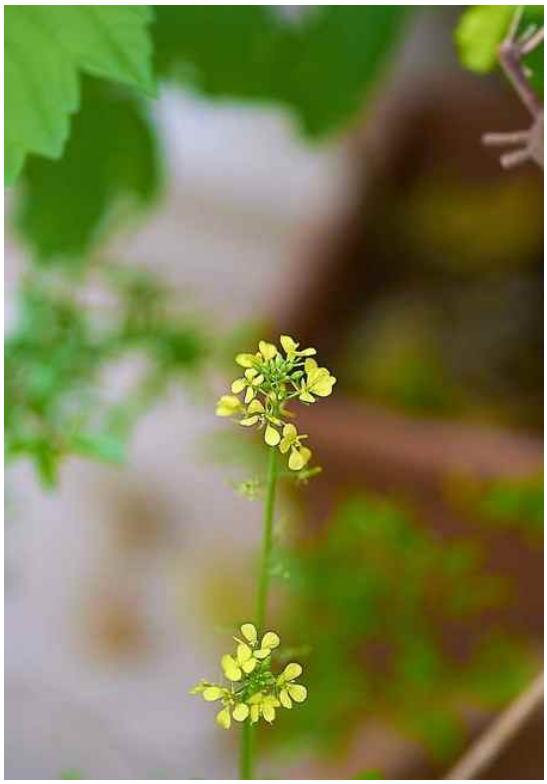
Calflora фиксирует Sinapis arvensis как заносный вид на нарушенных землях Калифорнии с несколькими сотнями наблюдений. Он встречается на краях полей, в садах, у просёлочных дорог и на залежах, особенно на солнечной почве, где зимой бывает достаточно влаги. Однако чёрная горчица Brassica nigra значительно чаще образует огромные жёлтые заросли, поэтому нельзя называть любое большое жёлтое поле Sinapis arvensis. В долине Сакраменто полевая горчица встречается очагами, не обязательно каждый год в одном и том же месте. Поля могут обрабатываться гербицидами и пестицидами; их зелень для сырой еды без сведений об обработке не подходит.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После осенних или зимних дождей образуются розетки с мягкими нижними листьями. В низинах California их чаще всего можно найти зимой и ранней весной. По мере потепления быстро вытягивается стебель; поздней весной и в начале лета раскрываются жёлтые цветки. За ними формируются зелёные длинные стручки, а затем зрелые сухие плоды с семенами. В прохладных прибрежных местах сроки несколько сдвигаются, в жаркой Центральной долине развитие бывает короче. На зрелом сухом растении листья уже не так удобны для сырой еды: становятся жёсткими и горькими.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает их употребление сырыми у Sinapis arvensis, отдельно отмечая сильный вкус. Молодые листочки можно мелко нарезать в небольшом количестве и добавить к другой холодной зелени; они дают остроту, напоминающую горчицу и редис. Старые листья в справочнике чаще предлагаются после приготовления, но это не способ для нашего безогневого каталога.



Горчица полевая — детальный снимок растения

George E. Koronaios · CC BY-SA 2.0 · Источник

Пророщенные семена. Тот же источник допускает употребление ростков семян сырыми. Однако для безопасного проращивания нужны точно определённые семена и гигиеничные условия, поскольку при тёплом влажном проращивании способны размножаться бактерии. В полевых условиях разумнее считать основной сырой частью молодые листья, а не рекомендовать массово проращивать случайно собранные семена.

Сухие семена придают острый горчичный вкус после измельчения, но их состав и концентрированность требуют осторожности. Цветоносные стебли у видового источника описаны главным образом после приготовления, поэтому здесь они не предлагаются сырыми.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Brassica nigra имеет меньшие цветки и более тонкие узкие стручки, которые обычно прилегают к стеблю. У Sinapis arvensis цветки относительно крупные, а стручки с явным носиком стоят на плодоножках. У Raphanus raphanistrum лепестки иногда беловатые либо с тёмными жилками, плоды перетянуты между семенами; кроме того, Calflora предупреждает не употреблять этот вид, поэтому путаница особенно нежелательна. У Sisymbrium irio мелкие бледные цветки и длинные тонкие стручки. Если растение ещё только в виде розетки, необходимо дождаться цветков и плодов на этом же виде, прежде чем собирать его для еды.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7625
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Sinapis+arvensis
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7063

Гулявник высокий — Нежные острые листья перекати-поля · Sisymbrium altissimum

Sisymbrium altissimum

На сухих пустырях Калифорнии весной появляется высокая горчичная трава. У земли её листья ещё достаточно широкие, а ближе к вершине становятся сильно рассечёнными и узкими. К лету длинные разветвлённые стебли несут множество жёлтых цветков и тонких плодов. Когда растение высыхает, оно может отломиться и катиться по ветру, распространяя семена. Молодые листья и верхушки этого гулявника используют сырыми как пряную зелень.



Гулявник высокий — фотография растения

Dcrjsr (Jane S. Richardson) · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это однолетняя трава высотой примерно 30–120 сантиметров, иногда выше. Нижние листья заметно перистораздельные, с большой конечной долей и меньшими боковыми; верхние рассечены на длинные тонкие сегменты и кажутся почти нитевидными. Стебель прямой, обильно ветвится во второй половине сезона. Цветки типичные для капустных: у каждого четыре бледно-жёлтых лепестка крестом. После них вырастают очень длинные узкие стручки, расходящиеся в разные стороны, а не короткие стручочки, прижатые к оси. Засохшие разветвлённые побеги становятся ломкими.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Sisymbrium altissimum завезён в Северную Америку из Евразии и хорошо освоился в Калифорнии. Calflora зарегистрировала тысячи наблюдений в различных округах, включая сухие нарушенные территории и пустырные склоны. Вид можно встретить вдоль дорог, у сельскохозяйственных полей, на высохших обочинах и между камнями. В долине Сакраменто он вполне возможен, но для еды нельзя брать растения с проезжей части, на химически обработанных полях или в местах скопления мусора.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Семена прорастают с прохладными дождями, и молодая розетка может появиться зимой. Для сырой еды пригодны короткие мягкие листья и верхушки до активного вытягивания стебля, обычно с конца зимы до весны в низинах. Цветение продолжается весной и летом, а после сухого периода растение быстро становится грубым. В горах сезон роста может сдвигаться на более поздние месяцы.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и нежные верхушки побегов. PFAF для Sisymbrium altissimum прямо приводит их употребление сырыми или после приготовления; для нашей задачи годится только сырой вариант. Вкус напоминает острую горчицу, иногда со значительной горчинкой. Небольшое количество молодых листьев можно мелко нарезать в холодный салат. Семена этого вида известны как пряность после размалывания, но без отдельной проверки их безопасного сырого пищевого способа здесь они не включены. Стебли с жёсткими стручками не являются салатной пищей.



Гулявник высокий — детальный снимок растения

Krzysztof Ziarnek, Kenraiz · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Sisymbrium irio, лондонский гулявник, обычно ниже и несёт более короткие плотные кисти, а его листья и стручки отличаются формой. Sisymbrium officinale имеет стручки, плотно прижатые к стеблю, а у высокого гулявника длинные узкие плоды торчат в стороны. Hirschfeldia incana формирует короткие толстые стручки. Желтые четырёхлепестковые цветки встречаются у десятков капустных, поэтому точное определение требует зрелого строения стручков и нижних листьев. Пробовать неопределённую розетку не следует.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7626
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Sisymbrium+altissimum
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Sisymbrium_altissimum

Лондонская горчица — длинные стручки и зимняя зелень · Sisymbrium irio

Sisymbrium irio

После зимних дождей на полях Южной и Центральной Калифорнии появляется невысокая трава с сильно рассечёнными листьями. С конца зимы над ней поднимаются тонкие ветвистые стебли, маленькие бледно-жёлтые цветки и множество длинных узких стручков. Это Sisymbrium irio — лондонская горчица, распространённый заносный однолетник. Её молодые листья употребляли как зелень, а цветки и семена в видовых справочниках упомянуты как пища без нагревания. Вкус у этого растения острый и не делает его универсальным салатом.



Лондонская горчица — фотография растения

Eitan f (וקמרפ ותיא) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Осенью растение сначала образует небольшую розетку, затем быстро выпускает несколько ветвей. Нижние листья вытянутые и глубоко поделены на узкие доли, иногда выглядят почти как сложные листья; поверхность обычно почти гладкая. Верхние листья гораздо меньше, с двумя боковыми выступами у основания, но не обхватывают стебель полностью. Цветки небольшие, около нескольких миллиметров, с четырьмя узкими бледно-жёлтыми лепестками. Они собраны на концах ветвей. После опыления из каждой цветочной кисти развиваются узкие прямые или слегка изгибающиеся стручки длиной в несколько сантиметров. На зрелом кусте стручки торчат во все стороны, будто тонкие иглы, хотя настоящими колючками не являются. Семена в них очень мелкие. Это сочетание мелких цветков, длинных стручков и глубоко разделённых нижних листьев особенно полезно для распознавания.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

UC IPM описывает Sisymbrium irio преимущественно в нижних двух третях штата и отдельно отмечает присутствие вплоть до верхней Центральной долины. Вид растёт в садах, на полях, виноградниках, у дорог и на заброшенных участках. В открытой солнечной почве после дождливой зимы он способен занимать большие площади. В районе Сакраменто возможен, но нельзя считать, что каждый увиденный крестоцветный сорняк — именно лондонская горчица. На высоких прохладных горных склонах и в северных лесах встречается намного реже. Наблюдаемая массовость сильнее зависит от дождей и нарушений почвы, чем от близости естественной реки.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После осеннего увлажнения появляются всходы и небольшие розетки. Нежные листья удобнее находить зимой, пока ещё не вытянулись стебли. По UC IPM цветение обычно идёт с января по май; в долине Сакраменто наиболее заметные стручки появляются весной. Затем растение желтеет и высыхает, а сухие узкие плоды сохраняются некоторое время. Летом старые стебли уже не дают нежной зелени. Там, где почва вновь увлажняется осенью, из семян вырастает очередное поколение.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Незрелые молодые листья. Plants For A Future прямо относит их к сырым съедобным частям Sisymbrium irio. Вкус острый и может быть горьковатым; это скорее небольшая добавка к другой зелени, чем основа большой порции. Используют только молодые листья точно определённого растения.



Лондонская горчица — детальный снимок растения

Stefan.lefnaer · CC BY-SA 4.0 · Источник

Цветки. Видовой справочник также указывает их сырое употребление. Они маленькие и не образуют существенного урожая. Их возможное употребление не служит причиной путать вид с любой жёлтой горчицей.

Семена. В источнике указана возможность употреблять семена сырыми и после высыхания размалывать в порошок. Другие способы, например приготовленный pinole, относятся к пище с обработкой и не включены в наш раздел. Малые семена не стоит считать удобной массовой заменой зерна. Поскольку речь о семействе капустных, концентрированные большие порции острой сырой зелени и семян не рекомендуются.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Сильно рассечённые листья могут напоминать дескурайнию Descurainia sophia, но у неё лист более тонко и многократно разделён. Близкий Sisymbrium altissimum бывает выше и имеет другую форму листьев и плодов. В молодом возрасте почти все они представлены только розеткой, поэтому точное определение возможно не всегда. Не проверяют незнакомую горчицу на вкус, чтобы назвать её видом. Важны маленькие цветки, длинные узкие стручки и строение верхних листьев. Поля и сады могут обрабатываться химикатами, а сырая зелень у дорог легко загрязняется.

ИСТОЧНИКИ

- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/london-rocket/
- https://www.cal-ipc.org/plants/profile/sisymbrium-irio-profile/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Sisymbrium_irio

Гулявник лекарственный — Маленькие жёлтые цветки и молодые острые побеги · Sisymbrium officinale

Sisymbrium officinale

После зимних дождей по краям полей Калифорнии появляются неприметные розетки с рассечёнными листьями. Весной из них вырастают ветвистые стебли, несущие крошечные желтоватые цветки и короткие плотно прижатые к стеблю стручки. Это Sisymbrium officinale — гулявник лекарственный, известный по-английски как hedge mustard. Молодые мягкие побеги имеют острый капустный вкус и допускают сырое употребление, но старое растение слишком горькое, а название «лекарственный» не превращает его в безопасную добавку в больших количествах.



Гулявник лекарственный — фотография растения

Zidat (Saïd Zidat) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это однолетняя трава, обычно высотой от двадцати до восьмидесяти сантиметров. В начале роста образуется розетка продолговатых листьев, глубоко разделённых на округлые боковые лопасти и более крупную конечную. Позднее вырастает прямостоячий ветвистый стебель, на котором листья постепенно уменьшаются в размере. Нижняя часть часто слегка волосистая. Цветки совсем небольшие, с четырьмя бледно-жёлтыми лепестками, образуют рыхлые кисти на концах ветвей. После опыления возникают маленькие узкие стручки, которые характерно прижаты к стеблю, а не торчат далеко в сторону. На взрослых побегах они делают поверхность словно покрытой короткими шипиками, хотя это плоды, а не настоящие колючки. При созревании стручки буреют, внутри находятся очень мелкие семена. Признак прижатых плодиков важен, поскольку похожих жёлтоцветковых капустных на одном поле бывает несколько.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Sisymbrium officinale как неместный однолетник, встречающийся по всей Калифорнии на нарушенных почвах. В Sacramento County зарегистрированы десятки наблюдений, также много записей в Sonoma, Los Angeles, San Diego, Monterey и других округах. Растение живёт на краях сельхозполей, возле троп, в старых садах и в рыхлой почве у стен. Иногда встречается достаточно часто на одном участке, но не образует такой заметной весенней жёлтой массы, как некоторые крупные горчицы. На жаркой открытой земле Central Valley старые побеги быстро высыхают. Для сырой пищи важен чистый участок, на котором не применяли гербициды.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После осеннего увлажнения появляются молодые розетки. В Sacramento Valley мягкий прирост чаще доступен зимой и в начале весны. Затем растение вытягивается, образует мелкие жёлтые цветки и короткие стручки. В умеренном климате цветение часто приходится на весну и начало лета, а в тёплой долине начинается раньше. Когда большинство плодов становятся бурыми, нижние листья грубеют и горчат. На поливе возможны поздние молодые всходы, однако они не равнозначны старым высоким стеблям. Время употребления сырой зелени обычно короче, чем время, когда сухой гулявник остаётся заметен на пустыре.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Совсем молодые побеги. Plants For A Future прямо указывает их сырое употребление у Sisymbrium officinale. Они обладают острым, немного горьким капустным вкусом, поэтому их измельчают в небольшом количестве и смешивают с более мягкой зеленью. Не следует употреблять целые пучки грубого цветущего растения: молодая верхушка и взрослый одревесневающий стебель — разные пищевые стадии.



Гулявник лекарственный — детальный снимок растения

AnRo0002 · CC0 · Источник

Семена. Видовой справочник допускает сырое употребление семян и использование размолотого порошка в роли горчичной приправы. Однако мелкий размер делает сбор трудоёмким, а очень острый вкус — причиной ограничиться малым количеством. Для нашего практического полевого питания разумнее опираться на молодые побеги, а семена описывать как дополнительную, но не массовую пряность. Семена не следует пробовать, пока вид не установлен по взрослому растению.

Корни, взрослые стебли и цветки не включаются как отдельные подтверждённые сырые продукты.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Sisymbrium irio, описанного ранее, стручки длинные и сильно выступают от стебля. У Sisymbrium officinale они заметно короче и прилегают к оси побега. Descurainia sophia отличается особенно тонко рассечёнными листьями, а у некоторых Erysimum строение стручков и листьев другое. Без зрелых плодов некоторые виды почти невозможно различить по розетке; собирать незнакомую капустную зелень без определения не стоит. У дороги и у обработанного поля растение способно накапливать загрязнения. Горечь не является способом проверки видовой съедобности.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7630
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=7630
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Sisymbrium+officinale

Томат обыкновенный — Зрелые летние плоды самосевных огородных растений · Solanum lycopersicum

Solanum lycopersicum

У старого компоста, у заброшенного огорода или возле поливной канавы иногда вырастает знакомое ветвистое растение с резным ароматным листом. Летом на нём появляются небольшие жёлтые звёздчатые цветки, а затем зелёные плоды, постепенно краснеющие, желтеющие или приобретающие другую сортовую окраску. Это томат обыкновенный. В сыром виде съедобны только полностью зрелые плоды подходящего пищевого сорта; листья, стебли и незрелые зелёные плоды не подходят.



Томат обыкновенный — фотография растения

Clintacc · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Короткоживущая травянистая либо полукустарниковая форма с мягкими опушёнными ветвистыми стеблями, обычно высотой от полуметра до двух метров при наличии опоры. Листья очередные, сложные, непарноперистые, состоят из нескольких крупных неправильных зубчатых или лопастных листочков и мелких промежуточных долей. Листва и стебли покрыты железистыми волосками и выделяют сильный характерный запах. Цветки жёлтые, с пятью сросшимися отогнутыми лепестками и выступающим конусом из жёлтых пыльников, собраны в небольшие кисти. Ягоды по сорту бывают мелкими, как вишня, или очень крупными, красными, жёлтыми, оранжевыми и пурпурными, иногда с продольными рёбрами. Внутри сочная мякоть и много плоских семян.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Solanum lycopersicum как неместное растение, с сотнями записей за пределами обычного выращивания. В Калифорнии томаты часто самосеются из выброшенных или упавших плодов, особенно возле огородов, компоста, поливных участков и бывших ферм. В Sacramento Valley при тёплой погоде и наличии воды растения могут хорошо плодоносить, но это не дикорастущий многолетний кормовой куст чапараля. У сточных канав, помоек и сельскохозяйственных полей плоды могут быть загрязнены, а культивируемые посадки являются частной собственностью.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После весеннего прогрева почвы семена прорастают, побеги быстро разрастаются. Жёлтые цветки появляются поздней весной и летом; плодам требуется несколько недель, чтобы вырасти и изменить окраску. В низинах сезон зрелых помидоров обычно начинается в июне и продолжается до осени при тёплой погоде. У некоторых современных сортов полностью зрелые плоды остаются зелёными, но у неизвестного самосевного растения такой сорт определить практически невозможно. Поэтому в походе не пробуют неизвестные зелёные плоды, а выбирают лишь явно зрелые и ароматные.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые плоды. У обычных красноплодных и жёлтоплодных форм съедобный помидор мягче, равномерно окрашен и имеет характерный запах зрелой мякоти. Его можно есть сырым вместе с тонкой кожицей и мелкими семенами или нарезать в холодную овощную смесь. Чистый спелый плод можно холодно размять в сок; кожицу при желании отделяют через сито. Листья, стебли, корни и зелёные части содержат гликоалкалоиды; Calflora специально предупреждает не есть зелёную листву и стебли. Незрелые зелёные плоды не включены, поскольку их сырой способ без определения сорта и стадии ненадёжен.



Томат обыкновенный — детальный снимок растения

Jayachandranjay · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Похожий по листьям картофель Solanum tuberosum формирует белые, сиреневые или фиолетовые цветки и маленькие зелёные ягоды, которые ядовиты. Solanum americanum и местный Solanum douglasii имеют простые листья и небольшие белые цветки, совсем другие плоды. Физалисы Physalis заключают ягоды в увеличенную бумажную чашечку, а у томата такого фонарика нет. При встрече с самосевом нужно видеть жёлтые цветки, характерные сложные листья и взрослый плод. Съедобность помидора не распространяется на прочие паслёновые.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=14889
- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=5243
- https://www.gardenersworld.com/how-to/grow-plants/how-to-grow-tomatoes/

Осот полевой многолетний — Молодые листья среди высоких жёлтых корзинок · Sonchus arvensis

Sonchus arvensis

На влажноватых пустырях и у старых полей можно заметить высокую траву с широкими зубчатыми листьями и множеством крупных жёлтых корзинок. Она похожа на обычный однолетний осот, но снова появляется из подземных корневищ и образует целые группы стеблей. Это многолетний полевой осот. Его молодые листья употребляют сырыми, пока они мягкие и ещё не стали сильно горькими.



Осот полевой многолетний — фотография растения

Chlystek · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя трава обычно достигает 60–150 сантиметров высоты и способна образовывать обширные колонии за счёт ползучих корневищ. Стебель прямой, в верхней части ветвистый, при надломе выделяет белый млечный сок. Листья очередные, мягкие или умеренно жёсткие, удлинённые, с крупными боковыми долями и зубцами, часто слегка колючими по краю. Основания верхних листьев обхватывают стебель. Корзинки заметные, ярко-жёлтые, несколько сантиметров в диаметре, на длинных цветоносах. У основания корзинок видны многочисленные зелёные листочки обёртки. После цветения развиваются семянки с белым летучим хохолком.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Sonchus arvensis к неместным многолетним травам и отмечает сравнительно немного наблюдений в штате. Он связан с нарушенными влажноватыми участками, полями, канавами и опушками, но в Калифорнии гораздо менее обычен, чем Sonchus oleraceus. Может встречаться очагами, особенно на почвах, которые сохраняют влагу в тёплый период. Отсутствие этого вида на участке не следует компенсировать сбором похожего растения без точного определения.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной из подземных корней выходят новые мягкие листья и короткие побеги; это лучший период для сырой пищи. По мере летнего роста стебли удлиняются, листья становятся жёсткими и часто горчат. В западных районах цветение нередко приходится на лето и начало осени. После осенних дождей иногда появляется молодой прирост, но устойчивый холод или засуха останавливают рост.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. PFAF для Sonchus arvensis отдельно указывает, что их можно есть сырыми или приготовленными. Для нашего справочника подходит сырой вариант: собирают нежные листья из молодых розеток до цветения, удаляя слишком жёсткие колючеватые края. Вкус травянистый, с лёгкой горчинкой; листья можно мелко нарезать и добавить в холодную зелёную смесь. Никакие старые корневища и высокие стебли не рассматриваются здесь как сырая еда: в видовом справочнике они описаны после приготовления.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

От Sonchus oleraceus многолетний осот отличается жизненным циклом и ползучими корневищами: однолетний вид обычно не формирует многолетние группы из общего подземного основания. Sonchus asper имеет более блестящие и колючие листья; Sonchus tenerrimus — более узкие рассечённые листовые доли. Жёлтые корзинки и белый сок встречаются у множества астровых и не служат самостоятельным доказательством съедобности. Надёжно определить вид помогает сочетание листьев, корзинок, корневищного роста и местообитания.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7680
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Sonchus+arvensis
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Sonchus_arvensis

Осот шероховатый — колючие листья и мягкие верхушки · Sonchus asper

Sonchus asper

Среди огородных сорняков Калифорнии растёт осот с блестящими зубчатыми листьями, края которых вооружены мелкими, но неприятно острыми колючками. Позднее он выпускает жёлтые корзинки, напоминающие маленькие одуванчики. Это Sonchus asper — осот шероховатый, близкий родственник уже описанного осота огородного. Для сырой пищи известны самые нежные молодые листья и некоторые очищенные верхушки, но с взрослой колючей зеленью обращаться иначе: она не подходит для обычного салата.



Осот шероховатый — фотография растения

HoosierMan1816 · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно это однолетняя трава с розеткой у основания и прямостоячим полым стеблем. На его изломе выделяется белый млечный сок. Нижние листья крупные, нередко глубоко вырезанные, с блестящей поверхностью и жёсткими маленькими зубцами по краю. Верхние листья сидят на стебле без длинного черешка и охватывают его округлыми ушками. Для вида особенно характерны блестящие плотные листовые пластинки и округлые ушки у основания стеблевого листа. В тёплых плодородных местах растение может вырасти выше метра. На верхушках раскрываются жёлтые корзинки из узких язычковых цветков. После цветения формируются семянки со светлым летучим хохолком; созревшие головки выглядят как маленькие пушистые шарики. Молодые листья бывают гораздо мягче зрелых, поэтому определение желательно подтвердить по соседним цветущим экземплярам того же вида, но не смешивать разные растения в одной горсти.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

UC IPM относит осоты к одним из самых обычных сорняков весенних ферм и садов Калифорнии. Sonchus asper относится к инвазивным представителям этой группы. Он растёт на огородных грядках, вдоль полей, в садах, на нарушенных обочинах и среди поливаемых посадок. В мягком климате всходы бывают даже в необычное время, но больше всего молодых растений возникает после дождей. В Центральной долине их можно встретить вокруг земледельческих территорий, где очень важно узнать, не применялись ли гербициды. Сухая огрубевшая зелень высоких летних растений не имеет той же пищевой ценности, что влажный молодой прирост.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Семена в низинах часто прорастают с поздней осени до ранней весны. В декабре–марте видны розетки с наиболее нежными листьями. В тёплых местах цветоносные стебли могут появиться ранней весной; пик цветения и созревания белых летучек часто приходится на весну и начало лета. Поздние растения возможны и на поливе. Для сырого питания важен не просто месяц, а возраст конкретного листа: зрелые листовые колючки становятся всё неприятнее.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Совсем молодые листья. Plants For A Future прямо указывает сырое употребление нежных листьев Sonchus asper. Их вкус менее грубый, когда лист ещё мягкий, а краевые шипики не развились. Зрелые колючие листья нельзя считать равнозначными. Если лист царапает пальцы, его не стоит отправлять в сырой салат.



Осот шероховатый — детальный снимок растения

Bjoertvedt · CC BY-SA 3.0 · Источник

Молодые нежные верхушки. Тот же видовой справочник описывает их употребление сырыми после удаления грубых частей. У старших стеблей млечный сок горчит: это дополнительная причина не рекомендовать грубые цветоносные стебли как свежую пищу. Собирать такую часть разумно лишь после полной идентификации и при возможности отделить все колючие участки.

Корни, зрелые семена и весь взрослый стебель сюда не входят. Промывка и удаление грязи необходимы, но растения с обработанных химикатами полей не становятся безопасными после простой промывки.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Осот огородный Sonchus oleraceus обычно имеет более матовые и мягкие листья, а его ушки у основания стеблевого листа заметно острее. У Sonchus asper листья более блестящие, жёсткие и колючие, ушки округлённые. Другие жёлтоцветковые сложноцветные тоже имеют млечный сок. Проверяют одновременно форму листа, его основание, полый стебель и корзинки. Нельзя определять растение только по горькому молочку и по одному жёлтому цветку. Сбор зелени с сельскохозяйственных полос и городских газонов особенно рискован из-за химической обработки.

ИСТОЧНИКИ

- https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/sowthistles/
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Sonchus+asper

Осот огородный — мягкие листья и млечный сок · Sonchus oleraceus

Sonchus oleraceus

После зимних дождей в садах, виноградниках и у полевых дорог Калифорнии вырастает зелёная трава с длинными мягкими листьями. Позже она поднимает разветвлённый стебель, на концах которого раскрываются жёлтые корзинки, напоминающие небольшие одуванчики. Это осот огородный, Sonchus oleraceus. Весной его молодые листья едят сырыми, пока они не стали грубыми.



Осот огородный — фотография растения

Stickpen · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Осот — однолетняя или иногда недолго живущая двулетняя трава. Молодое растение сначала образует прикорневую розетку, но затем вырастает довольно высокий ветвистый стебель, часто от полуметра до полутора метров. Стебель полый; если его сломать, выделяется беловатый млечный сок.

Листья крупные, удлинённые, с неровными лопастями и зубцами. У нижних листьев заметнее черешок, у верхних основание обнимает стебель. Листовая пластинка сравнительно мягкая и не такая колючая на ощупь, как у близкого осота жёсткого. По краям могут быть маленькие мягкие острые кончики, особенно на зрелых листьях.

Жёлтые соцветия состоят из множества язычковых цветков и располагаются группами на концах веточек. Перед раскрытием они окружены зелёными обёртками. После цветения появляются небольшие сухие семянки с белыми пушистыми хохолками; ветер разносит их далеко от материнского растения.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Sonchus oleraceus широко распространился в Калифорнии как заносное растение. Его особенно много на обработанной почве: в огородах, на сельскохозяйственных полях, в садах, виноградниках, вдоль оросительных каналов и возле построек.

UC IPM относит осоты к самым обычным сорным растениям весеннего сезона. Они встречаются почти повсюду в штате, а там, где почва рыхлая и после дождей сохраняет влагу, иногда вырастают плотными группами. При этом в жарких сухих местах без полива большая часть весенней зелени исчезает к лету.

В долине Сакраменто молодые розетки осота особенно заметны на открытых участках после дождливой зимы. Позже по высоким цветоносам их можно увидеть даже среди густой травы.

КОГДА ДОСТУПНА ЗЕЛЕНЬ

Осот часто прорастает с конца осени до ранней весны. В низких районах Калифорнии мягкие листья можно встретить в зимние и весенние месяцы, примерно с декабря до апреля. Срок зависит от дождей, полива и того, насколько быстро растения переходят к цветению.

Цветки появляются главным образом весной и в начале лета, но при мягкой погоде отдельные растения цветут и в другие месяцы. После образования пуха осот быстро заканчивает цикл, особенно когда почва пересыхает. Молодые побеги следующего поколения появляются после нового увлажнения земли.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. У Sonchus oleraceus едят сырыми нежные листья молодых розеток. Plants For A Future прямо указывает их как салатную зелень. Весной вкус обычно мягче и менее горький. Если по краю листа появились жёсткие кончики, их можно удалить, не используя нагрев.



Осот огородный — детальный снимок растения

Sten Porse · CC BY-SA 3.0 · Источник

Белый млечный сок — отдельная, менее распространённая пищевая часть. В этноботаническом справочнике отмечено, что маори Новой Зеландии жевали подсохший млечный сок этого растения как природную жвачку. Это не означает, что сок в больших количествах является полноценной едой: исторический способ относится именно к жеванию.

Молодые корни и взрослые стебли в некоторых культурах использовали иначе, но подтверждённые способы с ними связаны с приготовлением. Для этой статьи они не являются сырыми пищевыми частями. Точно так же жёлтые цветки не следует автоматически считать салатной зеленью только потому, что растение родственно одуванчику.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

В Калифорнии встречается несколько осотов. У Sonchus asper листья заметно жёстче, темнее и имеют более острые колючие края; у Sonchus oleraceus молодые листья сравнительно мягкие, а их основание при верхних листьях охватывает стебель округлыми долями.

Осот легко спутать с одуванчиком по жёлтым корзинкам и белым семенным хохолкам. Но у одуванчика Taraxacum officinale отдельные цветоносы не ветвятся и не имеют листьев. У осота ветвистый высокий стебель несёт множество листьев и несколько корзинок. Для пищевой зелени важны именно молодая розетка и точное определение вида, а не один жёлтый цветок.

Для определения Sonchus oleraceus важны мягкая зелень, стеблевые листья с небольшими ушками, охватывающими стебель, и будущие жёлтые корзинки. Sonchus asper часто бывает более колючим и блестящим. Млечный сок сам по себе не подтверждает пищевую пригодность: он встречается и у других растений семейства сложноцветных. Plants For A Future уверенно рекомендует сырые нежные листья; стебли и корни в этом источнике описаны для употребления после приготовления, поэтому не включены в безогневой список.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM, Sowthistles, распространение и стадии роста: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/sowthistles/
- Plants For A Future, Sonchus oleraceus, сырые молодые листья и жевание млечного сока: https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Sonchus+oleraceus
- Calflora, Sonchus oleraceus, присутствие в Калифорнии: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=7756

Осот нежный — Узкие резные листья с лёгкой горчинкой · Sonchus tenerrimus

Sonchus tenerrimus

На сухих пустырях и у старых стен иногда растёт стройная трава, похожая на одуванчик, но с разветвлённым стеблем и очень узкими глубоко разрезанными листьями. На концах веточек распускаются жёлтые корзинки. Это осот нежный — один из трёх видов Sonchus, которые часто встречаются в Калифорнии. Пока листья молоды, их можно есть сырыми как острую салатную добавку.



Осот нежный — фотография растения

J.claude · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя или недолговечная многолетняя трава обычно 30–100 сантиметров высотой. Стебель ветвистый, мягкий в начале роста; при повреждении выделяет белый млечный сок. Нижние листья длинные и глубоко перисторазделные, но в отличие от широколистных осотов их доли часто очень узкие, почти нитевидные. Верхние листья более короткие, охватывают стебель небольшими ушками. Жёлтые цветочные корзинки напоминают маленькие одуванчики, однако собраны по нескольку на отдельных цветоносах. После цветения появляются семянки с белым хохолком; ветер легко разносит их.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Родина этого осота — Средиземноморье, в Калифорнию он занесён. Calflora и Kew подтверждают его присутствие в штате, в том числе на сухих открытых нарушенных площадках, по краям дорог, у стен и на пустырях. В сравнении с Sonchus oleraceus и S. asper он распределён не везде одинаково и часто заметнее в тёплой прибрежной полосе и на юге. Из-за потенциальных гербицидов и загрязнения не следует брать растения с обочин и газонов.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягком климате низин семена прорастают после дождей осенью и зимой. Нежная розетка появляется зимой и ранней весной; после вытягивания цветоноса листья становятся жёстче и горче. Цветение может продолжаться с весны до лета, иногда осенью после дождей. В очень сухое лето растения быстро заканчивают цикл. Для сырой еды важны не месяцы сами по себе, а возраст молодых листьев.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. PFAF прямо указывает для Sonchus tenerrimus употребление сырых листьев в салатах. Выбирают самые мягкие и светлые верхние листья до того, как растение сформирует грубый стебель. Их вкус слегка горчит и напоминает другую дикую зелень семейства астровых. Молодые листочки можно мелко нарезать и смешать с более нейтральной салатной зеленью; большие количества не нужны. Зрелые жестковатые листья, стебли, корни и семена не входят в подтверждённую сырую пищу этой статьи.



