

Н.А. Николаев, М.А. Ливзан, Ю.П. Скирденко, А.И. Мартынов

ПРЯНОСТИ МИРА



РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАУК
ОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИКО-СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. А.И. ЕВДОКИМОВА
РОССИЙСКОЕ НАУЧНОЕ МЕДИЦИНСКОЕ ОБЩЕСТВО ТЕРАПЕВТОВ

**Н.А. Николаев, М.А. Ливзан,
Ю.П. Скирденко, А.И. Мартынов**

ПРЯНОСТИ МИРА

Сетевое научное издание

Учебное пособие

Сетевое научное издание
© Н.А. Николаев, М.А. Ливзан,
Ю.П. Скирденко, А.И. Мартынов, 2022
© ИД «Академия Естествознания»
© АНО «Академия Естествознания»
ISBN 978-5-91327-707-7

Москва
2022

УДК 633.83(075.8)
ББК 42.193(0)я73
П85

Рецензенты:

Маев И.В. — академик РАН, доктор медицинских наук, профессор, проректор по учебной работе, заведующий кафедрой пропедевтики внутренних болезней и гастроэнтерологии лечебного факультета ФГБОУ ВО «Московский государственный медико-стоматологический университет им. А.И. Евдокимова» Минздрава России, член комитета по методическим рекомендациям (Global Guidelines) Всемирной организации гастроэнтерологов, член президиума РГА, член президиума ВАК. Заслуженный деятель науки РФ, заслуженный врач РФ, лауреат Премии Правительства РФ в области науки и техники;

Драпкина О.М. — член-корреспондент РАН, доктор медицинских наук, профессор, директор ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр терапии и профилактической медицины» Минздрава России, главный внештатный специалист по терапии и общей врачебной практике Минздрава России, президент РОПНИЗ, исполнительный директор ВОИС, вице-президент РНМОТ. Заслуженный врач РФ. Лауреат премии Правительства РФ в области образования.

П85 Пряности мира: учебное пособие / Н.А. Николаев, М.А. Ливзан, Ю.П. Скирденко, А.И. Мартынов; Омский гос. мед. ун-т. — М.: Издательский дом Академии Естествознания, 2022. — 286 с., ил.
ISBN 978-5-91327-707-7

Учебное пособие посвящено вопросам использования в диетическом питании пряно-ароматических растений и грибов, применяемых в научной и практической медицине и используемых в мировой кулинарии и диетологии в качестве пряностей. Рассматриваются вопросы использования таких растений в качестве пряностей и натуральных ароматизаторов пищевых продуктов и блюд диетического питания. Приведены сведения о химическом составе растений, формах и особенностях применения их отдельных частей.

Для студентов медицинских вузов при изучении дисциплин «внутренние болезни» и «диетология». Для обучающихся в ординатуре по специальностям «терапия», «гастроэнтерология», «диетология». Для лиц, осваивающих программы последипломного образования по специальностям «терапия», «гастроэнтерология», «диетология», «нутрициология».

Фотографии растений и грибов выполнены Н.А. Николаевым, а также получены из открытых интернет-источников: <http://www.plantarium.ru>, <http://lektrava.ru> <http://www.mycoweb.ru>

ISBN 978-5-91327-707-7

© Н.А. Николаев, М.А. Ливзан,
Ю.П. Скирденко, А.И. Мартынов, 2022
© Н.А. Николаев. Дизайн, оформление обложки
© ИД «Академия Естествознания»
© АНО «Академия Естествознания»

ОГЛАВЛЕНИЕ

От имени авторского коллектива	4
Введение	5
Раздел 1. Пряные растения и грибы в диетическом питании	9
Раздел 2. Псевдопряности в диетическом питании	234
Приложения	244
<i>Приложение 1.</i> Лекарственные растения, включённые в государственные фармакопеи России и СССР с I по XI издания	245
<i>Приложение 2.</i> Перечень видов растительного сырья, разрешённого для использования при производстве биологически активных добавок к пище и травяных чаёв для детей до 14 лет	249
<i>Приложение 3.</i> Перечень растений и продуктов их переработки, не подлежащих включению в состав однокомпонентных биологически активных добавок к пище	251
<i>Приложение 4.</i> Перечень растений и продуктов их переработки, объектов животного происхождения, микроорганизмов, грибов и биологически активных веществ, запрещённых для использования в составе биологически активных добавок к пище в связи с содержанием психотропных, наркотических, сильнодействующих или ядовитых веществ	252
<i>Приложение 5.</i> Перечень растений, содержащих наркотические вещества или психотропные вещества либо их прекурсоры и подлежащих контролю в Российской Федерации для целей статьи 231 Уголовного Кодекса Российской Федерации	270
<i>Приложение 6.</i> Основные действующие вещества растений и грибов	271
Об авторах	280
Список латинских наименований растений и грибов	281
Основная литература	284



ОТ ИМЕНИ АВТОРСКОГО КОЛЛЕКТИВА

В 2021 году коллективом ученых Омского государственного медицинского университета и Московского государственного медико-стоматологического университета имени А.Е. Евдокимова подготовлена серия научно-практических учебных пособий для студентов медицинских вузов и курсантов последипломного медицинского образования. Пособия «Ароматические и салатные растения и грибы Сибири», «Овощные, плодовые и ягодные растения и грибы Сибири» и «Опасные и смертельно опасные лекарственные растения Сибири» раскрывают современные подходы к применению сибирской флоры в клинической диетологии и нутрициологии. Пособие «Пряности мира», содержит свод актуальных сведений о мировой практике применения растений, корректирующих органолептические свойства и качество пищи.

Потребность в таких изданиях очевидна. Несмотря на успехи в развитии химического и биологического синтеза, в обществе не только не угасает, но и напротив, постоянно возрастает интерес к продуктам природного и растительного происхождения. Исчезновение информационных границ и свободный доступ к новостным ресурсам и агрегаторам способствуют быстрому и широкому распространению информации, в том числе, к сожалению, и из непроверенных или сомнительных источников. В то же время, объем постоянно пополняющегося информационного потока делает крайне затруднительным для практического врача постоянно «держать в голове» и оперативно пользоваться фондом имеющихся знаний.

В такой ситуации возрастает роль пособий, которые могут быть использованы и как источник знаний в образовательном процессе, и как информационно-справочный ресурс медицинского или научно-работника, которым можно оперативно воспользоваться в практической деятельности.

Пособие «Ароматические и салатные растения и грибы Сибири» содержит сведения о химическом составе, свойствах и способах применения 275 видов произрастающих в Сибири растений и грибов. Пособие «Овощные, плодовые и ягодные растения и грибы Сибири» включает описание состава, свойств и способов применения 200 видов съедобных сибирских растений. Пособие «Опасные и смертельно опасные лекарственные растения Сибири» предоставляет информацию о 212 видах растений Сибири, неправильное применение которых может привести к тяжелым, а в некоторых случаях и смертельным отравлениям. В этом пособии дополнительно приведены сведения о химическом составе и токсичности растений, клинике отравлений и указаны алгоритмы общей и специфической неотложной помощи. Пособие «Пряности мира» описывает состав и особенности применения 276 растений и грибов, используемых в качестве пряностей в мировой кулинарии и диетологии. Все пособия включают приложения, в которых приведены растения, включенные в Государственную фармакопею РФ, разрешенные для производства БАД к пище, не подлежащих для включения в состав БАД в качестве монокомпонентов, запрещенных для использования в составе БАД, а также включенные в списки наркотических и психотропных веществ, запрещенные к обороту на территории России. В пособиях даны определения и классификации основных действующих веществ растений и грибов. Богатый иллюстративный ряд позволяет использовать их в качестве атласов.

Авторы выражают надежду, что наш труд окажется полезным и найдет своего читателя, как среди обучающихся медицинских вузов, так и среди научных работников и практических врачей самых разных специальностей.

Николай Анатольевич НИКОЛАЕВ
доктор медицинских наук, доцент,
профессор кафедры факультетской терапии
и гастроэнтерологии ОмГМУ

Анатолий Иванович МАРТЫНОВ
академик РАН, доктор медицинских наук, профессор,
профессор кафедры госпитальной терапии №1 МГМСУ,
Президент Российского научного медицинского общества терапевтов

ВВЕДЕНИЕ

Настоящее учебное пособие содержит описания 265 видов пряных растений и грибов. Кроме того, авторами выделено 9 самостоятельных продуктов, которые описаны как «псевдопряности».

Пряности — это различные части растений, обладающие специфическим, в той или иной мере устойчивым ароматом и вкусом, как правило усиливающимся или видоизменяющимся при тепловой подготовке, традиционно добавляемые в пищу в малых дозах, в основном, с целью улучшения вкусовых качеств продуктов, а также для предотвращения их быстрой порчи.

В качестве **псевдопряностей** авторы рассматривают специфически приготовленные части растений и грибов, не являющихся собственно пряными, но обладающие или приобретающими в процессе приготовления специфический аромат и вкус, и способные при введении в блюда в малых и умеренных дозах заметно менять вкусовые качества продуктов.

Пряности и **пряные приправы** применяются в национальных кухнях всех стран мира.

Единой классификации пряностей до настоящего времени не разработано. Традиционно принято выделить «классические пряности», «пряные овощи» и «пряные травы».

В классических пряностях, в зависимости от того, какая часть растения используется, выделяют: листовые (лавровый лист), цветы и их части (гвоздика, шафран), плоды (черный перец, стручковый перец, пимента, ваниль, кардамон, бадьян), семена и околоплодники плодов (горчица, мускатный цвет, мускатный орех), кора (корица), корни и корневища (калган, имбирь, куркума).

Из наиболее распространенных вариантов применения классических пряностей можно отметить:

- гвоздика — для блюд из мяса и птицы, консервирования овощей, приготовления соусов и маринадов;
- мускатный орех — для хлебобулочных и кондитерских изделий. Блюды из мяса, рыбы и овощей;
- перец душистый — для подливок и супов, домашнего консервирования овощей, блюда из мяса и рыбы;
- перец красный (молотый) — для супов овощных, мясных и рыбных блюд, производства колбас и мясных консервов;
- перец черный (молотый) — для супов, соусов и подливок, домашнего консервирования овощей, блюда из мяса и рыбы;
- перец черный (горошком) — для супов, соусов и подливок, домашнего консервирования овощей, блюда из мяса и рыбы.
- чеснок — для салатов, блюда из мяса, рыбы и овощей; добавка к сырам и творогу.

Промышленно выпускаемые пряности требуют контроля дефектов: недостаточно выраженный вкус и аромат; посторонние запахи и привкусы; повышенное содержание органических и минеральных примесей, ферропримесей; наличие лома и крошки в количестве выше допустимых норм; крупность помола. Оценку качества пряностей проводят по органолептическим, физико-химическим, микробиологическим показателям и показателям безопасности.

Внешний вид пряностей определяют визуально, поместив навеску с пряностями на лист белой бумаги. Размер пряностей оценивают с помощью линейки. Устанавливают отклонения от цвета, специфического для данной пряности. Запах характеризуют как специфический, пряный, свойственный каждому виду пряностей (лишь душистый перец и гвоздика могут быть близки по аромату). Большинство классических пряностей обладает горьковатым или горьким вкусом, в том числе с ощущением жгучести. Наличие неполноценных плодов и семян (полых и легковесных) определяют путем погружения исследуемой пряности в воду или спирт.

Запах и вкус пряности определяют апробированием самого продукта или его водной вытяжки. Водную вытяжку готовят, заливая 1 г измельченной пряности в стакане емкостью 200 мл кипящей водой в количестве 100 мл и сразу же определяют запах. Вкус определяют апробированием настоя или самого продукта через 5-7 минут.

Для определения повреждений пряностей, наличия примесей из средней пробы отбирают образец массой 100 г и рассматривают пряности на разборной доске, выделяя полноценные, с механическими повреждениями, поврежденные болезнями (плесенью, гнилью и др.), а также вредителями (сорную, органическую и минеральную примеси). Каждую фракцию взвешивают, выражают в процентах, сравнивают с требованиями стандарта. В случае, если одно зерно, корень, лист, почка имеет несколько дефектов, его относят к дефекту, который в стандарте имеет меньший допуск в процентах.

На переработку должны поступать пряности, отвечающие требованиям действующих технических условий, а также требованиям, оговоренным в документах по поставкам внешнеторговых организаций. Технологический процесс переработки пряностей состоит из подготовки сырья, дозирования и смешивания компонентов, фасовки и упаковки готовой продукции. Помол пряностей производят на различных измельчающих машинах отечественного и импортного производства: дробилках, вальцовых станках, микромельницах и т.п. После измельчения продукты просеивают на ситах, и крупные фракции вновь измельчают.

Перец душистый, белый и черный измельчают на дробилках, используя сито с диаметром отверстий от 1,5 до 2 мм или на вальцовом станке. Кориандр, тмин, кардамон, мускатный орех измельчают на микромельницах или дробилках. В дробилках устанавливают сито с отверстиями диаметром: для кориандра и тмина — от 2 до 3 мм; для кардамона — от 1 до 1,5 мм; для мускатного ореха — от 3 до 5 мм. Затем измельченные пряности просеивают на рассеве.

Пряные овощи чаще всего культивируются, хотя могут использоваться и дикорастущие их виды. К **луковым пряным овощам** относят луки (репчатый, многоярусный, шалот, порей, батун, шнитт, алтайский, горный и др.), и других представителей этого семейства (чеснок, черемша), а также растения из других семейств, обладающих луково-чесночным ароматом (чесночник). Традиционными **корнеплодными пряными овощами** являются петрушка, пастернак, сельдерей, фенхель. К представителям **корневищных пряных овощей** можно отнести хрен, любисток и др.

Пряные травы в большинстве являются дикорастущими, но многие из них культивируются в настоящее время в промышленном масштабе. В пищу они могут использоваться в свежем или высушенном виде, как в виде надземной части растения (стебли, листья, цветы, плоды, семена), так и в ряде случаев включая корни (аир, дягиль, колюрия). Для России из пряных трав типичны укроп, кориандр, тмин, фенхель, анис, мята, эстрагон, котовник, рута, Melissa, иссоп, шалфей, базилик, крессы, донник, душица, чабрец, можжевельник, полынь (обыкновенная, римская, метельчатая, лимонная, альпийская), майоран, любисток и др. Используют пряные травы в пищу в отдельности или в виде смесей.

Важно отметить, что **приправы** не относятся к пряностям и ими не являются, хотя в быту эти термины часто смешиваются! Приправы подразделяют на: пищевые кислоты (уксусная, лимонная), неорганические и органические соли натрия (поваренная, глютамат натрия), соусы (сливочные, томатные, горчичные, соевые, хренные, фруктовые, искусственные), столовую горчица (без наполнителей, с наполнителями).

К приправам можно отнести и **вкусо-ароматические добавки** (ароматизаторы и усилители вкуса). Ароматизаторы подразделяют на **натуральные, искусственные и синтетические**.

Натуральные ароматизаторы получают путем выделения дистилляцией, CO₂-экстракцией или криогенным способами ароматического комплекса тех или иных пряностей. Такие ароматизаторы обычно называют по исходному сырью, из которых они были получены.

Искусственные ароматизаторы получают путем смешивания отдельных веществ, выделенных из натурального сырья. Полученные искусственные ароматизаторы чаще всего называют по тому продукту, который будет заменяться данным ароматизатором.

Синтетические ароматизаторы получают путем прямого синтеза того или иного вещества из химического сырья. Ярким примером получения подобных ароматизаторов является ванилин, широко применяющийся вместо ванили в кондитерской промышленности, производстве ликеров, безалкогольных напитков, мороженого и в кулинарии.

К псевдопряностям авторам отнесены **бамия обыкновенная** (гомбо, окра, абельмош), **калужница болотная, каперсник колючий, настурция большая, олива европейская** и грибы **трюфели** (зимний, итальянский, летний, чёрный).

Маринованные плоды бамии обыкновенной, по вкусу напоминающие одновременно кабачок, сладкий перец, баклажан и старжевую фасоль, вводят в салаты, первые и вторые блюда, используя аналогично каперсам (но не заменяя их).

В качестве полноценных заменителей каперсов используют пряные маринованные цветочные бутоны калужницы болотной, а также незрелые плоды и цветочные бутоны настурции большой. Настоящими каперсами являются маринованные нераспустившиеся цветочные бутоны и плоды каперсника колючего.

Незрелые и зрелые соленые и маринованные плоды оливы (маслины) европейской используют в качестве одноимённых пряновкусовых продуктов – оливок и маслин.

Наконец плодовые тела трюфеля зимнего, трюфеля итальянского, трюфеля летнего и трюфеля чёрного в свежем и консервированном виде, используют в качестве экстрактов, добавок к маслу, паст, пюре.

Не являясь пряностями, все псевдопряности обладают сходным применением и, в большей или меньшей степени, но характерными для настоящих пряностей свойствами. Однако они требуют своих особенностей применения – температурного режимов, сроков закладки, и, как правило, вводятся в пищу в значительно больших, чем пряности объемах.

В настоящем пособии все пряности и псевдопряности приведены в алфавитном (по русским наименованиям) порядке. По каждому растению представлена краткая характеристика, включающая химический состав, используемую часть растения и сведения о применении. Каждое описание сопровождается фотоиллюстрацией пряного растения и (в большинстве случаев) используемой в качестве пряности специфической части растения. Для удобства пользователя пособие содержит условные обозначения – ключи-символы в виде цветной буквы П. Зеленый цвет буквы маркирует пряности и псевдопряности регионального значения, преимущественно используемые в кулинарии отдельных регионов и стран, оранжевый цвет – пряности межрегионального значения, применяемые в кулинарии многих регионов и стран или континентов, а красный цвет – классические пряности мирового значения, признаваемые и широко применяемые в большинстве стран мира.

РАЗДЕЛ 1

ПРЯНЫЕ РАСТЕНИЯ И ГРИБЫ В ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ

АГАСТАХИС МОРЩИНИСТЫЙ (МНОГОКОЛОСНИК МОРЩИНИСТЫЙ, МЯТА КОРЕЙСКАЯ, ЛОФАНТ ТИБЕТСКИЙ) [1]

Agastache rugosa (Fisch. & C.A. Mey.) Kuntze.

Химический состав: в траве эфирное масло (метилхавикол, анетол, анисовый альдегид, ацетальдегид и пр. – до 1,46%), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава обладает сладковато-пряным ароматом с выраженным анисовым оттенком. Аромат несколько усиливается при сушке. Листья применяют в свежем виде как добавка в витаминные салаты, гарнировку блюд из мяса, птицы и рыбы. Траву в сушеном виде используют как самостоятельно, так и в смесях, для ароматизации различных первых и вторых блюд. Сушеную траву с соцветиями заваривают в качестве травяного чая.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



АЙОВАН ДУШИСТЫЙ (АЖГОН, ЗИРА, ШАБРИЙ, ИНДИЙСКИЙ ТМИН, КОПТСКИЙ ТМИН) [2]

Trachyspermum ammi (L.) Spargue. (*Carum ajovani* Bent et Hook.)

Химический состав: в плодах эфирное масло (п-цимол, γ -терпинен, парафин, тимол, дипентен, α -терпинен, карвакрол, α - и β -пинены, β -фелландрен – до 11%), жирное масло (глицериды петрозелиновой кислоты – до 9%), протеины, карориноиды.

Часть растения	Сведения о применении
плоды	<p>Плоды ажгона обладают ярко выраженным пряным тимьянно-укропным ароматом. В Южной Индии добавляют в тесто, чатни и блюда из чечевицы, африканцы готовят с ним мясо, а в Эфиопии ажгон входит в классическую смесь бербере. В Туркмении его добавляют в рыбные и мясные блюда, в Киргизии – в мясо, соусы и маринады для мяса, в Узбекистане – в супы, салаты. Толченый ажгон используют при производстве колбас из конины и баранины, с ним пекут лепешки, готовят плов. Он раскрывает свой букет в мясных, рыбных и овощных блюда, в блюдах из птицы и бобовых. Ажгон хорошо сочетается с <i>кумином</i> (см.), <i>кориандром</i> (см.), семенами <i>фенхеля</i> (см.), <i>мятой</i> (см.), <i>нигеллой</i> (см.), <i>черным перцем</i> (см.) и <i>асафетидой</i> (см.).</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



АИР БОЛОТНЫЙ [3]

Acorus calamus L.

Химический состав: в корневищах алкалоиды (каламин), дубильные вещества, смолы, витамин С (до 150 мг/100 г), гликозиды (акорин и пр.), эфирное масло (линалаол, 1,8-метилэвгенол, цис-метилизоэвгенол, α-иланген, β-элемен, β-гурьюнен, δ-кадинен, эпи-шиобунон, изо-шиобунон, шиобунон, β-азарон, азарон и пр.) – до 4,8%, органические кислоты (пальмитиновая и пр.), крахмал, камедь, слизь. В листьях витамины А, В, С, углеводы, органические кислоты, дубильные вещества.

Часть растения

Сведения о применении

корневище,
листья

Корневище в свежем и сушеном виде обладает выраженным пряно-бальзамическим ароматом с оттенками почек *гвоздичного дерева* (см.), *мяты* (см.) и *лаврового листа* (см). Свежее и сушеное корневище используется (в том числе как заменитель лаврового листа) для приготовления овощных и мясных бульонов, вторых блюд. Сушеное корневище для придания оригинального вкуса и аромата добавляется в компоты и фруктовые морсы. Порошок корневища можно использовать как самостоятельно, так и в смесях с другими пряностями для ароматизации первых и вторых блюд, включая блюда из рыбы, птицы, красного мяса, а также картофеля и риса. Корневище аира входит в состав горьких рекогенных настоек, а также наливки и ликеров. Листья и черешки листьев обладают выраженным, но мягким чуть сладковатым пряным ароматом, напоминающим аромат корневища аира, но с легким травянисто-цветочным оттенком. Используют в свежем виде для приготовления салатов. Черешки листьев и листья также можно мариновать и использовать в консервированном виде.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



АЛОИЗИЯ ТРЁХЛИСТНАЯ (ВЕРБЕНА ЛИМОННАЯ) [4]
Aloysia citrodora Pal.

Химический состав: в траве эфирное масло (лимонен, терпены, цитраль, гераниаль, нераль, гераниол, вербенина, нерол, шпатуленол, сабинен и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
травя, корни	Аромат травы лимонный, освежающий, с легкими цветочными и цитрусовыми нотками. Алоизия является прекрасным ароматизатором для большинства кулинарных блюд. В этом качестве используются листочки, цветки и молоденькие побеги, которые слабо пахнут лимоном. Её можно применять в желе и в джемах. Корни используются для маринования и соления огурцов, поскольку они придают им приятный аромат. Французы применяют алоизию при изготовлении виноградного бренди.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



АЛЬПИНИЯ БОЛЬШАЯ (КАЛГАН БОЛЬШОЙ, ГАЛАНГА, ГАЛГАНТ, КАЛГАН) [5]

Alpinia galanga L.

Химический состав: в корнях крахмал (до 33%), смола (до 5%), дубильные вещества (до 1%), эфирное масло (цис- и транс-этилциннамат, цис- и транс-п-метоксиэтилциннамат, 1,8-цинеол, эвгенол, борнеол, 3-карен, п-метоксистирил, анисовый альдегид, камфен, п-цимол, α - и β -пинены, лимонен, терпинен-4-ол, α -терпинеол, β -фелландрен, эвкарвон, борнилацетат, β -элемен, α -терпинилацетат, пентадекан, γ -кадинен), органические кислоты, протеины, углеводы.

Часть растения	Сведения о применении
корни	Корень красно-коричневый снаружи, на срезе желтоватый – обладает тонким сильным пряным смоляным ароматом, на вкус пряный, острый, чуть горьковатый. Не смотря на биологическое родство с <i>имбирем</i> (см.), они придают блюдам разные оттенки вкуса, и калган более сильный по вкусу и аромату. Широко применяется в азиатской кухне, в супы (тайский суп Том Ям и др.), блюда из мяса, птицы (утка по-индонезийски), рыбы и морепродуктов, риса, лапши, овощей, грибов, молока, орехов. Используют для приготовления соусов, подлив, маринадов, чатни, карри и для десертов. Калган хорошо сочетается с такими пряностями как <i>куркума</i> (см.), <i>имбирь</i> , <i>черный перец</i> (см.), <i>перец чили</i> (см.), <i>лавровый лист</i> (см.), <i>лемонграсс</i> (см.), <i>тимьян</i> (см.), <i>гвоздика</i> (см.), <i>чеснок</i> (см.). Входит в смеси специй усяньмянь, карри, рас-эль-ханут.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



АЛЬПИНИЯ КИТАЙСКАЯ (КАЛГАН КИТАЙСКИЙ, ГАЛАНГАЛ, ЛЕНГКУАС) [6]

Alpinia chinensis L.

Химический состав: в корнях крахмал (до 36%), смола (до 7%), дубильные вещества (до 1%), эфирное масло (цис- и транс-этилциннамат, цис- и транс-п-метоксиэтилциннамат, 1,8-цинеол, эвгенол, борнеол, 3-карен, п-метоксистирил, анисовый альдегид, камфен, п-цимол, α - и β -пинены, лимонен, терпинен-4-ол, α -терпинеол, β -фелландрен, эвкарвон, борнилацетат, β -элемен, α -терпинилацетат, пентадекан, γ -кадинен), органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты.

Часть растения	Сведения о применении
корни, стебли, почки, цветки	<p>Вкус сильный, сложный, свежий, острый, пронзительный, с нотами имбиря, кардамона, хвои и гвинейского перца. Культивируется в местах своей исторической родины – Индокитае, Индонезии и, в основном, в этих же местах потребляется. В китайской кухне галангал применяют как заменитель имбиря, но нормы закладки уменьшают в четверть или даже в половину. Сушеный галангал более пряный, сладкий, почти как корица. В пищу используют корневища, стебли, почки и цветки. Острый свежий аромат и вкус галангала отлично сочетается с кокосом, <i>перцем чили</i> (см.), листьями <i>лайма-каффир</i> (см.), рыбным соусом, тamarиндом – основными приправами тайской кухни. В русской кухне находит применение при изготовлении кваса, браг, сбитней, при выпечке пряников. В Азии и Индии его употребляют к мясу, птице, морепродуктам, пасте карри, различным супам. Аромат галангала хорошо сочетается с луком и чесноком.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



АЛЬПИНИЯ ЛЕКАРСТВЕННАЯ, (КАЛГАН МАЛЫЙ, ГАЛГАНТ, КАЛГАН, ЛАНГАС) [7]

Alpinia officinarum Hance.

Химический состав: в корнях крахмал (до 31%), смола (до 8%), дубильные вещества (до 2%), эфирное масло (цис- и транс-этилциннамат, цис- и транс-п-метоксиэтилциннамат, 1,8-цинеол, эвгенол, борнеол, 3-карен, п-метоксистирил, анисовый альдегид, камфен, п-цимол, α - и β -пинены, лимонен, терпинен-4-ол, α -терпинеол, β -фелландрен, эвкарвон, борнилацетат, β -элемен, α -терпинилацетат, пентадекан, γ -кадинен), органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты.

Часть растения

Сведения о применении

корни,
стебли,
почки,
цветки

Альпинию особенно ценят в Таиланде, где добавляют ее во многие традиционные тайские блюда, например, в знаменитый суп «том-ям». В китайской кухне применяют как заменитель имбиря, но нормы закладки уменьшают в 2-4 раза. Свежий корень имеет смолисто-пряный запах, который при сушке становится более пряным, сладким, с коричневым оттенком. В пищу используют не только молодые корневища, но и ароматные стебли, почки и цветки, весьма пряные в свежем виде. Острый свежий аромат и вкус галангала отлично сочетается с кокосом, *перцем чили* (см.), листьями *лайма-каффир* (см.), рыбным соусом, тамариндом – основными приправами тайской кухни. Аромат альпинии хорошо гармонирует с луком, чесноком и пореем.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



АМОМУМ АРОМАТНЫЙ (КАРДАМОН БЕНГАЛЬСКИЙ) [8]*Amomum aromaticum Roxb.*

Химический состав: в плодах эфирное масло (1,8-цинеол, α-терпинилацетат, лимонен, терпинен, терпинеол, сабинен, сесквитерпеноиды спатуленол[en], гермакрен-D[en], β-селинен[en] – до 3%), антоцианы (цианидин-3-глюкозид[en] и цианидин-3,5-диглюкозид), протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
плоды	Амомум обладает очень сильным острым, жгучим, слегка камфорным с легким цитрусовым оттенком ароматом. Входит в состав различных пряных смесей: карри, универсальной сиамской, гамбургской и др. Им ароматизируют колбасы и сыры, добавляют в кондитерские изделия. Применение в мучных изделиях и сладких начинках традиционно для европейской и русской кухонь. Им ароматизируют тесто для оладий, печенья, пряников, коврижек, булочек с изюмом, сладких пирогов с начинкой из мака, пудингов и др. Используют в кашах, заварных кремах и некоторых ликерах. С ним готовят миндальные трубочки, пахлаву, шароц, варенье из баклажанов, зеленых томатов, грецких орехов, фруктов и ягод. В Индии пряностью сдабривают морковную и свекольную халву, вермишелевый пайзам. Используется в голландских бисквитах, в скандинавских пирогах и печеньях. Широко применяют в индийских сладостях и напитках. Амомум хорошо сочетается с мясными, рыбными, блюдами с морепродуктами.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



АМОМУМ БЕЛОВАТЫЙ (КАРДАМОН ЯВАНСКИЙ, КАРДАМОН БОЛЬШОЙ) [9]

Amomum maximum Roxb.