Осот нежный — детальный снимок растения

Omar hoftun · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Sonchus oleraceus имеет более широкие, часто зубчатые листовые доли, а Sonchus asper отличается более жёсткими колючеватыми листьями. Жёлтые корзинки есть и у ястребинок и у других астровых, включая некоторые несъедобные. Особая опасность — принять за съедобный осот чужое растение с белым млечным соком: наличие сока не доказывает съедобность. Нужно увидеть длинные узкоразделённые листья, структуру корзинок и стебель. Молодую зелень собирают только при точном определении.

ИСТОЧНИКИ

- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Sonchus+tenerrimus
- https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:250373-1
- https://www.calflora.org/app/ipl?list_id=px34

Шпинат огородный — Нежные прохладные листья редкого огородного самосева · Spinacia oleracea

Spinacia oleracea

У заброшенной грядки в прохладную часть года иногда остаются низкие розетки гладких тёмно-зелёных листьев. Они бывают округло-овальными, стреловидными или слегка треугольными, с длинными черешками и сочной пластинкой. Если дать растению расти дальше, розетка вытянется и образует незаметные зеленоватые цветки. Это огородный шпинат, редко регистрируемый вне культуры в Калифорнии. Молодые листья едят сырыми, но из-за оксалатов большие порции и сырой рацион только из шпината нежелательны.



Шпинат огородный — фотография растения

Merstel007 · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя трава с прикорневой розеткой, обычно высотой около 15–30 сантиметров до цветения. Листья простые, очередные, на черешках, гладкие, от яйцевидных до копьевидных, с цельным либо слабоволнистым краем, могут иметь две небольшие боковые лопасти у основания. При вытягивании стебля растение вырастает до 50–80 сантиметров и формирует мелкие зеленоватые цветки. У шпината часто мужские и женские цветки развиваются на разных растениях: мужские собраны в верхушечные группы, женские появляются в пазухах листьев. После опыления образуются плотные семенные клубочки, у некоторых сортов с жёсткими выступами. Растение не формирует крупных ярких лепестков или мясистых ягод.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Spinacia oleracea как неместную для Калифорнии огородную культуру с единичными — около десятка — находками вне культуры. Основные места роста — поливные грядки, прежние огороды и участки с выброшенными семенами. В центральных долинах шпинат обычно выращивают в прохладный сезон, поскольку сильная летняя жара ускоряет стрелкование. Это не массовая дикая зелень лесов или чапараля. На старых сельскохозяйственных участках возможны удобрения, гербициды и бактериальное загрязнение, поэтому необследованный самосев не подходит для сырой еды.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В долинах после осенних дождей и умеренного похолодания появляются молодые розетки; весной возможно повторное развитие при прохладной погоде. На побережье и в горных садах сезон мягких листьев дольше, чем в жаркой равнине Сакраменто. При длинном световом дне и повышении температуры растение быстро выпускает цветонос, после чего листья становятся более грубыми и горькими. Лучший сырой прирост — до появления длинного стебля с цветками.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future прямо подтверждает сырой способ для Spinacia oleracea: мягкие небольшие листья можно тщательно промыть и добавить в холодный салат. Вкус нейтральный, слегка травянистый, у взрослых листьев иногда терпкий. Но шпинат богат оксалатами, которые в больших количествах нежелательны, особенно при склонности к оксалатным камням в почках; в таком случае сырой шпинат лучше не употреблять. Семена в источнике иногда упоминаются как пища, но походные проростки имеют микробиологические риски и без дополнительной проверки не рекомендованы. Корни и цветоносы не входят в сырое питание.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Beta vulgaris subsp. maritima имеет более плотные глянцевые листья и иной высокий разветвлённый цветонос. Лебеда Atriplex hortensis обычно выше, с крупными треугольными листьями и плодами в прицветничках. Некоторые Chenopodium похожи в ранней розетке, но имеют мучнистый налёт на молодой зелени и другие соцветия. У шпината листья гладкие, розетка плотная, а мелкие зелёные цветки развиваются без заметных лепестков. Не следует пробовать неизвестную «похожую на шпинат» траву только по форме листа.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=9243
- https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Spinacia+oleracea

Звездчатка средняя — нежная зелень прохладного сезона · Stellaria media

Stellaria media

После первых осенних и зимних дождей на влажной земле Калифорнии появляются небольшие коврики ярко-зелёной травы. У неё тонкие стебли, маленькие овальные листья и белые цветки-звёздочки, похожие на десять узких лепестков. Это звездчатка средняя, которую также называют мокрицей. Её нежные листья, стебли и цветки можно употреблять сырыми.



Звездчатка средняя — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Звездчатка — однолетнее растение с тонкими гибкими стеблями. Они часто лежат на земле, ветвятся и поднимаются кончиками вверх. Отдельный побег бывает длиной 15–40 сантиметров, хотя сам зелёный коврик выглядит намного ниже.

Листья светло-зелёные, мягкие, небольшие и расположены парами друг напротив друга. Они овальные, с заострённой верхушкой и ровным краем без зубцов. Нижние листья обычно сидят на черешках, верхние могут охватывать стебель почти без черешка.

Очень полезный признак — узкая полоска волосков вдоль одной стороны стебля. На следующем промежутке между узлами линия часто меняет сторону. Остальная поверхность стебля значительно более гладкая. Эти волоски видны лучше на близком расстоянии, чем издали.

Белый цветок невелик — обычно несколько миллиметров в поперечнике. У него пять лепестков, но каждый глубоко разделён надвое, поэтому кажется, что лепестков десять. Под ними заметны пять зелёных чашелистиков. После цветения образуется маленькая продолговатая коробочка с несколькими очень мелкими коричневыми семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Stellaria media широко распространилась по миру из Евразии и Северной Африки. В Калифорнии она встречается почти повсеместно за исключением значительной части самых сухих пустынных мест. Особенно обычна на влажных участках: в садах, огородах, тенистых газонах, лесопосадках, на сельскохозяйственных полях и вдоль дорожек.

В долине Сакраменто её особенно легко заметить после дождей на прохладной плодородной почве. Если участок не пересыхает, звездчатка быстро образует плотные ярко-зелёные пятна. На

туманном побережье она иногда продолжает расти и летом; в жаркой Центральной долине чаще исчезает после наступления устойчивой сухой жары.

КОГДА ДОСТУПНА

В низких районах Калифорнии молодые всходы появляются с приходом дождей, часто уже в ноябре–декабре. Самая мягкая зелень обычно бывает с декабря до апреля, хотя прохладная весна продлевает сезон.

Цветки могут появляться почти в течение всего прохладного периода; UC IPM приводит очень широкий диапазон цветения — февраль–сентябрь и, при подходящих условиях, круглый год. Это не значит, что трава присутствует в каждой местности все месяцы. В туманной прибрежной зоне сезон значительно длиннее, чем на открытой сухой равнине Сакраменто.

После цветения образуются маленькие коробочки и семена. В благоприятной влажной среде звездчатка способна пройти весь цикл за несколько недель и повторно дать новое поколение растений.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Мягкие листья звездчатки едят сырыми. Их вкус нежный, слегка травянистый, иногда напоминающий мягкую зелень салата. Во многих странах растение известно как весенняя салатная трава.



Звездчатка средняя — детальный снимок растения

Agronom · CC BY-SA 3.0 · Источник

Нежные стебли. Тонкие сочные верхушки побегов тоже едят сырыми вместе с листьями. Наиболее мягкими они остаются в период активного роста; старые подсыхающие стебли заметно менее приятны.

Цветки. Маленькие белые цветки съедобны сырыми. Их можно употреблять вместе с верхушками зелёных побегов. Iowa State University Extension прямо перечисляет листья, стебли и цветки как части звездчатки, пригодные к употреблению без нагревания.

Семена. North Carolina State University Extension относит к съедобным частям этого же вида также семена и указывает сырой способ употребления. Однако они очень мелкие, и собрать заметное количество намного сложнее, чем зелёные побеги.

Звездчатка содержит сапонины. North Carolina State University Extension отмечает, что они плохо всасываются, но тщательная варка разрушает сапонины; наш способ употребления не предполагает нагрева. Поэтому именно при сыром употреблении нельзя рекомендовать большие ежедневные порции этой травы. Её место — небольшая добавка к еде, а не основа рациона.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Есть несколько мелких растений, похожих на звездчатку. У других мокриц рода Cerastium листья и стебли обычно намного гуще покрыты волосками; у Stellaria media волоски особенно заметны отдельной линией вдоль стебля.

Более важное сходство — очный цвет полевой, Anagallis arvensis, известный как scarlet pimpernel. У него тоже мелкие супротивные листья и низкие побеги, но стебель угловатый, а цветки обычно красновато-оранжевые, не белые глубоко надрезанные. Этот вид не используют как замену съедобной звездчатке. Определение по одному нежному листу без характерных цветков и линии волосков ненадёжно.

У звездчатки одна линия волосков вдоль стебля, а у внешне похожих ясколок Cerastium волоски обычно распределены шире. Очинный цвет полевой, известный как scarlet pimpernel, отличается яркими красно-оранжевыми цветками и другой формой побегов; его нельзя подменять звездчаткой. Пока у найденной травы нет набора характерных листьев, волосков и цветка, по одному низкому зелёному коврику определять её нельзя.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM, Common Chickweed, идентификация и сезонность: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/common-chickweed/
- UC IPM, Chickweeds, линия волосков вдоль стебля: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/chickweeds/
- Iowa State University Extension, Chickweed, сырые листья, стебли и цветки: https://naturalresources.extension.iastate.edu/encyclopedia/chickweed
- NC State Extension, Stellaria media, съедобные семена и зелень: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/stellaria-media/
- UC IPM, Scarlet Pimpernel, отличительные признаки: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/scarlet-pimpernel/

Мескит винтовой — Спиральные съедобные бобы · Strombocarpa pubescens

Strombocarpa pubescens

Среди пустынных деревьев трудно найти плод необычнее, чем у винтового мескита: его бобы напоминают короткие туго закрученные пружины. Сначала они зелёные, а при созревании становятся желтовато-коричневыми. Этот местный вид известен под старым названием Prosopis pubescens; его молодые бобы и зрелые стручки имеют подтверждённое пищевое применение без нагревания.



Мескит винтовой — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно это кустовидное дерево высотой 3–8 метров с ветвистой кроной, серовато-коричневой корой и острыми колючками. Листья дваждыперистые; каждый состоит из мелких округло-овальных листочков, расположенных попарно на тонких осях. Цветки мелкие, светло-жёлтые, скучены в цилиндрические удлинённые кисти. Самый характерный признак появляется после цветения: плод не просто изгибается дугой, а многократно закручивается вокруг собственной оси, образуя почти правильный винт. Спирали бывают зелёными, затем постепенно сохнут и становятся светло-бурыми. Название Strombocarpa pubescens применяется в современной классификации; многие ботанические и пищевые источники продолжают использовать Prosopis pubescens.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Природная область вида — пустынный юго-запад США и север Мексики. В Калифорнии винтовой мескит растёт преимущественно там, где пустынные грунты получают дополнительную влагу: на старых поймах, вдоль водотоков, у сезонных русел, в неглубоких долинах и близ солоноватых участков. Его находят в юго-восточных округах, но это не повсеместное дерево каждого сухого склона. Местами заросли стали редеть, поэтому даже там, где плоды съедобны, массовый сбор неуместен.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной появляются светлые цветочные кисти; во второй половине весны и летом развиваются мягкие зелёные спирали. В жарких низинах часть бобов достигает зрелости уже летом, на отдельных участках плоды сохраняются до осени. Молодые и зрелые бобы отличаются не только цветом, но и плотностью. Не стоит подбирать старые стручки из влажного ила: такие плоды могут быть повреждены грибами.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зелёные молодые бобы. Plants For A Future прямо указывает, что мягкие незрелые стручки Prosopis pubescens употребляли сырыми. Их пригодность ограничена ранней стадией, пока плод ещё не стал твёрдым. Зрелые стручки. USDA приводит использование сладких высушенных плодов в виде измельчённой пищи. После естественной сушки чистый боб можно растолочь или перемолоть и смешать полученный порошок с холодной водой. Это не рекомендация грызть зрелые семена: они находятся в плотных оболочках и могут повредить зубы. Листья, цветки, кору и корни в сырой пищевой набор не включают. Учитывая состояние диких популяций, разумнее исследовать пищевую ценность вида на разрешённых участках, а не истощать редкие заросли.



Мескит винтовой — детальный снимок растения

pompilid · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У других мескитов, например Neltuma odorata, листья тоже мелкие и дваждыперистые, а цветки стоят в похожих кистях. Но зрелые бобы у них длиннее и обычно не образуют равномерно закрученных цилиндров. На расстоянии можно перепутать винтовой мескит с декоративными бобовыми деревьями; у них пищевые свойства совсем не обязательно такие же. Для определения важно увидеть именно спиральный стручок на соответствующей ветви, форму листочков и характер кистей. Найденные под деревом бобы без ветвей и листьев вид определять не позволяют.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=6879
- https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/pg_prpu.pdf
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Prosopis+pubescens
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/propub

Одуванчик лекарственный — весенние листья, цветы и съедобные корни · Taraxacum officinale

Taraxacum officinale

В конце зимы и весной на газонах Калифорнии распускаются жёлтые одуванчики. Днём они похожи на маленькие солнечные круги, а после цветения превращаются в знакомые пушистые белые шарики. Но важнее для пищи то, что зелёная розетка появляется ещё до цветков: молодые листья одуванчика едят сырыми, а позднее к ним добавляются свежие цветки и бутоны.



Одуванчик лекарственный — фотография растения

Elekes Andor · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Одуванчик — многолетняя трава с сильным стержневым корнем, который глубоко уходит в землю. Листья выходят розеткой из одной короткой прикорневой части. Они удлинённые, гладкие или немного опушённые, с крупными неровными зубцами. Многие зубцы направлены назад, к основанию листа, из-за чего их сравнивают с зубами льва.

Из центра розетки вырастает полый безлистный цветонос. На его вершине раскрывается одна жёлтая цветочная корзинка, состоящая из множества узких язычковых цветков. Никаких отдельных зелёных листьев на самом цветоносе нет. Если сломать цветонос или лист, появляется беловатый млечный сок.

После цветения образуются маленькие сухие плодики с пучками белых волосков. Вместе они превращаются в шарик-парашют, который разлетается от ветра. На одном растении нередко одновременно видны молодые листья, раскрытый цветок и уже созревающая пушистая головка.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Taraxacum officinale родом из Евразии и стал одним из самых распространённых растений в нарушенных человеком местах Калифорнии. Он встречается на газонах, в парках, садах, на полях, по краям дорожек и во влажных лугах.

UC IPM отмечает одуванчик как обычный многолетник почти всего штата. В долине Сакраменто особенно заметен на поливных участках; в сухих местах без влаги его рост ограничен. Листовые розетки могут образовывать плотные пятна на газоне, но не составляют одинаково густой покров в жаркой пустыне и влажном прибрежном парке.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягкой калифорнийской зиме листья могут оставаться зелёными много месяцев. Молодая нежная зелень особенно обильна после зимних дождей, часто с января по апрель. Весной до массового цветения листья обычно менее горькие, чем летом.

Цветки в низких районах могут появляться уже зимой и весной. При постоянной влаге одуванчики способны цвести и в другие месяцы. Жёлтые корзинки раскрываются на свету и часто закрываются к вечеру.

Корень остаётся под землёй круглый год. Если его рассматривать как отдельную пищевую часть, весенний корень после влажного сезона обычно нежнее старого волокнистого. Само наличие корня не означает, что любая форма его приготовления входит в нашу тему.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Их едят сырыми, чаще всего в салатах. По данным NC State Extension и University of Wisconsin Extension, лучше всего подходят нежные листья до или в начале цветения. Они имеют выраженную горчинку, которая усиливается по мере старения. В странах Европы листья одуванчика давно используют как сезонную свежую зелень.



Одуванчик лекарственный — детальный снимок растения

Petruss · CC BY-SA 3.0 · Источник

Свежие жёлтые цветки. Их также можно есть сырыми. Wisconsin Extension указывает цветки как съедобные в свежем виде. Внешние жёлтые язычковые части обычно мягче на вкус, чем зелёная обёртка корзинки. Цветки быстро закрываются и увядают, поэтому долго свежими не сохраняются.

Неоткрытые цветочные бутоны. Они доступны в короткое время до раскрытия жёлтой корзинки. Wisconsin Extension включает бутоны в перечень съедобных частей одуванчика. Это другой период растения, чем уже распустившийся цветок.

Корень. Корни одуванчика пригодны в пищу; в отдельном справочнике о съедобных дикорастущих растениях их описывают как очищаемые и употребляемые сырыми. Весной у молодых растений корень обычно мягче. У корней есть выраженный горький вкус, а большие порции могут оказывать слабительное действие. Именно поэтому сырые корни — менее повседневная часть растения, чем весенние листья.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

На газонах встречается несколько других жёлтоцветковых растений, похожих на одуванчик. Например, кошачье ухо Hypochaeris radicata тоже образует прикорневую розетку и жёлтые корзинки, но его листья часто заметно волосистые, а цветоносы могут ветвиться. У настоящего одуванчика отдельный полый безлистный цветонос заканчивается одной корзинкой.

Другая важная особенность — многочисленные виды и формы Taraxacum. В Калифорнии есть редкий местный одуванчик Taraxacum californicum, живущий в особых горных лугах. Его нельзя автоматически подменять привычным повсеместным Taraxacum officinale при описании и подписях к фотографиям.

В Калифорнии редкий одуванчик Taraxacum californicum обитает в горных лугах и требует охраны; это не обычный городской Taraxacum officinale. Не следует собирать сомнительную розетку в природном горном местообитании. Обыкновенный одуванчик узнают по одному жёлтому соцветию на безлистном полом цветоносе и розетке глубоко зубчатых листьев. Сырая пищевая часть с наиболее ясным университетским подтверждением — молодые листья и жёлтые цветки; для корня в этой статье описан только осторожный отдельный сырой способ, без представления его универсальной пищей на каждый день.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM, Dandelion, распространение и сезон: https://ipm.ucanr.edu/home-and-landscape/dandelion/
- NC State Extension, Taraxacum officinale, сырые листья и съедобные цветки: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/taraxacum-officinale/
- University of Wisconsin Extension, Dandelion, листья, бутоны, цветки и корни: https://hort.extension.wisc.edu/articles/dandelion-taraxacum-officinale/
- Trent University / Gamiing Nature Centre, The Edible Wild Plants of the Gamiing Nature Centre, raw peeled roots: https://batadora.trentu.ca/_flysystem/fedora/2022-04/The_edible_wild_plants_of_the_Gamiing_Nature_Centre_A_guide_to_recognizing_harvesting_and_eating_local_wild_plants_in_the_Kawartha_Lakes_region.pdf

Шпинат новозеландский — Мясистые треугольные листья на песчаном берегу · Tetragonia tetragonoides

Tetragonia tetragonoides

На тёплом океанском берегу или у старого огорода иногда стелется плотная зелёная трава с сочными треугольными листьями. Стебли мясистые, разветвлённые, а в пазухах листьев прячутся небольшие жёлтые цветки. Это новозеландский шпинат, вид не родственный настоящему шпинату, но издавна выращиваемый как листовой овощ. Очень молодые листья и верхушки можно употреблять сырыми, однако в них могут накапливаться оксалаты, поэтому большие порции без нагрева нежелательны.



Шпинат новозеландский — фотография растения

Arn · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя или недолговечная многолетняя трава с длинными распростёртыми ветвистыми побегами до метра и более. Стебель зелёный, сочный, иногда с красноватым оттенком, легко ломается. Листья очередные, ромбические, треугольные или яйцевидно-треугольные, с цельным краем, на коротких черешках. Поверхность толстая и сочная, иногда покрыта мелкими пузырьковидными клетками. Цветки одиночные либо по нескольку в пазухах листьев, маленькие, желтоватые, без заметных крупных лепестков. После опыления развивается крепкий угловатый плод, обычно с несколькими выступами, напоминающий маленькую четырёхрогую коробочку. Растение не образует цветочных колосьев, как обычный огородный шпинат.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Tetragonia tetragonoides как неместную, но широко наблюдаемую на побережье Калифорнии траву; зарегистрировано свыше тысячи находок. Особенно много растений на тёплых песчаных морских участках, в прибрежных кустарниках и на нарушенных местах, иногда возле бывших огородов. Вид способен переносить солёные брызги и летнюю жару. В глубине Sacramento Valley он скорее огородный, чем массовый дикорастущий ресурс. Растения у загрязнённых пляжей и стоков непригодны для сырой еды.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После весеннего потепления и достаточной влаги растение быстро выпускает новые мясистые побеги. В мягком прибрежном климате рост может продолжаться почти весь тёплый сезон; самые нежные листья обычно весной и в начале лета. В жаркую погоду верхушки могут оставаться сочными, если есть вода, тогда как нижние листья стареют и приобретают неприятный вкус. Цветки и угловатые плоды появляются по мере роста, обычно летом и осенью.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Совсем молодые листья и верхушки. Plants For A Future отдельно сообщает о возможности есть очень молодую зелень Tetragonia tetragonoides сырой в салате. Побеги длиной несколько сантиметров обычно наиболее мягкие; листья сочные, со слабым травянистым вкусом, немного слизистые. Но у растения есть важное ограничение: содержание оксалатов может быть высоким, как у настоящего шпината, а взрослые листья становятся резковатыми. Поэтому сырой способ подходит только для маленькой пробной порции уверенно определённого растения; людям с риском оксалатных камней в почках лучше избегать сырого употребления. Старые листья, угловатые плоды, семена и корни в нашу пищу без нагрева не входят.



Шпинат новозеландский — детальный снимок растения

Frank Vincentz · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Tetragonia expansa — старое название того же вида, а не отдельное растение. Настоящий шпинат Spinacia oleracea обычно растёт розеткой с другими цветками и плодами; прибрежные Carpobrotus имеют гораздо более толстые трёхгранные листья на совершенно иных стелющихся побегах. У некоторых других солончаковых суккулентов листья тоже сочные, но они не образуют типичных жёлтых пазушных цветков и рогатых плодиков новозеландского шпината. Из-за разнообразия береговых растений одних треугольных листьев недостаточно для определения вида.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=13131
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Tetragonia+tetragonioides
- https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tetragone.jpg

Козлобородник сомнительный — Жёлтый цветок и нежные весенние побеги · Tragopogon dubius

Tragopogon dubius

В сухих предгорьях и на старых пастбищах весной встречается высокий травянистый козлобородник с яркими жёлтыми цветками. Длинные узкие листья стоят почти вертикально, а цветок часто закрывается уже к середине дня. Позднее превращается в большой пушистый шар, похожий на огромный одуванчик. У этого вида можно употреблять без огня мягкие молодые стебли и основания листьев; молодые корни также прямо описаны как съедобные сырыми.



Козлобородник сомнительный — фотография растения

AnRo0002 · CC0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Двулетнее либо короткоживущее растение с главным мясистым корнем и прямостоячими стеблями высотой примерно 30–100 сантиметров. Первый сезон видна прикорневая розетка длинных узких, словно травянистых листьев, с заметной светлой средней жилкой. Когда стебель вытягивается, его листья обхватывают основание. При надломе появляется беловатый млечный сок. Цветочная корзинка жёлтая, состоит из множества язычковых цветков и окружена обычно восемью длинными узкими зелёными листочками обёртки, которые нередко заметно выступают за пределы лепестков. Созревшее соплодие шаровидное, из крупных семянок с пушистыми парашютиками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora зарегистрировала множество находок Tragopogon dubius, включая Sierra Nevada, Modoc Plateau, сухие предгорья и отдельные районы Sacramento Valley. Это занесённое из Евразии растение открытых травянистых склонов, старых пастбищ, дорог и нарушенных земель. На влажных тенистых участках растёт редко; на сухом грунте может быть многочисленным. Растение возле полей и обочин может накапливать загрязнения, поэтому его нельзя собирать для сырой еды в таких местах.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые розетки заметны после зимних дождей, весной начинают развиваться короткие стебли. Их самая нежная стадия — около 5–10 сантиметров высотой, пока они не стали волокнистыми. Цветение идёт весной–летом, в более прохладных горах позже; после него растение образует семена и заканчивает цикл. Молодой корень предпочтительнее до развития длинного цветоноса, старый бывает жёстким и горьким.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Очень молодые стебли и основания листьев. Plants For A Future прямо описывает их как пищу в сыром виде, пока растение невелико. Их очищают от грязи, при необходимости убирают грубую наружную оболочку и используют свежими; вкус мягкий, с небольшой горчинкой. Корень. Для Tragopogon dubius тот же видовой справочник отдельно допускает сырой мясистый корень. Лучше подходят молодые корни, тщательно очищенные от земли; их можно мелко нарезать или натереть. У зрелых растений корень часто жёсткий, поэтому большие сырые порции не рекомендуют. Семена и старые цветоносы для еды без огня здесь не используются.



Козлобородник сомнительный — детальный снимок растения

Sinan Çomu · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Tragopogon porrifolius отличается фиолетовыми цветками, тогда как у Tragopogon dubius они жёлтые. Другой жёлтый вид Tragopogon pratensis обычно имеет более короткие зелёные листочки обёртки относительно язычковых цветков. С одуванчиком можно спутать только пушистую семенную головку: у настоящего одуванчика цветонос обычно один и безлиственный, а у козлобородника есть длинные листья на стебле. Млечный сок встречается и у многих иных астровых, поэтому не может служить достаточным признаком съедобности.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8019
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Tragopogon+dubius

Козлобородник пореелистный — Мягкий молодой корень и фиолетовые утренние цветки · Tragopogon porrifolius

Tragopogon porrifolius

На открытом травянистом участке можно увидеть растение с длинными узкими листьями, похожими на молодую зелень злака. В прохладное утро оно раскрывает большие фиолетовые цветочные корзинки, а спустя несколько часов часто закрывает их. Позднее на их месте появляется огромный шар из пушистых семян. Это козлобородник пореелистный, или фиолетовый сальсифи. Его совсем молодой корень и весенние побеги употребляются сырыми.



Козлобородник пореелистный — фотография растения

Robert Flogaus-Faust · CC BY 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Двулетняя или недолговечная многолетняя трава; цветущий стебель обычно 30–100 сантиметров высотой. Листья длинные, узкие, с почти параллельными жилками, сужаются к тонкому кончику, у основания обхватывают стебель. При надломе выделяется белый млечный сок. Первый год чаще формируется прикорневая розетка и длинный светлый мясистый стержневой корень. Со второго сезона растение выпускает ветвистый цветонос с крупными пурпурными язычковыми цветками. Зелёные длинные листочки обёртки иногда выходят за пределы раскрытого венчика. После цветения образуется шар из крупных семянок с длинными пушистыми парашютиками.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Tragopogon porrifolius к неместным для Калифорнии видам и приводит сотни наблюдений. Он встречается на открытых нарушенных склонах, вдоль пастбищ, в суховатых лугах и на бывших сельскохозяйственных участках. В долине Сакраменто возможен очаговый рост, но особенно много находок в отдельных прибрежных и предгорных округах. На участках с гербицидами и у оживлённых дорог сырые листья и корни не собирают.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Первогодняя розетка отрастает с зимними дождями или ранней весной. Молодой корень лучше всего до того, как растение потратило запас на высокий цветонос, обычно с конца осени до ранней весны. Нежные побеги появляются весной. Фиолетовые корзинки видны весной и в начале лета; на более прохладных возвышенностях сроки позже. После цветения корень становится древеснеющим, стебель грубеет, а семена разносятся ветром.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодой корень. Plants For A Future специально подтверждает его сырым: светлую очищенную ткань можно натереть в холодный салат. Вкус мягкий, немного сладковатый, с характерной овощной ноткой. Весенние ростки. Очень молодые мягкие побеги также едят сырыми. Цветки. Раскрывшиеся фиолетовые язычковые цветки допустимы как небольшая свежая добавка. Зрелые жёсткие стебли и старые корни по видовому описанию лучше подходят после приготовления и в нашем рационе без огня не используются. Для поиска съедобного корня важно заранее распознать цветущее взрослое растение, а не выкапывать неизвестные розетки.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Tragopogon dubius имеет жёлтые, а не пурпурные корзинки, и отличается листьями обёртки. Сходные молодые розетки бывают у других астровых с млечным соком, в том числе у цикория и осотов. Выкапывать растение без цветочных признаков опасно, поскольку у нецветущей травы определение сложнее. Характерны длинные узкие листья, крупный цветок на вершине цветоноса и позднее большой пушистый шар. Пушистая головка сама по себе не доказывает принадлежность к этому виду.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8020
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Tragopogon+porrifolius

Козлобородник луговой — Нежные корни и весенние листья под жёлтыми цветками · Tragopogon pratensis

Tragopogon pratensis

На прохладном лугу среди трав можно заметить узкие листья, словно у злака, а над ними — стройный цветонос с жёлтой корзинкой, открывающейся утром. После цветения появляется огромная пушистая шаровидная головка семян. Это луговой козлобородник. Он родственник уже описанных жёлтого и пурпурного козлобородников, но имеет собственные признаки и встречается в Калифорнии гораздо реже. Его молодые корни и листья годятся сырыми.



Козлобородник луговой — фотография растения

Ivar Leidus · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Двулетняя или короткоживущая травянистая форма с прямым цветоносом примерно 30–80 сантиметров высотой. Первый сезон образуется розетка длинных узколанцетных листьев с параллельными жилками и беловатой средней полосой; листья постепенно сужаются в тонкую верхушку. При надломе ткани выделяют белый млечный сок. Цветущий стебель несёт несколько узких листьев, а на верхушке — корзинку жёлтых язычковых цветков. Зелёные листочки обёртки при полном раскрытии обычно не намного длиннее жёлтых цветков. После цветения на длинном стебле возникает крупный шар семянок с воздушными пушистыми хохолками. Молодой стержневой корень белый внутри, позднее становится волокнистым.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora отмечает Tragopogon pratensis как неместный для штата вид с небольшим числом находок — несколько десятков наблюдений. Он связан с прохладными лугами, пастбищами и нарушенными травянистыми участками, в том числе горными долинами, но гораздо менее распространён, чем Tragopogon dubius. В жарком центре долины Сакраменто ожидать его на каждом пустыре не стоит. Многие похожие жёлтые козлобородники относятся к другому виду, поэтому точное определение принципиально важно.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

При достаточной зимне-весенней влаге сначала вырастают молодые листья. Самый нежный корень бывает в первом году жизни или перед активным ростом цветоноса ранней весной. Жёлтые цветки в прохладном климате появляются поздней весной и летом, а затем быстро сменяются крупными пушистыми соплодиями. После появления зрелых семян корень грубеет. Старые растения обычно не подходят для сырого употребления.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые корни. Plants For A Future отдельно подтверждает сырое употребление корней Tragopogon pratensis, отмечая сладковатый вкус из-за инулина. Корень хорошо очищают от земли, снимают кожицу и натирают тонко в холодную пищу. Слишком зрелый и волокнистый корень лучше не использовать. Молодые листья и побеги. Их тоже можно употреблять сырыми, когда они совсем мягкие; они имеют лёгкую горчинку. Взрослые цветоносные стебли в видовом источнике описаны после приготовления, поэтому без огня их не предлагают. Большие порции богатого инулином корня могут вызвать газообразование.



Козлобородник луговой — детальный снимок растения

Jim Conrad · Public domain · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Tragopogon dubius, уже описанного отдельно, зелёные листочки обёртки обычно выступают за лепестки гораздо дальше, а цветоносы бывают выше. У Tragopogon porrifolius цветки пурпурные. У настоящего одуванчика цветонос обычно неветвящийся и без листьев, тогда как у козлобородников на стеблях есть узкие листья. До цветения отличить виды трудно, поэтому нельзя выкапывать случайную розетку ради корня. Лучше отметить определённое взрослое растение и затем найти новый прирост на этом участке.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8021
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Tragopogon+pratensis
- https://burkeherbarium.org/imagecollection/taxon.php?Taxon=Tragopogon+pratensis

Клевер пунцовый — Алые цветочные колосья на весенних лугах · Trifolium incarnatum

Trifolium incarnatum

На некоторых весенних лугах и бывших кормовых полях Калифорнии из зелёного ковра поднимаются яркие красные вытянутые головки цветков. Это пунцовый клевер, завезённый из Средиземноморья и выращиваемый как кормовое и почвопокровное растение. Его небольшие свежие цветки и очень молодые листочки встречаются в описаниях съедобной зелени, но их берут понемногу, а случайные полевые проростки не годятся для сырого питания.