Химический состав: в плодах эфирное масло (1,8-цинеол, α -терпинилацетат, лимонен, терпинен, терпинеол, сабинен, сесквитерпеноиды спатуленол[en], гермакрен-D[en], β -селинен[en] – до 2,3%), протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
плоды	Особенно популярен в кухне Северной Индии, где его называют «элайчи» и включают в большинство традиционных пряных смесей (масалы), а в комбинации с миндалем и <i>шафраном</i> (см.) – обязательно добавляют в праздничные блюда из риса. В штатах Пенджаб и Гуджарат делают намкин-ласси с солью, <i>кумином</i> (см.), молотым <i>перцем чили</i> (см.), свежим <i>имбирем</i> (см.). Однако более распространены все-таки сладкие версии митхи-ласси, чаще с <i>мятой</i> (см.), сахаром, медом и фруктами – например, бананами или манго. Щепотка амомума в кипяченом молоке делает его очень вкусным и легко усваиваемым. Им ароматизируют колбасы и сыры. добавляют в кондитерские изделия, тесто для оладий, печенья, пряников, коврижек, булочек с изюмом, сладких пирогов с начинкой из мака, пудингов и др. Используют в кашах, заварных кремах и некоторых ликерах. С ним готовят миндальные трубочки, пахлаву, шароц, варенье из баклажанов, зеленых томатов, грецких орехов, фруктов и ягод. Используется в голландских бисквитах, в скандинавских пирогах и печеньях. Амомум хорошо сочетается с мясными, рыбными, блюдами с морепродуктами.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



АМОМУМ ДУРНИШНИКОВЫЙ (КАРДАМОН ЖЕЛТОВАТЫЙ) [10]
Amomum xanthoides Wall.

Химический состав: в плодах эфирное масло (1,8-цинеол, α -терпинилацетат, лимонен, терпинен, терпинеол, сабинен, сесквитерпеноиды спатуленол[en], гермакрен-D[en], β -селинен[en] – до 2,8%), протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
плоды	<p>На Среднем Востоке амомум обычно сочетают с фруктами и орехами, а также добавляют его в блюда из мяса и риса. Он входит в состав североафриканской пряной смеси рас-эль-ханут, и эфиопской бербере. Китайцы иногда добавляют семена амомума в чай. Индийский пряный чай-масала также обычно содержит очень много амомума и <i>корицы</i> (см.). Им ароматизируют колбасы и сыры. добавляют в кондитерские изделия, тесто для оладий, печенья, пряников, коврижек, булочек с изюмом, сладких пирогов с начинкой из мака, пудингов и др. Используют в кашах, заварных кремах и некоторых ликерах. С ним готовят миндальные трубочки, пахлаву, шароц, варенье из баклажанов, зеленых томатов, грецких орехов, фруктов и ягод. Используется в голландских бисквитах, в скандинавских пирогах и печеньях. Амомум хорошо сочетается с мясными, рыбными, блюдами с морепродуктами.</p>



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



АМОМУМ КРУГЛЫЙ (КАРДАМОН КРУГЛЫЙ, КАРДАМОН ЯВСКИЙ) [11]
Amomum cardamomum L.

Химический состав: в плодах эфирное масло (1,8-цинеол, α -терпинилацетат, лимонен, терпинен, терпинеол, сабинен, сесквитерпеноиды спатуленол[en], гермакрен-D[en], β -селинен[en] – до 1,71%), протеины, углеводы, витамины С, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
плоды	Амомум обладает сильным острым, жгучим, слегка камфорным с легким цитрусовым оттенком ароматом и жгучим вкусом. Входит в состав различных пряных смесей: карри, универсальной сямской, гамбургской и др. Им ароматизируют колбасы и сыры. добавляют в кондитерские изделия, тесто для оладий, печенья, пряников, коврижек, булочек с изюмом, сладких пирогов с начинкой из мака, пудингов и др. Используют в кашах, заварных кремах и некоторых ликерах. В Индии пряностью сдабривают морковную и свекольную халву, вермишелевый пайзам. Используется в голландских бисквитах, в скандинавских пирогах и печеньях. Широко применяют в индийских сладостях и напитках. Амомум хорошо сочетается с мясными, рыбными, блюдами с морепродуктами.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



АМОМУМ РЕБРИСТЫЙ (АМОМУМ ЧЁРНЫЙ БОЛЬШОЙ, КАРДАМОН СЫЧУАНЬСКИЙ) [12]

Amomum costatum Roxb.

Химический состав: в семенах эфирное масло (до 3%) – 1,8-цинеол (до 70%), α -терпинилацетат, лимонен, терпинен, терпинеол и сабинен. В оболочке семян эфирное масло (до 0,2%), сесквитерпеноиды (спатуленол[en], гермакрен-D[en], β -селинен[en], коричневые пигменты цианидин-3-глюкозид[en] и цианидин-3,5-диглюкозид.

Часть растения	Сведения о применении
Трава	<p>Черному кардамону (отличающемуся ароматом и по виду от зеленого, но схожего на вкус), как и многим другим специям Северной Индии, нужно время для полного раскрытия аромата, поэтому, как правило, его используют в блюдах с длительной тепловой обработкой, а коробочки из готового кушанья не всегда удаляют – все зависит от пристрастий повара. Следует отметить, что черный кардамон, популярный в индийской и непальской кухне, не слишком распространенная специя в других азиатских странах, хотя, например, в Южном Китае его молотые семена могут включать в усянмянь – «порошок пяти специй». Амомум ребристый также улучшает вкус и ароматизирует все легкие вегетарианские супы, в особенности гороховые и бобовые, а также соусы, картофельные салаты, рисовые блюда, подливки, тушеные овощи.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



АМОМУМ ШИЛОВИДНЫЙ (АМОМУМ ЧЁРНЫЙ, КАРДАМОН НЕПАЛЬСКИЙ) [13]

Atomum subulatum Roxb.

Химический состав: в плодах эфирное масло (1,8-цинеол, α -терпинилацетат, лимонен, терпинен, терпинеол, сабинен, сесквитерпеноиды спатуленол[en], гермакрен-D[en], β -селинен[en] — до 3%), антоцианы (цианидин-3-глюкозид[en] и цианидин-3,5-диглюкозид), протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
трава	Как и вышеописанному ребристому, шиловидному амомуму нужно время для полного раскрытия аромата, поэтому, как правило, его используют в блюдах с длительной тепловой обработкой, а коробочки из готового кушанья не всегда удаляют. Следует отметить, что шиловидный амомум, популярный в индийской и непальской кухне, не слишком распространенная специя в других азиатских странах, хотя, например, в Южном Китае его молотые семена могут включать в уснямян. Амомум также улучшает вкус и ароматизирует все легкие вегетарианские супы, в особенности гороховые и бобовые, а также соусы, картофельные салаты, рисовые блюда, подливки, тушеные овощи. Чёрный амомум очень широко используют как добавку кофе, особенно в Саудовской Аравии и Объединённых Арабских Эмиратах.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



АНИС ОБЫКНОВЕННЫЙ [14]*Pimpinella anisum L. (Anisum vulgare Gaertn.)*

Химический состав: в плодах жирное масло (до 28%), протеины (до 19%), эфирное масло (анетол – до 90%, метилхавикол – до 8%, анисовый альдегид, ацетальдегид, анисовый кетон, анисовый спирт, анисовая кислота) – до 5%, слизь, минеральные соли, углеводы, воски. В траве витамины А, В, С, Р, РР

Часть растения	Сведения о применении
плоды, травя	<p>Плоды обладают мощным «анисовым» выраженно сладящим ароматом, в последующем с пряным, чуть вяжуще-горчащим вкусом. Широко применяются в европейской и азиатской кухнях. В цельном и молотом виде используют для ароматизации первых и вторых блюд, супов, бульонов, отварного, тушеного и жареного мяса (прежде всего – свинины, птицы, рыбы). Плоды применяют при квашении капусты и для соления и маринования различных овощей и фруктов, маринования рыбы и рыбпродуктов. Широко используют в кондитерском производстве, в сочетании с другими пряностями, прежде всего в составе пряничных смесей.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



АПЕЛЬСИН [15]

Citrus sinensis (L.) Osbeck.

Химический состав: в кожуре плодов эфирное масло ((+)-лимонен, цитраль, деканаль, сложные эфиры алифатических и терпеновых спиртов и сесквитерпеновые альдегиды — α - и β -синенсали. Кроме этого в состав масла входят — мирцен, α - и β -терпинены, α -терпинолен, фелландрен, п-цимол, α -пинен, α -туйен, камфен, сабинен, фарнезен, α - и β -кубебены, α - и β -копаены, β -элемен, кариофиллен, α - и β -гумулены, валенсен, δ -кадинен, α - и β -илангены, α -терпинеол, цитронеллол, линалоол, нерол, гераниол и др.), жирное масло, каротиноиды, органические кислоты, витамины С, РР, А, В₁, В₂, В₃, В₆, В₉, Е.

Часть растения	Сведения о применении
цедра	Цедру добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей Используют в супах — холодных (окрошки, свекольник) и классических (борщ, щи, уха, солянка). С цедрой готовят десерты и выпечку (булочки, бисквиты, кексы, шарлотки, манники, сладкие пудинги), мороженое. Цедру применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу. Все виды цедры используют для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе.

П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



АФРАМОМУМ УЗКОЛИСТЫЙ (КАРДАМОН АФРИКАНСКИЙ, К. УЗКОЛИСТЫЙ) [16]*Aframomum angustifolium K. Schum.*

Химический состав: в плодах эфирное масло (амидон, цинеол, терпенеол, терпинилацетат, резин и др. — до 1,88%), жирное масло, железо; фосфор, цинк, витамины В, магний, кальций.

Часть растения	Сведения о применении
плоды	<p>Как и все афрамомумы, обладает ярким, смолисто-пряным ароматом и жгучим вкусом. Им ароматизируют колбасы и сыры. Добавляют в кондитерские изделия, тесто для оладий, печенья, пряников, коврижек, булочек с изюмом, сладких пирогов с начинкой из мака, пудингов и др. Используют в кашах, заварных кремах и некоторых ликерах. С ним готовят миндальные трубочки, пахлаву, шароц, варенье из баклажанов, зеленых томатов, грецких орехов, фруктов и ягод. Используется в голландских бисквитах, в скандинавских пирогах и печеньях. Афрамомум хорошо сочетается с мясными, рыбными, блюдами с морепродуктами.</p>

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



АФРАМОМУМ КОРАРИМА (КАРДАМОН КОРАРИМА) [17]
Aframotum corarima (Pereyra) Engl.

Химический состав: в плодах эфирное масло (амидон, цинеол, терпенеол, терпинилацетат, резин и др. — до 1,88%), жирное масло, железо; фосфор, цинк, витамины В, магний, кальций.

Часть растения	Сведения о применении
плоды	Афрамомум корарима обладает жгучим, слегка камфорным с легким хвойно-цитрусовым оттенком ароматом и ярким жгучим вкусом. Входит в состав различных пряных смесей. Им ароматизируют колбасы и сыры. Добавляют в кондитерские изделия, тесто для оладий, печенья, пряников, коврижек, булочек с изюмом, сладких пирогов с начинкой из мака, пудингов и др. Используют в кашах, заварных кремах и некоторых ликерах. В Индии добавляют в халву, вермишелевый пайзам. Используется в голландских бисквитах, в скандинавских пирогах и печеньях. Широко применяют в индийских сладостях и напитках. Амомум хорошо сочетается с мясными, рыбными, блюдами с морепродуктами.
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



АФРАМОМУМ МАДАГАСКАРСКИЙ (ЛУНГУЗА, КАРДАМОН ДАНИЭЛЯ)
 [18] *Aframomum daniellii* (Hook f.) K. Schum.

Химический состав: в плодах эфирное масло (амидон, цинеол, терпенеол, терпинилацетат, резин и др. — до 1,88%), жирное масло, железо; фосфор, цинк, витамины В, магний, кальций.

Часть растения	Сведения о применении
плоды	Афрамомум мадагаскарский, популярный в мадагаскарской, индийской и непальской кухне, реже встречается других азиатских странах, хотя, например, в Южном Китае его молотые семена могут включать в усянмянь — «порошок пяти специй». Он также улучшает вкус и ароматизирует все вегетарианские супы, в особенности гороховые и бобовые, а также соусы, картофельные салаты, рисовые блюда, подливки, тушеные овощи. Входит в состав пряностей для приготовления рыбы, мяса (особенно жирного) и птицы.
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



АФРАМОМУМ МЕЛЕГЕТА (МАЛАГЕТТА, ПЕРЕЦ ГВИНЕЙСКИЙ, РАЙСКОЕ ЗЕРНЫШКО) [19]

Aframomum meleguetta (Rocs.) K. Schum.

Химический состав: в плодах эфирное масло (амидон, цинеол, терпенеол, терпинилацетат, резин и др. — до 1,88%), жирное масло, железо; фосфор, цинк, витамины В, магний, кальций.

Часть растения	Сведения о применении
плоды, листья	В качестве пряности используют плоды и листья («узиза»). Вкус насыщенный, сложный, похожий чем-то на <i>белый перец</i> (см.) или <i>кардамон</i> (см.), но с елово-можжевельным ароматом. Мелегету применяют в западно-африканской кухне для придания остроты ипряного аромата традиционным блюдам, кашам или стью. Часто используют вместе с <i>чёрным перцем</i> (см.). Широко употребляется в Западной и Северной Африке, в марокканских и тунисских пряных смесях. Афрамомум отлично подходит к пюре, супам-пюре, рагу из кабачков, тыквы и других овощей, а также к сливочному соусу. Сладкие нотки, содержащиеся во вкусе афрамомума, органично сочетаются с фруктами, десертами, традиционной выпечкой и ореховыми сладостями; кроме того, они совмещаются с <i>корицей</i> (см.) и кардамоном. Добавленные в перцемолку вместе с чёрным, белым и <i>душистым перцем</i> (см.), плоды афрамомума элегантно оттенят вкус бифштекса. Также они дополняют паштеты, колбасы, запечённые свинину или дичь (в том числе птицу).

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



БАДЬЯН ЗВЁЗДЧАТЫЙ (БАДЬЯН ОБЫКНОВЕННЫЙ, АНИС ЗВЁЗДЧАТЫЙ) [20]*Illicium verum Hook.*

Химический состав: в плодах эфирное масло (транс-анетол, цис-анетол, метилхавикол, анисовый альдегид, лимонена, линалоол и др.), органические кислоты, смолы, эфиры, пигменты

Часть растения	Сведения о применении
плоды	<p>Как пряность используют одеревевшие коричневые звездообразные плоды (в измельченном виде – сильно пахучий крупнозернистый порошок отчасти желто-коричневый, отчасти красновато-бордовый). Обладает ярким «анисовым» ароматом и сладко-горьким вкусом. Широко используется в кондитерском производстве: печенье, пироги, коврижки, кисели, пудинги, каши, фруктовые блюда, варенья, сбитни, ликеры, настойки. Прекрасно сочетаясь с вишней, бадьян в вишневом варенье помогает ему не засахариваться до 3 лет. В Азии используют в мясных (баранина, свинина) и блюдах из птицы (утка, курица, фазан). Можно смешивать бадьян с сахаром и растительным маслом. Вьетнамцы любят супы из говядины с бадьяном, индонезийцы готовят с этой специей густой соус. Китайцы добавляют бадьян в заливное из утки, почки с кунжутом и чесноком, маринованные яйца, а также в суп из акульих плавников. В Армении бадьян добавляют в фаршированную тыкву и маринованный виноград. Бадьяном ароматизируют чай и кофе.</p>
<p>П <i>Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.</i></p>	



БАЗИЛИК БЛАГОРОДНЫЙ (БАЗИЛИК ОБЫКНОВЕННЫЙ) [21]
Ocimum basilicum L.