Клевер пунцовый — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя трава обычно 20–50 сантиметров высотой. Стебли прямые либо слегка восходящие, покрыты мягкими волосками. Листья тройчатые: каждый лист состоит из трёх относительно широких овальных или обратнояйцевидных листочков, часто с едва заметной выемкой на вершине и тонкими волосками. На листочках иногда видна более светлая V-образная отметина. Цветочные головки сильно вытянуты, похожи на короткий мягкий колос длиной несколько сантиметров, плотно заполнены многочисленными ярко-красными мотыльковыми цветками. У каждого узкая трубочка и выступающий верхний лепесток; позднее образуются маленькие бобы с семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Trifolium incarnatum неместным видом и фиксирует несколько сотен наблюдений в Калифорнии, в том числе Sacramento, Placer и Yolo. Он появляется в старых посевах, на открытых травянистых участках, по краям пастбищ и дорог. Иногда его специально сеют как покровную культуру, поэтому трава около поля не обязательно дикорастущая и свободная для сбора. В пустынных районах без полива этот клевер гораздо менее вероятен.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После осенних и зимних дождей развиваются молодые розетки, особенно в мягком климате низин. Цветение обычно проходит весной — в начале лета, а в прохладных предгорьях позже. После высыхания цветочных головок семена созревают и растение заканчивает цикл. Лучшая стадия листьев — до того, как стебли стали высокими и грубыми. У красной головки нужно выбирать только свежие неповреждённые цветки.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и отдельные свежие цветки. Видовой справочник PlantaeDB описывает их сырое употребление как небольшую салатную добавку. Цветки дают слабую сладость, листья имеют мягкий бобовый вкус, иногда терпкий. Важна умеренность: сырые клеверные ткани богаты клетчаткой и не всегда легко перевариваются. Пророщенные семена этого вида также употребляются в салатах, но в условиях походного проращивания высок риск бактериального загрязнения, поэтому способ не рекомендуется. Сухие семена обычно измельчают и обрабатывают; без отдельного подтверждения сырые семена здесь не предлагаем.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Клевер луговой Trifolium pratense имеет обычно более округлые пурпурно-розовые головки, а пунцовый клевер формирует заметные удлинённые алые соцветия. У Trifolium repens головки белые и обычно шаровидные. В Калифорнии множество местных клеверов с красными и розовыми цветками; определить вид только по окраске невозможно. Важны вытянутая форма головки, мягкое опушение стебля и тройчатые листья. Не собирать растения с химически обработанных пастбищ.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8084
- https://plantaedb.com/taxa/phylum/angiosperms/order/fabales/family/fabaceae/subfamily/papilionoideae/genus/trifolium/species/trifolium-incarnatum

Клевер красный — тройчатые листья и розово-пурпурные головки · Trifolium pratense

Trifolium pratense

На лугах и старых пастбищах Калифорнии встречается многолетнее растение с тройчатыми листьями и плотными круглыми головками розово-пурпурных цветов. Это Trifolium pratense — красный, или луговой, клевер. Он отличается от белого клевера более высокими облиственными стеблями и крупными цветущими головками. Его нежные молодые листья и свежие цветки подтверждены как пища без огня, но большие порции клевера не стоит считать универсальным безопасным овощем: в растении есть биологически активные соединения, а листья нередко грубые.



Клевер красный — фотография растения

Thomas Skyt · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Клевер красный — травянистый многолетник с несколькими восходящими стеблями, обычно от двадцати до шестидесяти сантиметров высотой. Листья расположены очередно, на небольших черешках, состоят из трёх овальных или яйцевидных листочков. У многих растений на верхней поверхности каждого листочка видна светлая V-образная отметина, но она бывает не у всех и не является единственным признаком. Листочки слегка волосистые, по краю с очень мелкими зубцами. Цветочные головки плотные, почти шаровидные или яйцевидные, состоящие из множества мелких мотыльковых цветков от розового до пурпурного цвета. Под головкой обычно находятся верхние тройчатые листья. После цветения маленькие бобы с семенами остаются внутри высыхающей цветочной головки; наружу не свисают длинные стручки. Корневая система имеет выраженный главный корень и клубеньки с азотфиксирующими бактериями.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Trifolium pratense как неместный вид, присутствующий во многих округах Калифорнии. Среди отмеченных округов — Placer, Butte, El Dorado, Humboldt, Sonoma и Sacramento. Он особенно связан с лугами, пастбищами, поливаемыми участками и бывшими посевами кормовых трав. В прохладных горных и прибрежных районах может быть обычен местами, но на сухих открытых склонах жаркой Sacramento Valley без воды встречается реже. Белый клевер Trifolium repens часто намного более привычен на городских газонах, поэтому важно не смешивать сведения двух видов. Садовый клевер может расти на частной или химически обработанной территории.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

В мягком климате листья появляются после зимнего увлажнения и сохраняются весной. Самые нежные листочки обычно доступны до образования цветочных головок. Цветение часто начинается весной и продолжается летом, особенно на поливаемых лугах и в прохладных районах. По мере отцветания головки буреют, семена созревают в маленьких бобах. В Центральной долине при сильной жаре надземный рост снижается. Утверждение «клевер можно есть всегда» неверно: молодые листья и свежие цветочные головки имеют ограниченный сезон качества, даже если старые стебли стоят ещё долго.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Plants For A Future прямо подтверждает употребление сырых молодых листьев Trifolium pratense, особенно до цветения. Они слегка травянистые, несколько опушённые, подходят в небольшом количестве к другой зелени. Видовой источник подчёркивает, что большие порции листьев традиционно предпочитали готовить, поэтому не нужно рекомендовать огромную сырую миску клевера.



Клевер красный — детальный снимок растения

AnRo0002 · CC0 · Источник

Молодые розово-пурпурные цветочные головки также прямо названы съедобными сырыми. Их можно разделить на отдельные нежные цветки и использовать свежими. Старые буреющие головки грубеют. Сухие семена содержат ингибиторы трипсина; видовое описание допускает ростки после проращивания, но сухие необработанные семена не являются пищей этой статьи. Корни обычно готовят с огнём и здесь не рассматриваются.

Клевер содержит фитоэстрогенные изофлавоны; людям, для которых такие вещества противопоказаны, не следует употреблять концентрированные продукты или регулярные большие порции без профессионального совета.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Белый клевер Trifolium repens имеет длинные ползучие стебли, маленькие белые либо розовеющие головки и отдельные безлистные цветоносы, выходящие от ползучего побега. У красного клевера стебли выше, опушены, а розово-пурпурные головки обычно расположены рядом с листьями. У некоторых местных калифорнийских Trifolium также тройчатые листья и розовые цветки, поэтому определять вид только по цвету и трём листочкам нельзя. На пастбищах возможна химическая обработка и загрязнение животными отходами. Сырые цветки из декоративной клумбы с неизвестными обработками не годятся для еды.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8104
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8104
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Trifolium+pratense

Белый клевер — зелёные листья-тройчатки и светлые цветочные головки · Trifolium repens

Trifolium repens

На влажных газонах и по краям сельских дорожек Калифорнии часто растёт низкий зелёный ковёр. Он состоит из маленьких листьев, у каждого из которых три округлые пластинки; над ними на тонких стебельках поднимаются белые и чуть розоватые шарики цветков. Это белый клевер — широко распространённый многолетник. В пищевых источниках описано сырое употребление его молодой зелени и цветков, но к этому виду следует относиться умеренно: некоторые растения содержат соединения, из которых может выделяться цианистый водород.



Белый клевер — фотография растения

Prazak · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Белый клевер — низкая многолетняя трава. Её длинные ползучие побеги лежат почти у земли и могут укореняться в местах соприкосновения с почвой. Благодаря этому одно растение постепенно формирует целую зелёную площадку.

Каждый лист состоит из трёх отдельных листочков. Они маленькие, округло-овальные, с очень мелкими зубчиками по краям. На многих листьях заметен светлый полумесяц или бледная дуга, но такая отметина есть не всегда. Листья растут на длинных тонких черешках, поэтому оказываются выше стелющихся побегов.

Цветки собраны в небольшую шаровидную головку. Если рассмотреть её вблизи, видно множество отдельных крошечных цветков семейства бобовых. Вначале они белые, затем иногда становятся нежно-розовыми или буреют. После отцветания головки поникают, а внутри образуются маленькие сухие бобы с семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Trifolium repens происходит из Европы и сегодня распространён почти по всей Калифорнии за исключением самых сухих пустынных районов. Он встречается на газонах, пастбищах, влажных лугах, в садах, на полях и в некоторых лесных просветах.

В долине Сакраменто клевер бывает особенно обилен на регулярно увлажняемых участках. Низкие побеги хорошо переносят скашивание и продолжают расти между травинками. При отсутствии воды летом ковёр может высыхать или уходить в состояние покоя, поэтому клевер на поливном газоне выглядит иначе, чем на сухой солнечной обочине.

КОГДА ДОСТУПЕН

В мягком климате листья могут сохраняться и зимой, а после дождей появляется новый нежный прирост. Весной и в начале лета молодой зелени обычно особенно много; на поливаемых участках свежие листья доступны значительно дольше.

По данным UC IPM, белый клевер может цвести в Калифорнии с марта по декабрь. В прохладных местах основная волна цветения приходится на весну и лето. Семена созревают после побурения цветочных головок, обычно в тёплые месяцы и осенью.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Университетские пищевые справочники описывают сырое употребление зелени Trifolium repens. Нежные листочки добавляли в небольших количествах к другой салатной зелени. Их вкус мягкий, слегка травянистый.



Белый клевер — детальный снимок растения

Reaperman · CC BY-SA 3.0 · Источник

Молодые побеги. Тонкие стелющиеся побеги — ещё одна надземная часть растения. Iowa State University Extension относит надземные части белого клевера к съедобным. Как и с листьями, речь о нежном приросте, а не об одревесневших старых частях.

Свежие цветки. Белые головки клевера тоже указаны как съедобные. Из-за мелких отдельных цветков их чаще употребляют как небольшую добавку, а не как основную зелёную пищу. Сырые цветки относятся к периоду цветения, тогда как молодые листья могут появляться раньше.

У этого пищевого растения есть существенная природная особенность. Белый клевер бывает двух биохимических типов: отдельные популяции способны выделять цианистый водород при повреждении тканей, другие почти не обладают этой способностью. Такая разница связана с генами самого растения и не определяется по рисунку на листе. Поэтому свежий белый клевер не

следует употреблять в больших количествах; особенно неразумно считать плотный газонный ковёр неограниченным запасом сырой еды.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Похожий земляничный клевер Trifolium fragiferum тоже имеет три листочка и растёт на влажных участках, но цветочные головки у него позднее становятся раздутыми и розоватыми, похожими на маленькие ягоды земляники. У белого клевера головки остаются более обычными и не приобретают такой сильно вздутой формы.

Кислица Oxalis corniculata тоже имеет три листочка, но каждый из них выраженно сердцевидный, а цветки жёлтые и состоят из пяти лепестков, вместо белых многочисленных цветков клеверной головки. Одной цифры «три» в строении листа недостаточно, чтобы правильно определить растение.

У белого клевера есть особенность, не заметная по форме трёх листочков: одни растения содержат цианогенные соединения и ферменты, которые при повреждении тканей способны высвобождать цианистый водород, другие их не содержат. Этот естественный полиморфизм подтверждён исследованиями Trifolium repens; отличить варианты по белой отметине на листе невозможно. Поэтому упоминание сырого употребления не превращает любой найденный клевер в безопасную основу большого салата. При невозможности оценки происхождения и вида разумнее выбрать другую зелень.

ИСТОЧНИКИ

- UC IPM, White Clover, ареал и определение: https://ipm.ucanr.edu/weeds-identification-gallery/white-clover/
- Iowa State University Extension, Dutch White Clover, пищевые надземные части: https://naturalresources.extension.iastate.edu/encyclopedia/dutch-white-clover
- NC State Extension, Trifolium repens, сырые съедобные части: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/trifolium-repens/
- M. A. Hughes, The Cyanogenic Polymorphism in Trifolium repens, Heredity (1991): https://www.nature.com/articles/hdy199113
- USDA Forest Service, Trifolium repens, экология вида: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/trirep

Настурция большая — листья и цветы сырыми · Tropaeolum majus

Tropaeolum majus

В мягком климате калифорнийского побережья по старым оградам и травянистым откосам иногда стелются длинные зелёные плети с круглыми листьями, похожими на маленькие зонтики. Среди них раскрываются красные, оранжевые или жёлтые цветки с длинным шпорцем. Это настурция большая, Tropaeolum majus. Её часто выращивают в садах, но в Калифорнии она встречается и за пределами посадок. Для сырой еды у вида подтверждены листья, цветки, нежные бутоны и зелёные плоды; у каждого из них свой сезон.



Настурция большая — фотография растения

Forest & Kim Starr · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Настурция — травянистое растение с длинными сочными стеблями. В зависимости от климата и сорта она образует низкий ковёр или поднимается по соседним растениям, цепляясь длинными черешками. Это не древесная лиана. Молодые побеги гладкие, зелёные или красноватые, ломаются довольно легко.

Листья округлые, с цельным либо слегка волнистым краем. Главная особенность — черешок крепится не у края пластинки, а ближе к её центру с нижней стороны. От этой точки веером расходятся жилки. Такая форма называется щитовидной, или пельтатной. Листья могут быть размером от нескольких сантиметров до ладони, в зависимости от возраста и условий.

Цветки растут по одному на длинных цветоножках. Они имеют пять лепестков и заметную трубочку-шпорец сзади. Цвета разнообразны: жёлтый, оранжевый, красный, иногда кремовый или почти бордовый. Внутри видны тычинки. После цветения формируется небольшой зелёный плод, который затем разделяется на три округлые части с семенами. Молодые плоды сочные, позднее подсыхают.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Calflora рассматривает Tropaeolum majus как заносное растение, вышедшее из садов. Наблюдения особенно многочисленны в Сан-Франциско, округах Сан-Диего, Ориндж и Лос-Анджелес, а также на других участках побережья. Её можно увидеть на старых садовых участках, у заборов, по краям дорожек и на тенистых склонах с умеренной влажностью.

Вокруг Сакраменто настурция известна главным образом как садовое растение. Здесь жаркое сухое лето мешает ей сохранять сочную зелень без полива, поэтому не следует описывать её как

массовый дикий сорняк долины. На прохладном побережье она гораздо чаще сохраняется и размножается самостоятельно.

Родина вида — Центральная и Южная Америка. Калифорнийское распространение не делает его местным; в природном каталоге он нужен потому, что отдельные одичавшие экземпляры дают сырую пищу, а не потому, что они повсюду.

КОГДА ДОСТУПНЫ СЪЕДОБНЫЕ ЧАСТИ

В мягком прибрежном климате новые листья появляются после дождей осенью и зимой, а в защищённых местах могут сохраняться почти круглый год. В жарких местах внутренней Калифорнии наиболее нежные побеги часто бывают зимой и весной; в летнюю жару растения могут подсыхать.

Цветение обычно усиливается весной и продолжается летом в прохладных районах. Отдельные цветки появляются с конца зимы или осени в зависимости от климата. Бутоны съедобны незадолго до раскрытия; раскрытые цветки доступны во время цветения.

Зелёные плоды образуются вскоре после опадания цветков, часто с поздней весны до осени на прохладном побережье. Позднее они подсыхают и распадаются на три семенные части. Это отдельная стадия: зелёный мягкий плод и сухое семя имеют разную структуру и вкус.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Их едят сырыми, используя перечный вкус в салате. В North Carolina State University Extension они прямо перечислены как съедобная часть Tropaeolum majus. Нежные листья мягче старых и обладают характерной лёгкой горчичной остротой. Чистые листья можно разорвать руками и смешать с другой зеленью.



Настурция большая — детальный снимок растения

Kajetan Dzierżanowski (Ogrodnikk) · CC BY-SA 3.0 · Источник

Раскрывшиеся цветки. Свежие лепестки и весь нежный цветок употребляют без приготовления. Они также обладают слегка перечным вкусом. Цветок берут только с точно определённого растения: яркая окраска сама по себе не подтверждает съедобность другого декоративного вида.

Нежные бутоны. До раскрытия цветка бутоны остаются плотными, но мягкими. Пищевые справочники относят их к съедобным частям. Их можно употреблять свежими как небольшую острую добавку; соление и маринование здесь не рассматриваются, поскольку для них требуются другие условия и способ приготовления.

Молодые зелёные плодики. У настурции они небольшие, состоят из трёх округлых частей и тоже обладают острым вкусом. Университетский ботанический справочник подтверждает их съедобность. Зрелые сухие семена в том же источнике названы пригодными для пищи, но без отдельного подтверждения их употребления в конкретной сырой форме здесь не предлагается делать из них основной запас.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У настурции сочетание округлого листа с черешком почти посередине, длинного сочного побега и крупного цветка со шпорцем очень характерно. У водяного кресса Nasturtium officinale, несмотря на похожее обиходное название по-английски, листья состоят из отдельных листочков, цветки маленькие белые, а растение живёт в воде. Это разные семейства и разные условия произрастания.

У некоторых декоративных растений также есть круглые листья, но нет характерного шпорца у цветка. Не нужно полагаться на то, что красивый садовый цветок обязательно съедобен. Особая практическая опасность здесь — обработка инсектицидами и другими препаратами в цветниках. Даже правильно определённую настурцию нельзя брать для пищи из неизвестных городских клумб и частных садов без разрешения.

ИСТОЧНИКИ

Calflora — Tropaeolum majus, натурализация и наблюдения по округам Калифорнии: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8167 Calflora — Tropaeolum majus, записи по округам: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8167 North Carolina State University Extension — Tropaeolum majus, строение и съедобные части: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/tropaeolum-majus/ North Carolina State University Extension — Tropaeolum, сырой перечный вкус листьев и цветков: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/tropaeolum/

Рогоз южный — Нежные светлые сердцевины среди узких болотных листьев · Typha domingensis

Typha domingensis

У тихого пруда или в солоноватой канаве высокие узкие листья могут образовывать плотную зелёную стену. Между ними поднимается стебель с двумя продолговатыми частями соцветия: сверху светлая мужская, снизу коричневая женская. Так растёт южный рогоз — один из видов, чьи сочные нижние стебли и корневища описаны как съедобные без нагрева.



Рогоз южный — фотография растения

US National Park Service (individual photographer unknown) · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Рогоз — крупный многолетник с подземными корневищами. Его длинные плоские листья выходят из основания, часто достигают двух-трёх метров и заканчиваются тонкими острыми вершинами. Листья сравнительно узкие, зелёные, без крупных зубцов. У основания внутренней поверхности бывают заметны оранжево-бурые железистые точки.

Цветонос прямой и высокий. Его верхняя часть состоит из мужских цветков, ниже расположена цилиндрическая женская часть, обычно корично-коричневая. Между ними часто виден небольшой голый участок оси. По мере созревания женская часть превращается в густую массу пушистых семян. Ботаники различают виды рогоза по соцветиям, железкам и мелким особенностям цветков; одних листьев весной для надёжного определения недостаточно.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Typha domingensis встречается в Калифорнии в болотах, мелководьях, водоёмах и канавах, особенно на юге штата. Есть наблюдения и в Sacramento, Yolo и соседних округах, но в Центральной долине далеко не каждый рогоз относится именно к этому виду. Он терпимее к слабосолёной воде, чем широколистный рогоз.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Молодые светлые основания появляются при весеннем возобновлении роста; нежнее они обычно весной и в начале лета. Цветоносы формируются позднее, зрелые корневища сохраняются круглый год. Однако фактическая пригодность к сбору зависит не столько от месяца, сколько от чистоты водоёма.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Нижние светлые части стеблей. USDA NRCS отдельно указывает, что сочные нижние стебли южного рогоза можно есть сырыми. После снятия грубых наружных влагалищ внутри остаётся более мягкая беловатая часть. Это не означает, что зелёные верхние листья тоже являются салатной пищей.

Корневища. Для этого вида сырой способ также упоминается в справочнике USDA; подземные части содержат крахмал и волокна, но в природных условиях бывают загрязнены илом. Выкапывание разрушает растение и требует разрешения владельца участка.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У широколистного рогоза Typha latifolia листья обычно шире, а верхняя и нижняя части соцветия почти соприкасаются. У Typha domingensis между ними чаще есть промежуток, а в основании листьев заметны бурые железки. Сходный узколистный Typha angustifolia нередко имеет более тёмные женские «початки». Внутри комплекса встречаются гибриды.

Главная опасность здесь не ядовитый двойник, а вода. CDC сообщает о заражении паразитом Fasciola после употребления сырых пресноводных растений. Загрязнение сточными водами и химикатами также нельзя исключить внешним осмотром. Поэтому ботаническая съедобность этих частей не делает сырой сбор из неизвестной канавы безопасным.

ИСТОЧНИКИ

- USDA NRCS, Southern Cattail Plant Guide: https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/cs_tydo.pdf
- USGS, Typha domingensis identification: https://nas.er.usgs.gov/queries/FactSheet.aspx?speciesID=3020
- CDC, Liver Flukes: https://www.cdc.gov/liver-flukes/fasciola/
- Calflora, Typha domingensis: https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8177

Рогоз широколистный — сырые побеги и корневища

Typha latifolia

У прудов, тихих заводей и заболоченных берегов Калифорнии растут высокие травы с узкими вертикальными листьями. Летом над ними поднимаются знакомые коричневые цилиндрические початки. Это рогоз широколистный. У рогоза разные пищевые части доступны в разное время года. В пищевом разделе без огня рассматриваются светлые молодые побеги и очищенные корневища. Их сезон и строение заметно различаются.



Рогоз широколистный — фотография растения

kallerna · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Рогоз — многолетнее травянистое растение, образующее густые колонии благодаря длинным подземным корневищам. Стебли и листья могут достигать двух-трёх метров. Листья длинные, плоские, без черешков, выходят почти вертикально от основания и охватывают стебель нижней частью. У широколистного вида они довольно широкие по сравнению с листьями некоторых других рогозов.

Самый узнаваемый признак появляется во время цветения. На высоком стебле образуются две части одного соцветия: наверху более узкая мужская часть, дающая пыльцу, ниже — плотная женская часть. Сначала обе могут быть зеленоватыми, позднее нижняя превращается в тёмно-коричневый цилиндрический «початок», иногда длиннее ладони.

Молодой побег весной выглядит совсем иначе. Из ила или воды выходит пучок узких зелёных листьев; внутри основание молодых побегов светлое, мягкое и сочное. Поэтому определять рогоз только по ранней зелени сложно. Летом же зрелые соцветия позволяют уверенно увидеть, где расположена его колония.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Typha latifolia — один из широко распространённых видов рогоза Северной Америки и других регионов мира. В Калифорнии он встречается у пресных водоёмов, по краям озёр, каналов, болот и медленно текущих ручьёв, включая влажные места Центральной долины и предгорий.

При постоянной воде он бывает очень обилен: корневища разрастаются, и из них поднимаются большие плотные группы стеблей. Сухая открытая степь и пустыня без воды — совсем другая среда, там зарослей рогоза нет. Важна именно влажность почвы, а не близость леса.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Весной — молодые побеги, пока их нижняя часть остаётся нежной. В низких районах Калифорнии это часто март–май, а на более холодных высотах позднее.

Поздней весной и в начале лета развиваются соцветия. В это время в верхней мужской части появляется жёлтая пыльца. Позднее цветение заканчивается и нижняя часть початка темнеет.

Корневища остаются под землёй большую часть года. В этноботанических описаниях их собирали главным образом осенью и зимой, после сезона активного роста, когда подземная часть содержит запасы растения.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые светлые побеги. С них снимают внешние зелёные листовые оболочки, открывая мягкую внутреннюю часть. Её едят сырой. В справочнике North Carolina State University Extension сырые побеги Typha latifolia названы съедобными на раннем этапе роста, когда их длина составляет примерно 10–40 сантиметров. После удаления наружных листовых оболочек остаётся мягкая светлая часть, по вкусу напоминающая огурец. Это короткий весенний сезон; зрелый жёсткий стебель не похож по мягкости на молодой побег.



Рогоз широколистный — детальный снимок растения

Hans Hillewaert · CC BY-SA 3.0 · Источник

Корневища и светлые нижние части стебля. У рогоза есть толстые подземные горизонтальные стебли, запасающие крахмал. По данным North Carolina State University Extension, корневища этого вида могут употребляться сырыми. Они гораздо плотнее молодых побегов, поэтому это иная часть растения с другой структурой.

В этноботанических обзорах USDA среди народов, использовавших широколистный рогоз как пищу, названы кавайису и кауилья Калифорнии, а также другие североамериканские общины. Отдельные способы по частям различались, и их не следует приписывать каждому народу сразу.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Молодые листья рогоза можно спутать с листьями болотного ириса Iris pseudacorus. У ириса плоский веер из листьев, позже появляется ярко-жёлтый цветок, но нет характерного рогозового цилиндрического соцветия. Ирис ядовит; пробовать неизвестные молодые листья, полагаясь лишь на сходство с рогозом, нельзя.

Рогоз растёт в воде и иле и способен накапливать загрязняющие вещества из донных отложений. Поэтому канавы у дорог, сельскохозяйственные стоки, водоёмы с неизвестным качеством воды и застоявшиеся участки — плохие источники сырой пищи. Водная среда может содержать также болезнетворные микроорганизмы, которые простое снятие оболочки не устраняет. Если чистота водоёма не подтверждена, от сбора для еды лучше отказаться.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Typha latifolia, food source: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/typlat
- North Carolina State University Extension, Typha latifolia, сырые побеги и корневища: https://plants.ces.ncsu.edu/plants/typha-latifolia/
- USDA NRCS, Broad-leaved Cattail Plant Guide, молодые побеги и пыльца: https://plants.sc.egov.usda.gov/DocumentLibrary/plantguide/pdf/pg_tyla.pdf

Черника дернистая — Низкий ковёр маленьких листьев и сладкие синие ягоды гор · Vaccinium cespitosum

Vaccinium cespitosum

На высоких сырых лужайках Сьерра-Невады встречаются низкие заросли, которые с высоты колена почти не похожи на кустарник. Маленькие овальные листья образуют плотный коврик, а летом среди них прячутся мелкие синие ягоды. Это Vaccinium cespitosum — дернистая черника, которую в ряде англоязычных источников пишут Vaccinium caespitosum. Её полностью зрелые плоды можно есть сырыми, не разводя огонь. В отличие от высоких кустов черники, здесь урожай приходится искать буквально на уровне земли.



Черника дернистая — фотография растения

Dcrjsr · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это очень низкий листопадный кустарничек, часто высотой всего несколько сантиметров, с многочисленными тонкими древесными ветвями, выходящими от общего основания. Новые побеги зеленоватые и сравнительно мягкие; старые коричневые, иногда стелющиеся. Листья очередные, маленькие, овальные или обратнояйцевидные, часто с тонкими зубчиками по краю, у некоторых популяций почти цельные. Весной в пазухах появляются маленькие розоватые или беловатые поникающие цветки с коротким кувшинчатым венчиком. После опыления развиваются округлые зеленоватые ягоды, постепенно становящиеся синевато-чёрными и покрывающиеся тонким восковым налётом. На вершине плода виден маленький след от чашечки, а внутри много мелких семян. Осенью листва краснеет либо желтеет и опадает. Низкий рост, маленькие листья и настоящая черничная ягода вместе помогают определить вид.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora использует активное написание Vaccinium cespitosum и отмечает около нескольких сотен находок в Калифорнии. Растение является местным для высокогорных сообществ Sierra Nevada, предпочитает влажные луга, берега ручьёв, субальпийские леса и открытые холодные склоны. Ему нужна достаточно влажная кислая почва; на летнем сухом газоне Сакраменто такую природную чернику ожидать не следует. Коврики могут занимать заметные площади в подходящем микроместе, но высота растений мала, поэтому урожай с одного квадратного метра часто скромный. В некоторых горных местах существуют ограничения на сход с троп, поскольку маленькие дернистые растения легко вытаптываются.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

Листья появляются после схода снега, когда почва уже оттаяла, но остаётся влажной. Маленькие кувшинчатые цветки раскрываются поздней весной и в начале лета, в высокогорье позже. Зеленые ягоды созревают в течение нескольких недель и меняют цвет на синевато-чёрный. В Сьерре наиболее вероятный сезон зрелых плодов — июль–сентябрь, с сильной поправкой на высоту и год. На поздно освободившихся от снега участках август часто важнее июня. К осени листья меняют цвет и постепенно исчезают до следующего года. Наличие маленьких зелёных ягод не означает их зрелости.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые тёмные ягоды. Plants For A Future прямо подтверждает их сырое употребление у Vaccinium caespitosum, синонима принятого Calflora написания Vaccinium cespitosum. Маленькая ягода обычно сладковатая с лёгкой кислинкой, нередко очень ароматная. Её можно есть свежей целиком, вместе с мелкими семенами, либо раздавить в холодное ягодное пюре. Зрелые ягоды мягкие, тёмные, часто с сизым налётом; зелёные твёрдые плоды не являются тем же продуктом.



Черника дернистая — детальный снимок растения

Dave Powell, USDA Forest Service, Bugwood.org · Public domain · Источник

Хранение. Нежные ягоды быстро мнутся и начинают портиться без охлаждения. Если есть возможность естественной сушки при чистом сухом воздухе, плоды должны полностью высохнуть без плесени, но в сыром высокогорном климате это трудно. Для нашего практического питания надёжнее свежая небольшая порция в день сбора.

Листья, корни и цветки не входят в перечень сырой пищи. Некоторые справочники упоминают листья Vaccinium в напитках после заваривания, но это не основание есть их сырыми.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Vaccinium membranaceum, уже описанная тонколистная черника, гораздо выше и имеет более крупные листья. Vaccinium ovatum остаётся зелёным круглый год и больше связано с побережьем. Vaccinium caespitosum образует низкий почти стелющийся ковёр в горных влажных лугах. У близких видов Vaccinium встречаются одинаковые синие ягоды, поэтому нужно оценивать не только плод, но и высоту куста, листья и цветок. На горных лугах рядом могут расти растения с несъедобными тёмными плодами; пробовать ягоду до определения недопустимо. Вытаптывание небольших черничных ковров также может уничтожать будущий урожай.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8194
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Vaccinium+caespitosum
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:Vaccinium_cespitosum

Черника тонколистная — Лесной горный куст с летними почти чёрными ягодами · Vaccinium membranaceum

Vaccinium membranaceum

На солнечной опушке северного хвойного леса Калифорнии встречается куст с тонкими зелёными листьями и небольшими сине-чёрными ягодами. К концу лета их собирают птицы, медведи и другие лесные обитатели. Это Vaccinium membranaceum — тонколистная черника, одна из наиболее ценных горных ягод тихоокеанского северо-запада. Её зрелые плоды съедобны сырыми и могут естественно сушиться на запас. Для долины Сакраменто это не обыкновенный сорняк: природные находки сосредоточены гораздо севернее и выше в горах.



Черника тонколистная — фотография растения

julie (Flickr, Idaho USA) · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Черника тонколистная — листопадный кустарник, иногда достигающий метра–полутора, с тонкими ветвями. Молодые побеги зелёные и немного угловатые, старые коричневатые. Листья очередные, тонкие, яйцевидные или эллиптические, с мелкими зубцами по краю, часто ярко-зелёные весной. В отличие от вечнозелёного Vaccinium ovatum они не толстые и не кожистые. Цветки небольшие, поникающие, зеленовато-розоватые, с кувшинчатым или колокольчатым венчиком, обычно одиночные в пазухах листьев. Позднее появляется круглая сочная ягода; на её вершине заметен маленький пятиконечный венчик из остатков чашечки, характерный для черник. Зрелые плоды обычно тёмно-пурпурные, иногда почти чёрные, с восковым налётом. Внутри — множество мелких семян, а не одна крупная косточка. Осенью листья желтеют или краснеют и опадают.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora считает Vaccinium membranaceum местным калифорнийским видом, но её записи относятся прежде всего к северным горным округам: Siskiyou, Plumas, Del Norte, Humboldt, Trinity, Sierra и Shasta. Особенно характерна для лесных опушек, склонов и просек во влажных северных хвойных лесах, местами после пожаров. Есть единичные записи и в Placer County, однако это не означает обилия в городе Sacramento. Кусты предпочитают кислую почву и достаточную весеннюю влагу, хотя в сезон способны переносить более сухие условия. В подходящих районах после хорошего ягодного года могут давать заметный урожай.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

В начале горной весны после снеготаяния распускаются тонкие листья. Маленькие цветки появляются в конце весны и начале лета, иногда позже на высоте. Зелёные ягоды постепенно увеличиваются и темнеют. В северной Калифорнии их созревание чаще приходится на июль–сентябрь, причём прохладные высокие склоны отстают от низких. Красноватый или тёмный, но ещё твёрдый плод не всегда полностью зрел. Осенью листья окрашиваются и опадают, а спелые ягоды быстро снимают птицы. Высушенный урожай возможен вне сезона, но сам куст зимой свежих ягод не даёт.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые тёмные ягоды. Plants For A Future прямо подтверждает употребление сырых плодов Vaccinium membranaceum. Они сочные, сладкие с заметной кислинкой и часто имеют сильный лесной ягодный аромат. Плоды едят свежими, отдельно либо разминают в холодную ягодную массу. Крошечные семена в зрелой мякоти не требуют отделения.



Черника тонколистная — детальный снимок растения

julie (Flickr, Idaho) · CC BY 2.0 · Источник

Ягоды, высушенные без огня. В видовом пищевом источнике отмечено, что коренные народы северо-запада сушили урожай для зимы. Чтобы такой продукт действительно сохранялся, плоды должны быть зрелыми, чистыми и полностью сухими, без плесени; прохладная влажная погода часто мешает простой сушке на воздухе.