Химический состав: в траве эфирное масло (эвгенол, метилхавикол, цинеол, линалоол, камфара, оцимен) – до 4,5%, дубильные вещества (до 6%), гликозиды, сапонины, углеводы, протеины, рутин, витамин С

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава в свежем и сушеном виде обладают специфическим «базиликовым» пряно-бальзамическим ароматом. Листья и траву используют в национальных кавказских кухнях (под названиями «реан», «реган», «райхон» и т.д.), в кухнях Западной Европы и Азии. Свежую траву применяют в различных салатах, как гарнировку мяса (особенно приготовленного на открытом огне или углях). В высушенном виде порошок из листьев и соцветия используют для ароматизации овощных и мясных бульонов, вторых мясных блюд, при приготовлении колбас и копченостей, для ароматизации блюд из картофеля и риса, а также при мариновании овощей, фруктов, речной рыбы и морепродуктов.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



БАЗИЛИК МЯТОЛИСТНЫЙ [22]
Ocimum menthaefolium Hochst ex Benth.

Химический состав: в траве эфирное масло (эвгенол, метилхавикол, цинеол, линалоол, камфара, оцимен) – до 4,5%, дубильные вещества (до 6%), гликозиды, сапонины, углеводы, протеины, рутин, витамин С

Часть растения	Сведения о применении
травя	<p>Трава в свежем и сушеном виде обладают специфическим «базиликовым» пряно-бальзамическим ароматом, со смолисто-мятным и пряно-камфорным оттенком. Листья и траву используют в национальных кавказских кухнях (под названиями «реан», «реган», «райхон» и т.д.), в кухнях Западной Европы и Азии. Свежую траву применяют в различных салатах, как гарнировку мяса (особенно приготовленного на открытом огне или углях). В высушенном виде порошок из листьев и соцветия используют для ароматизации овощных и мясных бульонов, вторых мясных блюд, при приготовлении колбас и копченостей, для ароматизации блюд из картофеля и риса, а также при мариновании овощей, фруктов, речной рыбы и морепродуктов.</p>
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



БАЗИЛИК ПРИЯТНЕЙШИЙ (БАЗИЛИК ЭВГЕНОЛЬНЫЙ) [23]
Ocimum gratissimum L.

Химический состав: в траве эфирное масло (эвгенол, метилхавикол, цинеол, линалоол, камфара, оцимен) – до 4,5%, дубильные вещества (до 6%), гликозиды, сапонины, углеводы, протеины, рутин, витамин С

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава в свежем и сушеном виде обладают специфическим «базиликовым» пряно-бальзамическим ароматом, с гвоздично-перечно-бальзамическим оттенком. Листья и траву используют в национальных кавказских кухнях (под названиями «реан», «реган», «райхон» и т.д.), в кухнях Западной Европы и Азии. В высушенном виде порошок из листьев и соцветия используют для ароматизации овощных и мясных бульонов, вторых мясных блюд, при приготовлении колбас и копченостей, для ароматизации блюд из картофеля и риса, а также при мариновании овощей, фруктов, речной рыбы и морепродуктов.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



БАЗИЛИК СВЯЩЕННЫЙ [24]*Ocimum sanctum L.*

Химический состав: в траве эфирное масло (эвгенол, метилхавикол, цинеол, линалоол, камфара, оцимен) – до 4,5%, дубильные вещества (до 6%), гликозиды, сапонины, углеводы, протеины, рутин, витамин С

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава в свежем и сушеном виде обладают специфическим «базиликовым» пряно-бальзамическим ароматом, с перечно-бальзамическим оттенком. Листья и траву используют в национальных кавказских кухнях (под названиями «реан», «реган», «райхон» и т.д.), в кухнях Западной Европы и Азии. В высушенном виде порошок из листьев и соцветия используют для ароматизации овощных и мясных бульонов, вторых мясных блюд, при приготовлении колбас и копченостей, для ароматизации блюд из картофеля и риса, а также при мариновании овощей, фруктов, речной рыбы и морепродуктов.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



БАЗИЛИК СЕДОЙ (БАЗИЛИК КАМФОРНЫЙ) [25]

Ocimum sanctum Sims L.

Химический состав: в траве эфирное масло (эвгенол, метилхавикол, цинеол, линалоол, камфара, оцимен) – до 4,5%, дубильные вещества (до 6%), гликозиды, сапонины, углеводы, протеины, рутин, витамин С

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава в свежем и сушеном виде обладают специфическим «базиликовым» пряно-бальзамическим ароматом, с пряно-камфорным оттенком. Листья и траву используют в национальных кавказских кухнях (под названиями «реан», «реган», «райхон» и т.д.), в кухнях Западной Европы и Азии. Свежую траву применяют в различных салатах, как гарнировку мяса (особенно приготовленного на открытом огне или угля). В высушенном виде порошок из листьев и соцветия используют для ароматизации овощных и мясных бульонов, вторых мясных блюд, при приготовлении колбас и копченостей, для ароматизации блюд из картофеля и риса, а также при мариновании овощей, фруктов, речной рыбы и морепродуктов.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



БАРХАТЦЫ РАСПРОСТЕРТЫЕ (ИМЕРЕТИНСКИЙ ШАФРАН) [26]*Tagetes patula L.*

Химический состав: в цветках алкалоиды, флавоноиды, сапонины, эфирное масло, жирное масло, пигменты, углеводы, смолы, камеди, дубильные вещества, протеины, витамины С, В, каротин, минеральные соли

Часть растения	Сведения о применении
цветки, лепестки цветков	Используются цветки в маринованном виде, лепестки цветков в сушеном виде. В свежем виде запах характерный, «астровый», резкий. В высушенном виде вкус пряный, аромат становится фруктовым, насыщенным, похожим на запах смеси мякоти высушенной хурмы и корок граната. Сушеные лепестки цветков применяют для ароматизации салатов, ароматизации и подкрашивания (придают продуктам желтый цвет) мясных, рыбных и овощных бульонов и супов, приготовлении вторых мясных блюд (особенно широко применяется в кавказской кухне), выпечке хлеба. Полураспустившиеся цветки маринуют и используют как <i>каперсы</i> (см.).
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



БЕДРЕНЕЦ КАМНЕЛОМКОВЫЙ (АНИС ДИКИЙ) [27]*
Pimpinella saxifraga L.

Химический состав: в корнях эфирное масло (до 0,7%), флавоноиды (спондин, умбеллиферон, изобергаптен, пимпинеллин и пр.), дубильные вещества, смолы, углеводы, сапонины, пектины, органические кислоты (бензойная, уксусная и п.), минеральные соли (калий, кальций). В плодах и траве эфирное масло (до 0,2%), флавоноиды, сапонины, кумарины, протеины (до 11%), жирное масло (до 2%), клетчатка (до 32%), органические кислоты, минеральные соли

Часть растения	Сведения о применении
плоды, корневище	Плоды обладают умеренно выраженным «тминным» ароматом. Используют при выпечке хлеба. Корневище обладает приятным нежным, немного сладковатым душистым ароматом с огуречным оттенком. Приправа обладает интересным свойством: после добавления ее в блюдо практически не ощущается на вкус и запах, но спустя некоторое время проявляет себя намного отчетливее. Чаще всего используют для приготовления рыбы и других морепродуктов. Также применяют в салатах, супах, пасте, соусах. Для приготовления мясных, овощных, яичных блюд используют заранее высушенные и натертые до консистенции порошка корневища. Если в блюдо добавить пару капель лимонного сока, то аромат бедренца значительно усиливается.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.

* – Аналогичными свойствами обладает **Бедренец известколюбивый** (*Pimpinella titanophila Woronow*) [28]



БЕКХАУСИЯ ЦИТРИДОРА (БАКХУЗИЯ, МИРТ ЛИМОННЫЙ) [29]
Backhousia citriodora L.

Химический состав: в листьях и цветочных бутонах эфирное масло (монотерпеновые спирты (линалоол и цитронеллол), альдегиды (α и β циклоцитраль, L-цитронеллаль, нераль и гераниал, экзо-зоцитраль, транс-изогераниаль и -изоцитраль, цис-изоцитраль и цитраль), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
листья, цветочные бутоны	Листья и цветочные бутоны обладают выраженным лимонным ароматом с тонкими гвоздичными тонами. Хорошо сочетается с самыми разнообразными компонентами, орехами, <i>чесноком</i> (см.), <i>жгучим перцем</i> (см.), фруктами, кокосовым молоком, лапшой, отварным рисом, свежими овощами, куриными яйцами, рыбой. Бакхузией смазывают отбитое мясо, которое планируется в дальнейшем запекать в духовом шкафу или обжаривать. В Индии добавляют при заваривании черного чая. Можно использовать для приготовления различных освежающих летних напитков и домашнего алкоголя. В сушеном измельченном виде используют для приготовления некоторых видов выпечки и десертных блюд, в тесто для домашнего хлеба.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



БЕРГАМОТ [30]

Citrus bergamia (*Citrus x aurantium* var. *bergamia*)

Химический состав: в кожуре плодов эфирное масло (октен, мирцен, оцимен, (+)-лимонен, дипентен, терпинолен, α - и γ -терпинены, α - и β -фелландрены, α - и β -пинены, камфен, 3-карен, туйен, сабинен, γ -бисаболен, кариофиллен, α -бергамотен, α - и β -гумулены, бергаптен, цитроптен, бергамотин, п-цимол, линалоол, гераниол и др.), жирное масло, каротиноиды, органические кислоты, витамины С, РР, А, В₁, В₂, В₃, В₆, В₉, Е.

Часть растения

Сведения о применении

цедра

Цедру добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей. Используют в супах – холодных (окрошки, свекольник) и классических (борщ, щи, уха, солянка). С цедрой готовят десерты и выпечку (булочки, бисквиты, кексы, шарлотки, манники, сладкие пудинги), мороженое. Цедру применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу, используют для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



БИКСА АННАТОВАЯ (АННАТО, БИКСА ОРЕЛЛАНА) [31]
Bixa orellana L.

Химический состав: в плодах эфирное масло (амидон, цинеол, терпенеол, терпинилацетат, резин и др. – до 1,34%), каротиноидные пигменты (биксин, норбиксин), витамины В₂ и В₃, кальций, железо, магний, протеины.

Часть растения	Сведения о применении
плоды	<p>Семена аннато обладают сладковато-перечным вкусом и пряным ароматом с тонами <i>мускатного ореха</i> (см.). Для использования в кулинарии, промывают и высушивают отдельно от мякоти. Оранжевый пищевой краситель, изготавливаемый из шелухи, используют в молочной промышленности для подкрашивания таких сортов сыра, как эдамский, мюнстерский, красный лестерский и красный чеширский. Семенами аннато ароматизируют и подкрашивают напитки, блюда из курицы, индейки, рыбы, креветок, риса и различных овощей – фасоли, батата, помидоров, тыквы, сладкого перца.</p>
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



БУДРА ПЛЮЩЕВИДНАЯ (ПУЛЕГИЕВАЯ МЯТА) [32]
Glechoma hederacea L.

Химический состав: в траве эфирное масло (до 0,06%), альдегиды, горечи, свободные аминокислоты (метионин, серин, цистеин), холин, алкалоиды, сапонины, гликозиды, дубильные вещества (до 8%), смолы, витамин С (до 78,9 мг/100 г), каротин

Часть растения	Сведения о применении
травя	Свежее растение обладает резким, интенсивным сложным бальзамически-перечным ароматом. В свежем виде не применяется, в связи с наличием токсичных гликозидов, полностью разрушающихся при высушивании. Как пряность используется только в высушенном виде. Сухая трава и листья обладают сложным пряным ароматом <i>кардамона</i> (см.), <i>яблочной мяты</i> (см.) и <i>черного перца</i> (см.). Используют для приготовления всех видов мяса, в первую очередь – дичи (лось, кабан), и вместе с плодами <i>можжевельника</i> (см.), <i>листьями полыни обыкновенной</i> (см.) и <i>иссопа</i> (см.) – для придания аромата «дичи» другим мясным блюдам. Также порошок листьев применяют для ароматизации овощных и мясных бульонов, вторых блюд из птицы и рыбы, гарниров из картофеля, риса и бобовых.

П *Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.*



БУТЕНЬ ХОРОСАНСКИЙ [33]***Chaerophyllum khorossanicum Czerniak. ex Schischk.***

Химический состав: в корнях эфирное масло, летучий алкалоид херофиллин, крахмал, 0,7% флавоноиды – до 0,7%, кумарины – до 0,4%, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
корни	<p>Корни бутеня хоросанского обладают сильным приятным пряным запахом, напоминающим <i>сельдерей</i> (см.), и жгучим вкусом, несколько ослабевающими при сушке. Испытаны и одобрены в качестве пряности в рыбной промышленности. В кулинарии используется как приправа, его добавляют в салаты, соусы, винегреты. Листья и стебли прекрасно дополняют салаты, хорошо сочетаются с другими салатными растениями. Румыны и молдаване из молодых побегов растения готовят вкусные зеленые борщи и супы. Корни бутеня употребляют как в сыром, так и вареном и жареном виде. На вкус они напоминают жареные каштаны. Листья растения придают яркий аромат грибным супам и рассольникам. Зелень отлично сочетается с огурцами, творогом, майонезом и другими популярными продуктами.</p>



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ВАНИЛЬ ПЛОСКОЛИСТНАЯ (ВАНИЛЬ) [34]

Vanilla planifolia Jackson

Химический состав: в стручках эфирное масло (ванилин-4-окси-3-метоксибензальдегид, ванилин, кумарин, ванилиновая кислота, коричная кислота, лимонен, сабинен), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, рутин, каротин, пигменты

Часть растения	Сведения о применении
стручки	Стручки ванили коричневого цвета, покрытые белым кристаллическим налетом, обладают сладким ванильным ароматом и горьким вкусом. Чаще всего ваниль добавляют в бисквитное тесто, к ореховому и имбирному печенью. Если же выпечка нуждается в пропитке, целесообразней добавлять ваниль именно в пропитывающий состав. Крема, муссы, кисели и компоты обогащаются ванильным ароматом непосредственно перед подачей, мороженное и шоколад – на завершающем этапе приготовления. Ваниль используют в алкогольных напитках, в частности ликерах, готовят кофе с ванилью. Необычные изысканные нотки придаст ваниль и маринованному мясу.

П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



ВАСИЛЕК КРУПНОГОЛОВЫЙ [35]*Centaurea macrocephala L.*

Химический состав: в цветках ксантогликозиды (цикорин, цитаурин, цинарин и пр.), пигменты (дигликозид цианидина, дигликозид пеларгонидина, пеларгонин-хлорид), флавоновые гликозиды (апигенин, лютеолин, кверцетин, кемпферол), эфирное масло, горечи, углеводы, органические кислоты

Часть растения	Сведения о применении
цветки	<p>Краевые цветки василька крупноголового обладают горьковато-нежным, чуть пряным ароматом и вкусом. Приправа из васильков, смешанная с другими пряностями, может применяться в процессе производства паштетов, колбас, консервов, томатных соусов, обогащая их вкус. Порошок из семян – для изготовления перечных смесей (вместо гвоздики, душистого перца). Так же порошок применяют в качестве приправы к супам, борщам, подливам к рыбным и мясным блюдам. Добавляя цветки в соусы, заправки для супов, можно придать им пряный привкус, напоминающий перечную смесь. Растертые листья и цветочные почки с добавлением <i>розмарина</i> (см.) и <i>чабера</i> (см.) могут служить заменой перца.</p>
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ВАСИЛЕК ЛУГОВОЙ [36]

Centaurea jacea L.

Химический состав: в цветках ксантогликозиды (цикорин, цитаурин, цинарин и пр.), пигменты (дигликозид цианидина, дигликозид пеларгонидина, пеларгонин-хлорид), флавоновые гликозиды (апигенин, лютеолин, кверцетин, кемпферол), эфирное масло, горечи, углеводы, органические кислоты

Часть растения	Сведения о применении
цветки	Краевые цветки василька лугового обладают нежным, чуть пряным горьковатым ароматом и вкусом. Приправа из васильков, смешанная с другими пряностями, может применяться в процессе производства паштетов, колбас, консервов, томатных соусов, обогащая их вкус. Порошок из семян – для изготовления перечных смесей. Его применяют в качестве приправы к супам, борщам, подливам к рыбным и мясным блюдам. Растертые листья и цветочные почки с добавлением <i>розмарина</i> (см.) и <i>чабера</i> (см.) могут служить заменой перца. Листья василька можно использовать для приготовления василькового уксуса. Добавив листья василька в перловый, гороховый суп, соусы для мяса и рыбы, Вы придадите им вкус, напоминающий перец, и изысканный аромат <i>лимона</i> (см.), <i>мяты</i> (см.) и <i>гвоздики</i> (см.).

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ВАСИЛЕК СИНИЙ [37]*Centaurea cyanus L.*

Химический состав: в цветках ксантогликозиды (цикорин, цитаурин, цинарин и пр.), пигменты (дигликозид цианидина, дигликозид пеларгонидина, пеларгонин-хлорид), флавоновые гликозиды (апигенин, лютеолин, кверцетин, кемпферол), эфирное масло, горечи, углеводы, органические кислоты

Часть растения	Сведения о применении
цветки	<p>Краевые цветки василька синего обладают нежным и пряным горьковатым ароматом и вкусом. Приправа из васильков может применяться в процессе производства паштетов, колбас, консервов, томатных соусов, обогащая их вкус. Порошок из семян – для изготовления перечных смесей (вместо гвоздики, душистого перца). Так же порошок применяют в качестве приправы к супам, боршам, подливам к рыбным и мясным блюдам. Добавляя цветки в соусы, заправки для супов, можно придать им перечно-пряный привкус. Растертые листья и цветочные почки с добавлением <i>розмарина</i> (см.) и <i>чабера</i> (см.) могут служить заменой перца. Листья василька можно использовать для приготовления василькового уксуса. Васильками также можно подкрашивать домашние вина. Листья василька в перловом и гороховом супе, соусах для мяса и рыбы придут им аромат <i>лимона</i> (см.), <i>мяты</i> (см.) и <i>гвоздики</i> (см.).</p>



Пряность межрегионального значения. *Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.*



ВАСИЛЕК ШЕРОХОВАТЫЙ [38]

Centaurea scabiosa L.

Химический состав: в цветках ксантогликозиды (цикорин, цитаурин, цинарин и пр.), пигменты (дигликозид цианидина, дигликозид пеларгонидина, пеларгонин-хлорид), флавоновые гликозиды (апигенин, лютеолин, кверцетин, кемпферол), эфирное масло, горечи, углеводы, органические кислоты

Часть растения	Сведения о применении
цветки	Краевые цветки василька шероховатого обладают нежным, чуть пряным и несколько горьковатым ароматом и вкусом. Приправа из васильков, смешанная с другими пряностями, может применяться в процессе производства паштетов, колбас, консервов, томатных соусов, обогащая их вкус. Порошок из семян – для изготовления перечных смесей. Его применяют в качестве приправы к супам, борщам, подливам к рыбным и мясным блюдам. Растертые листья и цветочные почки с добавлением <i>розмарина</i> (см.) и <i>чабера</i> (см.) могут служить заменой перца. Листья василька можно использовать для приготовления василькового уксуса. Добавив листья василька в перловый, гороховый суп, соусы для мяса и рыбы, Вы придадите им вкус, напоминающий перец, и изысканный аромат <i>лимона</i> (см.), <i>мяты</i> (см.) и <i>гвоздики</i> (см.).

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ВЕРБЕНА БУЭНОСАЙРЕССКАЯ (ВЕРБЕНА ПАХУЧАЯ) [39]
Verbena bonariensis L.

Химический состав: в траве эфирное масло (лимонен, терпены, цитраль, гериаль, нераль, гераниол, вербенин, нерол, шпатуленол, сабинен и др.), кремниевая кислота, дубильные вещества, иридоидгликозиды (вербеналин, вербенин, аукубин, хастатозид), стероиды (ситостерин), тритерпеноиды (лулеол, урсоловая кислота), флавоноиды (артеметин), витамины, микроэлементы.

Часть растения	Сведения о применении
травя, корни	Аромат травы и корней пряный, специфический, освежающий, с легкими цветочными и цитрусовыми нотками. Вербена является прекрасным ароматизатором для большинства кулинарных блюд, в том числе при варке и жарении мяса, рыбы и птицы. В этом качестве используются листочки, цветки, побеги и корни вербены. Вербену применяют в желе и в джемах. Корни вербены используются для маринования и соления огурцов. Во Франции вербену применяют при изготовлении виноградного бренди и ликёров.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ВИТЕКС СВЯЩЕННЫЙ (ПЕРЕЦ МОНАШЕСКИЙ, ПРУТНЯК ОБЫКНОВЕННЫЙ) [40]

Vitex agnus-castus L.

Химический состав: в плодах эфирное масло (пинен, цинеол, сабинен, пальмитиновая кислота и др.). В листьях эфирное масло (α - и β -пинены, цинеол, сабинен, пальмитиновая кислота, хинон, лимонен, п-цимол, линимол, камфара, борнилацетат и др.), аскорбиновая кислота, гликозид агнузид, иридоиды, флавоноиды. Все части растения содержат иридоиды (аукубин, агнозид), флавоноиды (кастицин, изовитексин, ориентин, изоориентин), алкалоиды, дубильные вещества, витамины, микроэлементы.

Часть растения	Сведения о применении
плоды, семена, листья	Плоды и листья витекса обладают пряным, перечно-мятным, чуть охлаждающим смолистым ароматом с тонким оттенком пименты. Плоды, остропряные семена и листья добавляют в мясные блюда, супы, варёные и полукопченые колбасы, рыбные консервы. Он великолепно сочетается с другими специями: <i>ажгоном</i> (см.), <i>анисом</i> (см.), <i>базиликом</i> (см.), <i>гвоздикой</i> (см.), <i>горчицей</i> (см.), <i>любими перцами</i> , <i>имбирем</i> (см.), <i>кориандром</i> (см.), <i>зирой</i> (см.), <i>майораном</i> (см.), <i>мятой</i> (см.), <i>душицей</i> (см.), <i>петрушкой</i> (см.), <i>розмарином</i> (см.), <i>сельдереем</i> (см.), <i>тимьяном</i> (см.), <i>тмином</i> (см.), <i>укропом</i> (см.), <i>нигеллой</i> (см.), <i>чесноком</i> (см.), <i>шалфеем</i> (см.), <i>эстрагоном</i> (см.). При консервировании грибов, овощей и фруктов витекс применяют в качестве заменителя <i>душистого перца</i> (см.).

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ВОРОНОЧНИК РОЖКОВИДНЫЙ (ВОРОНОЧНИК СЕРЫЙ) [41]
Craterellus cornucopioides (L.) Pers.

Химический состав: в плодовом теле эфирное масло, белки и свободные аминокислоты (лейцин, тирозин и пр.), эргостерин, пигменты, липоиды, ферменты, протеины, углеводы, минеральные соли (медь, железо, цинк, калий, кальций, натрий и пр.).

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	Гриб обладает умеренно выраженным «грибным» запахом, с выраженными тонами сливы мирабель, мякоть горьковатая. В высушенном виде используется как приправа к блюдам из мяса и соусам в кухнях Англии, Германии, Финландии и Франции. Хорошо сочетается с мясом говядины, тушеным и в начинках для пирогов.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ГВОЗДИЧНОЕ ДЕРЕВО (ГВОЗДИКА, ГВОЗДИКА ДУШИСТАЯ) [42]
Sisigium aromaticum (L.) Merr et Perry

Химический состав: в цветочных бутонах эфирное масло (эвгенол – более 70 %, ацетат эвгенола – до 13 %, кариофиллен, β -мирцен, α - и β -пинены, иланген, γ -селинен, β -элемен, гептанол, нонанол, бензиловый спирт, хавикол, бензальдегид, ванилин, фурфурол и фурфуриловый спирт, метилбензоат и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, пигменты

Часть растения	Сведения о применении
цветочные бутоны	Обладает ярким сладко-пряным и чуть смолисто-горьковатым ароматом и пряно-жгучим вкусом. Используют в приготовлении напитков, десертов и различных блюд: супов, рагу, мяса, риса, соусов. Целые или молотые бутоны гвоздики используются для ароматизации соусов, супов и блюд из риса, преимущественно ряда традиционных индийских блюд. Остро-сладкий аромат идеально подходит для мяса, такого как говядина или оленина, а также для фруктов, особенно яблок, <i>апельсинов</i> (см.), слив и маринованных овощей. Без нее не обходится ни один классический маринад. Особенно удачно сочетается гвоздика с яблоками. Молотую гвоздику применяют в десертах и напитках, таких как глинтвейн, сидр, теплый пунш или чай.

П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



ГВОЗДИЧНЫЙ ГРИБ (ОПЕНОК ЛУГОВОЙ, НЕГНИЮЧНИК ЛУГОВОЙ)**[43]***Marasmius oreades Fr.*

Химический состав: в плодовом теле антибиотики, маразмовая кислота, трегалоза, протеины, ферменты, жиры, углеводы, эфирное масло, органические кислоты, витамины В, минеральные соли

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	Гриб обладает интенсивным «гвоздичным» ароматом, сохраняющимся при сушке. Грибы используют в вареном и жареном виде, как самостоятельное блюдо. Их можно замораживать, солить и мариновать. Из плодовых тел готовят грибную икру, супы, соусы, вторые блюда, добавляют в паштеты и запеканки. В высушенном и перемолотом в порошок виде используют как пряность при приготовлении грибных блюд из шампиньонов и вешенки, для ароматизации овощных и мясных бульонов и супов. Вводят в сливочные и масляные соусы, в блюда и гарниры из риса и картофеля.
<p>П <i>Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</i></p>	



ГЕДИХИЙ ВЕНЦЕНОСНЫЙ (КЕМФЕРИЯ ГЕДИХИЙ, ИМБИРНАЯ ЛИЛИЯ, КЕМПФЕРИЯ) [44]

Hedychium coronarium F. Koenig

Химический состав: в корнях эфирное масло (цис- и транс-этилциннамат, цис- и транс-п-метоксиэтилциннамат, 1,8-цинеол, эвгенол, борнеол, 3-карен, п-метоксистирол, анисовый альдегид, камфен, п-цимол, α - и β -пинены, лимонен, терпинен-4-ол, α -терпинеол, β -фелландрен, эвкарвон, борнилацетат, β -элемен, α -терпинилацетат, пентадекан, γ -кадинен), органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты.

Часть растения	Сведения о применении
корни	В азиатской кухне гедихий применяют как полноценный заменитель <i>имбиря</i> (см.), но нормы закладки уменьшают вдвое. Корень гедихия венценосного имеет смолистый запах, отдаленно напоминающий запах сосновых иголок, эвкалипта и имбиря. Сушеный галангал более пряный, имбирно-сладковатый. Острый свежий аромат и вкус гедихия отлично сочетается с кокосом, <i>перцем чили</i> (см.), листьями <i>лайма-каффир</i> (см.), <i>лимонграссом</i> (см.), рыбным соусом, тамариндом. Аромат гедихия хорошо сочетается с луком (см.) и <i>чесноком</i> (см.).

П Пряный межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ГЕДИХИЙ КОЛОСИСТЫЙ (КЕМФЕРИЯ КОЛОСИСТАЯ, ИМБИРЬ ЯВАНСКИЙ) [45]

Hedychium spicatum Buch.-Ham.

Химический состав: в корнях крахмал, смолы, дубильные вещества, эфирное масло (цис- и транс-этилциннамат, цис- и транс-п-метоксиэтилциннамат, 1,8-цинеол, эвгенол, борнеол, 3-карен, п-метоксистириол, анисовый альдегид, камфен, п-цимол, α - и β -пинены, лимонен, терпинен-4-ол, α -терпинеол, β -фелландрен, эвкарвон, борнилацетат, β -элемен, α -терпинилацетат, пентадекан, γ -кадинен), органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты.

Часть растения	Сведения о применении
корни	Гедихий колосистый особенно ценят на Яве и в Таиланде, где добавляют во многие традиционные блюда, например, в суп «том-ям». В китайской кухне применяют как заменитель имбиря (см.), но нормы закладки уменьшают в 2-4 раза. Свежий корень имеет смолисто-пряный запах, который при сушке становится более пряным, сладким, с коричневым оттенком. В пищу используют не только молодые корневища, но и ароматные стебли, почки и цветки, весьма пряные в свежем виде. Острый свежий аромат и вкус отлично сочетается с кокосом, перцем чили (см.), листьями каффир-лайма (см.), лимонграссом (см.), рыбным соусом, тамарином. Аромат гедихия хорошо гармонирует с луком (см.), чесноком (см.) и пореем (см.).
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



ГОВОРУШКА ДУШИСТАЯ (ГОВОРУШКА АНИСОВАЯ, ГОВОРУШКА ПАХУЧАЯ) [46]

Clitocybe odora Fr.