Листья, цветки, стебли и корни в этой статье используются только для определения. Горячие настои из некоторых видов Vaccinium не дают оснований объявлять сырые листья безопасной салатной зеленью.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Vaccinium ovatum — вечнозелёная черника прибрежной Калифорнии — имеет плотные блестящие листья, сохраняющиеся зимой. У Vaccinium parvifolium ягоды обычно красные, а листья и зелёные веточки имеют другой облик. У некоторых декоративных вечнозелёных кустов бывают тёмные плоды, которые не следует считать черникой только из-за похожей окраски. Настоящую тонколистную чернику узнают по листопадному кусту, тонким зубчатым листьям, кувшинчатым цветкам и тёмным ягодам с небольшим остатком чашечки. На охраняемых лесных участках правила ограничивают сбор, а в сезоны с бедным урожаем разумно оставить часть ягод диким животным.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8199
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8199
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Vaccinium+membranaceum

Голубика овальнолистная — Синие лесные ягоды на прохладном севере · Vaccinium ovalifolium

Vaccinium ovalifolium

В прохладном северном хвойном лесу невысокий куст может нести маленькие яйцевидные листья и одиночные синеватые ягоды. В конце лета полностью зрелые плоды мягкие, со слегка восковым налётом и приятным кисло-сладким вкусом. Это овальнолистная голубика, широко распространённая севернее Калифорнии, но достигающая её территории на южном краю естественного ареала. Её спелые ягоды едят свежими.



Голубика овальнолистная — фотография растения

Kristof Zyskowski & Yulia Bereshpolova · CC BY 2.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Листопадный кустарник высотой от полуметра до одного–двух метров, иногда выше в благоприятных условиях. Молодые стебли тонкие, ветвистые, сначала зеленоватые, затем буреют. Листья очередные, овальные или широкояйцевидные, с цельным или очень мелкозубчатым краем и заострённой вершиной, на коротких черешках. Весной в пазухах листьев появляются маленькие розовато-белые цветки с кувшинчатым венчиком и узким отверстием. Ягоды округлые, обычно около сантиметра, сине-чёрные, часто сизые от воскового налёта, на верхушке заметен маленький след чашечки. Мякоть сочная, с мелкими семенами.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

USDA Forest Service включает Калифорнию в перечень штатов природного распространения Vaccinium ovalifolium, но подчёркивает общую связь вида с прохладными влажными лесами северо-запада. Это не обычная голубика Sacramento Valley и не растение сухих южных склонов. Искать её имеет смысл только в северных прохладных хвойных сообществах на границе ареала, где есть кислая почва и достаточная влажность. Точное присутствие на конкретном участке нельзя выводить из одной общей карты штатов: его следует подтверждать ботаническими наблюдениями.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

undefined

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые ягоды. Plants For A Future прямо указывает употребление Vaccinium ovalifolium сырыми; описывает приятный сладкий вкус с лёгкой кислинкой. Спелые ягоды едят свежими, а также могут естественно высушивать для более длительного хранения. После сушки вкус становится более концентрированным, напоминающим изюм. Плоды сравнительно небольшие, но в подходящих северных районах кустарник способен давать заметный урожай. Листья, цветки и корни не включены в подтверждённый сырой рацион этого вида.



Голубика овальнолистная — детальный снимок растения

Alpsdake · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Vaccinium membranaceum имеет более тонкие листья с заметными мелкими зубцами и часто более высокие кусты. Vaccinium parvifolium обычно даёт красные зрелые плоды, тогда как у овальнолистной голубики зрелые ягоды сине-чёрные. Vaccinium uliginosum связан с мокрыми высокогорными лугами, но может внешне напоминать этот вид. У некоторых северных голубик известны гибриды, и по одной ягоде надёжно определить растение нельзя: учитывают листья, цветки, высоту куста и местообитание.

ИСТОЧНИКИ

- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/vacovl
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Vaccinium+ovalifolium
- https://commons.wikimedia.org/wiki/Vaccinium_ovalifolium

Вечнозелёная калифорнийская черника — чёрные ягоды среди блестящих листьев

Vaccinium ovatum

У калифорнийской вечнозелёной черники листья не осыпаются на зиму. Влажной зимой куст остаётся тёмно-зелёным, весной на молодых концах веточек появляется красноватый прирост, затем маленькие розовые колокольчики. Ближе к осени среди жёстких блестящих листьев созревают тёмные съедобные ягоды.



Вечнозелёная калифорнийская черника — фотография растения

Ben Cody · Public domain (PD-self) · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многоветвистый вечнозелёный кустарник, который в зависимости от условий бывает от полуметра до нескольких метров высотой. Веточки часто красно-коричневые. Листья небольшие, овальные, кожистые, с глянцевой тёмно-зелёной верхней поверхностью и заметно более светлой изнанкой. По краю нередко видны очень мелкие зубчики; молодые листья бывают красноватыми.

Цветки похожи на крошечные кувшинчики: белые или бледно-розовые, свисают группами из пазух листьев. Плоды — небольшие округлые ягоды, сначала краснеющие, а после созревания приобретающие тёмно-фиолетовый или почти чёрный цвет. Они обычно блестящие и собираются небольшими группами близко к ветвям.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Это местный вид тихоокеанского побережья, от Калифорнии до Британской Колумбии. В Калифорнии особенно характерен для влажных прибрежных лесов, подлеска секвойных и смешанных хвойных лесов, кустарников под дубами и на притенённых склонах Береговых хребтов. Calflora фиксирует множество наблюдений в округах Мендосино, Марин, Санта-Круз, Сан-Матео, Гумбольдт и других прибрежных районах.

В удачной влажной среде растение образует густые заросли. Однако в жаркой низкой части долины Сакраменто, на открытых сухих полях и в пустынях это не повседневный массовый ягодный кустарник.

КОГДА ДОСТУПНА

Листья остаются на кусте круглый год — это помогает узнавать растение даже зимой, но не означает, что они служат круглогодичной человеческой пищей.

Цветение в Калифорнии преимущественно весеннее, примерно март–май, иногда более продолжительное. Ягоды обычно созревают с июля до октября. В прохладных прибрежных местах часть плодов может оставаться на ветвях позднее, а сроки созревания меняются с высотой и погодой.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелые ягоды. Свежие тёмные ягоды едят без приготовления. По данным USDA Forest Service, в Калифорнии созревание чаще приходится на июль–октябрь; календарь не следует переносить на все влажные регионы одинаково. Вкус бывает сладким, иногда немного мучнистым и своеобразным. Плоды можно размять или растереть, а часть урожая сохранить после естественной сушки. Исторические сведения об употреблении калифорнийской черники у коренных народов тихоокеанского побережья приведены в обзоре USDA Forest Service; в публикациях карук встречается и этот ягодный вид.



Вечнозелёная калифорнийская черника — детальный снимок растения

Leslie Seaton · CC BY 2.0 · Источник

Сушёные плоды сохраняли как запас после лета. Это позволяет иметь ягодную пищу позднее, но не превращает куст в растение с круглогодичным плодоношением.

Свежие листья, цветки и побеги здесь не предлагаются как сырая пища: ботанические и исторические описания, использованные для статьи, подтверждают съедобность именно ягод. Куст вечнозелёный, но съедобные плоды сезонны: тёмная листва зимой не означает наличия спелых ягод.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У близкой красной черники Vaccinium parvifolium созревшие плоды красные, ветви заметно зеленее, а листья тоньше и чаще опадают в холодный сезон. У салала Gaultheria shallon листья значительно крупнее, шире и грубее, а плоды образуют другую форму соплодий. Не следует определять съедобность неизвестного кустарника лишь по наличию чёрных ягод: смотрят одновременно на листья, цветки и ветвление.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Vaccinium ovatum (морфология, сезон, местообитания, свежие и сушёные плоды): https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/vacova
- Calflora, Vaccinium ovatum: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8200
- Karuk Tribe, Uxraah: Native Edible Berries: https://nctcc.org/wp-content/uploads/2017/05/G8L2NativeEdibleBerries_booklet.pdf
- Oregon State University, Vaccinium ovatum: https://landscapeplants.oregonstate.edu/plants/vaccinium-ovatum

Красная черника — алые ягоды на тонких зелёных ветвях

Vaccinium parvifolium

В сырых северокалифорнийских хвойных лесах, в том числе на гниющих пнях и старых упавших стволах, растёт кустарник с тонкими ярко-зелёными ветвями. USDA Forest Service отмечает такую связь красной черники с влажным лесом. Его ягоды похожи на маленькие красные бусины — они остаются красными даже тогда, когда полностью поспели. Это красная черника, Vaccinium parvifolium, местный вид влажных хвойных лесов.



Красная черника — фотография растения

Meggar (original English Wikipedia uploader) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Кустарник обычно вырастает от одного до нескольких метров. У него много тонких ветвей характерного ярко-зелёного цвета; даже когда листья опали, зелёные стебли хорошо видны среди лесной подстилки. Листья маленькие, овальные, очередные, мягкие и тонкие, обычно с цельным краем, а не с заметными зубцами. В холодные месяцы листва в значительной степени опадает, хотя в мягких местах отдельные листья могут сохраняться.

Цветки мелкие и похожие на кувшинчики, окрашены в бледно-розовые или зеленоватые оттенки. Они свисают из пазух листьев на коротких цветоножках. Плоды шаровидные, примерно с горошину или чуть крупнее, сначала зелёные, затем розовеют и к полной зрелости становятся прозрачно-алыми. На тонкой ветке они нередко висят поодиночке.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Красная черника растёт в тихоокеанских хвойных лесах от северной Калифорнии к Орегону, Вашингтону и Канаде. В Калифорнии её встречают в первую очередь в сырых северных прибрежных и горных лесах, рядом с мшистыми пнями, валежником и под пологом хвойных деревьев. На богатой древесным перегноем почве кустарник может образовывать небольшие группы.

Это характерное местное растение подходящего влажного леса, но не типичная ягода открытых сухих полей долины Сакраменто и не кустарник всей Калифорнии без исключения.

КОГДА ДОСТУПНА

Новые листья раскрываются весной. Цветки чаще появляются с апреля по июнь; в Калифорнии многие ботанические наблюдения относят цветение к маю–июню.

Ягоды краснеют и созревают позднее, в течение лета. Для северного тихоокеанского побережья ориентир — июль–сентябрь, часто август–сентябрь; отдельные калифорнийские участки могут отличаться из-за высоты и температуры. Зимой красной черники с плодами обычно не найти, а её зелёные ветви сохраняются и без листвы.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Спелые красные ягоды. Их едят свежими, когда плод стал мягким и приобрёл ровную красную окраску. Обычно они кисловатые, не такие сладкие, как некоторые тёмные черники. Свидетельства об употреблении именно Vaccinium parvifolium свежим есть у коренных народов тихоокеанского северо-запада; в калифорнийском племенном пособии Karuk Uxraah вид тоже представлен как ягодное растение.



Красная черника — детальный снимок растения

Leslie Seaton · CC BY 2.0 · Источник

Высушенные ягоды. В этноботаническом обзоре USDA для коренных народов Северо-Запада упомянуты свежие и сохранённые плоды; естественная сушка позволяла использовать запасы после сезона. Эти сведения не стоит путать с горячими ягодными блюдами: здесь речь только о еде без нагрева.

В этой статье не говорится о сыром употреблении зелёных ветвей, коры или листьев человеком. Они важны для распознавания вида, но проверенная пищевая часть — плод.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У вечнозелёной Vaccinium ovatum листва плотная и блестящая круглый год, а ягоды к зрелости становятся почти чёрными. У красной черники ветви обычно остаются зелёными, листья небольшие и тонкие, зрелые ягоды красные. Сходно окрашенные красные плоды других лесных кустарников сами по себе не позволяют определить вид. Для уверенного различения нужны листья, форма цветка и зелёные стебли вместе.

Зелёные угловатые веточки видны и после опадания большей части листьев, но молодой куст может сохранять часть листвы зимой. USDA Forest Service специально отмечает, что ювенильные листья иногда бывают вечнозелёными, тогда как листья взрослых кустов обычно опадают. Поэтому правило «красная черника всегда полностью без листьев зимой» не подходит для надёжного определения.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Vaccinium parvifolium (описание, распространение, сезон и пищевое употребление): https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/vacpar
- Calflora, Vaccinium parvifolium: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8201
- Portland State University, Red Huckleberry, признаки и сезон: https://gardenecology.pdx.edu/plants/vaccinium-parvifolium-red-huckleberry/index.html
- Karuk Tribe, Uxraah: Native Edible Berries: https://nctcc.org/wp-content/uploads/2017/05/G8L2NativeEdibleBerries_booklet.pdf

Голубика болотная — Сизо-синие ягоды холодных горных лугов · Vaccinium uliginosum

Vaccinium uliginosum

На сырых высокогорных лугах и у холодных ручьёв Сьерра-Невады иногда растёт невысокий куст с голубовато-синими ягодами. Его листья мелкие и гладкие, цветки похожи на белые кувшинчики, а зрелые плоды покрыты тонким сизым налётом. Это болотная голубика — местный для Калифорнии представитель рода Vaccinium, совершенно не похожий по местообитанию на культурную голубику тёплых долин.



Голубика болотная — фотография растения

Wkee4ager · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это листопадный низкий кустарник, чаще 20–60 сантиметров высотой, сильно ветвящийся у основания. Молодые веточки тонкие, с мелкими очередными листьями, эллиптическими или обратнояйцевидными, без заметных зубцов по краю. Верхняя сторона листа темнее, нижняя светлее, с видимыми жилками. Мелкие белые или розоватые цветки свисают по одному или по нескольку из пазух листьев; венчик кувшинчатый, с небольшим отверстием. Плод округлый, сине-чёрный под сизым восковым налётом, на верхушке видна небольшая коронка от чашечки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora указывает вид как природный для Калифорнии и относит его к влажным местообитаниям. Наиболее характерны горные луга, болотистые края озёр, влажные ложбины и участки рядом с ручьями в высотных поясах Сьерры. У Calflora выделяется местный западный подвид V. uliginosum subsp. occidentale; не следует автоматически переносить особенности всех мировых популяций на любой найденный куст. В Sacramento Valley болотная голубика обычно не растёт в природе.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Снег в горах сходит в разное время, поэтому распускание листьев и цветение нередко происходят поздней весной или в начале лета. Ягоды обычно созревают во второй половине лета, приблизительно в июле–сентябре, на высоких лугах позже. Зрелая ягода становится мягкой и равномерно синей; зелёные и красноватые плоды ещё не готовы.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Сырые зрелые ягоды. Руководство USDA Forest Service по северо-западным ягодным кустарникам прямо сообщает для Vaccinium uliginosum: плоды едят сырыми или после приготовления. В полевых условиях выбирают только мягкие синие ягоды с неповреждённой кожицей. Они сочные, на вкус от умеренно сладких до кисловатых, содержат мелкие семена. Часть урожая можно подсушить без нагрева, но плоды из сырых мест очень быстро плесневеют при хранении. Листья и корни не рассматриваются как пища без огня.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

От Vaccinium cespitosum болотная голубика отличается высотой и строением листьев, но на горных лугах они могут расти рядом. Vaccinium membranaceum обычно образует более высокие кусты и часто имеет листья с мелкозубчатым краем; цвет и размер ягод заметно варьируют. У похожих тёмных ягод других родов нет сочетания кувшинчатого цветка, небольшого венчика и характерной чашечки плода. Определять следует растение целиком, а не по одному синему шарику.

ИСТОЧНИКИ

- Calflora — Vaccinium uliginosum: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8444
- Calflora — subsp. occidentale: https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8203
- USDA Forest Service — Bog Blueberry identification and uses: https://www.fs.usda.gov/pnw/pubs/journals/pnw_1985_robuck001.pdf

Фиалка крючковатошпорцевая — весенняя зелень с фиолетовыми цветками · Viola adunca

Viola adunca

Весной на прохладном лугу или на опушке калифорнийского леса можно увидеть маленький кустик с сердцевидными листьями и фиолетовыми цветками. В центре каждого цветка заметны тёмные прожилки, а сзади прячется небольшой изогнутый шпорец. Это Viola adunca, фиалка крючковатошпорцевая, один из местных видов дикорастущих фиалок Западной Америки. Молодые листья и цветочные бутоны описаны как пища без огня. Но размер растения невелик, и такой сбор не должен уничтожать редкую локальную группу ради нескольких листьев.



Фиалка крючковатошпорцевая — фотография растения

DouglasGoldman · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это низкий многолетник с несколькими мягкими стебельками, обычно высотой всего от пяти до пятнадцати сантиметров. Листья очередные, сердцевидные либо округло-яйцевидные, с мелкими зубцами по краю, на длинных черешках. Весной они нежные, слегка опушённые; со временем становятся плотнее. Цветок одиночный на тонком цветоносе, с пятью лепестками. Два верхних могут быть немного направлены вверх, боковые в стороны, нижний широкий и испещрён тёмными линиями, направляющими насекомых к центру. Сзади нижнего лепестка выступает короткий шпорец, часто слегка загнутый. Цвет бывает от голубовато-фиолетового до глубокого пурпурного, иногда светлее у основания. После цветения образуется небольшая коробочка, которая раскрывается и разбрасывает семена. Очень молодые листья без цветка не всегда позволяют уверенно отличить вид от другой фиалки.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora подтверждает Viola adunca как местное растение Калифорнии с более чем полутора тысячами записей. Она встречается в открытых лесах, на травянистых склонах, в прохладных прибрежных сообществах и горных лугах. Вид имеет несколько морфологических форм; крупные географические различия внутри вида хорошо известны ботаникам. Для района Сакраменто это скорее растение выезда в предгорья или к побережью, а не массовая городская зелень. На открытых сухих участках без зимней влаги фиалка быстро перестаёт быть заметной. В некоторых местах она является важным кормовым растением для местных бабочек, поэтому отрывать всю розетку особенно неразумно.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

После влажного зимнего периода или таяния снега появляются нежные зелёные листья. На низких побережьях цветение может начинаться уже в марте, а на более высоких прохладных склонах продолжаться до июня. Видовой справочник для умеренного климата указывает весеннее цветение, но точные сроки штата различаются по высоте и осадкам. Цветочные бутоны бывают непосредственно перед раскрытием лепестков, молодые листья — в начале активного роста. К лету на высохших склонах цветение заканчивается, а листья могут огрубеть; в затенённых влажных местах зелень сохраняется дольше.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future непосредственно подтверждает их употребление сырыми. Они мягкие, с нейтрально-зелёным вкусом; небольшое количество можно нарезать в холодную смесь листьев. Свежая ткань листа иногда слегка слизистая, что характерно для ряда фиалок. Листья не являются большим источником пищи и не должны собираться с единичного кустика на охраняемом участке.



Фиалка крючковатошпорцевая — детальный снимок растения

DouglasGoldman · CC BY-SA 4.0 · Источник

Цветочные бутоны. Видовой источник также указывает их сырое употребление. Нежный бутон можно использовать как маленькое дополнение к зелени, но если целью является поддержание местной популяции, лучше не срывать большинство бутонов. Для полностью раскрытых цветков аналогичный пищевой способ в выбранном видовом источнике отдельно не установлен столь же ясно, поэтому статья сознательно ограничивается бутонами.

Корни, зрелые коробочки и семена не включаются в пищевую часть. Сбор в местах с пестицидами или загрязнением также исключён.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Viola glabella имеет жёлтые цветки и больше характерна для влажных лесных мест; Viola pedunculata часто даёт крупные жёлтые цветки на открытых весенних склонах. С другими фиолетовыми фиалками Viola adunca различают по шпорцу, форме лепестков, краю листа и местному ареалу. Садовые гибридные фиалки могут быть внешне очень похожи, но не обязательно имеют ту же видовую пищевую историю. Нельзя определять растение только по фиолетовому цвету: у некоторых других цветков тоже пять лепестков, но иное устройство завязи и листья. Если нет уверенности в виде, маленькую розетку лучше оставить.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8281
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Viola+adunca
- https://www.calfloranursery.com/plants/viola-adunca/

Фиалка гладкая — жёлтые цветки в сырых лесных долинах · Viola glabella

Viola glabella

В прохладной сырой части калифорнийского леса, где грунт остаётся мягким после весеннего дождя, иногда расцветают невысокие жёлтые фиалки. Их цветки напоминают маленькие яркие огоньки над широкими сердцевидными листьями. Это Viola glabella — фиалка гладкая, или ручьевая жёлтая фиалка, местный многолетник Северной Америки. Нежные молодые листья и цветочные бутоны описаны как пища без нагрева. Но именно у этого желтоцветкового вида справочник предупреждает о расстройстве кишечника при большом количестве цветов.



Фиалка гладкая — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Фиалка гладкая — небольшое травянистое растение, обычно высотой от десяти до двадцати сантиметров, с многолетним подземным основанием и мягкими надземными стебельками. Листья округло-сердцевидные, с острым или немного вытянутым кончиком, мелкозубчатыми краями и заметными жилками, расходящимися от основания. Они располагаются очередно на относительно длинных черешках. Весной появляются одиночные цветки на тонких цветоножках. Венчик состоит из пяти жёлтых лепестков, нижний обычно с тёмными тонкими прожилками. Позади лепестка есть короткий шпорец, характерный для многих Viola. На нижней стороне венчика видны зелёные чашелистики. После цветения образуются небольшие семенные коробочки, раскрывающиеся при созревании. У некоторых растений лепестки почти однотонно жёлтые, у других с коричневатыми полосками. При определении важно отличать настоящие листья фиалки от похожих листьев мелких лесных трав и видеть сам цветок.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora признаёт Viola glabella местным для Калифорнии видом с более чем тысячей ботанических наблюдений. Она особенно связана с влажными лесами редвуда, дугласии, жёлтой сосны и красной пихты, а также с тенистыми берегами ручьёв и лесными ложбинами. На жаркой открытой равнине Сакраменто она не должна описываться как обычная газонная зелень. На северных склонах и в прохладных горных лесах может встречаться группами, однако отдельные небольшие колонии легко повредить чрезмерным сбором. Растение чувствительно к недостатку влаги, поэтому на сухом южном склоне его почти не видно.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

С появлением весенней влаги и после снеготаяния развиваются новые листья. В прибрежной прохладной зоне некоторые цветки могут открываться ранней весной, в горах позже. Видовой справочник указывает главным образом апрель–май, но калифорнийские сроки растянуты по высотам и экспозиции склонов. Бутоны видны незадолго до появления жёлтых лепестков. К началу летней засухи часть листьев становится плотнее, а цветение прекращается. На влажном берегу ручья зелень может сохраняться дольше, однако листья и бутоны имеют разный пищевой сезон.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future непосредственно подтверждает употребление молодых листьев Viola glabella сырыми. Они мягкие, немного слизистые, с нейтральным зелёным вкусом; несколько листьев можно добавить к другим свежим травам. Слишком зрелый лист становится грубее и не даёт такого приятного ощущения. Собирать весь маленький куст ради салата неразумно.



Фиалка гладкая — детальный снимок растения

Stickpen · Public domain · Источник

Молодые цветочные бутоны — только понемногу. Видовой справочник упоминает их сырое употребление, но одновременно предупреждает: жёлтые цветки именно этой фиалки способны вызвать диарею, если съесть много. Поэтому не стоит превращать целые горсти цветков в пищу; для осторожного каталога речь лишь о небольшом количестве точно определённых бутонов. Людям с чувствительным пищеварением лучше вообще не использовать цветки.

Корни, листья старых подгнивших растений, семенные коробочки и семена не входят в пищевую часть. Сырой сбор вдоль ручьёв возможен только при чистой почве и воде.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Viola adunca, описанная отдельно, имеет обычно фиолетовые цветки, а не жёлтые. Viola pedunculata также цветёт жёлтым, но чаще растёт на открытых травянистых весенних склонах и имеет другую форму листьев и цветоносов. У лютиков Ranunculus встречаются жёлтые пятилепестковые цветки, но их листья и венчики устроены иначе, а некоторые лютики раздражают кожу и слизистые; поэтому нельзя считать все жёлтые лесные цветки фиалками. Отличительные признаки Viola glabella — сердцевидные листья, пять лепестков с характерным нижним и шпорцем. На стадии только листа сбор для еды лучше отложить.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8289
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Viola+glabella

Фиалка душистая — Ароматные весенние цветки и мягкие зимние листья · Viola odorata

Viola odorata

В прохладной тени старого сада или вдоль заросшей ограды в конце зимы можно увидеть маленькие фиолетовые цветки, поднятые над ковриком сердцевидных листьев. В тёплый день они пахнут тонко и сладко, хотя не каждый цветок одинаково ароматен. Это фиалка душистая — европейский вид, который иногда выходит из культуры в Калифорнии. Её молодые листья, бутоны и распустившиеся цветки можно употреблять сырыми; семена в пищу не берут.



Фиалка душистая — фотография растения

Christian Fischer · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Невысокая многолетняя трава, обычно 5–15 сантиметров над почвой. У неё короткое корневище и ползучие побеги, которые укореняются и постепенно образуют отдельные розетки. Листья на длинных черешках, округло-сердцевидные, с глубокой выемкой у основания, туповатой вершиной и мелкогородчатым краем; молодые пластинки иногда слегка опушены. Цветоносы без листьев, несут по одному цветку. У пяти лепестков заметна неправильная форма: два направлены вверх, два в стороны, нижний шире остальных и имеет короткий шпорец. Окраска чаще насыщенно-сиреневая или тёмно-фиолетовая, встречаются белые формы. Плод — небольшая трёхстворчатая коробочка с семенами; часть поздних самоопыляющихся цветков бывает почти незаметной.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora относит Viola odorata к неместным растениям и приводит около 130 наблюдений за пределами обычных садовых посадок. Вид встречается у старых домов, по тенистым сырым опушкам, около лесных троп и вдоль ручьёв в районах Marin, Santa Cruz, San Mateo, Sonoma, Butte и отдельных точках Sacramento и Yolo. Это не массовая дикая фиалка всего штата: на природных склонах и в хвойных лесах растут многочисленные местные Viola. При встрече рядом с жилым участком следует учитывать права владельца и возможную обработку почвы.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягком климате побережья зелёные листья могут сохраняться зимой и почти весь год, если остаётся влага. После зимних дождей отрастают самые нежные маленькие листья. Первые душистые цветки появляются поздней зимой и в начале весны, а в прохладной тени цветение иногда затягивается до мая. С наступлением жаркого лета новые листья становятся грубее, а цветки исчезают. Для еды выбирают молодой лист без повреждений и цветок сразу после раскрытия, а не старые коробочки с семенами.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья. Plants For A Future отдельно подтверждает употребление листьев Viola odorata сырыми. Они мягкие, со слабым вкусом и небольшой слизистостью, поэтому подходят для холодной зелёной смеси. Цветочные бутоны и раскрытые цветки. Их едят свежими по одному или добавляют к другим растениям; аромат нежный, вкус немного сладковатый. Жёсткие стебельки цветоносов обычно не нужны. Calflora предупреждает, что семена этого вида есть не следует, поэтому зрелые коробочки не раскрывают ради пищевых зёрен. Корни и корневища в сырой рацион не включены.



Фиалка душистая — детальный снимок растения

Majercsik László (LaMa8) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Местная Viola glabella часто несёт жёлтые цветки и имеет другие листья; Viola adunca обычно цветёт сине-фиолетовыми цветками на более заметных надземных побегах. У садовых анютиных глазок Viola tricolor и их гибридов цветки обычно разноцветные, а кустики менее ковровые. Не каждая фиолетовая пятилепестковая травка относится к роду Viola: важны сердцевидный лист, асимметричный цветок со шпорцем и строение плода. Запах может отсутствовать в холодную погоду и не служит единственным признаком определения.

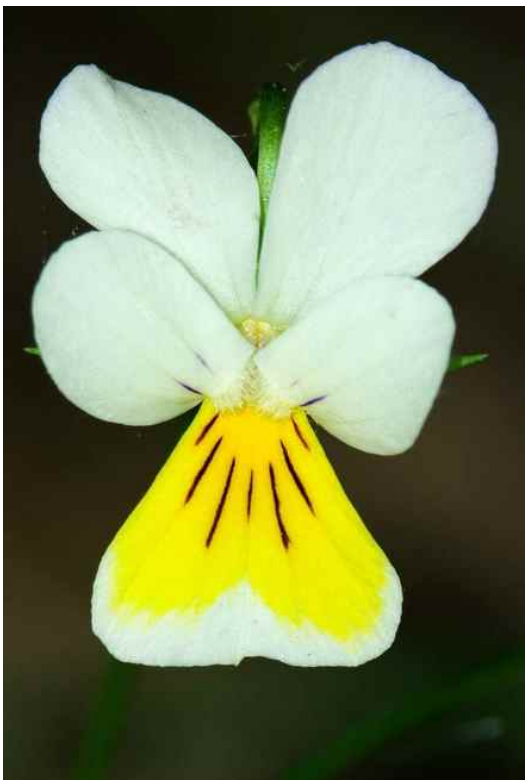
ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8298
- https://pfaf.org/USER/plant.aspx?LatinName=Viola+odorata
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8298

Фиалка трёхцветная — Маленькие разноцветные цветки и молодая зелень · Viola tricolor

Viola tricolor

У бывшей клумбы или на прохладной травянистой опушке иногда появляется маленькое растение с цветками, на которых одновременно встречаются фиолетовый, жёлтый и белый цвета. Отдельный цветок похож на крошечные анютины глазки, но растение обычно гораздо меньше крупноцветковых садовых гибридов. Это фиалка трёхцветная, редкий выходец из культуры в Калифорнии. Молодые листья и цветочные бутоны пригодны сырыми, а открытые цветки можно есть свежими.



Фиалка трёхцветная — фотография растения

Bartosz Cuber · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Однолетняя либо недолговечная многолетняя трава высотой чаще 10–25 сантиметров. Стебли тонкие, приподнимающиеся или ветвящиеся от основания. Листья очередные, на черешках, нижние округло-овальные, верхние более узкие, с городчатым краем; при их основании хорошо видны крупные глубоко рассечённые прилистники. Цветки одиночные на длинных цветоножках, с пятью неодинаковыми лепестками: верхние чаще тёмно-фиолетовые, боковые светлее, нижний жёлтый с тёмными направляющими линиями и коротким шпорцем. У цветков разных растений цвета могут перекрываться и смешиваться. После цветения формируется небольшая трёхстворчатая коробочка; при её раскрытии высыпаются маленькие семена.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora фиксирует Viola tricolor как неместную фиалку с примерно несколькими десятками наблюдений в Калифорнии. Она связана преимущественно со старыми садами, лужайками, городскими клумбами, прохладными нарушенными травянистыми местами и отдельными самосевными посадками. Это не обычный местный вид влажных лесов или склонов Сьерра-Невады. Встреченные в парках крупноцветковые растения нередко относятся к другим садовым гибридам. Пестициды на декоративных цветах могут оставаться даже после дождя, поэтому собирать для еды можно только на точно известном чистом участке.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В мягком прибрежном климате маленькие листья отрастают в прохладное время года. При достаточной влаге цветение начинается весной, часто с марта–апреля, и может продолжаться до начала лета либо повторяться осенью. В жаркой равнине Сакраменто без полива растения быстро высыхают. Молодые листья наиболее нежны до активного цветения, цветочные бутоны — непосредственно перед раскрытием. Зрелые семенные коробочки в пищу не собирают.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые листья и бутоны. Plants For A Future прямо описывает их употребление сырыми; вкус мягкий, листья можно мелко нарезать к другой зелени. Раскрытые цветки. Свежие пятнистые лепестки допускаются как небольшая съедобная добавка, лучше сразу после раскрытия. Они не дают значительного количества пищи, но подходят для холодной смеси вместе с листьями. Семена этого вида Calflora отмечает как несъедобные, поэтому семенные коробочки и их содержимое исключены. Корни и старые цветоносы не используются.



Фиалка трёхцветная — детальный снимок растения

Tom.k (Commons credit, author assumed) · CC BY-SA 2.5 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Viola odorata образует плотные низкие розетки с длинночерешковыми сердцевидными листьями и обычно однотонными душистыми фиолетовыми цветками. Большие садовые анютины глазки Viola × wittrockiana имеют значительно более крупные лепестки, хотя гибридные формы могут быть промежуточными. Местная Viola pedunculata цветёт ярко-жёлтыми цветками на прибрежных склонах и отличается листовыми признаками. По одному разноцветному лепестку нельзя определить точный вид; смотрят размер цветка, прилистники, форму листьев и плод.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8319
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Viola_tricolor

Дикий виноград Калифорнии — весенние усики и тёмные гроздья осени

Vitis californica

По берегам рек и ручьёв Калифорнии деревья иногда так переплетены длинными зелёными плетями, что листья винограда образуют над водой целый занавес. Весной эти лозы выпускают новые листья и тонкие закручивающиеся усики; летом на них висят гроздья ещё зелёных плодов, а к осени созревают небольшие тёмные виноградины. У дикого винограда есть две пищевые части, которые можно употреблять без нагрева: молодые усики и зрелые ягоды.



Дикий виноград Калифорнии — фотография растения

Krzysztof Ziarnek (Kenraiz) · CC BY-SA 4.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это многолетняя древеснеющая лиана, а не самостоятельное дерево. Если рядом есть опора, побеги взбираются на кустарники и стволы с помощью разветвлённых усиков. Без опоры длинные стебли стелются и переплетаются между собой. Отдельная лоза может вытянуться на несколько метров.

Листья простые, округло-сердцевидные, часто с тремя или пятью неглубокими лопастями. Их ширина обычно около 7–14 сантиметров. Края заметно зубчатые, от основания расходятся сильные жилки. Молодые листья зелёные и мягкие; осенью они желтеют и опадают.