Химический состав: в плодовом теле эфирное масло, антибиотики (клитоцибин и др.), протеины, ферменты, жиры, углеводы, органические кислоты, витамины В, минеральные соли

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	Гриб обладает слабо выраженным «пресным» вкусом и очень интенсивным «укропно-анисовым» ароматом, сохраняющимся при сушке и термической обработке. Грибы используют в вареном и жареном виде, как самостоятельное блюдо, а также добавляют при приготовлении других грибов для придания блюдам из них «анисового» запаха. Как пряность применяют для ароматизации первых и вторых блюд, овощных или мясных супов, бульонов, отварного, тушеного и жареного мяса (прежде всего – свинины, птицы, рыбы). Используют при приготовлении соусов (сливочных, грибных, томатных, «темных») и жульенов.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ГОРЕЦ ПЕРЕЧНЫЙ (ВОДЯНОЙ ПЕРЕЦ, ГОРЕЦ ВОДЯНОЙ) [47]*Polygonum hydropiper L.*

Химический состав: в траве и корнях гликозиды (политопинерин), флавоноиды (гиперозид, кверцетин, кверцитрин, рутин, кемпферол, рамнезин, изорамнетин), дубильные вещества, эфирное масло, витамины (А, D, Е, К, С), органические кислоты (муравьиная, уксусная, яблочная, хлорогеновая, паракумаровая, валериановая), флабофен, фитостерин, углеводы, слизь, воски, минеральные соли (марганец, магний, титан, серебро)

Часть растения	Сведения о применении
корни	Свежие корни обладают невыразительным травянистым запахом и горько-острым вкусом. При высушивании корни приобретают умеренно выраженный «пыльно-перечный» аромат и жгуче-острый чуть горчащий вкус. Используется как заменитель черного и белого перца при приготовлении бульонов, супов, вторых блюд, при мариновании рыбы, морепродуктов и овощей.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ГОРЧИЦА БЕЛАЯ [48]*
Brassica alba L. (Sinapis alba L.)

Химический состав: в семенах жирное масло (до 35%), эфирное масло (до 1%), глюкозинолаты (синигрин, мирозин, синальбин) – до 2,5%, калийная соль мионовой кислоты, ферменты (мирозин, мирозиназа), протеины, слизи (до 25%), углеводы, минеральные соли (до 10%).

Часть растения	Сведения о применении
семена	Свежие семена пресные, обладают маслянистым «льняным» привкусом. В них содержатся глюкозинолаты и фермент мирозиназа. В присутствии воды смесь этих веществ образует изотиоцианаты (горчичные масла), в том числе аллилгорчичное масло (аллилизотиоцианат), обуславливающее специфический типичный жгучий вкус и аромат горчицы. Семена используются в целом, частично или полностью измельченном виде. Горчица используется для приготовления соусов («майонез» и др.), собственно горчицы, а также для маринования мяса и овощей, приготовления жареной и тушеной рыбы, входит в состав панировочных смесей.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.

* – Аналогичными свойствами обладает **Горчица чёрная (*Brassica nigra L.*) [49]**



ГОРЧИЦА САРЕПТСКАЯ (ГОРЧИЦА РУССКАЯ, ГОРЧИЦА СИЗЯЯ) [50]
Brassica juncea (L.) Czern.

Химический состав: в семенах жирное масло (до 35%), эфирное масло (до 1%), глюкозинолаты (синигрин, мирозин, синальбин) – до 2,5%, калийная соль мириновой кислоты, ферменты (мирозин, мирозиназа), протеины (до 8,7%), слизи, углеводы (до 11,6%), минеральные соли (до 10%).

Часть растения	Сведения о применении
семена, листья	<p>Из сухих семян сарептской горчицы изготавливают порошок, который добавляют в различные букеты приправ. Она гармонирует с овощами, яйцами, сырами, мясом и рыбой. Пряность включают в состав маринадов, соусов и заправок для овощных салатов. Ее вкус помогут подчеркнуть <i>черный перец</i> (см.), <i>гвоздика</i> (см.), <i>кориандр</i> (см.) и <i>корица</i> (см.). Среди всех сортов столовой горчицы «русская» является наиболее острой и крепкой. Для ее приготовления соединяют уксус с обезжиренным жмыхом зерен. Горчичное масло применяют в кондитерской, хлебопекарной и консервной промышленности. Оно наделено терпким вкусом и пикантным ароматом. В Израиле, Сирии, Саудовской Аравии и Турции в пищу употребляют и листья растения. Их добавляют в салаты и подают в качестве гарнира к мясным блюдам. А жители Китая предпочитают молодые побеги горчицы русской засаливать и консервировать.</p>
<p>П <i>Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</i></p>	



ГРАВИЛАТ ГОРОДСКОЙ [51]

Geum urbanum L.

Химический состав: в корневищах с корнями эфирное масло (до 0,2%), дубильные вещества (до 40%), гликозиды (геин и пр.), флавоноиды, крахмал, углеводы, смолы, витамин С, каротин

Часть растения	Сведения о применении
корневища с корнями	Корневища с корнями обладают специфическим «гвоздичным» ароматом и пряным горьковато-вяжущим вкусом. Широко применяют для ароматизации различных мясных блюд, в том числе как заменитель <i>гвоздики</i> (см.). Используют при мариновании и солении морской и речной рыбы. В свежем виде вводят в состав зеленных витаминных салатов. В свежем и сушеном виде используют в качестве добавки в щи, борщи, овощные супы.
П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.	



ГРАВИЛАТ РЕЧНОЙ [52]*Geum rivale L.*

Химический состав: в корневищах с корнями эфирное масло (эвгенол и др.); дубильные вещества пирогаллолового ряда (до 23%), флавоноиды, фенолкарбоновые кислоты и их производные, алкалоиды, антоциановые пигменты (красного цвета). В листьях – до 0,12 % аскорбиновой кислоты, до 0,14 % каротина. В семенах до 20 % жирного масла.

Часть растения	Сведения о применении
корневища с корнями, листья	<p>Корневища с корнями обладают специфическим «гвоздичным» ароматом, пряным горьковато-вяжущим вкусом и способны окрашивать напитки в чайно-коричневый цвет. Используют в ликерном и пивоваренном производстве. Широко применяют для ароматизации различных мясных блюд, в том числе как заменитель <i>гвоздики</i> (см.). Используют при мариновании и солении морской и речной рыбы. Свежие листья используют в качестве «шпинатной» культуры для приготовления пюре. В свежем виде вводят в состав зеленных витаминных салатов. В свежем и сушеном виде используют в качестве добавки в щи, борщи, овощные супы.</p>
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ГРЕЙПФРУТ (ЦИТРУС РАЙСКИЙ, ПОМПЕЛЬМУС ГРОЗДЕВИДНЫЙ) [53]
Citrus paradisi Macfad.

Химический состав: в кожуре плодов эфирное масло (лимонен, цитраль, линалоол, мирцен, гераниол, пинен, и др.), жирное масло, каротиноиды, органические кислоты, витамины С, РР, А, В₁, В₂, В₃, В₆, В₉, Е.

Часть растения	Сведения о применении
цедра	Цедру добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей. Используют в супах – холодных (окрошки, свекольник) и классических (борщ, щи, уха, солянка). С цедрой готовят десерты и выпечку (булочки, бисквиты, кексы, шарлотки, манники, сладкие пудинги), мороженое. Цедру применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу. Все виды цедры используют для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе.

П *Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.*



ДЕВЯСИЛ БОЛЬШОЙ [54]*Inula grandis Schrenk. [I. macrophylla Kar. et Kir.*

Химический состав: в корнях алкалоиды, полисахариды (инулин – до 44%, инуленин, псевдоинулин, инулицин и пр.), эфирное масло (геленин, алантол, проазулен, лактон алантопикрин, сесквитерпеновые лактоны) – до 3%, смолы, камеди, слизи, пигменты, витамин Е. В листьях лактоны (алантопикрин и пр.), горечи, витамин С (до 31,6 мг/100 г)

Часть растения	Сведения о применении
корневища с корнями	<p>Высушенные корневища с корнями обладают сложным пряно-бальзамическим и смолисто-горьковатым ароматом и горьковато-бальзамическим вкусом. Как пряность применяют в кашах, супах, маринадах, соусах, кондитерских изделиях, напитках, также корни отваривают в сахарном сиропе, как отдельное блюдо. В некоторых странах корень девясила применяют в качестве отдушки для изготовления кондитерских изделий, добавляют в консервы и пищевые концентраты. Широко используется в ликеро-водочной промышленности. Девясил применяется для настоек и бальзамов, в виноделии – при производстве вермутов. Свареное в сахаре, корневище приобретает особый аромат, напоминающий <i>имбирь</i> (см.). Из молодых корней варят варенье. Входит в состав травяных чаев.</p>
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ДИПТЕРИКС ДУШИСТЫЙ (БОБЫ ТОНКА, АНГОУСТРА) [55]
Dipteryx odorata (Aubl.) Willd.

Химический состав: в плодах эфирное масло (ванилин-4-окси-3-метоксибен-зальдегид, ванилиновая кислота, коричная кислота, сабинен и др), кумарины (кумарин, 3,4-дигидрокумарин), флавоноиды, органические кислоты (пальмити-новая, олеиновая и др.), протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения

Сведения о применении

плоды

В очень малых количествах диптерикс добавляют в виде при-правы к десертам, основным компонентом которых часто является мак или кокос, ими приправляют кексы и пироги, добавляют в бисквитное тесто, к ореховому и имбирному пе-ченью. Крема, муссы, кисели и компоты обогащаются дипте-риком непосредственно перед подачей, мороженное и шоко-лад – во время приготовления. Для десертов на основе сливок или молока бобы заваривают около 10 минут, чтобы они отда-ли свой аромат, причём их можно заваривать до 10 раз. Доба-вляют диптерикс в ром, ликёры и другие алкогольные напитки.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ДИПТЕРИКС СУПРОТИВНОЛИСТНЫЙ (БОБЫ ТОНКА АНГЛИЙСКИЕ, ПАРА) [56]

Dipteryx oppositifolia Willd.

Химический состав: в плодах эфирное масло (ванилин-4-окси-3-метокси-бензальдегид, ванилиновая кислота, коричная кислота, сабинен и др), кумарины (кумарин, 3,4-дигидрокумарин), флавоноиды, органические кислоты (пальмитиновая, олеиновая и др.), протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
плоды	По составу и применению сходен с диптериксом душистым, но отличается менее выраженным ароматом и чуть более вяжущим вкусом. В очень малых количествах добавляют в виде приправы к десертам, основным компонентом которых часто является мак или кокос, ими приправляют кексы и пироги, добавляют в бисквитное тесто, к ореховому и имбирному печенью. Для десертов на основе сливок или молока бобы заваривают около 10 минут, чтобы они отдали свой аромат, причём их можно заваривать до 10 раз. Добавляют диптерикс в ром, ликёры и другие алкогольные напитки.
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



ДОННИК БЕЛЫЙ [57]
Melilotus albus L.

Химический состав: в траве и соцветиях эфирное масло (ди-2-этилгексилового эфира пальмитиновой кислоты – до 32,6 %, бензиловый спирт, салициловый альдегид, изоборниол, метилсалицилат, борнилацетат, 3-(ε)-дамасценон, ариофиллен, гумулен, иметилтетрадеканол, гермакрен, р-(ε)-ионон, α-аласкен, α-мууролен, р-сесквифелландрен, 5-кадинен, (ε)-у-бизаболен, α-кадинен, α-Калакорен, элемицин, ремолигенол, т-мууролол, (ε)-изоэлемицин и др.), алкалоиды (мелилотин), гликозиды, каротин, токоферолы, кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения

Сведения о применении

соцветия,
облиственные
верхушки

Донник белый отличается от донника желтого наличием в эфирном масле ди-2-этилгексилового эфира пальмитиновой кислоты, придающим ему более травянисто-горошковый аромат, но меньшим содержанием кумаринов. Донник белый добавляют в рыбные блюда, салаты, компоты, сыры, супы, щи, вторые блюда, соусы, разнообразные напитки, заготовки на зиму, домашний хлеб, вино. Применяют также в изготовлении безалкогольных напитков, а так же ликеров и настоек. В компоты и соки добавляют соцветия донника, за 3-5 минут до готовности.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ДОННИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ (ДОННИК ЖЁЛТЫЙ) [58]
Melilotus officinalis (L.) Pall.

Химический состав: в траве и соцветиях эфирное масло (бензиловый спирт, салициловый альдегид, изоборниол, метилсалицилат, борнилацетат, 3-(е)-дамасценон, ариофиллен, гумулен, иметилтетрадеканол, гермакрен, р-(е)-ионон, а-аласкен, а-мууролен, р-сесквифелландрен, 5-кадинен, (е)-у-бизаболен, а-кадинен, а-Калакорен, элемицин, дигидроксиизокаламендиол, ремолигенол, т-мууролол, (е)-изоэлемицин и др.), алкалоиды (мелилотин), гликозиды, каротин, токоферолы, кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
соцветия, облиственные верхушки, корни	Донник желтый добавляют в рыбные блюда, салаты, компоты, сыры, супы, щи, вторые блюда, соусы, разнообразные напитки, заготовки на зиму, домашний хлеб, вино. Используют в качестве ароматизатора в мясном, рыбном и молочном производстве. Применяют в изготовлении, как безалкогольных напитков, так и в ликеро-водочной промышленности для производства ликеров, наливок и настоек. Корни донника желтого употребляют в пищу как в сыром, так и в отваренном виде. В компоты и соки добавляют соцветия донника, за 3-5 минут до готовности.
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



ДУБРОВНИК ПУРПУРОВЫЙ (ДУБРОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ) [59]
Teucrium chamaedrys L.

Химический состав: в траве эфирное масло (пинен, кариофиллен, борнилацетат, борнеол, камфен, изоамиловый спирт, изопаперианаль и др.), тетрасахариды (стахиоза), дитерпеноиды, стеринны, иридоиды, аскорбиновая кислота, холин, горькие и дубильные вещества, флавоноиды (стигмастерин, бета-ситостерин), алкалоиды, холин, витамин С. В корнях дубильные вещества. В семенах жирное масло.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава дубровника пурпурового обладает пряным базиликово-чесночным ароматом. Молодые побеги с листьями в свежем виде используют как пряную приправу к рыбным блюдам. Сушеную траву применяют как приправу к рыбным и мясным блюдам, овощным и мясным бульонам и супам. Используется в ликеро-водочной промышленности при приготовлении бальзамов, настоек, ликеров. Вводят в составе других пряностей при засолке и мариновании грибов и овощей.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ДУБРОВНИК ЧЕСНОЧНЫЙ (СКОРДИЯ, ЗАЯЧИЙ ЧЕСНОК) [60]
Teucrium scordium L.

Химический состав: в траве эфирное масло (камфен, пинен, борнеол; и пр.), углеводы и родственные соединения, стахиоза, иридоиды, герпагид, дитерпеноиды, теукрины, стероиды (ситостерин, стигмастерин), алкалоиды, азотосодержащие соединения (холин), фенолкарбоновые кислоты (хлорогеновая), дубильные вещества, витамины, флавоноиды.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава дубровника чесночного обладает выраженным чесночным ароматом. Дубровник чесночный применяют аналогично дубровнику пурпуровому. Молодые побеги с листьями в свежем виде используют как пряную приправу к рыбным блюдам. Сушеную траву вводят в рыбные и мясные блюда, овощные и мясные бульоны и супы, в бутерброды с сыром, копченым мясом и рыбой. Используется в ликеро-водочной промышленности при приготовлении бальзамов, настоек, ликеров. Вводят в составе других пряностей при засолке и мариновании грибов и овощей.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ДУДНИК ЛЕСНОЙ [61]

Angelica silvestris L.