Усики выходят напротив листьев. Сначала это нежные, почти прямые или чуть изогнутые зелёные нити; встретив опору, они начинают закручиваться. Небольшие зеленоватые цветки собраны в кисти, из которых позднее вырастают гроздья. Ягоды округлые, заметно мельче столового винограда. Созревшие плоды становятся тёмно-синими, фиолетовыми или почти чёрными, имеют кожицу, сочную мякоть и твёрдые семена.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Vitis californica — местный вид Калифорнии. Он растёт вдоль рек и ручьёв Центральной долины, в пойменных лесах, по влажным оврагам и в подходящих предгорных местах, в том числе у подножия Сьерра-Невады. Вблизи постоянной воды виноград может быть обильным и закрывать большими плетями целые кусты. На открытых жарких сухих склонах такой густой лозы гораздо меньше.

Особенно хорошо она заметна там, где к воде подходят ивы, тополя и другие деревья, которые становятся опорой. Наличие винограда в регионе не означает, что любая заросль обязательно плодоносит: у этого вида мужские и женские цветки обычно находятся на разных растениях.

КОГДА ДОСТУПЕН

Новый прирост и молодые усики появляются весной, ориентировочно в апреле–июне. Зелёные цветки распускаются в мае–июне. Затем развиваются гроздья, которые ещё долго остаются зелёными. В описании USDA Forest Service основным временем созревания назван сентябрь; в зависимости от участка тёмные зрелые ягоды можно искать в конце лета и осенью, иногда в октябре.

После листопада лозу можно узнать по древесным плетям, но это не сезон свежих усиков или ягод.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Молодые усики. Пока новый усик мягкий, его можно употреблять сырым. В справочнике Plants For A Future такое сырое употребление указано отдельно для Vitis californica: у молодого усика заметная кислинка, а с возрастом он деревенеет и теряет нежность. Такие усики появляются задолго до ягод; позже они становятся жёстче и уже служат растению главным образом для крепления к веткам.



Дикий виноград Калифорнии — детальный снимок растения

KP Botany~commonswiki · Public domain · Источник

Зрелые виноградины. Тёмные мягкие плоды едят свежими, дождавшись полного созревания; в описании USDA Forest Service прямо подтверждено употребление ягод этого вида без приготовления. Дикий виноград может быть заметно кислее и более семенным, чем культурный. В описаниях пищи калифорнийских мивок встречается употребление местного винограда, а ботанические сводки подтверждают свежие съедобные плоды этого вида. Их можно размять без

нагревания и использовать сок с мякотью; спелые плоды также естественно высушивали для хранения.

Не все части виноградной лозы включены в пищевой список. Например, использование листьев для блюд с приготовлением не означает, что именно такие листья были подтверждены как сырая пища этого вида.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У дикого винограда один широкий лист на черешке и отдельный усик напротив него; листья простые, а не собраны по три отдельные листовые пластинки. Это помогает не спутать молодую лозу с ядовитым дубом Toxicodendron diversilobum, у которого часто три листочка и нет виноградных усиков. Поблизости могут расти и культурные или одичавшие виноградные лозы. Для точного определения Vitis californica учитывают форму листьев, грозди и место произрастания вместе.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Vitis californica: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/vitcal
- Plants For A Future, Vitis californica, сырые плоды и молодые усики: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Vitis+californica
- Barrett & Gifford, Miwok Material Culture, Berries and Fruits: https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/berries_fruits.html

Виноград Гирда — маленькие тёмные грозди южных каньонов · Vitis girdiana

Vitis girdiana

Там, где южнокалифорнийский каньон удерживает воду после зимних дождей, в кустарниковых зарослях иногда видны длинные лозы с широкими округлыми листьями. Позднее среди них появляются небольшие грозди почти чёрных виноградин. Это Vitis girdiana — виноград Гирда, местная лиана юга штата, известная также как пустынный дикий виноград. Её ягоды и нежные молодые усики можно употреблять без огня, однако не следует путать растение с уже описанным калифорнийским виноградом Vitis californica, характерным прежде всего для северной части штата.



Виноград Гирда — фотография растения

Stickpen · Public domain · Источник

КАК УЗНАТЬ

Растение представляет собой древеснеющую лиану, способную оплетать соседние кусты и небольшие деревья. Молодые побеги зеленоватые и часто заметно опушённые; со временем они становятся буро-коричневыми и более жёсткими. Усики, расположенные напротив листьев, закручиваются вокруг опор, удерживая длинную лозу. Листья очередные, на длинных черешках, округлые либо сердцевидные, с неглубокими лопастями и зубчатыми краями. Нижняя сторона часто светлее и с мягкими волосками. Весной развиваются мелкие зеленовато-жёлтые цветки в рыхлых кистевидных соцветиях; ярких крупных лепестков у них нет. После опыления появляются маленькие зелёные ягоды в гроздях. По мере созревания они увеличиваются примерно до нескольких миллиметров и становятся тёмно-фиолетовыми либо почти чёрными, иногда с сизым восковым налётом. Внутри есть несколько твёрдых семян. Зимой лиана сбрасывает листья, но старые древесные побеги и места прикрепления усиков остаются заметны.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Vitis girdiana как местный вид Калифорнии с сотнями наблюдений преимущественно в южных округах: San Diego, Orange, Riverside, Los Angeles, San Bernardino, а также в Inyo и Kern. Типичные местообитания — берега сезонных ручьёв, ущелья, дубовые сообщества и прибрежный шалфейный скрэб, где корни достигают более влажной почвы. Несмотря на английское название desert wild grape, это не виноград, равномерно растущий посреди сухой пустыни без воды. В районе Сакраменто его не следует ожидать как обычную дикорастущую лозу: там в природных сообществах заметно важнее Vitis californica. Отдельная декоративная посадка также не является свободным источником пищи.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПИЩЕВЫЕ ЧАСТИ

В низких тёплых каньонах новые листья и усики появляются весной, после зимнего покоя. Небольшие соцветия развиваются поздней весной и летом, иногда раньше в тёплых местах. Зелёные грозди постепенно темнеют; полностью зрелые виноградины чаще доступны в конце лета и осенью, приблизительно с августа до октября. На прохладных участках или в затенённых ущельях сроки сдвигаются. Листва может держаться до осени, но сам факт наличия листьев не означает готового урожая ягод. После листопада зимой свежих ягод обычно нет; отдельный высушенный запас существует только как результат заготовки.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые тёмные ягоды — наиболее очевидная сырая пища Vitis girdiana. Plants For A Future прямо подтверждает их употребление свежими или после сушки для зимы. Вкус может быть сладким с выраженной кислинкой, особенно у полностью созревшей грозди. Маленькие плоды удобно есть по одному или размять и отделить мягкую массу от крупных семян; из-за мелкого размера получить много мякоти сложнее, чем у культурного винограда. Подвяленные без нагрева чистые зрелые ягоды допускают хранение лишь после полного высыхания и без плесени.



Виноград Гирда — детальный снимок растения

Tortie tude · CC0 · Источник

Нежные молодые усики тот же видовой источник отдельно относит к частям, которые употребляют сырыми. Они мягкие только в период нового роста, позже грубеют и одревесневают. Молодые листья там упомянуты как обёртка при последующем запекании пищи — это способ с огнём, поэтому выдавать их за подтверждённую сырую салатную зелень нельзя. Корни, кора и зелёные незрелые плоды также не входят в список.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

У Vitis californica листья часто крупнее и с иным опушением, а основной ареал связан с Северной Калифорнией; два вида нужно отличать по совокупности листьев, молодых побегов и географии. Не следует путать дикий виноград с растениями, дающими одиночные чёрные ягоды: у Vitis плодики собраны в настоящие грозди, а усики выходят напротив листьев. Декоративные лианы и паслёны с тёмными плодами могут быть несъедобны. Нельзя определять растение, пробуя неизвестный плод. Лозы, растущие на виноградниках и вдоль дорог с обработкой химикатами, для сырого сбора не подходят.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8322
- https://www.calflora.org/app/countytaxon?crn=8322
- https://pfaf.org/User/Plant.aspx?LatinName=Vitis+girdiana

Виноград культурный — Сладкие грозди у старых лоз и речных оград · Vitis vinifera

Vitis vinifera

В Калифорнии виноград встречается не только рядами на виноградниках. Возле бывших усадеб и старых заборов иногда сохраняется лиана, чьи длинные плети оплетают деревья, а под широкими листьями в конце лета висят гроздья ягод. Это культурный европейский виноград, некоторые растения которого одичали. Для питания без огня он особенно полезен: свежие спелые ягоды сочные и сладкие, а при подходящей погоде могут естественно высыхать до изюма.



Виноград культурный — фотография растения

Bangin · CC BY 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Многолетняя древесная лиана с утолщающимся стволиком и длинными гибкими побегами. Кора старой лозы растрескавшаяся и отслаивается узкими полосками. Листья очередные, крупные, округло-сердцевидные, нередко с тремя или пятью неглубокими лопастями; по краю заметные зубцы, на нижней стороне иногда густые волоски. Напротив листьев часто находятся разветвлённые усики, которыми лиана держится за опору. Цветки маленькие, зеленоватые, в длинных метёлках. Позднее образуются плотные или рыхлые гроздья круглых либо овальных ягод; они могут быть зелёными, жёлтыми, красными, фиолетовыми или тёмно-синими, с семенами либо без них.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Calflora подтверждает Vitis vinifera как неместную для Калифорнии лиану, вышедшую из культуры, и приводит многочисленные записи в разных округах. Встречается у сельских поселений, вдоль заборов, на краях старых виноградников и иногда по руслам рек, где достаточно влаги. В районе Сакраменто самосевные лозы возможны, но не следует путать их с местным Vitis californica. Большинство лоз возле виноградников могут быть обработаны средствами защиты растений, а урожай принадлежит владельцам участка.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Весной из почек выходят молодые листья, цветение обычно происходит в конце весны или начале лета. Ягоды наливаются летом, а созревают с июля по октябрь в зависимости от сорта, высоты и погоды. Ягоды окрашиваются и постепенно становятся мягче; полностью зелёные сорта при созревании могут оставаться светлыми. Сильный кисловатый вкус часто говорит о недозрелости. После осеннего похолодания листва желтеет и опадает, а древесная лоза остаётся.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые ягоды. Снимают спелую гроздь и едят чистые плоды сырыми, выплёвывая или осторожно пережёвывая мелкие семена по желанию: они съедобны, но жёсткие. Холодным разминанием можно получить сок без нагрева, обязательно отцедив кожицу, если она мешает. Зрелые ягоды при сухой погоде иногда естественно высыхают до изюма, но только чистые, без плесени и брожения. Молодые листья некоторых сортов съедобны, однако видовые источники часто предусматривают их предварительное приготовление; в этой статье без отдельной гарантии сырого способа главным продуктом остаются ягоды.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Калифорнийский виноград Vitis californica и пустынный Vitis girdiana тоже дают съедобные плоды, но у них иная форма листьев, опушение и более мелкие ягоды, а местообитания отличаются. Самосевная культурная лоза может иметь очень маленькие грозди: размер не доказывает вид. Ядовитые декоративные лианы с похожими листьями не образуют настоящих виноградных усиков и характерных гроздей. В Калифорнии встречается дикий огурец Marah, плоды которого нельзя принимать за виноградные. Для сбора важны и вид, и чистота участка.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8323
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Vitis+vinifera
- https://ucanr.edu/sites/fruitreport/files/133969.pdf

Калифорнийская веерная пальма — Мелкие тёмные плоды пустынных оазисов · Washingtonia filifera

Washingtonia filifera

В сухих южнокалифорнийских горах иногда появляется неожиданная зелёная долина с высокими пальмами. Это места, где подземная вода выходит к поверхности. У местной веерной пальмы созревают многочисленные небольшие тёмные плоды: издали они кажутся чёрными бусинами, свисающими с кроны.



Калифорнийская веерная пальма — фотография растения

Jim Harper · CC BY-SA 1.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Пальма растёт одним крепким прямым стволом, иногда достигает 15–20 метров и более. Вершина несёт крупную округлую крону из листьев-вееров. Каждый лист разделён на длинные складчатые доли, по краям которых нередко свисают светлые волокна — характерная черта названия filifera, «несущая нити». У диких деревьев старые высохшие листья могут годами образовывать плотную коричневую юбку вокруг ствола.

Цветки мелкие, светлые, собраны в длинные разветвлённые соцветия, выходящие из кроны. После цветения на тонких веточках формируются многочисленные шаровидные плоды, сначала зелёные, затем тёмно-бурые или чёрные. Плод совсем невелик: примерно с горошину; внутри крупная твёрдая косточка, а под кожицей сравнительно мало мякоти.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Естественная среда этой пальмы — не вся Калифорния, а отдельные влажные оазисы пустынных районов на юге штата. Особенно известны пальмовые рощи долины Коачелла и района Палм-Спрингс. В городах её сажают гораздо шире; декоративная пальма на улице не доказывает присутствия природной рощи.

КОГДА ДОСТУПНЫ ПЛОДЫ

Соцветия развиваются в тёплое время года. Плоды темнеют обычно к концу лета и осени; сухие кисти могут оставаться на дереве дольше. Из-за высоты растений, погоды и различий между деревьями календарь сбора очень условен.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Зрелые плоды. Коренные жители оазисов, в том числе кауилья, употребляли маленькие плоды свежими либо сушили их. Тонкая мякоть сладковата, хотя по количеству еды отдельный плод несравним с культурным фиником. В литературе описаны и измельчённые высушенные плоды, но для употребления свежими важна именно зрелая мягкая оболочка, а не попытка разгрызать твёрдую косточку.

Высушенные плоды. В естественно высохшем урожае влага уходит, а сладость кажется заметнее. Это запас без нагрева, но только если плод чистый, здоровый и без плесени.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Мексиканская веерная пальма Washingtonia robusta широко высажена в Калифорнии; она обычно стройнее, а черешки и листовые основания отличаются. В городах встречаются гибриды. Не определяйте вид только по чёрным плодам или одному веерному листу. Настоящая финиковая пальма Phoenix dactylifera имеет не веерообразные, а перистые листья и крупные продолговатые финики.

В природных оазисах и на охраняемых территориях сбор может быть запрещён. Не пытайтесь сбивать тяжёлые кисти, взбираться по сухой «юбке» или ломать листья: безопасное наблюдение не требует вмешательства в пальмовую рощу.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Washingtonia filifera: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/wasfil
- National Arboretum, Washingtonia filifera: https://www.nationalarboretum.act.gov.au/living-collections/forests-and-trees/forest-10
- Calflora, Washingtonia filifera: https://www.calflora.org/

Юкка банановая — Жёсткие листья, кремовые цветки и мягкие зрелые плоды пустыни · Yucca baccata

Yucca baccata

На сухих каменистых склонах восточной Калифорнии среди кустарников стоят приземистые розетки жёстких мечевидных листьев. Весной и в начале лета над ними развиваются крупные беловатые колокольчики, а позднее у некоторых растений формируются толстые мясистые плоды, похожие на короткие зелёные бананы. Это Yucca baccata — банановая юкка. Её полностью зрелая мякоть известна как сырая пища. Но в отличие от обычного садового банана плод может оставаться зелёным даже в зрелости, а листья имеют острые кончики, опасные для глаз и кожи.



Юкка банановая — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Это вечнозелёный многолетник, обычно образующий одну или несколько низких розеток. Листья длинные, узкие, жёсткие, от серо-зелёных до сизых, с острым крепким концом. По краям часто отходят тонкие закрученные волокна, особенно у старших листьев. Розетка может иметь диаметр около метра и более. Во время цветения появляется мощный прямостоячий цветонос с многочисленными поникающими кремовыми колокольчатыми цветками; каждый состоит из шести широких долей околоцветника. После опыления формируются толстые вытянутые мясистые плоды, иногда до десяти и более сантиметров длиной, по форме напоминающие короткие бананы. Плоды зелёные либо с желтоватым оттенком, при зрелости становятся мягкими на ощупь, но не обязаны приобретать яркий жёлтый цвет. Внутри находится мясистая ткань с крупными плоскими тёмными семенами, которые при сыром употреблении нужно отделять.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНО

Calflora признаёт Yucca baccata местным видом Калифорнии, прежде всего пустынных и полупустынных сообществ, включая Joshua Tree Woodland. USDA Forest Service описывает его на сухих склонах, каменистых участках и в можжевелово-сосновых редколесьях Запада США. В California природное распространение связано главным образом с восточными и юго-восточными районами, а не с Sacramento Valley. Некоторые южные калифорнийские юкки очень похожи, поэтому нельзя выбирать плод только по общему облику колючей розетки. В жарких засушливых местах плодоношение сильно зависит от дождей и опыления; далеко не каждое растение образует плоды ежегодно.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

Листья сохраняются зелёными в течение года, но в пищу здесь не предлагаются. Цветонос появляется поздней весной либо в начале лета. Белые кремовые цветки раскрываются постепенно, после них некоторые завязи превращаются в вытянутые зелёные плоды. Для полностью зрелых плодов PFAF указывает начало и середину осени, хотя в тёплых местах иные сроки возможны. Главное отличие зрелости — плод достаточно мягкий, но ещё не распадается и не покрыт плесенью. Зеленая окраска сама по себе не означает незрелость. На сухом старом плоде мякоть становится грубой и может загнивать после редких осенних дождей.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Только мягкая мякоть полностью зрелого плода. Plants For A Future подтверждает сырое употребление Yucca baccata; зрелые плоды описываются как сладкие и мясистые. Можно разрезать плод и аккуратно отделить мягкую съедобную ткань от крупных плоских семян и грубых частей оболочки. Это не готовый очищенный банан, а плод, требующий внимательного осмотра. Нельзя есть зелёную жёсткую недозрелую ткань только из-за сходства с культурным фруктом.



Юкка банановая — детальный снимок растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

Небольшие порции. Тот же видовой справочник отдельно предупреждает, что большое количество плодов вызывало диарею у людей, не привыкших к такой пище. Поэтому даже полностью зрелый плод разумнее употребить небольшой порцией, а не делать его главным продуктом питания. Источники также описывают сушку без огня, но любые куски должны быть полностью высушены и защищены от плесени.

Цветочные бутоны, стебли, семена и молодые листья в видовых пищевых источниках обычно готовили с нагревом, поэтому здесь не рекомендованы сырыми. Острые концы листьев могут травмировать глаза при приближении к растению.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Yucca schidigera — можавская юкка — уже описана отдельно; у неё нередко более узкие и особенно жёсткие листья, а тип плодов и расположение соцветий отличаются. Yucca brevifolia, дерево Джошуа, имеет высокий ветвистый ствол и другую крону. У Hesperoyucca whipplei листья тоже острые, но соцветие и плод устроены иначе. На стадии только розетки сходство бывает значительным; нельзя есть плод без проверки взрослого вида. Не следует собирать растение на охраняемой пустынной территории и вырубать листья ради доступа к одному плоду.

ИСТОЧНИКИ

- https://www.calflora.org/app/taxon?crn=8374
- https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Yucca+baccata
- https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/yucbac

Мохавская юкка — жёсткие листья и мясистые плоды пустыни

Yucca schidigera

В сухих каменистых местах пустыни Мохаве стоят растения с короткими древесными стволами и жёсткими листьями, направленными во все стороны как узкие копья. Весной над ними появляются белые цветки, а затем вытянутые зелёные плоды. К концу лета плоды становятся буроватыми и кожистыми. Исторические источники USDA Forest Service и университетская публикация о мохавской юкке подтверждают сырое употребление зрелых плодов. Наружная кожица у них бывает горькой, а внутри содержится много тёмных твёрдых семян.



Мохавская юкка — фотография растения

Stan Shebs · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Мохавская юкка — вечнозелёный кустарник или небольшое древовидное растение, обычно от одного до нескольких метров высотой. Стволы серовато-бурые, с остатками отмерших листьев. На концах ветвей густо сидят розетки очень жёстких длинных листьев. Они узкие, с острыми кончиками, часто голубовато-зелёные или серо-зелёные. По краям листьев видны длинные закрученные волоконца.

Цветки свисают на плотном разветвлённом соцветии и напоминают крупные беловатые колокольчики, иногда с розовым или пурпурным оттенком. На месте цветков развиваются толстые продолговатые плоды размером примерно с небольшой огурец: обычно 5–11 сантиметров длиной. Молодые плоды зелёные и мясистые, внутри разделены на камеры с многочисленными семенами. Позже кожица становится желтовато-бурой, серо-коричневой или коричневой, а мякоть уплотняется.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕНА

Yucca schidigera — местный вид пустынных и сухих предгорных районов юго-восточной Калифорнии и соседних областей. Особенно характерен для пустынь Мохаве и Сонора, для каменистых склонов, равнин среди кустарников креозотового сообщества и сухих мест вокруг Joshua Tree National Park.

В подходящих местах юкка заметна на большом расстоянии и может расти группами; в других пустынных долинах она встречается разрозненно. Во влажных северных лесах и на поймах Сакраменто это растение в природе не встречается. На одной территории растут и другие виды юкки — они далеко не всегда имеют одинаковую пищевую историю.

КОГДА ДОСТУПНА

Жёсткие листья присутствуют все двенадцать месяцев, но это не съедобная зелень. Цветение чаще всего начинается весной, приблизительно в апреле–мае; в отдельные годы сроки сдвигаются.

После цветения развиваются плоды. В течение лета они остаются зелёными, а к концу лета приобретают буроватую окраску. В фенологическом описании National Phenology Network зрелым плод Yucca schidigera считают, когда наружная часть становится кожистой, бурой или серо-коричневой. Этот сезон приходится главным образом на конец лета и начало осени.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Мякоть зрелых плодов. Исторический обзор USDA Forest Service прямо упоминает, что коренные жители американского Юго-Запада ели плоды мохавской юкки сырыми. Для употребления снимали горькую кожицу и использовали внутреннюю мясистую часть зрелого плода. Зелёный развивающийся плод и полностью созревшая мякоть — разные стадии, их нельзя смешивать. В пособии University of California Agriculture and Natural Resources отдельно отмечается, что наружная кожица часто горчит и её снимали перед употреблением.

Плоды — не то же самое, что семена. В зрелом плоде много плотных тёмных семян, а съедобность мякоти не следует автоматически переносить на употребление сырых семян как отдельной еды. Исторически из семян также получали муку, но здесь мы рассматриваем именно подтверждённый сырой плод.

Колючие листья и нижняя часть розетки не предназначены для такого же употребления. Их жёсткость и длинные острые кончики помогают определить юкку, но не делают их подходящей салатной зеленью.

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Мохавская юкка похожа на несколько видов рода Yucca. У дерева Джошуа Yucca brevifolia другой силуэт и более короткие листья, у банановой юкки Yucca baccata иной характер роста, а её плодоношение и пищевые способы надо рассматривать отдельно. Для Yucca schidigera полезны сразу несколько признаков: очень жёсткие листья с волокнистыми краями, толстый ствол, компактная цветочная кисть и длинные плоды с кожистеющей бурой оболочкой.

У мохавской юкки жёсткие остроконечные листья и плод с плотной кожицей. Юкка бревифолия, известная как дерево Джошуа, и банановая юкка Yucca baccata — другие виды; ни похожая розетка листьев, ни просто слово «юкка» не подтверждают правильность пищевого определения. Плоды с признаками гниения или повреждения не используют.

ИСТОЧНИКИ

- USDA Forest Service, Yucca schidigera: https://research.fs.usda.gov/feis/species-reviews/yucsch
- University of Arizona Campus Arboretum, Yucca schidigera, плодоношение: https://apps.cals.arizona.edu/arboretum/taxon.aspx?id=1153
- USA National Phenology Network, Yucca schidigera, зрелые плоды: https://mynpn.usanpn.org/npnapps/species/Yucca/schidigera
- UC ANR, Know What You Grow — Native Mojave Yucca: https://www.ccfruitandnuts.ucanr.edu/sites/default/files/2025-04/FactSheet_Native_Mojave%20Yucca_2022.08.24.pdf

Унаби — китайский финик — Сладкие осенние плоды на колючих ветвях · Ziziphus jujuba

Ziziphus jujuba

В конце лета у старых домов и садов в жарких районах Калифорнии созревают небольшие овальные плоды: сначала светло-зелёные, затем с коричневыми пятнами и, наконец, почти каштановые. Если съесть плод в хрустящей стадии, его вкус напоминает сладкое яблоко, а подсохший становится похож на финик. Это унаби, или китайский финик, — азиатское дерево, которое давно выращивают в калифорнийских садах. Для еды подходят свежие зрелые плоды и плоды, естественно подсохшие на дереве.



Унаби — фотография растения

Tokyo Watcher (English Wikipedia) · CC BY-SA 3.0 · Источник

КАК УЗНАТЬ

Обычно невысокое листопадное дерево от трёх до восьми метров с раскидистой кроной и зигзагообразными боковыми веточками. На молодых побегах у некоторых сортов заметны парные колючки — одна длиннее, другая короче и загнута. Листья очередные, блестящие, мелкие, овальные или яйцевидные, с тремя ярко выраженными жилками, идущими от основания листа к верхушке; край имеет мелкие зубцы. В пазухах листьев в начале лета появляются маленькие зеленовато-жёлтые цветки с пятью лепестками, не слишком заметные издали. Позднее завязываются овальные костянки размером обычно 2–4 сантиметра. Под тонкой гладкой кожицей — беловатая плотная мякоть, в центре одна твёрдая вытянутая косточка.

ГДЕ РАСТЁТ И НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЁН

Унаби не относится к местной дикой флоре Калифорнии. Его выращивают на тёплых участках долин, в том числе в районе Сакраменто и в Солано, а также южнее. Университет Калифорнии описывает урожай деревьев в частных садах Solano County. Самосев и старые заброшенные посадки возможны, но данных, позволяющих назвать унаби распространённым одичавшим деревом штата, нет. При поиске пищевых растений не следует считать плодовое дерево в чужом саду общедоступным ресурсом.

КОГДА ДОСТУПНА ПИЩА

В конце весны или начале лета дерево распускает мелкие цветки, после чего плоды растут в тёплые месяцы. В климате Сакраменто созревание часто начинается в августе и продолжается в сентябре; поздние сорта плодоносят осенью. На ветвях одновременно могут быть зелёные твёрдые плоды, коричнево-пятнистые хрустящие и сморщенные полностью зрелые. Вкус меняется со стадией: зелёный плод несладкий, а коричневый становится более сахаристым.

ЧТО ЕДЯТ БЕЗ ОГНЯ

Полностью зрелые плоды. В сочной хрустящей стадии мякоть едят сырой вокруг единственной твёрдой косточки, как небольшое яблоко. Когда плод естественно сморщился на ветке, его можно есть без приготовления: он суше и напоминает по консистенции финик. Косточку не раскусывают; её не включают в пищу вместе с мякотью. Унаби удобен тем, что для сладкой еды не требуются ни варка, ни жарка, ни сахар. Молодые листья и веточки не являются подтверждённой сырой пищей в используемом видовом справочнике: их оставляют на дереве.



Унаби — детальный снимок растения

Satish Krishnamurthy · CC BY 2.0 · Источник

КАК НЕ ПЕРЕПУТАТЬ

Сходные небольшие костянки бывают у декоративных растений, однако унаби отличается листьями с тремя сильными жилками от основания, мелкими зеленоватыми цветками и коричневеющими овальными плодами. У настоящей финиковой пальмы Phoenix dactylifera нет таких листьев и ветвей: её финики образуются на пальме. Унаби индийский Ziziphus mauritiana близок по плодам, но относится к другому виду; у него иное опушение листьев и особенности роста. Если дерево без характерных листьев и цветков определить нельзя, одни коричневые плоды не являются достаточным признаком.

ИСТОЧНИКИ

- https://ucanr.edu/blog/under-solano-sun/article/jujube
- https://pfaf.org/USER/Plant.aspx?LatinName=Ziziphus+jujuba
- https://www.ars.usda.gov/arsuserfiles/20220500/onlinepollinationhandbook.pdf

Вода

Винту — ручьи, возле которых жили и брали воду

Clear creek и горные долины северной калифорниИ

В западной части современного округа Шаста тянутся лесные долины и горные склоны. Через них проходят Clear Creek, Willow Creek и другие водотоки бассейна верхней реки Сакраменто. Для народа винту эти ручьи были частью повседневной жизни: рядом стояли поселения, а вода служила для питья, приготовления пищи и других домашних занятий.

Национальная парковая служба США сохранила описание этой связи в историческом очерке «The Wintu», посвящённом землям нынешнего Whiskeytown National Recreation Area.

Поселения у ручьёв

Одно из древних поселений находилось в месте слияния Clear Creek и Willow Creek, недалеко от современного Camden House. В исторических материалах его название передано как Soo’-yeh-choo’-pus. Берега ручьёв давали жителям доступ к воде, а речные долины соединяли соседние места проживания и сбора природных ресурсов.

Ручьи были не только источником воды для питья. Вдоль Clear Creek и более крупной реки Сакраменто проходили сезонные ходы лосося. Жители винту ловили рыбу, а речная вода была частью приготовления пищи и обычного домашнего хозяйства.

Зима возле воды



Карта USGS реки Clear Creek и района Reading Bar в округе Шаста; природная география, не историческое действие винту

Изображение: United States Geological Survey (USGS). Public Domain US (USGS). Wikimedia Commons .

Очерк National Park Service отмечает, что зимой винту жили возле Clear Creek и других ручьёв этого района. Здесь были доступны водотоки и расположенные поблизости места, известные нескольким поколениям жителей.

У поселений оставались тропы к местам сбора желудей, растений и другим ресурсам. Вода ручьёв была постоянным элементом этой природной системы.

Лето в горах

Когда в низких долинах наступала сильная жара, люди поднимались выше — к Shasta Bally и другим горам. В высокогорных местах было прохладнее; там охотились и собирали сезонные растения.

Таким образом, расположение поселений и сезонных стоянок менялось в течение года. Зимой жизнь чаще была сосредоточена возле долинных ручьёв, а летом перемещалась на более высокие склоны.



Современный водопад Crystal Creek в районе Whiskeytown. Это другой ручей, не Clear Creek из статьи о винту.

Изображение: Greg Grossmeier, 2012. CC BY-SA 3.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

Знакомая речная местность

Сейчас район Clear Creek заметно отличается от прежнего. Здесь возникли дороги, водохранилище Whiskeytown и другие сооружения. Но в долинах сохранились русла и горные ручьи, знакомые по историческому описанию винту.

Важная деталь этого свидетельства проста: люди не зависели от привозной воды. Ручьи окружающей местности служили источниками для питья, приготовления пищи и повседневных нужд, а знание сезонных стоянок помогало жить и в долине, и выше в горах.

Источник: National Park Service, Whiskeytown National Recreation Area, «The Wintu» — https://www.nps.gov/whis/learn/historyculture/the-wintu.htm.

Кумеяай — как сохраняли воду в долинах при помощи камней

Традиционные rock-drop на землях campo kumeyaaY

Южная Калифорния имеет сухое лето и дождливые зимние месяцы. В небольших долинах вода после дождя проходила по руслам, унося с собой частицы почвы. Народ кумеяай знал, как изменить движение такого потока без бетонных стен и труб: в ручьях устраивали небольшие группы крупных камней.

Этот способ описан в совместном образовательном проекте Campo Kumeyaay Nation и Национального музея американских индейцев при Smithsonian. Он известен как rock-drop — каменный перепад на пути воды.

Для чего были нужны камни

Крупные камни, размещённые в русле, задерживали часть движущейся с водой почвы и помогали уменьшать размыв берегов. Вода дольше оставалась у поверхности земли. Участок около камней становился более влажным, там легче росли растения и появлялись животные.

Каменистый ручей и растительность образовывали связанную систему. Сохранение воды в почве имело значение не только для одного дождя, но и для живых участков долины, которые зависели от сезонного увлажнения.

Что известно об устройстве rock-drop

1. Выбирали участок ручья, через который проходила вода в дождливое время.

2. В русле размещали группу крупных камней. Именно камни составляли подтверждённую часть такой конструкции.

3. Во время стока каменные препятствия меняли движение воды, ослабляя вынос почвы.

4. Рядом дольше оставалась влага, благодаря которой могли расти растения. Сюда приходили птицы и другие животные.



Гранитные скалы Jacumba Mountains в регионе южнокалифорнийских кумеяай; HE rock-drop

Изображение: Nelro2. Public Domain (author release). Wikimedia Commons .

Это описание основных элементов способа, а не точная инструкция отдельного строителя. Источник не называет обязательное число камней, их размеры или последовательность укладки по одному.

Кто выбирал места

В историческом рассказе кумеяай упомянуты kuseyaay — люди, обладавшие особыми знаниями об окружающей среде. Они давали советы, в том числе о том, где располагать rock-drop. Такие решения были частью более широкого знания о дождях, руслах и растительности.

Пол Куэро-младший, представитель Campo Kumeyaay, говорил, что ограниченное количество воды требовало знаний о её сохранении. Существование этих способов не зависело от современного бурения глубоких скважин.

Вода в долине

Каменные перепады были способом управления поверхностным стоком и сохранения влаги в природной среде. Они не являлись фильтром для обеззараживания питья и не были ёмкостью для переноса воды. Их назначение было другим: оставить больше воды в самой долине.

Источник: Campo Kumeyaay Nation совместно со Smithsonian National Museum of the American Indian, «About Our Homeland», раздел Kumeyaay Environmental Management — https://americanindian.si.edu/environment/kumeyaay/Homeland.cshtml.

Камия — пустынные кумеяай, знавшие колодцы Юха

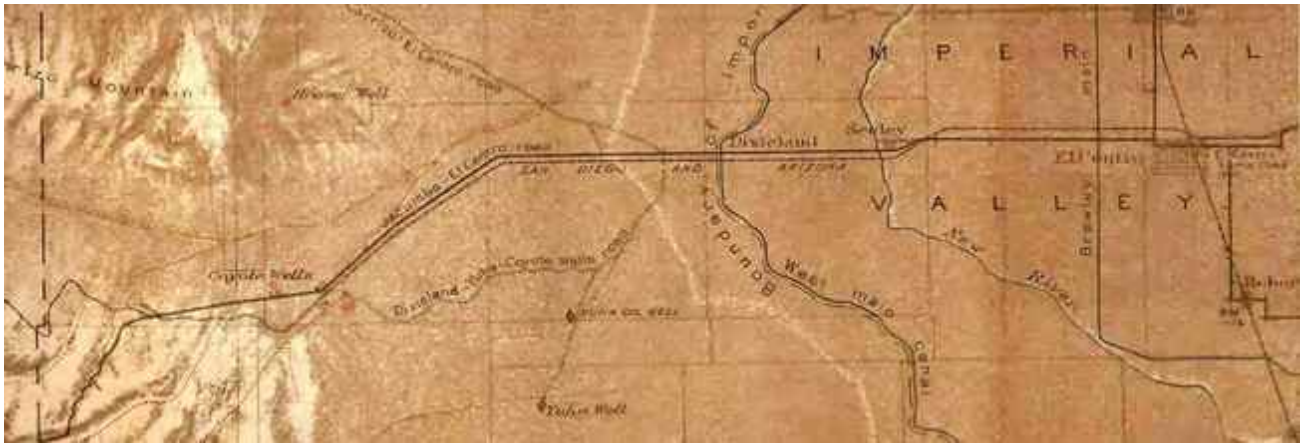
Как находили воду в песках юго-восточной калифорниИ

В засушливых землях нынешнего округа Империал жили камия — родственная кумеяай группа, связанная с долиной реки Колорадо и пустынными районами восточнее гор Сан-Диего. Их знание природных источников воды оказалось особенно важным весной 1774 года, когда через пустыню проходила экспедиция Хуана Баутисты де Ансы.

Где находилась вода. Среди песков Юха были известны колодцы, называвшиеся впоследствии Yuha Wells или Santa Rosa de las Lajas. Они находились северо-западнее горы Сигнал, в пределах сегодняшней Калифорнии. Для людей, пересекавших пустыню, это было место, к которому шли целенаправленно.

Кто пользовался источником. В исторической записи о колодцах Юха прямо сказано, что ими пользовались индейцы камия. В марте 1774 года они показали это место разведчикам Ансы.

Как получали воду. Вода не лежала открытым большим озером. Её доставали из земляных колодцев. В записи экспедиции сказано, что колодцы приходилось открывать и расчищать, чтобы набрать воду. При посещении в декабре 1775 года люди работали над доступом к воде с прибытия до следующего полудня. После этого колодцы давали воду для питья.



1920 USGS карта колодцев Юха и окружающих пустынных водных мест

Изображение: United States Geological Survey. Public domain (U.S. government). Wikimedia Commons .

Чем был важен песок. В пустыне источники могли скрываться ниже поверхности сухого русла или в песчаном грунте. Люди знали не только направление движения, но и сами места, где вода оставалась под землёй. Когда путник подходил к знакомому колодцу, воду можно было получить, раскрыв доступ к нему.

Когда. Экспедиция зафиксировала использование колодцев 8 марта 1774 года и 11–15 декабря 1775 года. Эти даты относятся к историческим посещениям, а не к единственному сезону пользования источником у камия.



Историческое место Юха — вид на гору Сигнал со стороны Santa Rosa de las Lajas

Изображение: Verdelunar. CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

Что видно на карте. На карте USGS 1920 года обозначены Yuha Wells и другие водные места пустынного округа Империал. На ней сохранилось положение колодцев в природном ландшафте Калифорнии.

Исторические источники:
• California historical marker, Yuha Well: https://nrm.dfg.ca.gov/FileHandler.ashx?DocumentID=8661
• Juan Bautista de Anza National Historic Trail, Wells of Santa Rosa / Yuha Well: https://home.nps.gov/juba/learn/historyculture/california-anza-trail-sites.htm
• «The Kumeyaay Way», сведения о соотношении камия и кумеяай: https://www.kumeyaay.info/kumeyaay_way/.

Олони и береговые мивок — плетёные ёмкости для воды

Как растительные корзины стали частью повседневной жизни у залива сан-францискО

На берегах залива Сан-Франциско и вдоль соседнего побережья издавна жили общины олони и береговых мивок. Для повседневных нужд они создавали корзины из растительного материала. Это были вещи разного назначения: одни служили для пищевых запасов, другие — для хранения воды.

В историческом обзоре National Park Service «Ohlones and Coast Miwoks» прямо отмечено изготовление корзин для пищи и воды. Такая посуда была частью жизни поселений, где материалы для плетения давала местная растительность.

Для чего нужна была ёмкость

Вода встречалась в ручьях, у родников и в других природных местах. Но к месту, где хранились запасы и жили люди, её необходимо было приносить. Для этого использовали переносимые сосуды. Корзина из природного материала могла оставаться частью домашнего хозяйства наряду с другими вещами, сделанными из растений.

В отличие от тяжёлой каменной чаши, плетёная ёмкость была подвижной. Её можно было взять с собой при перемещении между местами стоянок, хранить рядом с другими запасами или использовать в поселении.

Где жили мастера корзин

К югу от пролива Золотые Ворота располагались земли разных групп олони, вплоть до побережья Монтерея. К северу, в нынешнем округе Марин и на юге Сономы, жили общины береговых мивок. Среди мест их поселений были берега залива, прибрежные лагуны и участки у ручьёв.

Семьи пользовались постоянными и сезонными поселениями. В каждом из них плетёные вещи помогали обращаться с повседневными запасами.



Корзина мастерицы рамсен-олони Линды Ямане. Назначение как сосуда для питьевой воды этим снимком не подтверждено.

Изображение: Anza Trail National Park Service; basket by Linda Yamane. Public Domain US (федеральное фото; возможны отдельные права мастера на изделие). Wikimedia Commons .

Что сохранилось до нашего времени

Традиция плетения продолжает жить среди современных мастеров олони. Например, художница народа рамсен-олони Линда Ямане изготовила корзину, которую в 2014 году передали в Presidio Officers’ Club в Сан-Франциско. На фотографии Национальной парковой службы видна настоящая современная корзина этого народа.

Сам предмет на снимке не определён как сосуд для воды. Он позволяет увидеть существование живой традиции растительного плетения, а историческое назначение водяных корзин подтверждается отдельно — текстом National Park Service.

Плетёные водные сосуды были частью многовекового знания о растительных материалах. Исторический обзор сохраняет их назначение, хотя не описывает точную форму водяной корзины, её размеры или способ, которым отдельный мастер добивался удержания жидкости.

Исторический источник: National Park Service, «Ohlones and Coast Miwoks», раздел повседневной жизни — https://home.nps.gov/goga/learn/historyculture/ohlones-and-coast-miwoks.htm.

Чемеуэви — вода в природных каменных чашах пустыни

Tinajas и путь через мохавE

В сухой пустыне Мохаве вода не всегда находилась рядом с поселением. Путешественники знали родники, небольшие водные места и углубления в горной породе, которые после дождей удерживали воду. Такие естественные каменные резервуары на юго-западе называют tinajas.

У чемеуэви существовала сеть троп между рекой Колорадо и западными частями пустыни. Люди помнили названия водных остановок и соотносили свои переходы с доступностью воды. Некоторые источники были постоянными, другие зависели от недавних дождей.

Как каменная чаша удерживала воду

Скальные углубления образовывались естественным образом. После дождя вода стекала по камню в низкую чашу и оставалась там, пока не испарялась или не уходила через трещины.

Такая чаша отличалась от выкопанного колодца: стенки и дно здесь уже составляла твёрдая горная порода. В горных ущельях иногда находилось несколько углублений на разных уровнях.

Водные точки на дороге

Исследовательский отчёт, опирающийся на свидетельства Джорджа Лэрда и Матавиума, сохранил путь чемеуэви через пустыню. От берега Колорадо дорога шла к месту Muhunangkavikyavo’o — Owl Ear Tank. Далее упомянуты Paasa, или Piute Spring, и Tooyagah, или Rock Spring.

Каждая такая точка имела значение не сама по себе, а как часть длинного перехода. Семьи, шедшие медленнее, выбирали маршруты с меньшим расстоянием между родниками. В рассказе Матавиума отмечено, что время путешествия соотносили с количеством воды в редких источниках.



Пейзаж гор Чемеуэви, Калифорния. Не показаны ни чаша tinaja, ни родник.

Изображение: Jesse Pluim, Bureau of Land Management California. Public Domain US (federal employee). Wikimedia Commons .

Как переносили воду

Когда дорога проходила между водными местами, воду несли в сосудах. В одном из исторических свидетельств сказано, что сосуды с водой помещали в переносную корзину либо сетку.

При этом сами природные чаши не давали бесконечного запаса: каменные резервуары могли наполниться после дождей, а затем снова стать сухими. Поэтому знание их расположения и состояния было особенно важно.

Чемеуэви запоминали не только направление тропы. В памяти сохранялись собственные названия родников, резервуаров и проходов между горами. Благодаря этому пустыня состояла не из случайных точек, а из известных мест для перехода.

Исторический источник: «SES Solar One — Cultural Resources, Data Request 102» (2010), раздел о тропах чемеуэви, с. 16–17, свидетельства Matavium и George Laird — https://efiling.energy.ca.gov/GetDocument.aspx?DocumentContentId=47511&tn=55663.

Карук — как готовили холодный напиток из ягод манзаниты

Растения, вода и плетёная корзинА

В долине реки Кламат манзанита была знакомым плодовым кустарником. Её плоды собирали, сушили и сохраняли на время, когда свежего урожая уже не было. Но у карук существовал и другой способ употребления этих ягод: из них делали напиток, которому не требовались ни костёр, ни кипячение.

В изданной самим народом карук книге «Uxraah: Native Edible Berries» описаны сбор плодов, их сушка в корзинах и приготовление напитка с водой.

Сбор ягод

Плоды манзаниты растут небольшими округлыми гроздьями среди плотных вечнозелёных листьев. Созревшие плоды можно было собирать с ветвей, но исторические описания сохранили также способ стряхивания: под куст ставили корзину или расстилали ткань, а ягоды сбивали с веток.

Сушка на солнце

Собранные ягоды распределяли по плоской плетёной корзине, которая называлась muruk. Там они высыхали под солнцем. Для хранения использовали другую корзину — sípnuuk. Благодаря солнечной сушке часть урожая могла оставаться в запасе после сезона сбора.

Как получали напиток

1. Брали собранные плоды манзаниты.

2. Помещали ягоды в воду и давали воде принять их вкус.



Манзанита

Изображение: Burkhard Mücke. CC BY-SA 3.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

3. Отделяли жидкость от плодов при помощи плоской корзины-тарелки, через которую процеживали напиток.

4. Был известен и другой приём: воде позволяли проходить через слой ягод, постепенно забирая их вкус.

Получалась ягодная вода с характерным вкусом манзаниты. Огонь в этом способе не использовали.

Ягоды были связаны и с сезонным ритмом жизни. Их собирали в пору созревания, сушили в плоских корзинах, а затем брали из запаса. Для приготовления напитка подходили вода и простые растительные принадлежности, которые уже использовались в хозяйстве.

Всё приготовление происходило без огня: ягоды отдавали свой вкус воде, а плетёная корзина помогала получить готовый напиток.

Источник: Karuk Tribe, «Uxraah: Native Edible Berries» (2016), раздел «Manzanita berry» — https://nctcc.org/wp-content/uploads/2017/05/G8L2NativeEdibleBerries_booklet.pdf.

Номлаки — как пили воду из ручья ладонью

Небольшая подробность жизни в северной калифорниИ

На западной стороне долины Сакраменто жили номлаки. Их поселения находились возле ручьёв и родников, среди предгорий Береговых хребтов. О повседневном обращении с водой сохранилось необычайно точное свидетельство.

В 1951 году антрополог Уолтер Голдшмидт опубликовал «Nomlaki Ethnography». Книга основана на полевых разговорах с потомками номлаки, проведённых в 1930-х годах. В разделе о воде описано, как человек пил непосредственно возле ручья или родника.

Вода у природного источника

Для питья приходили к проточной воде или родниковому выходу. Сосуд не всегда был необходим: воду можно было поднять к губам самой рукой.

Движение руки

Человек складывал ладонь небольшой чашей, опускал её к воде и зачерпывал немного жидкости. Затем поднимал руку ко рту и пил из ладони.

Голдшмидт специально отметил одну деталь: у воды не наклоняли лицо до самой поверхности. Воду поднимали к себе, а не опускались лицом в ручей.

Этот простой приём не требовал ни глиняной миски, ни деревянного ковша, ни плетёного сосуда. Рука на несколько мгновений становилась чашей.



Современный вид на реку Сакраменто в округе Техейма; территориальный контекст статьи номлаки

Изображение: Nickdp190. CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

Когда пили воду

Источник описывает обычное питьё у ручья, но сохраняет и отдельный обычай, связанный с работой. У некоторых групп — например, отправившихся на охоту или сбор семян — питьё могли откладывать до окончания дела или до захода солнца. Это особый случай, не описание каждого повседневного посещения родника.

Где жили номлаки

Их традиционная территория лежала западнее долины реки Сакраменто, между районами Stony Creek и Cottonwood Creek. Там текли небольшие водотоки, спускавшиеся с предгорий к большой реке. Селения могли располагаться неподалёку от родников и ручьёв.

Природа давала воду, а сложенная ладонь позволяла напиться без отдельной посуды. Именно это движение, вместе с упоминанием ручьёв и родников, сохранилось в записи XX века.

Исторический источник: Walter R. Goldschmidt, «Nomlaki Ethnography» (1951), раздел Water, печатные с. 411–412 — https://digicoll.lib.berkeley.edu/record/82970.

Кавайису — водяные бутыли и особая ложка для смолы

Два предмета из истории корзиноплетения гор техачапИ

В горных поселениях кавайису в Южной Калифорнии делали не только корзины для семян, но и водяные бутыли из плотно переплетённых растительных побегов. Для таких ёмкостей требовалась особая плотность плетения, чтобы жидкость не вытекала между волокнами. В исторических источниках сохранились и сами водные сосуды, и необычный инструмент — маленькая плетёная ложка для сосновой смолы.

Исследователь Морис Зигмонд описал эту традицию в статье «Kawaiisu Basketry» (1978). Его исследование объясняет различие между корзинами для сухих материалов и сосудами, предназначенными для воды.

Плотное плетение

Основой многих плетёных рабочих предметов кавайису служили ивовые прутья. У плетёной водяной бутыли ряды переплетения делали очень тесными. В отличие от решетчатой корзины для просеивания, между волокнами старались оставлять как можно меньше открытого пространства.

Пиньоновая смола

Второй частью исторической технологии была смола пиньоновой сосны. Ею покрывали поверхность плетёного сосуда, заполняя небольшие промежутки в растительной стенке. Такой приём позволял получить более водонепроницаемую ёмкость.



Шишка пиньоновой сосны Pinus monophylla, вид Калифорнии, не смола и не смоляная ложка кавайису

Изображение: Dcrjsr, 8 Oct 2011. CC BY 3.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

Для этой работы использовался особый плетёный предмет — смоляная ложка. Музей Калифорнийского университета в Дейвисе хранит одну из таких ложек под названием san-na-que-ah-but-zy.

Как о ней узнали

Клинтон Харт Мерриам посетил поселения кавайису возле горы Пьют. В его полевых записях упоминаются водяные корзины и две смоляные ложки, которые он приобрёл. Исследователь описал их назначение: горячую сосновую смолу выливали из ложки на плетёные водяные бутыли.

Именно эта деталь отличает работу со смолой от способов обращения с водой, не требующих нагревания. Исторический предмет использовался в обработке горячим материалом.



Дерево однохвойной пиньоновой сосны Pinus monophylla с зелёными шишками; не обработка водяной бутыли

Изображение: Dcrjsr, 4 Jul 2010. CC BY-SA 3.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

Водяной сосуд и инструмент

Бутыль и смоляная ложка были разными по назначению предметами, но оба происходили из культуры растительного плетения кавайису. Бутыль предназначалась для хранения и переноски воды, а ложка служила при обработке её стенок.

Рядом с другими местными знаниями о растениях эта техника показывает, как свойства ивы и пиньоновой смолы соединялись в одном предмете повседневного хозяйства.

Источники: Maurice L. Zigmond, «Kawaiisu Basketry» (1978), с. 200–201 — https://escholarship.org/uc/item/3dw6f08j; UC Davis Department of Anthropology Museum, «Kawaiisu Resin Spoon, San-na-que-ah-but-zy» (2016) — https://anthromuseum.ucdavis.edu/news/february-5-2016-kawaiisu-resin-spoon-san-na-que-ah-zy.

Юки — как поддерживали родники в Северной Калифорнии

Вода, земля и камни на землях round valleY

В горах и долинах Северной Калифорнии юки знали места, где вода сама выходила из земли. К таким родникам приходили за питьевой водой. Некоторые источники находились не возле самого дома, а на расстоянии, которое приходилось проходить пешком.

В 1944 году антрополог Джордж Фостер опубликовал подробные записи о жизни юки, полученные во время полевых исследований. В книге «A Summary of Yuki Culture» сохранилось свидетельство о том, как люди заботились о своих водных местах.

Родник, которым пользовались жители

Родники относились к селениям юки. Люди знали их расположение и поддерживали углубления, из которых набирали воду. Хороший родник ценился высоко, а его воду предпочитали воде из реки или обычного колодца.

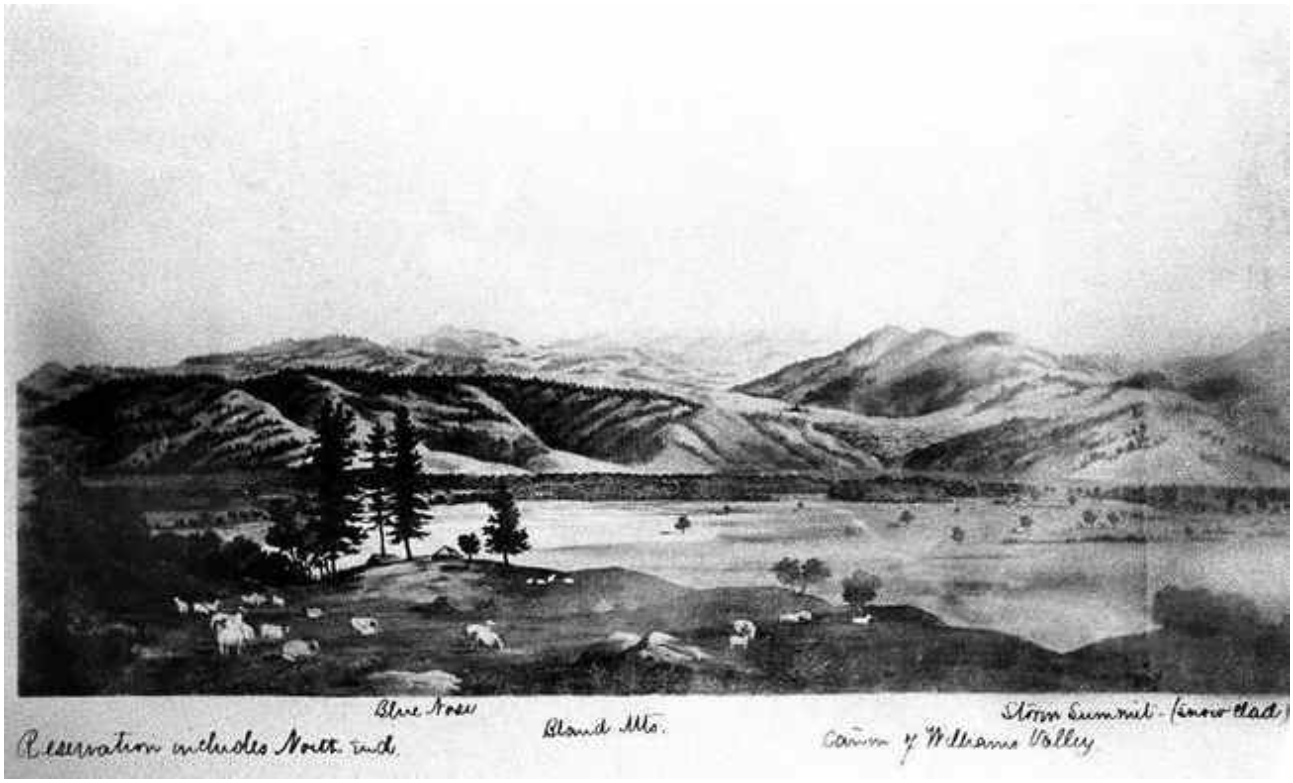
Фостер приводит рассказ, связанный с семьёй Ральфа Мура. Его отец не хотел пить воду из насоса: вместо этого он проходил примерно полмили — около 800 метров — до любимого родника. Так знакомый природный источник оставался важным и в эпоху, когда уже существовали насосы.

Что делали у источника

1. Родниковое углубление очищали от накопившегося материала, мешавшего пользоваться выходящей водой.

2. Если воды было трудно достать из-за небольшой глубины, родниковую чашу углубляли.

3. Края углубления обкладывали камнями, найденными поблизости. Каменная обкладка помогала сохранять форму небольшого водного места.



Архивная панорама Round Valley, вид со стороны юго-запада; НЕ родник юки

Изображение: Photographer unknown; archival copy, Dorothy Morehead Hill Collection CSU Chico / Indian Office. Public Domain US (US federal government label on Wikimedia Commons). Wikimedia Commons .

Получалась открытая родниковая чаша, связанная с естественным выходом воды на поверхность. Для такого способа использовали саму землю и природные камни.

Где находились родники

Рассказ относится к земле юки в северной части современного округа Мендосино, в том числе к району долины Round Valley. Здесь среди гор и лесных склонов существовали многочисленные небольшие водные места. Их расположение знали жители ближайших селений.

Сохранилась и архивная панорама Round Valley с окружающими холмами. Она показывает природный ландшафт долины, в которой жили юки.

В описании Фостера родник был не случайной лужей после дождя, а известным местом, за которым следили: расчищали, углубляли при необходимости и поддерживали каменную обкладку.

Исторический источник: George M. Foster, «A Summary of Yuki Culture» (1944), печатная с. 173 — https://digicoll.lib.berkeley.edu/record/84123/files/ucar005-004.pdf.

Юрок — родник We’itspek, из которого брали питьевую воду

Поселение weitspus у слияния кламата и тринитИ

На северо-западе Калифорнии две большие реки — Кламат и Тринити — соединяются среди лесистых гор. Возле их слияния находилось поселение юрок Weitspus. В 1920 году этнограф Томас Талбот Уотерман опубликовал подробную запись о местных названиях, домах и источниках воды. Среди этих мест он отдельно описал небольшой родник We’itspek.

Два близких названия

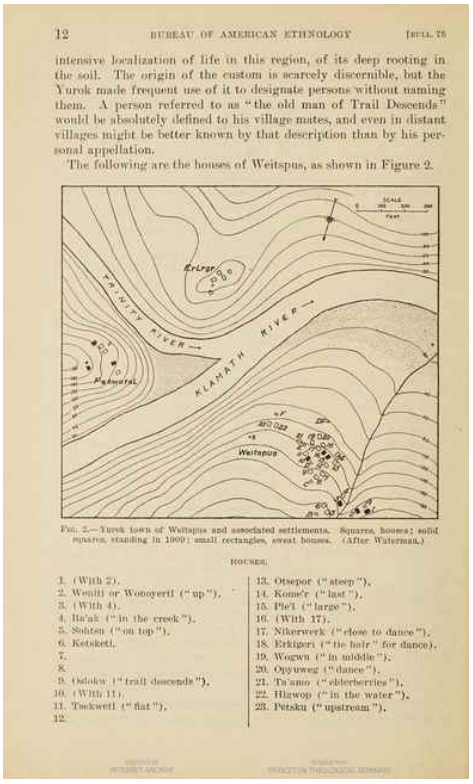
Название Weitspus относилось к поселению, а We’itspek — прежде всего к роднику рядом с ним. Уотерман отмечал, что местные жители использовали эти названия очень близко друг к другу. В исторической записи они связаны с местом слияния двух рек.

Откуда брали воду

Через поселение проходил небольшой ручей. Несмотря на его близость, прежде жители предпочитали брать питьевую воду не из него. Для этого они ходили к роднику We’itspek, расположенному чуть выше поселения по течению.

Так рядом с домами существовали разные водные места: большой речной поток, небольшой ручей и отдельный родник. В ежедневном обращении с водой жители различали эти источники и знали, куда идти именно за питьевой водой.

Расположение источника



12 BUREAU OF AMERICAN ETHNOLOGY [BULL. 78

intensive localization of life in this region, of its deep rooting in the soil. The origin of the custom is scarcely discernible, but the Yurok made frequent use of it to designate persons without naming them. A person referred to as "the old man of Trail Descends" would be absolutely defined to his village mates, and even in distant villages might be better known by that description than by his personal appellation.

The following are the houses of Weitspus, as shown in Figure 2.

FIG. 2.—Yurok town of Weitspus and associated settlements. Squares, houses; solid squares, standing in 1909; small rectangles, sweat houses. (After Waterman.)

HOUSES.

1. (With 2).
2. Wenitl or Wonoyertl ("up").
3. (With 4).
4. Ra'ak ("in the creek").
5. Sohten ("on top").
6. Ketskertl.
7.
8.
9. Oslokw ("trail descends").
10. (With 11).
11. Tsekwetl ("flat").
12.
13. Otsepor ("steep").
14. Kome'r ("last").
15. Pte'l ("large").
16. (With 17).
17. Nikerwerk ("close to dance").
18. Erkigor ("tie hair" for dance).
19. Wegwn ("in middle").
20. Opyuweg ("dance").
21. Ta'amo ("elderberries").
22. Hiawop ("in the water").
23. Petsku ("upstream").

Страница исторического исследования с картой поселения юрок Weitspus, а не фотография родника We’itspek.

Изображение: A. L. Kroeber. Public domain (1925). Wikimedia Commons .

Родник был связан с конкретным участком местности возле Weitspus. Его название сохранялось вместе с названием поселения, а источник был отмечен на исторической схеме Уотермана. Сама деревня занимала пространство по обе стороны небольшого ручья возле Кламата.

К моменту исследований Уотермана расположение части берегов уже изменилось из-за золотодобычи. Поэтому исторические карты особенно важны для понимания того, где находились водные места до этих перемен.

В книге Уотермана сохранилась одна простая подробность повседневной жизни: для питья люди выбирали известный небольшой родник, даже когда рядом с домами протекал ручей.

Исторический источник: T. T. Waterman, «Yurok Geography» (1920), печатная страница 257, пункт 21, и карта 26 — https://digicoll.lib.berkeley.edu/record/82790/files/ucp016-006.pdf. Историческая карта района Weitspus также опубликована А. Л. Крёбером в 1925 году — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Yurok_Town_of_Weitspus.jpg.

Мивок — как пили воду из плетёных ковшиков

Маленькая корзина для воды и ягодного напиткА

В центральной и северной частях Калифорнии народ мивок использовал растительные корзины самых разных размеров. Среди них были и совсем небольшие сосуды, которые легко держать в руке. Из таких корзинок пили воду и напиток из плодов манзаниты.

Этнографы Сэмюэл Барретт и Эдвард Гиффорд описали эти изделия в книге «Miwok Material Culture» 1933 года. Они сохранили местные названия, форму ковшиков, их назначение и размеры нескольких музейных экземпляров.

Из чего состоял ковшик

Ковшики делали из растительного материала методом плотного спирального плетения. Прутья или волокна соединяли в невысокий округлый сосуд с открытым верхом. Он заметно отличался от больших корзин, предназначенных для приготовления и хранения пищи.

Такой предмет можно было поднести к воде, зачерпнуть немного и поднять ко рту. Историческая запись прямо указывает, что небольшие корзины использовали для питья воды и напитка из манзаниты.

Как называли эти сосуды

У разных групп мивок были свои названия. Барретт и Гиффорд записали pulī’sa у низинных мивок, pudī’sa у северных, pūlī’ssa и sō’tonō у центральных, pūla’kka у южных.

Названия менялись от местности к местности, но описывали близкий по назначению вид маленькой плетёной посуды.

Размеры настоящих ковшиков

В музейном перечне этнографы указали ковшик северных мивок с диаметром края около 168 миллиметров. Для другого северомивокского экземпляра записана высота около 76 миллиметров.



Подлинная корзина народа мивок, созданная до 1917 года; функция питьевого ковшика НЕ подтверждена

Изображение: Daderot, photo 15 Nov 2013; basket maker unidentified. CC0 1.0 Universal (photo dedicated to public domain). Wikimedia Commons .

Были и другие размеры, однако оба примера показывают небольшую ручную посуду. Эти предметы не следует путать с большими корзинами, которые могли служить для варки еды нагретыми камнями.

Для каких напитков

Ковшик позволял пить обычную воду. Тем же предметом можно было брать напиток из манзаниты, приготовленный из плодов местного кустарника и воды. Получался универсальный небольшой сосуд для повседневного использования.

Плетёная посуда сохраняла разные формы не случайно: большие корзины подходили для запасов и приготовления пищи, а маленькие — для подачи и питья.

Что сохранилось

Ученые описали и сфотографировали настоящие ковшики мивок, несколько экземпляров которых указаны в их таблицах под музейными номерами. Кроме того, до нашего времени дошли другие корзины народа мивок — примером служит музейная корзина, изготовленная до 1917 года и хранящаяся в Oakland Museum of California.

Этот музейный предмет показывает подлинную традицию плетения мивок, хотя его назначение именно для питья воды не установлено. О самих водяных ковшиках рассказывает этнографическая запись.

Исторический источник: S. A. Barrett и E. W. Gifford, «Miwok Material Culture» (1933), раздел «Techniques», описание ковшиков, табличные номера и размеры — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/techniques.html.

Кауилья — ступенчатые колодцы temakawomal

Как в пустыне добирались до воды под землёй

Среди сухих долин Южной Калифорнии кауилья знали места, где вода сохранялась даже тогда, когда русла ручьёв высыхали. В одних местах она выходила на поверхность природным родником. В других к воде приходилось спускаться сквозь землю.

Пустынные кауилья называли такие колодцы temakawomal — «земляная олла». Это название сохранилось в истории племени Augustine Band of Cahuilla Indians. Их колодцы отличались от узкой современной скважины: широкий земляной спуск уходил вниз последовательными ступенями. Человек мог подойти к воде ногами, не пользуясь длинным черпаком на верёвке.

Как был устроен temakawomal

1. Место для колодца находили там, где под сухой поверхностью земли оставалась подземная вода.

2. В грунте выкапывали открытое углубление со ступенями. По этим земляным ступеням человек спускался ниже уровня окружающей пустыни.

3. В нижней части путь приводил к воде. Её можно было набрать прямо у места выхода на поверхность.

4. Если уровень подземной воды опускался, спуск продолжали глубже. Земляные ступени удлиняли доступ к воде, не меняя самого природного источника.



Подлинный колодец народа кауилья в Martinez, Калифорния, около 1903 года

Изображение: C. C. Pierce (1861–1946). Public domain US (pre-1930). Wikimedia Commons .

Открытое устройство имело ещё одну особенность. По рассказу племени, такие колодцы давали возможность пить и животным. Для людей пустынных поселений это были известные, постоянно посещаемые водные места.

Где находились колодцы. Поселения кауилья в долине Коачелла располагались возле ручьёв, родников и участков, где подземная вода была доступна через грунт. Иногда напор воды сам поднимал её на поверхность. Там, где этого не происходило, люди устраивали земляные спуски.

На исторической фотографии Чарльза Честера Пирса около 1903 года сохранился колодец кауилья у местности Martinez. На снимке видны земляной край, небольшое углубление и густая растительность вокруг водного места.

Вода и сама земля составляли здесь одно сооружение: стенами служил грунт, лестницей — вырытые ступени, а источником оставалась подземная вода пустыни.

Источники: Augustine Band of Cahuilla Indians, «History & Heritage», раздел «Water Wells» — https://tribe.augustinetribe-nsn.gov/history-heritage/. Историческое фото: Charles C. Pierce, CHS-2310 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Indian_well_at_Martinez,_showing_the_heavy_vegetation_around_it,_ca.1903_(CHS-2310).jpg.

Кауилья — как делали сладкий напиток из мескита

Menyikish pishpakhatem, долина коачеллА

В жаркой долине Коачелла мескит рос возле поселений пустынных кауилья. Эти деревья узнавали по мелким парным листочкам, светлым длинным соцветиям и стручкам, которые созревали летом. Мескит давал еду, которую можно было приготовить без костра: спелые плоды ели свежими, а из них самих и воды получали сладкий напиток.

Народ Augustine Band of Cahuilla Indians сохранил его название — menyikish pishpakhatem. В племенной истории говорится, что этот напиток особенно любили дети.

Как собирали мескит

Цветки появлялись в июне. В июле и августе на деревьях созревали длинные стручки. Именно в сезон плодов кауилья собирали сладкий урожай: его ели сразу, сушили для запасов или превращали в напиток.

Как делали напиток из стручков

1. Собирали плоды медового мескита, достигшие зрелости.