Химический состав: в корнях и корневищах эфирное масло (сесквитерпены, императорин, ангелицин, архангелицин и пр.) – до 0,22%, кумарины (умбеллиферон, умбеллипренин, ксантотоксин и пр.), жирное масло, органические кислоты (яблочная, ангеликовая), смолы, фитостерины, дубильные вещества, воск, крахмал.

Часть растения

плоды,
корневища
с корнями,
листья

Сведения о применении

Зрелые плоды обладают специфическим петрушечно-пряным ароматом и жгуче-горьковатым вкусом. Используют в ликероводочном производстве и в качестве ароматической добавки в супы, а также при мариновании овощей, фруктов и рыбы. Высушенные корневища обладают пряным ароматом и специфическим горьковато-жгучим вкусом. Порошок из корня добавляют в качестве приправы к мясным блюдам и соусам. Молодые побеги и листья обладают специфическим пряным ароматом и чуть сладковатым вкусом. Используют при приготовлении овощных и мясных супов, борщей, шей, холодных супов (ботвинья). Отварные листья и черешки листьев используют для приготовления салатов, начинки для пирожков. Листья, черешки листьев и молодые побеги маринуют, добавляют в высушенном виде в десерты.



П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ДУШИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ (ОРЕГАНО) [62]**Origanum vulgare L.*

Химический состав: в траве эфирное масло (тимол – до 44%, фенолы, цимол, геранилацетат, карвакрол и пр.) – до 1,2%, флавоноиды, сесквитерпены (до 12,5%), свободные спирты (до 5%), фенольные кислоты, жирные масла, витамин С (до 565 мг/100 г), дубильные вещества, пигменты

Часть растения	Сведения о применении
травя, листья, облиственные цветущие верхушки, цветки	Свежие и высушенные листья и цветки обладают выраженным, интенсивным чуть горьковатым смолистым ароматом с нотами <i>майорана</i> (см.) и <i>чабреца</i> (см.). Листья в свежем виде используют для ароматизации салатов, добавляют в овощные бульоны и бульоны из птицы, в смеси с другими травами и зелеными культурами используют в качестве травяных гарниров к жареному и отварному мясу. Высушенные листья и облиственные цветущие верхушки применяют для ароматизации бульонов (в том числе грибных) и супов, для ароматизации тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы, при приготовлении блюд французской и прованской кухонь (в составе «букета гарни»), при приготовлении соусов. Траву и цветки применяют в ликероводочном производстве, при приготовлении травяных чаев
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	

* – Аналогичными свойствами обладают Душица копетдагская (*Origanum kopetdaghense Boriss.*) [63], Душица мелкоцветковая (*Origanum tyttanthum Gontsch.*) [64]



ДЫРОЛИСТНИК МУСОРНЫЙ (ПОРФИЛЛУМ МУСОРНЫЙ, БОЛИВИЙСКИЙ КОРИАНДР) [65]

Porophyllum ruderale (Jacq.) Cass.

Химический состав: в листьях эфирное масло, кумарины, кверцетин, кемпферол, дубильные вещества, полисахариды, флавоноиды, органические кислоты, витамины. .

Часть растения	Сведения о применении
корни	Высушенные листья обладают выраженным пряным ароматом с тонами рукколы, <i>зелени кориандра</i> (см.) и <i>листьев руты</i> (см.). Широко используются в Мексике при приготовлении тако, типичных мексиканских салс и супов. В Боливии его обычно применяют с помидорами и локотами для приготовления ладжвы. В кухне Пуэбла папало используется в качестве приправы к традиционным бутербродам семита и региональному типу мексиканской торты.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ДЯГИЛЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ (АНГЕЛИКА, КОРОВНИК) [66]
Angelica archangelica L. (Archangelica officinalis Hoffm.)

Химический состав: в корнях и корневищах эфирное масло (сесквитерпены, пинен, феландрен, остол, остенол, бергаптен) – до 1,04%, органические кислоты (гидрооксипентадекановая, метилмасляная, валериановая, ангеликовая, яблочная), кумарины (умбеллипиренин, ксантотоксин, императорин, ангелицин, архангелицин, оросенол, умбеллиферон), жирное масло (до 20%), смолы (до 6%), фитостерины, углеводы (до 24%), горечи, дубильные вещества, воск, крахмал. В траве флавоноиды (диосмин и пр.), кумарины, эфирное масло, протеины, углеводы, органические кислоты, минеральные соли. В плодах эфирное масло (β-фелландрен и пр.) – до 1%, жирное масло (до 17%), кумарины (ксантоскол, ксантоксин, бергаптен, фурукумарин, фелонтерин и пр.), углеводы, протеины, органические кислоты.

Часть растения	Сведения о применении
корневища с корнями, листья, плоды	<p>Высушенные корневища обладают пряным ароматом и выраженным специфическим горьковато-жгучим вкусом. Порошок из корня добавляют в качестве приправы к мясным блюдам и соусам. Молодые листья обладают специфическим пряным ароматом и чуть сладковатым вкусом. Используют при приготовлении овощных и мясных супов, борщей, шей, холодных супов (ботвинья). Отварные листья и черешки листьев используют для приготовления салатов, начинки для пирожков. Листья, черешки листьев и молодые побеги маринуют, добавляют в высушенном виде в десерты. Зрелые плоды обладают специфическим петрушечно-пряным ароматом и жгуче-горьковатым вкусом. Используют в ликероводочном производстве и в качестве ароматической добавки в супы, а также при мариновании овощей, фруктов и рыбы.</p>
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ДЯГИЛЬ НИЗБЕГАЮЩИЙ (ДЯГИЛЬ СИБИРСКИЙ) [67]

Angelica decurrens (Ldb.) B. Fedtsch.

Химический состав: в корнях и корневищах эфирное масло (сесквитерпены, пинен, феландрен, остол, остенол и пр.) – до 0,84%, органические кислоты (валериановая, ангеликовая, яблочная и пр.), кумарины (ксантотоксин, императорин, ангелицин, архангелицин, умбеллиферон и пр), жирное масло (до 20%), смолы (до 6%), фитостерины, углеводы (до 24%), горечи, дубильные вещества, воск, крахмал

Часть растения

Сведения о применении

корневища
с корнями,
листья

Высушенные корневища обладают пряным ароматом и специфическим горьковато-жгучим вкусом. Порошок из корня добавляют в качестве приправы к мясным блюдам и соусам. Молодые побеги и листья обладают специфическим пряным ароматом и чуть сладковатым вкусом. Используют при приготовлении овощных и мясных супов, борщей, шей, холодных супов (ботвинья). Отварные листья и черешки листьев используют для приготовления салатов, начинки для пирожков. Листья, черешки листьев и молодые побеги маринуют, добавляют в высушенном виде в десерты



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЗАНТОКСИЛУМ ВООРУЖЕННЫЙ (ПЕРЕЦ НЕПАЛЬСКИЙ, ЖЕЛТО-ДРЕВЕСНИК) [68]

Zanthoxylum armatum DC.

Химический состав: в плодах и кожуре плодов эфирное масло (лимонен, бета-фелландрен, мирсен, парацимен, альфа-фелландрен, гамма-терпинен, терпинолен, альфа-терпинен, сабинен, альфа-пинен, бета-пинен, линалоол, терпинен-4-ол, альфа-терпинеол, метилциннамат, (Z)-линалоол-оксид, (E)-линалоол-оксид, фелландраль, криптон др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
плоды, оболочки плодов	Плоды красновато-бурого цвета, имеют пряный горьковатый вкус и терпкий аромат. порошок зрелых плодов применяется в Японии для ароматизации различных блюд, в первую очередь – рыбы и морепродуктов. Является заменителем <i>японского перца</i> (см.) в приправе ситими. В китайской кулинарии высушенные оболочки плодов используют как пряную приправу к блюдам из мяса и риса.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ЗАНТОКСИЛУМ ПЕРЕЧНЫЙ (ЗАНТОКСИЛУМ БУНГЕ, ПЕРЕЦ ЯПОНСКИЙ, ПЕРЕЦ СЫЧУАНЬСКИЙ, ХУАЦЗЕ, ХУЯНЦЗЭ, ЧУАНЬ-ЦЗЯО) [69]
Zanthoxylum bungeanum Maxim. (Zanthoxylum piperitum Benn.)

Химический состав: в плодах и кожуре плодов эфирное масло (лимонен (28.8%), бета-фелландрен (8.01%), мирцен (3.97%), парацимен (0.27%), альфа-фелландрен (0.36%), гамма-терпинен (0.54%), терпинолен (0.39%), альфа-терпинен (0.36%), сабинен (0.42%), альфа-пинен (0.24%), бета-пинен (0.15%), линалоол (43.34%), терпинен-4-ол (0.63%), альфа-терпинеол (0.20%), метилциннамат (7.82%), (Z)-линалоол-оксид (0.13%), (E)-линалоол-оксид (0.18%), фелландраль (0.28%) криптон (0.32%) др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
плоды, оболочки плодов	Плоды с одревесневшим частично вскрытым околоплодником, коричнево-буроватого цвета, имеют пряный мятно-перечный с нотами иссопа аромат и пряно-жгучий охлаждающий вкус. Плоды широко применяют в кулинарии: порошок зрелых ягод, известный как «японский перец» или кона-дзансё, является классической приправой к жареному угрю (кабаяки-унаги), а также одним из семи главных компонентов приправы ситими. В китайской кулинарии высушенные оболочки плодов используют как пряную приправу к блюдам из мяса и риса под названием сычуаньский перец или китайский кориандр.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ЗВЕРБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ [70]*Hypericum perforatum L.*

Химический состав: в траве флавоноиды (гиперозид, рутин, кверцитрин, изокверцитрин, кверцетин) – до 0,7%, бифлавоны (аветофлавоны и пр.), азулен, флюоресцирующие вещества, антоциановые пигменты (до 6%), дубильные вещества (до 12%), диантроны (псевдогиперин, гиперин, протопсевдогиперин и пр.) – до 0,5%, эфирное масло (терпены, сесквитерпены, изовалерианаты и пр.) – до 0,3%, смолы, витамины (С, Р, РР, каротин – до 55 мг/100 г), холин, сапонины, спирты (перилловый, цервилловый), алкалоиды, минеральные соли (марганец, цинк)

Часть растения	Сведения о применении
травя	<p>Высушенная трава обладает интенсивным смолисто-бальзамическим ароматом и горьковато-вяжущим вкусом. В кулинарии применяют в качестве приправы к мясным и рыбным блюдам (в том числе, в смеси с ягодами <i>можжевельника</i> (см.), листьями <i>полыни обыкновенной</i> (см.) и <i>сизой</i> (см.), и травой <i>будры плющевидной</i> (см.) для придания мясу аромата «дичи»), включают в состав пряных смесей. Особенно хорошо подходит к рыбным блюдам. Растение широко применяется при производстве рыбных консервов. Звербой используется и как ароматизированная добавка при изготовлении некоторых сортов вин и при приготовлении домашних настоек.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



ЗИЗИФОРА БУНГЕ [71]

Ziziphora bungeana L.

Химический состав: в траве эфирное масло (пулегон, изопулегол, изоментол, ментол, лимонен, туйен, пинен, пинен, карвакрол и пр.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
травя, листья, чашечки цвет- ков	В свежем состоянии листья и чашечки цветов обладают пряным мятно-перечным запахом и вкусом, которые хорошо сохраняются и в сухом материале. Листья и тонкие стебли испытаны и одобрены как пряность при обработке рыбы. Используют в свежем виде в витаминных салатах, в смесях с другими салатными и пряными травами для гарнировки блюд из мяса, в том числе отварного, жареного и приготовленного на углях или открытом огне, отварной, тушеной и жареной рыбы. В сушеном виде в смесях пряностей используется для ароматизации первых и вторых блюд, приготовления травяных чаев.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЗИЗИФОРА ГОЛОВЧАТАЯ (ЗИЗИФОРА АЛТАЙСКАЯ) [72]*Ziziphora capitata L.*

Химический состав: в траве эфирное масло (пулегон (50-65%), -пинен, ментол и др.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава обладает пряным ароматом с тонами мяты, но без «холодящего» оттенка. Аромат несколько усиливается при сушке. Траву используют в качестве приправы к мясным и рыбным блюдам. Листья высушивают и присыпают ими готовую пищу. Из травы и плодов готовят ароматный соус, который хорошо подходит к баранине, также это растение очень удачно сочетается с разными видами сыров, его кладут в супы и в овощные салаты.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ЗИЗИФОРА КРЫМСКАЯ [73]

Ziziphora taurica M.Bieb.

Химический состав: в траве эфирное масло (пулегон – до 60%, -пинен, ментол и др.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава обладает пряным ароматом с тонами мяты, но без «холодящего» оттенка. Аромат несколько усиливается при сушке. Траву используют аналогично зизифоре головчатой, в качестве приправы к мясным и рыбным блюдам. Листья высушивают и присыпают ими готовую пищу. Из травы и плодов готовят ароматный соус, который изумительно подходит к баранине, также это растение очень удачно сочетается с разными видами сыров, его кладут в супы и в овощные салаты.
П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.	



ЗИЗИФОРА ПАХУЧКОВИДНАЯ (ЗИЗИФОРА ТИМЬЯННИКОВАЯ) [74]
Ziziphora clinopodioides Lam. (Ziziphora serpyllacea Bieb.)

Химический состав: в траве эфирное масло (ментол, пулегон, кумарин, альфа-терпинен и др.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения

Сведения о применении

травя,
чашечки
цветков

Листья и чашечки цветов обладают пряным мятно-перечным запахом и вкусом. Используют аналогично зизифоре бунге, в свежем виде в витаминных салатах, в смесях с другими салатными и пряными травами для гарнировки блюд из мяса, в том числе отварного, жареного и приготовленного на углях или открытом огне, отварной, тушеной и жареной рыбы. В сушеном виде в смесях пряностей используется для ароматизации первых и вторых блюд, приготовления травяных чаев.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЗИЗИФОРА ТОНКАЯ [75]

Ziziphora tenuior L.

Химический состав: в траве эфирное масло (пулегон – до 80%, α-пинен, ментол и др.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
травя	В свежем состоянии зизифора тонкая обладает приятным освежающим запахом и несколько жгучим вкусом. Используют в качестве приправы к мясным и рыбным блюдам. Из травы и плодов готовят соус, который лучше всего подходит к жирному мясу (свинина, баранина). Травя зизифоры тонкой хорошо сочетается с разными видами сыров, её кладут в супы и в овощные салаты.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЗМЕЕГОЛОВНИК МОЛДАВСКИЙ (ДРАКОНОГОЛОВНИК, МЕЛИССА ТУРЕЦКАЯ) [76]

Dracocephalum moldavica L.