2. Стручки разминали, чтобы получить из них сладкую массу.

3. Размятые плоды смешивали с водой. Вода соединялась со сладким содержимым стручков и становилась густоватым напитком.



Стручки медового мескита (Joshua Tree, Oasis of Mara)

Изображение: Robb Hannawacker / Joshua Tree NPS. Public Domain US (NPS government work). Wikimedia Commons .

4. Напиток пили свежим. Для этого способа не требовались огонь и варка.

У этой же традиции был второй напиток — из цветков дерева. Собранные соцветия высушивали на солнце, а затем помещали в воду. Получалась освежающая жидкость с растительным вкусом, также без нагревания.

Мескит был тесно связан с поселениями пустынных кауилья. В исторических рассказах исследователей многие деревни находились возле густых мескитовых зарослей. Люди знали, когда на этих деревьях появятся цветки, а когда начнут созревать плоды.

На фотографии, сделанной в оазисе Мара национального парка Джошуа-Три, можно увидеть длинные стручки медового мескита среди листьев. Так выглядит растительный материал, из которого кауилья готовили menyikish.

Племенной источник: Augustine Band of Cahuilla Indians, «History & Heritage», раздел «The Honey Mesquite Bean» — https://tribe.augustinetribe-nsn.gov/history-heritage/. Фотография: Robb Hannawacker, Joshua Tree National Park, 2007 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Honey_Mesquite_(Prosopis_glandulosa)_beans;_Oasis_of_Mara.jpg.

Кауилья — плетёные корзины nčat, в которых переносили воду

Природные сосуды пустынной калифорниИ

В пустыне Коачелла вода была частью жизни каждого поселения кауилья. Её брали из известных родников и земляных колодцев. Для переноса воды люди умели делать ёмкости из одних растений: сплетённые стебли и волокна образовывали прочные стенки корзины.

Племя Augustine Band of Cahuilla Indians сохранило название nčat — корзина. Мастерицы делали разные по размеру плетёные предметы. Одни служили для сбора семян и плодов, другие использовали в доме. Некоторые корзины имели настолько плотные стенки, что в них можно было переносить воду.

Из чего плели

Для корзин брали природные травяные стебли и прочные растительные полоски. В историческом описании Дэвида Барроуза (1900) основа спирального ряда состояла из узкого пучка травы. Рабочую полоску получали, в частности, из стеблей ситника или тонко расщеплённых ветвей сумаха. Никакого искусственного материала для такого полотна не требовалось.

Как соединяли растительные ряды

1. Из нескольких травяных стеблей собирали узкий длинный пучок — основу первого ряда.

2. Более тонкой растительной полоской плотно обвивали этот пучок, постепенно закручивая его по спирали.

3. Рабочую полоску проводили через соседний нижний ряд, затем снова оборачивали вокруг верхнего пучка. При каждом таком проходе два ряда соединялись.

4. Каждый виток подтягивали. Соседние ряды прилегали один к другому всё плотнее, а стенка корзины постепенно поднималась.



Мария Лос-Анджелес плетёт незавершённую корзину кауилья

Изображение: George Wharton James, CHS-3825. Public domain US. Wikimedia Commons .

5. Продолжая спираль, получали корзину нужной глубины. В тонком плетении кауилья на один дюйм — около 2,5 сантиметра — приходилось пять–семь спиральных рядов.

Это способ спирального плетения, описанный наблюдателем в кауильяских поселениях. Возможность переносить воду в особенно плотных корзинах отдельно сохраняется в истории самого племени Augustine.

Как пользовались

Набрав воду у родника или колодца, её переносили к месту стоянки в плетёном сосуде. У воды были и другие природные ёмкости: на землях пустынных кауилья существовали ступенчатые колодцы temakawomal, откуда можно было брать воду для повседневных нужд.

Историческая фотография

Около 1900 года Джордж Уортон Джеймс сфотографировал мастерицу кауилья Марию Лос-Анджелес за плетением корзины. На снимке виден незаконченный растительный предмет в её руках и заготовленные материалы рядом.

Источники:
• Augustine Band of Cahuilla Indians, «History & Heritage», Basket-Makers — https://tribe.augustinetribe-nsn.gov/history-heritage/
• David Prescott Barrows, «The Ethno-Botany of the Coahuilla Indians of Southern California» (1900), «Baskets and Basket-Making», с. 42–44 — https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/d/d1/The_ethno-botany_of_the_Coahuilla_Indians_of_Southern_California_%28IA_ethnobotany00barrrich%29.pdf.

Тачи-йокуты — водяная бутыль ah’ch из tule

Подлинный сосуд 1903 года с берегов озера тулареE

5 июня 1903 года Клинтон Харт Мерриам приобрёл у женщины народа тачи-йокутов водяную бутыль, которую она изготовила из растительного материала. Женщина жила в доме из tule у поселения примерно в семи милях к юго-востоку от Лемура в Центральной Калифорнии. В полевых записях исследователь указал название сосуда — ah’ts или ah’ch.

Этот предмет сохранился. Сейчас он находится в антропологическом музее Калифорнийского университета в Дейвисе под инвентарным номером CHM 873. Научное описание позволяет узнать не только размеры бутыли, но и особенности её плотного растительного плетения.

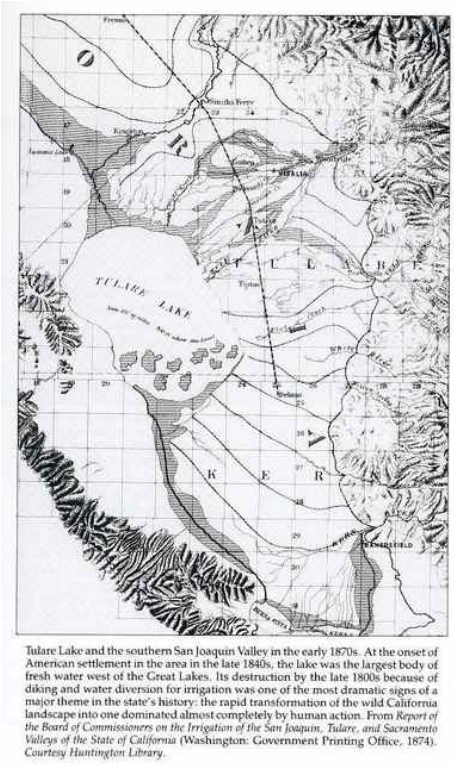
Размеры и форма

Высота музейного сосуда — около 25 сантиметров, диаметр — приблизительно 19,5 сантиметра. Он имеет округлое тулово и сравнительно узкое горлышко. В отличие от большой открытой корзины, такая форма удобна для переноски жидкости.

Из чего изготовлена бутыль

Основным растительным материалом служило tule, росшее в заболоченных участках долины. Музей описывает жёсткое переплетение: нити, которыми связывали растительную основу, проходят под наклоном. Стенки получались достаточно плотными, чтобы сосуд сохранял форму.

Важна особенность именно этого сохранившегося экземпляра: **на нём нет покрытия из сосновой смолы**.



Историческая карта озера Туларе и рек; география поселений тачи, НЕ изображение дома или строительства

Изображение: Board of Commissioners on Irrigation of San Joaquin, Tulare, Sacramento Valleys / US Government Printing Office. Public Domain (1874, U.S. Government Printing Office). Wikimedia Commons .

Как водяные бутыли удерживали жидкость

У тачи и других равнинных йокутов существовали разные способы уменьшить протекание плетёных сосудов. Музей описывает два варианта.

Первый основан на свойствах tule: сосуд насыщали водой, растительные части набухали, промежутки между ними становились меньше.

Во втором случае поверхность бутыли покрывали сосновой смолой, которая заполняла отверстия между волокнами. Однако такой приём не следует приписывать каждому предмету: сохранившаяся бутыль CHM 873 смоляного покрытия не имеет.

Для чего ещё служила бутыль



Стебли Schoenoplectus acutus в калифорнийском заповеднике: пример растения tule, не спальная циновка и не водяная бутыль тачи

Изображение: Gordon Leppig and Andrea J. Pickart, U.S. Fish & Wildlife Service. Public Domain US, federal USFWS work. Wikimedia Commons .

Музей отмечает, что такие сосуды без смоляной обмазки иногда использовали также для семян. Поэтому найденный предмет рассказывает сразу о двух возможностях растительной посуды: хранении сухого запаса и удержании воды в плетёном вместилище.

Традиция у озера Туларе

Долина вокруг озера давала много tule и других растений для плетения. Из них делали большие циновки, покрытия домов, корзины и водяные бутыли. Все эти предметы имели разную форму, но использовали знание о гибкости и прочности растительных волокон.

Подлинный сосуд, приобретённый в июне 1903 года, сохранил конкретную форму, размер и старое название ah’ch — редкую возможность сопоставить исторический рассказ с реальным предметом.

Источники: UC Davis Department of Anthropology Museum, «Tachi Yokuts Waterbottle» (2015) — https://anthromuseum.ucdavis.edu/news/july-16-2015-tachi-yokuts-waterbottle; C. Hart Merriam, «Field Work Among Yokuts Tribes, 1902–1904», запись 1903 года — https://digicoll.lib.berkeley.edu/record/84252.

Чемеуэви — как защищали маленькие родники в пустыне

Камни над выходом воды и переноска сосудов по тропаМ

В пустыне Мохаве человеку было важно знать не только расположение крупных рек, но и небольшие выходы подземной воды. Чемеуэви запоминали родники и сезонные водные места, проходили между ними по известным тропам и передавали эти знания следующим поколениям.

В историко-этнографическом исследовании, представленном в California Energy Commission в 2010 году, сохранились сведения о том, как чемеуэви обращались с небольшими природными источниками. Эти материалы основаны на исследованиях Кэтрин Фаулер и записях исторических рассказов.

Камни над маленьким родником

Некоторые небольшие родники временами закрывали камнями. По объяснению, приведённому в источнике, так защищали воду от вмешательства животных и других людей.

Речь идёт именно о прикрытии природного выхода воды, а не о постройке большого колодца. В исследовании не приводятся размеры камней, количество слоёв или схема укладки. Важна сама историческая деталь: маленькие источники могли беречь, закрывая их тем материалом, который находился рядом.

Где проходили водные дороги



Небольшой природный родник на маршруте Rock Springs Loop в Мохаве, не подтверждённый каменный заслон чемеуэви

Изображение: National Park Service NPGallery photographer not specified. Public Domain US (NPS employee official work). Wikimedia Commons .

Дорожная сеть чемеуэви соединяла реку Колорадо с родниками и каменными водными местами в горах Мохаве. Некоторые источники удерживали воду постоянно, другие зависели от прошедших дождей.

Семьи, передвигавшиеся медленно, выбирали путь с более близкими друг к другу водными остановками. Быстрые гонцы могли пройти более прямой дорогой, на которой расстояние между родниками было больше.

Как переносили воду

В рассказе Матавиума сохранилось описание водяных сосудов: их переносили внутри корзины для ноши или в переносной сетке. Эти вещи помогали перемещать запас воды от одного источника к следующему.

Приходя к очередному водному месту, путешественники учитывали оставшуюся дорогу. Планировать переход было особенно важно там, где сезонный резервуар мог высохнуть между дождями.

Кто отправлялся к источникам



Пейзаж гор Чемеуэви, Калифорния. Не показаны ни чаша tinaja, ни родник.

Изображение: Jesse Pluim, Bureau of Land Management California. Public Domain US (federal employee). Wikimedia Commons .

Историческое исследование также сообщает, что женщины, обученные разведке местности и движению по дорогам, могли отправляться за водой к удалённым родникам во время переходов. Знание дороги было частью повседневной подготовки путешественников.

Чем отличалась защита источника от хранения воды

Закрытый камнями родник оставался природным водным местом. Водяной сосуд, напротив, позволял унести часть воды с собой. Это два разных приёма, которые сочетались в долгих путешествиях через пустыню.

Исторический источник: «SES Solar One — Cultural Resources, Data Request 102», 2010 год, раздел о водных местах и тропах чемеуэви, ссылающийся на Fowler (2004), Laird (1976) и Matavium — https://efiling.energy.ca.gov/GetDocument.aspx?DocumentContentId=47511&tn=55663.

Укрытия

Кумеяай — как строили купольное жилище e’waa

Ива, tule и растительные связки в южной калифорниИ

На землях кумеяай в Южной Калифорнии строили жилища с округлой крышей и низким входом. Один из таких домов назывался e’waa. Его форма создавалась не тяжёлыми брёвнами, а длинными гибкими ветвями, которые изгибали навстречу друг другу. Поверх каркаса укладывали растительное покрытие.

Для дождливой погоды особенно подходили стебли tule — болотных растений, которые росли у пресной воды. Сухие стебли пропускали воздух между волокнами, а при намокании набухали, делая наружный слой плотнее.

Из чего состоял дом

Ива. Длинные гибкие ветви составляли основу купола. Они образовывали стойки и изгибались внутрь, соединяясь в верхней части жилища.

Растительные связки. Из волокон юкки или агавы получали прочные шнуры, которыми соединяли жерди и привязывали наружное покрытие.

Tule. Длинные болотные стебли собирали, высушивали и связывали в пучки. В дождливое время ими закрывали каркас, постепенно создавая плотную кровлю.

Камни. Их раскладывали вокруг внешнего края жилища. Такое кольцо затрудняло проникновение мелких животных внутрь.



Женщина кумеяай у дома в Кампо, фото опубликовано в 1926 году

Изображение: Edward S. Curtis. Public domain (US). Wikimedia Commons .

Как складывался купол

1. Для жилища выбирали площадку и намечали округлое основание. По этому кругу располагали длинные ивовые ветви.

2. Нижние концы ветвей закрепляли в грунте. Ветви изгибали внутрь, чтобы над серединой площадки возникла округлая форма.

3. Верхние части каркаса соединяли растительными шнурами. Дополнительные поперечные ветви связывали основные дуги.

4. Собирали стебли tule и давали им высохнуть. Затем связывали стебли в пучки, удобные для крепления к каркасу.

5. Пучки постепенно привязывали к наружным дугам, закрывая боковые части и верх дома. Для входа оставляли отдельный проём.



Открытый каркас реконструированного жилища кумеяай, 2006 год; не процесс установки дуг или готовая кровля.

Изображение: sdpitbull. CC BY 2.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

6. Вокруг нижнего края укладывали камни. В некоторых жилищах нижнюю часть стен дополнительно уплотняли землёй и глиной.

7. Внутри на земляном полу расстилали циновки из tule. Они служили местом для сидения и сна.

В зависимости от местности и времени года покрытие могло отличаться. При сухой погоде использовали также рыхлый кустарник, а там, где нужен был более плотный слой от дождя, выбирали tule.

В историческом альбоме Эдварда Кёртиса, опубликованном в 1926 году, сохранилась фотография женщины кумеяай возле дома в Кампо. На снимке видна форма готового жилища и растительное покрытие. Современная фотография Kumeyaay Home 2006 года позволяет рассмотреть другой пример этого вида постройки.

Источники: Kumeyaay Diegueño Land Conservancy / Sycuan Band of the Kumeyaay Nation, «Learning Landscapes», раздел об e’waa — https://www.parks.ca.gov/pages/663/files/LearningLandscapes_Edited_20201120v1c%20REMEDIATED.pdf; «A Teacher’s Guide to Historical and Contemporary Kumeyaay Culture», раздел 1.5 Shelter — https://mtrp.org/wp-content/uploads/2024/08/kumeyaay_teachers_guide.pdf.

Кавайису — зимний дом tomo kahni, который защищал от дождя

Горы техачапи, южная калифорниЯ

Кавайису строили зимние дома tomo kahni из растений и камней. У дома была округлая основа, а ветви сходились наверху в купол, напоминающий перевёрнутую корзину. Наружные слои кустарников, коры и tule закрывали промежутки между жердями. Перед входом висела растительная циновка. Внутри люди спали, направив ноги к середине жилища.

Что использовали. Ивовые или можжевеловые жерди для каркаса; более тонкие ветки для внутренней и наружной обвязки; пучки кустарников; большие куски коры или циновки из tule; природные камни для кольца у основания и отдельную циновку для входа. В историческом описании такого дома не нужны металлические крепления: элементы соединялись растительными материалами.

Как строили tomo kahni — последовательность

1. Основание. Подбирали место для круглого зимнего жилища. По очертанию будущего дома размещали нижние концы крепких ветвей и жердей. На одном из описанных поселений отдельные дома были примерно 12–15 футов в поперечнике.

2. Каркас. Ивовые либо можжевеловые жерди направляли наверх, соединяя их друг с другом. Получалась округлая, сужающаяся кверху форма. Связки из гибких веток удерживали элементы вместе.

3. Поперечные ветки. Более тонкие ветви привязывали и снаружи, и изнутри основных жердей. Так каркас становился объёмным, а между двумя веточными слоями оставались промежутки для растительного заполнения.



Горы Техачапи — природный ландшафт региона кавайису; фотография НЕ дома tomo kahni

Изображение: Chevy111. CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

4. Кустарниковая масса. В промежутки между ветвями закладывали связки кустарников, заполняя просветы. Получалась толстая стенка, уже состоявшая целиком из местных растений.

5. Покрытие от дождя. На наружный кустарниковый слой укладывали кору либо полотна из tule — длинных болотных стеблей. Они закрывали ветки и составляли дополнительную кровлю. Такое покрытие в описании tomo kahni прямо названо способом сделать жилище плотным под дождём.

6. Каменное кольцо. По основанию располагали природные камни. Кольцо удерживало нижние края постройки, когда дул сильный ветер.

7. Вход. С одной стороны оставляли проём; его закрывали подвешенной циновкой. Её можно было отодвинуть, чтобы войти внутрь, а затем снова опустить.



Природные стебли tule в Sonoma County, один из видов кровельных и циновочных растений

Изображение: Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

Где и как спали. В середине жилища находился небольшой очаг, окружённый камнями; наверху оставляли отверстие для выхода дыма. Люди располагались на полу ногами к середине, в сторону очага. В холодный сезон пользовались покрывалами из кроличьих шкур, в которые заворачивались на ночь.

Когда использовали. Tomo kahni был зимним домом. Летом кавайису перемещались на более высокие, прохладные участки своей территории и устраивали другие постройки, в том числе открытые теневые навесы hava kahni. В коротких стоянках были известны простые веточные ветровые экраны.

Зимний tomo kahni отличался от летнего навеса прежде всего толстым растительным покрытием и замкнутой формой. У него были отдельные слои каркаса, ветвей, кустарника, коры или tule — все из природных материалов.

Источники:
California State Parks, «The Kawaiisu Culture» — https://www.parks.ca.gov/?page_id=24579
California State Parks, «Tomo-Kahni: Kid’s Page», раздел Shelter / Clothing and Rabbit Skin Blankets — https://www.parks.ca.gov/?page_id=24583

Береговые мивок — как строили жилище kotcha из ивы и tule

Побережье марина и южной сономЫ

У береговых мивок небольшое семейное жилище называлось kotcha. Оно закрывало людей от непогоды и служило местом для сна. Материал дома зависел от того, что росло поблизости. Там, где были доступны крупные секвойи, использовали широкие полосы коры. В районах мыса Пойнт-Рейес, где секвойной коры могло не оказаться, строили дома из ивовых жердей и болотного растения tule.

Каркас из ивы

Для основы собирали длинные жерди ивы. Из них составляли каркас небольшого жилища. С жердей снимали кору, а соединения закрепляли растительными связками. Так получалась основа, которую можно было покрыть длинными болотными стеблями.

Сбор tule

Tule рос у воды, на болотистых участках и вдоль мелководных берегов. Его длинные стебли собирали в ближайших болотах и переносили к строящемуся дому. На готовом каркасе они превращались в наружное покрытие от ветра и дождя.

Как складывался kotcha

1. Подбирали место для небольшого семейного жилища и определяли пространство, которое требовалось закрыть кровлей.

2. Из ивовых жердей составляли каркас, задающий форму будущего дома.

3. Снимали с жердей кору и связывали их между собой.

4. Собранные в болотах стебли tule укладывали на каркас, постепенно закрывая стенки.



Реконструированные жилища береговых мивок, Olompali State Historic Park. Показан общий вид, не строительство kotcha из tule.

Изображение: Sarah Stierch (Missvain). CC0 1.0. Wikimedia Commons .

5. Растительный покров делали плотным. Для защиты от зимних дождей его толщина местами достигала двух футов — примерно 60 сантиметров.

6. В покрытии оставляли вход, через который можно было попасть внутрь.

7. Внутреннее пространство оставалось местом ночного отдыха. В домах kotcha береговых мивок известны слегка углублённые земляные полы, укрытые плетёными циновками из tule и шкурами.

Другой вариант — дом из коры

В прибрежных лесах мивок строили также kotcha с каркасом из крепких жердей дугласовой пихты. Эти жерди связывали лианами, а наружные стены и кровлю закрывали крупными полосами коры секвойи. Внутри на земляном полу расстилали мягкие циновки и шкуры.

Форма жилища оставалась связана с природой вокруг поселения: ива и tule в заболоченной местности, кора и прочные древесные жерди в лесу.

В государственном историческом парке Olompali можно увидеть восстановленные жилища береговых мивок, покрытые растительным материалом. Их современная фотография позволяет рассмотреть силуэт и наружный слой tule.

Исторический источник: National Park Service, «Guide to the Miwok Village: Kule Loklo», разделы «Tule House» и «Redwood Bark House» — https://npshistory.com/publications/pore/brochures/miwok-village.pdf. Фотография: Sarah Stierch, Olompali State Historic Park, 2016 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Miwok_dwellings.jpg.

Сьерра-мивок — конический дом из коровых плит без центрального столба

Umū'tca, сьерра-невадА

В горных районах Калифорнии мивок строили конические жилища из больших плит древесной коры. Для одного из таких домов сохранилось название umū'tca. Его особенность — сама кора могла одновременно служить стеной и крышей: большие куски ставили наклонно друг к другу, и они удерживали форму без центральной жерди.

Главный материал. В этнографии Барретта и Гиффорда особо названа кора калифорнийского калоцедруса — incense cedar, современное научное имя Calocedrus decurrens. В разных высотных районах использовали также кору сосен и гигантской секвойи. Кору снимали с уже мёртвых деревьев: крупные отделившиеся пласты давали готовые природные плиты.

Как выглядел дом. Это был конус с округлым земляным полом. Для горных жилищ этнографы приводят диаметр приблизительно 8–15 футов — 2,4–4,6 метра. Вход находился прямо в наклонной стене. Иногда внутреннюю поверхность дополняли сосновой хвоей, а нижнюю часть снаружи присыпали землёй.

Как складывали дом.

1. Плиты коры. Подбирали длинные широкие куски древесной коры, достаточно плотные, чтобы они могли стоять наклонно. Особенно ценились большие пласты калоцедруса с толстой волокнистой корой.

2. Круг на земле. Пространство будущего дома имело округлую форму. Большие плиты располагали по его краю, оставляя свободное место там, где предполагался вход.



Реконструкция корового жилища горных мивок, Yosemite Village

Изображение: Almonroth. CC BY-SA 3.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

3. Первый конус. Каждую плиту наклоняли верхним концом к середине будущего дома. Верхние части опирались друг на друга. Так образовывался самонесущий конус без отдельного каркаса и центрального столба.

4. Перекрытие щелей. На соединения между первыми плитами накладывали новые куски коры. Следующие слои закрывали промежутки между предыдущими. По историческому описанию, в местах стыков получалось три-четыре толщины коры. Именно нахлёст делал покрытие плотным под дождём.

5. Входная плита. В одной наклонной стороне оставляли отверстие для входа. Перед ним держали отдельный большой кусок коры. Когда нужно было закрыть проём, плиту прислоняли к нему; особого дверного каркаса не было.

6. Нижняя часть. В некоторых вариантах вокруг основания насыпали землю. Нижний край коры оказывался окружён земляным валиком. Внутри земляной пол мог оставаться открытым либо покрываться подстилкой.



Историческая фотография: мивок рядом с жилищем из коры

Изображение: Eadweard Muybridge. Public domain (pre-1931). Wikimedia Commons .

7. Постель на полу. Для сна мивок насыпали сосновую хвою, поверх которой расстилали циновки или шкуры. Иногда небольшая кучка хвои служила подушкой. Так природные материалы использовали и для самой кровли, и для места сна.

Отличие от веточного жилища. У мивок существовал и другой дом: конический каркас из жердей покрывали травой, кустарником либо tule, укладывая растительность рядами и привязывая её лозой дикого винограда. У дома из больших коровых плит такой каркас и привязка не были обязательны.

В деревне Yosemite Village сегодня можно увидеть реконструкцию подобного корового жилища. На исторической фотографии Эдварда Майбриджа 1872 года мивок находятся рядом с сооружением из коры у реки Мерсед.

Исторический источник: S. A. Barrett & E. W. Gifford, «Miwok Material Culture», раздел Dwellings (1933) — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/dwellings.html.

Центральные мивок — переносное жилище tcaama

Как циновки из tule превращались в конический доМ

В предгорьях Сьерра-Невады центральные мивок знали особый вид переносного жилища — tcaama. В отличие от домов из тяжёлых коровых плит, у этого дома основными переносимыми частями были циновки из болотного растения tule. Отдельная циновка закрывала вход.

Об устройстве tcaama известно благодаря этнографическому описанию Сэмюэла Барретта и Эдварда Гиффорда, опубликованному в 1933 году. Исследователи записали название дома, его

форму, материалы и важную особенность: циновки были закреплены на палках, чтобы их можно было свернуть и унести.

Материалы

Tule — собирательное название длинностебельных болотных растений, из которых делали большие гибкие циновки. Эти полотна были не просто подстилкой: ими закрывали боковые стороны дома.

Палки — часть крепления циновок. Они помогали сворачивать растительные полотна и переносить их. Точное число палок и схема их соединения в источнике не названы.

Циновка для входа — отдельное полотнище из tule, которым закрывали проём.

Устройство переносного дома

1. Дом имел коническую форму. Его внешнее покрытие составляли циновки из tule.

2. Полотна были соединены с палками, так что каждая часть могла превращаться в переносимый свёрток.



Природные стебли tule в Sonoma County, один из видов кровельных и циновочных растений

Изображение: Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

3. В боковой поверхности конуса оставляли вход и закрывали его отдельной циновкой.

4. Когда жилище переносили, растительные полотна можно было свернуть вместе с прикреплёнными к ним палками, а затем развернуть на следующей стоянке.

Именно возможность сворачивать части покрытия отличала tcaama от дома, который приходилось каждый раз строить заново из крупных неподвижных материалов.

Где использовали tcaama

Барретт и Гиффорд связывали это жилище с центральными мивок и с местностью ниже 1500 футов над уровнем моря — примерно 460 метров. Это предгорные и низинные районы, где встречались подходящие болотные растения.

У мивок существовали и другие формы летних укрытий: открытые навесы из ветвей и травы, а в горных лесах — конические дома из коры. Однако tcaama отличалось именно покрытием из сворачиваемых циновок и циновочной дверью.

Исторический источник: S. A. Barrett и E. W. Gifford, «Miwok Material Culture» (1933), раздел Dwellings — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/dwellings.html.

Пайомкавичум — три дома kíicha из ивы, коры и tule

Народ луисеньо, долина темекула и горы южной калифорниИ

Племя Pechanga сохраняет описание традиционных домов пайомкавичум (луисеньо). Их называли kíicha. Эти жилища служили прежде всего местом сна и укрытием в непогоду. Большую часть других повседневных дел выполняли снаружи. Дома могли быть округлыми, купольными или коническими, но их устройство различалось по растениям, которые росли вокруг: ива, кора кедра или болотный tule.

Сколько строили. В опубликованном племенном описании говорится, что новое kíicha обычно занимало несколько дней. Когда дом изнашивался, его ремонтировали, поэтому хорошо устроенное жилище могло служить годами.

Первый тип — Şaxáatal kíicha, дом из ивы

В долине Темекула ива росла у водотоков и была обычным строительным материалом. Ивовые дома сооружали с двойным каркасом из ивовых ветвей.

1. Основание. Для такого дома выкапывали неглубокое круглое углубление примерно на один-два фута — около 30–60 сантиметров. Так выравнивали земляной пол.

2. Двойной каркас. Из ивовых прутьев формировали два ряда опор. Между ними оставалось пространство, куда можно было укладывать более мелкие ветки.

3. Заполнение. В промежутки между двумя слоями каркаса плотно закладывали ивовые ветви и прутья вместе с листьями. Так образовывалась растительная стена.



Один из видов калифорнийской ивы — пример гибких ветвей, использовавшихся для каркасов; НЕ фото дома kíicha

Изображение: Jim Morefield. CC BY-SA 2.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

4. Кровля и место. Ивовые дома часто располагали на небольших склонах, где дождевая вода стекала вниз по местности. Сама форма дома оставалась округлой.

Второй тип — ’éesatal kíicha, дом из кедровой коры

В горах пайомкавичум использовали крупные плиты кедровой коры, которые снимали с мёртвых деревьев. Такие дома также ставили над неглубоким круглым углублением, но в отличие от ивового дома кровля состояла из широких древесных плит.

1. Вертикальные стойки. Над основанием ставили каркас из жердей, которые поддерживали коровые плиты.

2. Первый слой. Широкие плиты кедровой коры укладывали по каркасу.



Кора калоцедруса (Calocedrus decurrens) крупным планом — пример природного материала, а не способ сборки конкретного жилища.

Изображение: Gmihail. CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

3. Перекрытие. Сверху накладывали следующие плиты, перекрывая стыки. В племенном описании названы три-четыре слоя коры. Такое перекрытие защищало от ветра, дождя и снега.

Третий тип — Pivéesatal kíicha, дом из tule

Там, где рядом были озёра и реки, собирали длинные болотные стебли tule. Для такого дома ивовый каркас покрывали свежими стеблями tule.

1. Ивовая основа. Из гибких ветвей создавали форму жилища.

2. Свежий tule. Длинные зелёные стебли сгибали, укладывали поверх основы и связывали с каркасом.

3. Кровля. Соединённые стебли образовывали наружный слой, отталкивавший дождевую воду. Такой дом особенно использовали весной и летом: внутри было прохладнее в жаркие дни.



Природные стебли tule в Sonoma County, один из видов кровельных и циновочных растений

Изображение: Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

Как спали во всех трёх домах

Пол закрывали растительными циновками из juncus или tule. В качестве дополнительного покрытия пользовались мехом и шкурами. Вход делали из циновки или шкуры: закрывающая часть находилась в проёме и отводилась при входе.

Три вида kíicha показывают разные решения для одной задачи. Возле ручьёв дом получался ивовым, в горах — с многослойной кедровой крышей, а у озёр — с покрытием из гибкого tule.

Племенной источник: Pechanga Band of Indians, «Traditional Homes» — https://www.pechanga-nsn.gov/index.php/culture/customs-and-traditions/traditional-homes.

Мивок — летняя тень из жердей, травы и ветвей

Открытые навесы для работы, отдыха и снА

Когда в Центральной Калифорнии наступало жаркое и сухое лето, людям мивок не всегда требовались плотные стены. На сезонных стоянках они устраивали лёгкие навесы, под которыми можно было отдохнуть днём и спать ночью. Растительное покрытие давало тень, а воздух свободно проходил сквозь него.

Сэмюэл Барретт и Эдвард Гиффорд в книге «Miwok Material Culture» (1933) сохранили несколько местных названий таких укрытий. У низинных мивок встречается wo’lle, у северных — ko’llī, у центральных — mole.

Две формы летней тени

Один вариант представлял собой простой конический каркас из жердей с растительным покрытием. Другой был прямоугольным, с почти плоской верхней частью. Оба типа относились к лёгким сооружениям, не рассчитанным на тяжёлую земляную крышу.

Плоский навес особенно подходил для открытой летней стоянки. Днём он служил удобным местом для работы и отдыха, а ночью под ним могли спать. Это было одно пространство, которое в течение суток использовали по-разному.

Из чего делали покрытие

Жерди. Деревянные опоры задавали форму — конус либо открытую прямоугольную конструкцию.

Кустарник, трава и tule. Эти растения служили верхним покрытием. В зависимости от места можно было брать длинные болотные стебли, сухую траву или ветви.



Дикий калифорнийский виноград — один из местных видов лозы, пригодный для иллюстрации растения, не самого навеса Miwok

Изображение: S. Rae / Flickr. CC BY 2.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

Гибкая виноградная лоза. В этнографическом описании прямо упомянуты плети дикого винограда: ими прикрепляли растительный материал к каркасу.

Как устроена такая тень

1. Ставили жерди, образуя коническую либо плоскую форму навеса.

2. На каркас укладывали растительные части. В описании конической конструкции названы перекрывающиеся ряды покрытия.

3. Растения связывали гибкими виноградными плетями, удерживая их на жердях.

4. В сухое лето покрытие делали сравнительно рыхлым. Сквозь него проходил воздух, а внутри сохранялась тень.



Природные стебли tule в Sonoma County, один из видов кровельных и циновочных растений

Изображение: Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

5. Пространство под верхним растительным слоем оставалось открытым для обычных повседневных занятий и ночного отдыха.

Важной была не тяжесть материала, а сочетание тени и воздуха. Такой навес отличался от зимних земляных и коровых жилищ, которые закрывали людей от холода и непогоды.

Когда устраивали навес

Этнографы связывали эти постройки с жарким, сухим летним сезоном и временными летними стоянками. В это время мивок могли предпочесть лёгкую тень более плотному закрытому дому.

С летними навесами связано историческое свидетельство о повседневной жизни: женщины и дети занимались делами или отдыхали в тени днём; ночью то же место становилось спальным.

Источник: S. A. Barrett и E. W. Gifford, «Miwok Material Culture» (1933), раздел Dwellings — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/dwellings.html.

Чемеуэви — открытый летний дом с растительной крышей

Как устраивали большую тень в пустынЕ

Около 1900 года фотограф Чарльз Честер Пирс снял летний дом народа чемеуэви. Его фотография сохранила большой навес из деревянных жердей, под крышей которого люди отдыхали в жаркое время.

Дом не похож на маленькое закрытое зимнее жилище. Его крыша широко выступает над землёй, но боковые стороны остаются открытыми. Под таким навесом воздух свободно проходит через всё пространство.

Из чего состоял летний дом

Опоры. Высокие деревянные жерди поддерживали крышу. На историческом снимке видны стойки, отделяющие затенённое пространство от открытой пустынной земли.

Основание кровли. Над стойками проходили деревянные элементы, на которых лежало наружное покрытие. Они образовывали прочную верхнюю основу навеса.

Растительное покрытие. Поверх деревянных частей располагались длинные стебли, уложенные рядом. Они давали плотную тень под крышей. Растение, из которого была сделана эта кровля, на фотографии не определяется.

Пространство для отдыха. С одной стороны под навесом женщина лежит прямо на земле. С другой двое мужчин отдыхают на обтёсанных деревянных брусьях. Рядом с одним из столбов находится стол, на котором сложены повседневные вещи и покрывала.



Подлинный снимок: открытый летний навес с растительной кровлей

Изображение: Charles C. Pierce. Public domain (US). Wikimedia Commons .

Соседняя постройка. На заднем плане виден ещё один, меньший домик из палок и ветвей, тоже закрытый растительной крышей. На одной стоянке соседствовали конструкции разного размера.

Для чего использовали. Широкая растительная крыша давала тень людям, которые отдыхали, сидели или занимались делами под открытым воздухом. Не требовались сплошные стены, чтобы закрыть место от летнего солнца.

Фотография Пирса показывает сам дом и его внутреннее пространство: опоры, деревянную основу крыши, растительный верх и людей в тени. Такое жилище использовали как открытое летнее место для отдыха.

Историческая фотография: Charles C. Pierce, «Chemehuevi Indian summer house», около 1900 года, California Historical Society Collection, CHS-3515 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chemehuevi_Indian_summer_house,_ca.1900_(CHS-3515).jpg.

Тачи-йокуты — большой овальный дом из ивы и циновок tule

Историческая запись у озера туларе, 1903 годД

4 июня 1903 года натуралист и этнограф Клинтон Харт Мерриам посетил поселение тачи-йокутов примерно в шести милях к юго-востоку от Лемура в Калифорнии. Среди небольших жилых строений он увидел большие овальные дома, покрытые полотнами из tule — высокого болотного растения, произраставшего вокруг озера Туларе.

У одного дома длина достигала приблизительно 35–40 футов — около 10,7–12,2 метра. Высоту Мерриам оценил примерно в 8 футов, или 2,4 метра. Такое жилище отличалось от небольшого переносного навеса своими размерами и большим общим внутренним пространством.

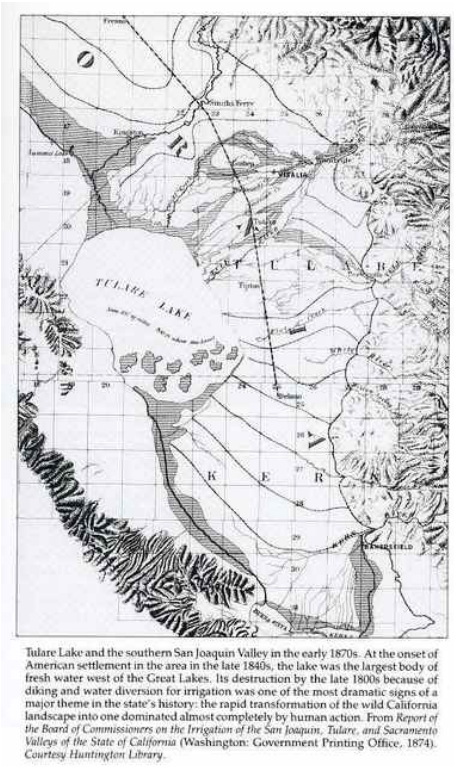
Каркас из ивы

Основой был деревянный каркас из ивовых жердей. Гибкие длинные стволики создавали овальное очертание и поддерживали покрытие из больших циновок.

Над верхней частью жилища оставляли узкий продольный овальный проём. Через него выходил дым от огней внутри. Мерриам отметил именно эту черту как часть формы дома.

Большие полотна tule

Боковые стороны и верх закрывали циновками. Некоторые полотна, по описанию исследователя, достигали 12–15 футов по высоте — примерно 3,7–4,6 метра. Они накрывали значительную часть стен и скатов.



Tulare Lake and the southern San Joaquin Valley in the early 1870s. At the onset of American settlement in the area in the late 1840s, the lake was the largest body of fresh water west of the Great Lakes. Its destruction by the late 1800s because of diking and water diversion for irrigation was one of the most dramatic signs of a major theme in the state's history: the rapid transformation of the wild California landscape into one dominated almost completely by human action. From *Report of the Board of Commissioners on the Irrigation of the San Joaquin, Tulare, and Sacramento Valleys of the State of California* (Washington: Government Printing Office, 1874). *Courtesy Huntington Library.*

Историческая карта озера Туларе и рек; география поселений тачи, НЕ изображение дома или строительства

Изображение: Board of Commissioners on Irrigation of San Joaquin, Tulare, Sacramento Valleys / US Government Printing Office. Public Domain (1874, U.S. Government Printing Office). Wikimedia Commons .

Циновки делали не в виде обычной корзины. Круглые стебли tule укладывали параллельно, один возле другого, и через небольшие промежутки соединяли шнуром. Благодаря этим связкам получалось большое гибкое полотно.

Как складывалось жилище

1. Форму дома задавал длинный овальный каркас из ивовых жердей.

2. По отдельности изготавливались широкие покрытия из tule: стебли располагали рядом и многократно связывали поперёк.

3. Готовые полотна укладывали на жерди, закрывая большую площадь боковых стен и крыши.

4. Вверху оставался длинный узкий проём для выхода дыма.

5. На земляном полу раскладывали другие циновки, на которых спали ночью и сидели днём.



Природные стебли tule в Sonoma County, один из видов кровельных и циновочных растений

Изображение: Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

В этом изложении этапы расположены в понятном порядке по описанным материалам и частям дома. Мерриам не записал полного расписания работы строителей или точного числа жердей для одного жилища.

Внутри большого дома

Мерриам наблюдал растительные циновки на земле. Они служили и подстилками для сна, и местами для сидения в течение дня. Тачи изготавливали как крупные кровельные полотна, так и отдельные циновки для домашнего использования.

Окружающие болота давали длинные стебли tule, а местные ивы — гибкие жерди. Эти два природных материала определяли облик овального жилища у озера Туларе.

Исторический источник: C. Hart Merriam, «Field Work Among Yokuts Tribes, 1902–1904», запись от 4 июня 1903 года, печатная с. 404 и следующие — https://digicoll.lib.berkeley.edu/nanna/record/84252/files/ucas068-003.pdf?registerDownload=1&version=1&withMetadata=0&withWatermark=0.

Горные кауилья — как строили дом samat из жердей, ивы, юкки и tule

Южная калифорния, горные поселения кауильЯ

В горных селениях кауилья стояли дома samat — жилища с прямоугольным основанием, деревянными стойками и растительной крышей. Одно из подробнейших описаний их устройства записано в конце XIX века и опубликовано в 1900 году. Здесь сохранились не только названия растений, но и длина жердей, положение стоек и расстояние между элементами крыши.

Что использовали. Крепкие деревянные жерди местного кустарника o-ot — аденостомы, который на горных склонах вырастал в крупные кусты. Для более тяжёлых частей брали также древесину большой манзаниты и дуба. Соединяли детали свежими гибкими листьями юкки. Для стен использовали ивовые ветви, а для кровли — болотное растение tule, местные травы и тростник.

Как выглядел samat. Основание могло быть около 12 на 18 футов — приблизительно 3,7 на 5,5 метра. Высокая середина кровли держалась на двух стойках; по углам находились более короткие стойки. Продольная балка и боковые опоры задавали наклон крыши.

Последовательность строительства

1. Место и размер. На выбранном участке размечали прямоугольник будущего дома. Горные кауилья предпочитали небольшие возвышения и пологие склоны около долин.

2. Шесть главных стоек. По четырём углам ставили толстые жерди с естественными развилками на концах. Над землёй оставалось примерно четыре фута — около 1,2 метра. Посередине каждого торца устанавливали ещё по одной более высокой раздвоенной стойке; они поднимались примерно на восемь-девять футов, или 2,4–2,7 метра. Иногда рядом с передней стойкой ставили седьмую, образуя край входа.

3. Три продольные балки. Между развилками укладывали три длинные жерди: верхнюю балку вдоль середины и две боковые опоры. Древесные развилки сами поддерживали концы балок.



Исторические жилища Agua Caliente на Warner’s Ranch, около 1898–1900 годов. На фотографии не установлен тип горного дома samat и не показано его строительство.

Изображение: Charles C. Pierce / California Historical Society CHS-547. Public Domain US. Wikimedia Commons .

4. Наклонные стропила. От верхней продольной балки к боковым укладывали жерди крыши. Поверх них параллельно гребню размещали более тонкие ветви через каждые шесть-восемь дюймов — около 15–20 сантиметров.

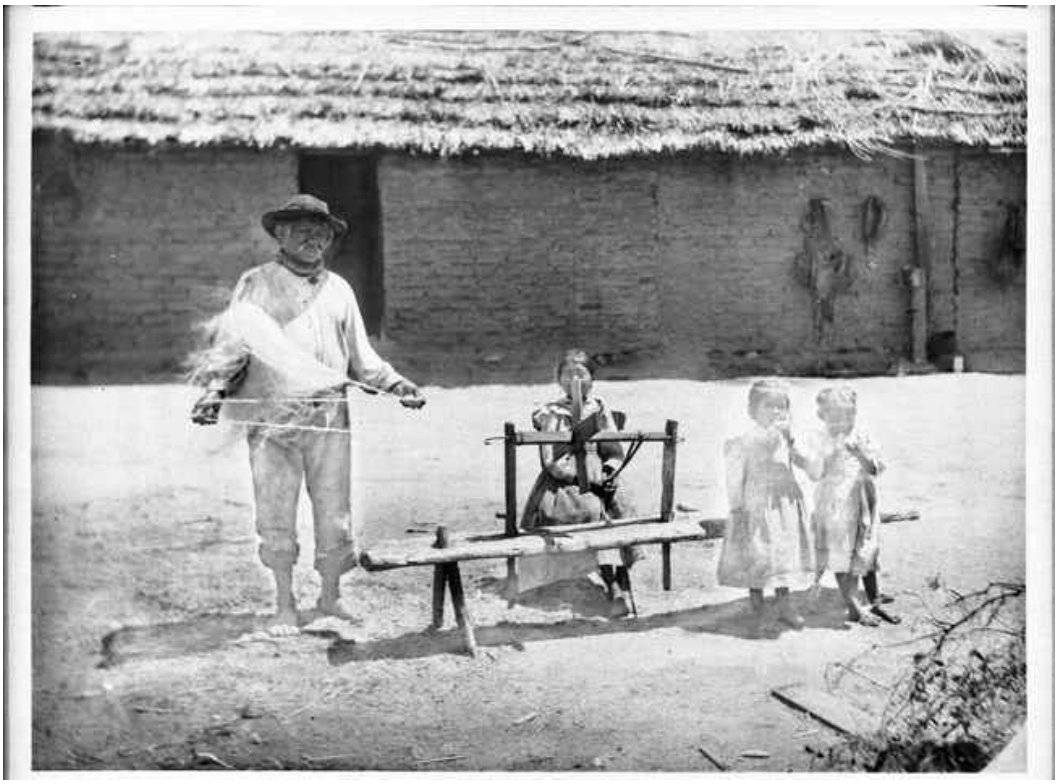
5. Связки из юкки. Все части крыши прикрепляли свежими гибкими листьями юкки. Из них получались растительные связки, удерживавшие балки, наклонные жерди и поперечины вместе.

6. Ивовые стены. Вдоль боковых сторон в землю вбивали дополнительные колья. Между ними плотно вплетали ивовые ветви. Иву кауилья называли sak-hat. Местами промежутки между ветвями заполняли влажной землёй или глиной.

7. Растительная кровля. Стебли tule располагали плоскими пучками поверх наклонной крыши. Затем поперёк пучков клали тонкие жерди, чтобы прижать растения, и привязывали эти поперечины полосками листьев юкки. В горных районах использовали также высокие травы и тростник.

8. Вход ki-mil. В одном торце оставляли отверстие примерно 1,4–1,5 метра высотой и 60–90 сантиметров шириной. Сверху над ним крепили прочную деревянную перекладину. На ночь проём могли закрывать отдельным простым щитом из жердей, удерживая его подпоркой либо камнями.

9. Земляной пол. Поверхность внутри слегка углубляли, затем утрамбовывали. У основания дома снаружи иногда насыпали земляной валик. В крыше рядом с верхней балкой оставляли отверстие для выхода дыма.



Саймон Сибиноат из Агуа-Кальенте скручивает волокно юкки

Изображение: George Wharton James, CHS-3831. Public domain US. Wikimedia Commons .

10. Постель. Внутри спали на расстеленных на земляном полу покрывалах и шкурах. В некоторых домах вдоль стен устраивали приподнятые лежанки из деревянных жердей.

Что делали летом

В жаркий сезон кауилья использовали отдельные открытые навесы táish-kish-lu. Они были квадратными, с почти плоской верхней частью. Лёгкие жерди связывали частями юкки, а крышу и боковые стороны покрывали ивовыми ветками. Под таким навесом днём отдыхали и занимались домашними делами: воздух свободно проходил между ветвями.

Таким образом, у одного поселения мог быть более плотный дом для прохладного времени и открытая растительная тень для жарких месяцев.

Исторический источник: David Prescott Barrows, «The Ethno-Botany of the Coahuilla Indians of Southern California» (1900), гл. III, «Houses and House-Building», с. 35–40 — https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/d/d1/The_ethno-botany_of_the_Coahuilla_Indians_of_Southern_California_%28IA_ethnobotany00barrrich%29.pdf.

Кауилья — круглый дом kish из согнутой ивы

Кровля из tule и пальмовых листьеВ

В пустынных поселениях Южной Калифорнии кауилья строили округлые дома kish. Их крыша начиналась почти у земли и поднималась куполом над жилым пространством. Вместо длинных брёвен и каменной кладки здесь использовали гибкие ветви и растения, которые росли возле воды.

Некоторые kish достигали 15–20 футов в поперечнике — примерно 4,5–6 метров. Внутри находился земляной пол, место для очага и пространство, где семья отдыхала и спала.

Из чего делали дом

Основу составляли длинные ивовые ветви. Их сгибали, образуя округлый каркас. Снаружи укладывали доступное растительное покрытие — длинные болотные стебли tule, листья веерных пальм или другие местные растения. Из tule также плели циновки для пола и входа.

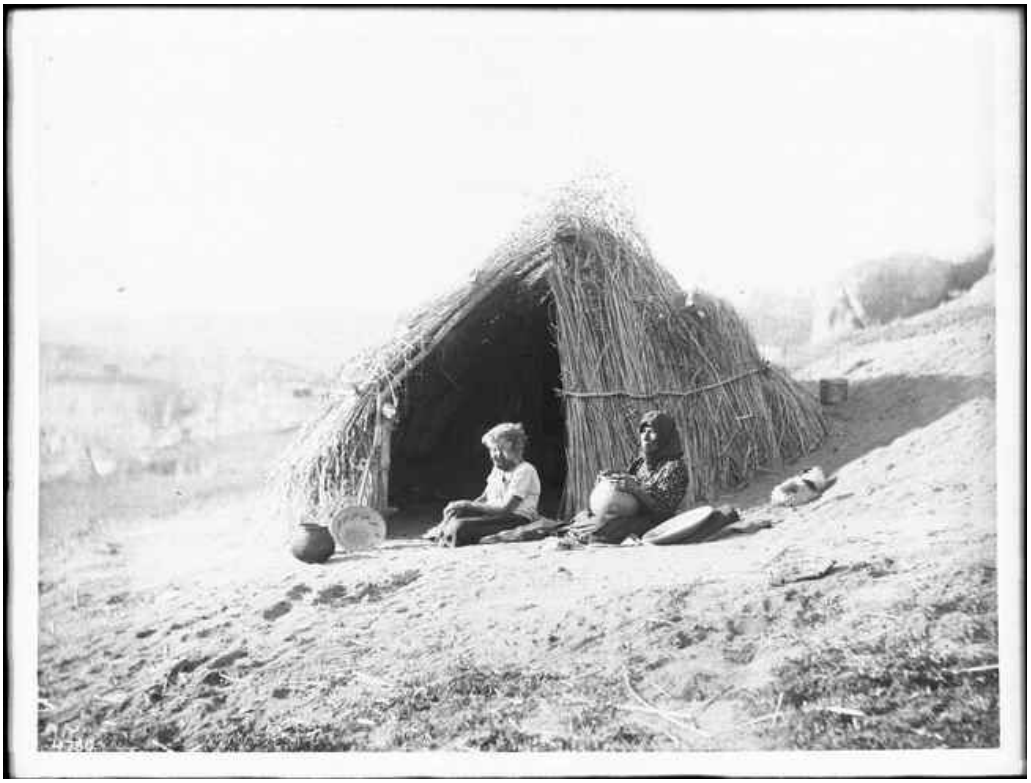
Как складывался купольный kish

1. Для дома выбирали ровную площадку и определяли округлое место будущего жилища.

2. Длинные гибкие ветви ивы изгибали внутрь, образуя купол над площадкой.

3. На веточный каркас укладывали растительное покрытие. У болот использовали tule, а в районах пальмовых оазисов были доступны большие веерные листья.

4. С передней стороны оставляли вход, который можно было закрыть циновкой из tule.



Две женщины кауилья перед настоящим круглым домом kish

Изображение: George Wharton James, CHS-4750. Public domain US. Wikimedia Commons .

5. В верхней части кровли сохраняли отверстие для дыма от очага, расположенного посередине земляного пола.

6. Внутри расстилали циновки из tule. Они покрывали землю и служили местом для сидения и отдыха.

Как выглядел настоящий дом

Около 1900 года фотограф Джордж Уортон Джеймс снял двух женщин кауилья перед их жилищем kish. На фотографии за ними возвышается плотный округлый купол, закрытый растительной кровлей. Женщины сидят на покрывалах, рядом находятся корзины и глиняные сосуды.

У горных кауилья существовали и другие дома — прямоугольные самат из высоких жердей. Круглый киш был самостоятельной конструкцией: в его основе лежали не прямые стены и продольная балка, а согнутые ивовые ветви.

Источники: «The Cahuilla Indians», California State University, San Bernardino, раздел «Shelter» — https://www.csusb.edu/sites/default/files/Unit_3.2_Cahuilla_Student_Reader.pdf; Santa Rosa Band of Cahuilla Indians, «Culture» — https://new.santarosacahuilla-nsn.gov/culture.html. Историческая фотография: George Wharton James, CHS-4750 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Coahuilla_Indian_women_in_front_of_their_%22kish%22_California,_ca.1900_(CHS-4750).jpg.

Сон

Сьерра-мивок — как устраивали постель из сосновой хвои

Сон на земляном полу в горных жилищах калифорниИ

В лесных поселениях Сьерра-Невады мивок делали спальные места из природных материалов. Основой была не деревянная кровать, а земляной пол жилища, покрытый сосновой хвоей. Поверх хвои расстилали циновку или покрывало. Такая постель была частью повседневного устройства дома.

Из чего состояло спальное место

Сосновая хвоя. В книге «Miwok Material Culture» 1933 года описаны иглы двух сосен: Digger pine (сосна Сабина) и Western yellow pine (жёлтая сосна, Pinus ponderosa). Хвою укладывали на земляной пол, создавая слой между ним и верхней подстилкой.

Циновка. На хвойный слой расстилали циновки. Этнографы отмечали также использование шкур как постельного покрытия. Хвоя находилась снизу, а человек ложился на покрытие поверх неё.

Подушка. Для головы иногда собирали отдельную небольшую кучку хвои. В других случаях вместо неё использовали свёрнутое покрывало из шкуры койота.

Как было устроено место для сна

1. Внутри жилища оставался земляной пол. На предназначенном для сна месте раскладывали сосновую хвою.



Длинная хвоя жёлтой сосны, использовавшаяся в постели мивок

Изображение: Forest & Kim Starr. CC BY 3.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

2. Поверх хвои расстилали циновку или другое постельное покрытие. Именно на верхнем слое спали.

3. Возле изголовья при необходимости делали небольшую подушку из той же хвои.

Не все спальные места находились непосредственно на земле. Для некоторых людей устраивали приподнятую скамью из ивовых или других деревянных жердей. По записи этнографов, такие спальные места возвышались над полом на 15–18 дюймов, приблизительно 38–46 сантиметров. Это был отдельный, менее обычный вариант.

Природные материалы были связаны с самим жилищем: большие пласты коры служили стенами и крышей, а хвоя местных сосен — мягким нижним слоем постели. Историческое описание сохранило оба способа размещения: на полу и на деревянном возвышении.

Источник: S. A. Barrett и E. W. Gifford, «Miwok Material Culture» (1933), раздел «Dwellings» — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/dwellings.html.

Кумеяай — как спали на циновках из tule

Растительная постель внутри купольного e’waA

В южной части Калифорнии кумеяай строили купольные дома e’waa из ивовых ветвей. Поверх гибкого каркаса укладывали растительное покрытие, а внутри оставляли земляной пол. Для сна использовали циновки из болотного растения tule или покрывала из кроличьих шкур.

Об этом рассказывает учебное руководство «A Teacher’s Guide to Historical and Contemporary Kumeyaay Culture», подготовленное исследователями из San Diego State University при поддержке нескольких общин кумеяай.

Как выглядело место для сна

Внутри дома человек лежал на растительной циновке, разложенной по земле. Над ним находился купольный каркас из ивы, закрытый снаружи стеблями tule, листьями либо кустарником.

Tule росло на увлажнённых участках, у водотоков и болот. У длинных стеблей была подходящая форма для соединения в широкие полотна. Одним и тем же растительным материалом покрывали жилища и изготавливали подстилки.

Из чего состояла постель

Растительный слой. Большая циновка из tule отделяла лежащего человека от голого земляного пола.

Другое покрытие. В источнике отдельно названы покрывала из кроличьих шкур. Они также служили для сна; в разных случаях использовались растительные полотна или мех.



Природные стебли tule в Sonoma County, один из видов кровельных и циновочных растений

Изображение: Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

Дом вокруг постели. Стены и крыша из ивовых ветвей и растений образовывали защищённое пространство. Для входа оставляли проём; в верхней части жилища могло находиться отверстие для дыма.

Что известно о самих циновках

Историческое руководство прямо подтверждает, что кумеяай спали на циновках из tule. Однако подробная последовательность плетения таких циновок, размеры стеблей, ширина спального полотна и количество связок в этом источнике не приведены.

Поэтому самым надёжным свидетельством остаётся сама композиция спального места: земляной пол, циновка из болотного растения и купольное жилище вокруг неё.

Кумеяай жили в разных природных зонах — от более влажных предгорий до сухих районов Южной Калифорнии. Где росло tule, его стебли давали материал для повседневных вещей. Внутри e’waa оно могло стать мягким растительным покрытием, на котором отдыхали ночью.

Исторический источник: Geralyn M. Hoffman и Lynn H. Gamble, «A Teacher’s Guide to Historical and Contemporary Kumeyaay Culture» (2006), раздел 1.5, Shelter, с. 9 — https://mtrp.org/wp-content/uploads/2024/08/kumeyaay_teachers_guide.pdf.

Тачи-йокуты — как делали большие циновки для сна

Стебли tule и поперечные шнуры у озера тулареE

В начале XX века Клинтон Харт Мерриам посетил поселение тачи-йокутов недалеко от Лемура в Калифорнии. 4 июня 1903 года он увидел большие овальные дома с покрытием из tule, а внутри — отдельные растительные циновки, на которых спали ночью и сидели днём. Во время следующих посещений исследователь записал, как стебли соединяли в плотные полотна.

Tule росло в заболоченных местах вокруг озера Туларе. Его длинные стебли использовали и для стен домов, и для спальных циновок. Однако назначение влияло на плотность полотна: подстилки для пола делали более тесно связанными, чем некоторые большие покрытия стен.

Размеры спального полотна

В записи Мерриама говорится, что размеры были разными, но часто встречались циновки примерно шесть футов шириной и восемь футов длиной — около 1,8 на 2,4 метра. На таком широком полотне можно было расположиться для сна; днём оно оставалось местом, где сидели.

Как соединяли стебли

1. Длинные круглые стебли tule раскладывали параллельно друг другу, создавая будущее широкое полотно.



Природные стебли tule в Sonoma County, один из видов кровельных и циновочных растений

Изображение: Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

2. Поперёк укладывали две нити или шнура: одна проходила с лицевой стороны стеблей, другая — с обратной. При соединении эти шнуры попеременно охватывали соседние стебли.

3. Следующие поперечные перевязки повторялись на протяжении циновки. Для большого покрытия стены Мерриам описал расстояния около десяти дюймов (25 сантиметров). Для спальных и напольных полотен они могли быть заметно меньше — около четырёх дюймов (10 сантиметров).

4. Шнуры стягивали так, чтобы длинные стебли плотно прилегали друг к другу. Между соседними растительными частями почти не оставалось просветов.

5. Верхние и нижние концы сгибали и закрепляли поперечной связкой. По бокам иногда делали плетёную кайму.

Так возникала большая гибкая растительная поверхность. В отличие от корзины с высокими стенками, циновка была плоской и предназначалась для укладки на землю или для покрытия каркаса жилища.



Стебли Schoenoplectus acutus в калифорнийском заповеднике: пример растения tule, не спальная циновка и не водяная бутыль тачи

Изображение: Gordon Leppig and Andrea J. Pickart, U.S. Fish & Wildlife Service. Public Domain US, federal USFWS work. Wikimedia Commons .

Циновки в доме

Мерриам записал, что одни большие полотна из tule закрывали ивовые жерди овального жилища, а другие лежали непосредственно на земляном полу. Именно напольными пользовались для сна и сидения. В одном из его наблюдений женщина с новорождённым ребёнком оставалась на такой подстилке.

В материалах Мерриама сохранилась и схема перевязки круглых стеблей, нарисованная по рассказам и наблюдениям у тачи в 1904 году. Она показывает, насколько важной частью изготовления были частые поперечные связки.

Исторический источник: C. Hart Merriam, «Field Work Among Yokuts Tribes, 1902–1904», заметки 1903–1904 годов, опубликованные в 1967 году, печатные страницы 404–408 — https://digicoll.lib.berkeley.edu/record/84252.

Кавайису — как располагались для сна в зимнем tomo kahni

Ноги к центру дома и покрывала для холодной ночИ

В горах Техачапи зимние дома кавайису назывались tomo kahni. В историческом описании, сохранённом California State Parks, есть необычно точная подробность о сне: внутри дома люди ложились ногами к его середине.

Tomo kahni был округлым домом, напоминающим перевёрнутую корзину. Его покрывали ветвями, кустарником, корой или циновками из tule. В центре находился небольшой очаг, окружённый камнями, а в верхней части кровли оставляли отверстие для дыма.

Как размещались внутри

Спальные места располагались вокруг центрального пространства. Те, кто ложился отдохнуть, были обращены ногами к очагу. Источник описывает направление тела относительно центра дома, а не одну определённую позу сна.

Такая планировка была связана с устройством самого дома: круглое внутреннее пространство имело общий центр. У людей оставалась возможность устраиваться вдоль внешнего края помещения.

Чем укрывались

Для холодного времени кавайису делали большие покрывала из кроличьих шкур. В материалах California State Parks говорится, что шкуры соединяли в единое полотно; в такое покрывало заворачивались ночью. Оно помогало удерживать тепло в холодное время года.

Зимой спальное место находилось внутри плотного растительного дома. Кровлю делали из ветвей и кустарника, а наружное покрытие из коры либо циновок tule помогало защищать внутреннее пространство от непогоды. Вход закрывали подвешенной циновкой.



Горы Техачапи — природный ландшафт региона кавайису; фотография НЕ дома tomo kahni

Изображение: Chevy111. CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

Середина дома

В центре жилища располагался каменный круг очага. Над ним находилось отверстие в кровле. В прохладные ночи в очаге могли согревать камни. При этом в историческом свидетельстве о положении спящих главное не способ обогрева, а конкретная ориентировка: ногами к центру.

Где и когда

Свидетельство относится к зимнему дому народа кавайису в районе Техачапи. Летом устраивали более открытые жилища и теневые навесы — hava kahni, отличавшиеся устройством от плотного зимнего дома.

Описание tomo kahni позволяет представить не только форму купольного жилища, но и расположение людей во время сна: несколько спальных мест по краю помещения, а ноги обращены в сторону общей середины.

Исторический источник: California State Parks, «Tomo-Kahni: Kid’s Page», разделы Shelter и Clothing and Rabbit Skin Blankets — https://www.parks.ca.gov/?page_id=24583.

Мивок низин — большие спальные циновки из tule

Дельта и равнины между сакраменто и стоктоноМ

Низинные мивок делали циновки из болотных растений tule и использовали их прежде всего для сна. Этнографы Барретт и Гиффорд сохранили даже примерные размеры: некоторые циновки были около семи футов в длину и трёх–четырёх футов в ширину. Получалось широкое растительное полотно, на котором человек мог лежать на земле.

Из чего делали. В исторической записи названы по крайней мере две разновидности tule. У одной стебель был круглый в поперечном сечении, у другой — трёхгранный. Эти длинные стебли болотных растений соединяли в циновку.

Как устроено полотно. Множественные длинные стебли лежали рядом и были связаны в единое широкое покрытие. В этнографии это предмет he’sə — циновка низинных мивок. Её размер позволял использовать её не только как место для одного человека, но и как большую застилку земляного пола.

Как спали. Циновку раскладывали на полу и ложились на неё. В других районах мивок на землю дополнительно насыпали сосновую хвою, поверх которой расстилали циновки и шкуры. Это были разные варианты, зависевшие от местных материалов: у болотных поселений tule, в горных лесах — хвоя сосен.

Что делали днём. Те же циновки расстилали на полу и пользовались ими как покрытием для общей еды. Растительное полотно было одновременно постелью и повседневной частью жилого пространства.



Природные стебли tule в Sonoma County, один из видов кровельных и циновочных растений

Изображение: Krzysztof Ziarnek (Kenraiz). CC BY-SA 4.0 . Wikimedia Commons . Размер изменён для веба.

Где жили. Низинные мивок населяли низкие заболоченные земли долины Сакраменто и дельту в направлении Стоктона. Поблизости росли длинностебельные болотные растения, которые давали материал и для жилищ, и для циновок.

Когда. Источник описывает ежедневное применение циновок и не ограничивает его отдельным месяцем. Люди пользовались постелью в течение года.

Источники: S. A. Barrett & E. W. Gifford, «Miwok Material Culture» (1933), раздел Mats, с. 244–245 — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/miwok_material_culture.pdf; раздел Dwellings — https://www.yosemite.ca.us/library/miwok_material_culture/dwellings.html.

Чемеуэви — как спали на поднятой постели из ветвей

Пустынная калифорния, около 1900 годА

Фотограф Чарльз Честер Пирс оставил редкий снимок спального места чемеуэви. На нём человек отдыхает возле своих полей под лёгкой аркой из ветвей. Вместо привычной кровати — настил из длинных деревянных палок, поднятый над землёй.

Как было устроено место для сна

Сначала взгляд замечает нижнюю площадку. Длинные палки и ветви лежат рядом и образуют вытянутый настил, на котором помещается человек. Настил приподнят над поверхностью земли. Под ним остаётся свободное пространство.

Выше проходит другая конструкция — арочный навес. Согнутые ветви образуют округлую верхнюю линию, а их концы опираются по сторонам постели. Арка даёт тень, но не превращается в закрытый дом: воздух может свободно проходить сбоку.

Под головой спящего лежит сложенное одеяло. Историческая подпись к снимку прямо называет его подушкой. Таким образом, постель состояла из нескольких простых вещей: деревянной площадки, веточного навеса и мягкого свёртка под головой.



Подлинный снимок: мужчина чемеуэви спит на веточном настиле под аркой

Изображение: Charles C. Pierce. Public domain (US). Wikimedia Commons .

Где и когда. Снимок относится приблизительно к 1900 году. В архиве Калифорнийского исторического общества он обозначен как спальное место мужчины народа чемеуэви во время ухода за полями. Местность связана с пустынным районом Палм-Спрингс.

Этот кадр сохранил настоящий способ устроить дневной отдых: подняться над землёй на настил из ветвей и укрыться от солнца растительной аркой.

Историческая фотография: Charles C. Pierce, «Chemehuevi Indian man sleeping in his sleeping shelter in the field», около 1900 года, California Historical Society, CHS-3527 — https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chemehuevi_Indian_man_sleeping_in_his_sleeping_shelter_in_the_field,_ca.1900_(CHS-3527).jpg.