Химический состав: в листьях эфирное масло (цитраль – до 50%, гераниол – до 30%, нерол – до 7%, цитронерол – до 4%, тимол – до 0,2%, линалоол, лимонен, сесквитерен и пр.) – до 0,20%, дубильные вещества (до 7%), горечи, смолы, слизь, органические кислоты (кофейная, урсоловая и пр.), витамин С, каротин. В семенах жирное масло (до 20%), протеины, углеводы

Часть растения	Сведения о применении
листья, трава, облиственные верхушки	Листья и трава до цветения обладают пряно-бальзамическим и лимонно-мятным ароматом, который во время и после цветения усиливается, но становится более горьковато-резинистым. При сушке мятно-бальзамические ноты аромата усиливаются. Используют в свежем и сушеном виде для ароматизации салатов, добавляют в овощные бульоны и бульоны из птицы, в смеси с другими травами и зелеными культурами используют в качестве травяных гарниров к жареному и отварному мясу. Высушенные листья и облиственные цветущие верхушки применяют для ароматизации бульонов (в том числе грибных) и супов, для ароматизации тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы и соусов. Траву и цветки применяют в ликероводочном производстве, при приготовлении травяных чаев
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ЗМЕЕГОЛОВНИК ТИМЬЯННОЦВЕТОВЫЙ [77]

Dracocephalum thymiflorum L.

Химический состав: в листьях эфирное масло (цитраль, нерол, цитронерол, тимол, лимонен, сесквитерен и пр.) – до 0,17%, дубильные вещества (до 9%), горечи, смолы, слизь, органические кислоты (кофейная, урсоловая и пр.), витамин С, каротин

Часть растения

листья, трава, облиственные верхушки

Сведения о применении

Листья и трава до цветения обладают пряно-бальзамическим и шалфейно-мятным ароматом с нотками розмарина, усиливающегося во время цветения. При сушке шалфейно-бальзамические ноты аромата усиливаются, однако при хранении аромат заметно уменьшается. Используют в свежем и сушеном виде для ароматизации салатов, добавляют в овощные бульоны и бульоны из птицы, в смеси с другими травами и зелеными культурами гарнируют жареное и отварное мясо и рыбу. Высушенные листья и облиственные цветущие верхушки применяют для ароматизации бульонов и супов, для ароматизации при приготовлении тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы и соусов. Траву и цветки применяют в ликероводочном производстве, при приготовлении травяных чаев



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЗУБРОВКА ДУШИСТАЯ (ЗУБРОВКА ПАХУЧАЯ, ЛЯДНИК, ПЛОСКУША, ЧАПОЛ) [78]

Hierochloa odorata (L.) P.Beauv.

Химический состав: в траве эфирное масло (ангидрид гликозида оксикоричной кислоты, кумарин, умбеллиферон и др.), алкалоиды (динаксин), флавоноиды, органические кислоты (феруловая и др.), протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
травя	<p>Свежая и высушенная трава обладает интенсивным выраженным несколько пряным запахом «свежескошенного сена». Надземную часть применяют в ликёро-водочной промышленности для изготовления ароматической настойки «Зубровка» и в кондитерской промышленности для изготовления пищевых эссенций. Испытано и одобрено в качестве пряности при обработке рыбы. Используют как ароматную пряность в приготовлении первых и вторых блюд, добавляют в выпечку. Особым вкусом отличается сельдь, замаринованная с добавлением зубровки. Во Франции популярна свиная тушеная лопатка под соусом, приготовленным из зубровки.</p>
<p>П <i>Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</i></p>	



ЗУБРОВКА ЮЖНАЯ [79]
Hierochloa australis (Schrud.) Roem. & Schultz.

Химический состав: в траве эфирное масло (ангидрид гликозида оксикоричной кислоты, кумарин, умбеллиферон и др.), алкалоиды (динаксин), флавоноиды, органические кислоты (феруловая и др.), протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Свежая и высушенная трава обладает несколько пряным запахом «свежескошенного сена», но менее ароматична, чем <i>зубровка душистая</i> (см.). Надземная часть до цветения используется для ароматизации пищи. Испытана и одобрена в качестве пряности, при обработке рыбы, Используют как ароматную пряность в приготовлении первых и вторых блюд, добавляют в выпечку.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ИМБИРЬ АПТЕЧНЫЙ (ИМБИРЬ, ИМБИРЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ, ИМБИРЬ НАСТОЯЩИЙ) [80]*Zingiber officinale Roscoe (Amomum zingiber L.)*

Химический состав: в корневищах эфирное масло (α - и β -цингиберены (цингиберены, сесквитерпены) – до 70 %, камфен, цинеол, бисаболен, борнеол, цитраль, линалоол, гингерол и др.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, В₁, В₂ каротин.

Часть растения	Сведения о применении
корневища, листья	Имбирь обладает специфическим пряным ароматом и пряно-жгучим вкусом. Его добавляют в сбитень, квас, наливки, настойки, кулинарные изделия, в пресервы и блюда из мяса, птицы, рыбы и морепродуктов. Он является одной из основных приправ китайской кухни. Маринованный в сладком уксусе («гари») используют как приправу к суши и роллам. «Гари» часто подкрашивают в розовый цвет листьями <i>периллы</i> (см.). Маринованный в рассоле от умэбоси имбирь («бэни сёга») применяется с такими блюдами, как гюдон, якисоба, тонкацу и т.п. В Юго-Восточной Азии свежий имбирь засахаривают и делают из него варенье, в Китае, Индокитае, Бирме и Англии готовят варенье «чоу-чоу» из имбиря и апельсиновой корки. В Индии имбирь добавляют в муку, в Европе, Австралии и США делают имбирное пиво и эль. Свежие листья широко используют в салатах и для гарнирования мяса и рыбы.
<p>П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.</p>	



ИМБИРЬ ЗЕРУМБЕТ (ИМБИРЬ ИНДИЙСКИЙ, ИМБИРЬ МАЛАЙСКИЙ)

[81]

Zingiber zerumbet (L.) Roscoe ex Sm.

Химический состав: в корневищах эфирное масло (зингиберены, сесквитерпены, камфен, цинеол, бисаболен, борнеол, цитраль, линалоол, гингерол и др.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, В₁, В₂ каротин.

Часть растения

Сведения о применении

корневища,
черешки
листьев,
листья

Имбирь зерумбет обладает напоминающим *имбирь аптечный* (см.) пряным ароматом и пряно-жгучим вкусом. Молодые корневища зерумбета имеют розовый цвет, а старые рыжевато-белые. Его добавляют в сбитень, квас, наливки, настойки, пряники, куличи, сдобные булочки, леденцы, варенье, печенье, кексы, бисквиты, компоты, пудинги, пиво, ликёры. В Азии вводят в пресервы и блюда из мяса, птицы, рыбы и морепродуктов, он входит в состав приправы карри. В Юго-Восточной Азии свежий имбирь засахаривают и делают из него варенье, В Индии, Индокитае, Китае и Бирме и в Англии листья и черешки зерумбета используют при выпечке в подземной печи «иму», чтобы усилить вкус свинины и рыбы во время приготовления. В Полинезии листья и черешки используют как приправу к мясу и рыбе.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ИМБИРЬ ЯПОНСКИЙ (ИМБИРЬ МИОГА) [82]*Zingiber mioga (Thunb.) Roscoe*

Химический состав: в траве и корневищах эфирное масло (зингиберены, сесквитерпены, камфен, цинеол, бисаболен, борнеол, цитраль, линалоол, гингерол и др.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, В₁, В₂ каротин.

Часть растения

цветочные бутоны, корневища, черешки листьев, листья

Сведения о применении

Имбирь японский обладает напоминающим *имбирь аптечный* (см.) пряным ароматом и пряно-жгучим вкусом. Vegetирующие части растения более ароматны. В Японии цветочные бутоны тушат, маринуют, консервируют; добавляют в супы; применяют в качестве приправы. Корневища миоги добавляют в сбитень, квас, наливки, настойки, различную сдобную выпечку. В Азии вводят в блюда из мяса, птицы, рыбы и морепродуктов. В Японии, Корее, Китае, Индии и Индокитае листья и черешки зерумбета используют при выпечке в подземной печи «иму», чтобы усилить вкус свинины и рыбы во время приготовления, используют как приправу к мясу и рыбе.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ИНДАУ ПОСЕВНОЙ (ЭРУКА ПОСЕВНАЯ) [83]

Eruca sativa Mill.

Химический состав: в семенах жирное масло (до 35%), эфирное масло (до 1%), глюкозинолаты (синигрин, мирозин, синальбин) – до 2,5%, калийная соль мироновой кислоты, ферменты (мирозин, мирозиназа), протеины, слизи (до 25%), углеводы, минеральные соли (до 10%).

Часть растения	Сведения о применении
семена	Свежие семена пресные, обладают маслянистым «льняным» привкусом. В них содержатся глюкозинолаты и фермент мирозиназа. В присутствии воды смесь этих веществ образует изотиоцианаты (горчичные масла), в том числе аллилогорчичное масло (аллилизотиоцианат), обуславливающее специфический типичный жгучий вкус и аромат. Семена используются в целом, частично или полностью измельченном виде, для маринования мяса и овощей, приготовления жареной и тушеной рыбы, входит в состав панировочных смесей.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ИРИС БЛЕДНЫЙ (ФИАЛКОВЫЙ КОРЕНЬ) [84]**Iris pallida (L.) Lam.*

Химический состав: в корневищах эфирное масло (α -ирон, дециловый альдегид, нониловый альдегид, бензойный альдегид и пр.) – до 0,2%, гликозиды (иридин), крахмал (до 57%), слизи, жирное масло (до 9,6%), смолы, дубильные вещества, органические кислоты (миристиновая, ундециловая, тридециловая, бензойная и пр.), минеральные соли (калий, кальций, кобальт, железо, марганец, алюминий и пр.).

Часть растения	Сведения о применении
корневища	<p>Свежие корневища обладают запахом «сырого картофеля». После ферментации и сушки корневища приобретают специфический «фиалковый» горьковато-пряный аромат. В европейской кухне используют для ароматизации различных напитков, причем как алкогольных, так и безалкогольных – квас и компот. В азиатских странах и странах Северной Африки в кулинарии применяют в сочетании с ароматическими добавками на основе <i>розы</i> (см.) и <i>лаванды</i> (см.). Фиалковый корень добавляют в блюда, которые готовятся в тажинах (овощи, рис, мясо). Высушенный корень ириса входит в смесь пряностей «рас-эль-ханут» очень популярную в Марокко. В небольшом количестве корень ириса можно добавлять практически в любые блюда из мяса, птицы и рыбы. Он способен усиливать вкус и аромат других пряностей.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	

* – Аналогичными свойствами обладают **Ирис безлистный** (*Iris aphylla L.*) [85], **Ирис боровой** (*Iris pineticola Klok.*) [86], **Ирис Людвига** (*Iris ludwigii Maxim.*) [87], **Ирис мечевидный** (*Iris ensata Thunb. [I. kaempferi Siebold ex Lem.]*) [88], **Ирис ненастоящий** (*Iris notha Bieb.*) [89], **Ирис остролобный** (*Iris acutiloba C.A.Mey.*) [90], **Ирис тигровый** (*Iris tigrina Bunge*) [91], **Ирис Тимофеева** (*Iris timofejewii Woronow*) [92], **Ирис флорентийский** (*Iris florentina L.*) [93]



ИССОП ЛЕКАРСТВЕННЫЙ [94]

Hyssopus officinalis L.

Химический состав: в траве эфирное масло (пинекамфен – до 50%, пинен, лимонен, цинеол и пр.) – до 1,8%, дубильные вещества (до 8%), гликозиды, флавоноиды (гесперидин, диосмин, иссопин), смолы, камедь, витамин С (до 175 мг/100 г), органические кислоты (урсоловая, олеаноловая), пигменты, фитонциды. В цветках флавоноиды (диосмин, иссопин), эфирное масло, пигменты.

Часть растения	Сведения о применении
листья, цветки, травя	Свежие и высушенные листья и цветки обладают выраженным, интенсивным горьковато-смолистым ароматом с нотами <i>майорана</i> (см.) и <i>душицы</i> (см.). Листья в свежем виде в небольших количествах используют для ароматизации салатов, добавляют в овощные бульоны и бульоны из птицы, в смеси с другими травами и зелеными культурами используют в качестве травяных гарниров к жареному и отварному мясу. Высушенные листья и облиственные цветущие верхушки применяют для ароматизации бульонов (в том числе грибных) и супов, для ароматизации тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы, при приготовлении блюд французской и прованской кухонь (в составе «букета гарни»), при приготовлении соусов. Траву и цветки применяют в ликероводочном производстве, при приготовлении травяных чаев. При приготовлении блюд с иссопом необходимо вносить пряность за 3-5 минут до готовности, так как иначе блюдо может приобретать горечь.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ИССОП УЗКОЛИСТНЫЙ [95]*Hyssopus angustifolius Bieb.*

Химический состав: в траве эфирное масло (пинекамфен, пинен, лимонен, цинеол и пр.), дубильные вещества, гликозиды, флавоноиды (гесперидин, диосмин, иссопин), смолы, камедь, витамин С, органические кислоты (урсоловая, олеаноловая), пигменты, фитонциды. В цветках флавоноиды (диосмин, иссопин), эфирное масло, пигменты

Часть растения	Сведения о применении
листья, цветки, травя	Свежие и высушенные листья и цветки обладают выраженным, интенсивным смолисто-пряным ароматом. В качестве пряности используется вся надземная часть растения, собранная в период цветения. Используется в кулинарии как приправа при засолке огурцов и томатов, а также для отдушки. Для консервной промышленности иссоп представляет интерес как ароматическая пряность. Образцы иссопа узколистного были испытаны и одобрены как пряность при обработке рыбы. Вызывает небольшое потемнение поверхности мяса рыбы и придает ей пряный запах и вкус. В Венгрии организовано производство эфирного масла из травы иссопа.
<p>П <i>Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</i></p>	



КАДИЛО МЕЛИССОЛИСТНОЕ (МЕЛИССОЛИСТНИК) [96]
Melittis melissophyllum L.

Химический состав: в траве эфирное масло (терпены кумарины, и пр. до 1,04%), лютеолин, рутин, мирицетин, кверцитрин, кверцитин, кемпферол, апигенин, органические кислоты (урсоловая, олеаноловая), пигменты.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава в свежем виде обладает сладковато-пряным ароматом с оттенком свежескошенного сена. Аромат несколько усиливается при сушке. Надземную часть применяют в ликёро-водочной промышленности. Используют как пряность в приготовлении первых и вторых блюд, добавляют в выпечку. Сухую траву с соцветиями заваривают в качестве травяного чая.
П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.	



КАДИЛО САРМАТСКОЕ (БАЛЬСАН, ДУБРОВКА ПАХУЧАЯ) [97]
Melittis sarmatica Klokov.

Химический состав: в траве эфирное масло (терпены кумарины, и пр. - до 1,02%), органические кислоты (ванильная, феруловая, кофейная и др.), лютеолин, рутин, мирицетин, кверцитрин, кверцитин, кемпферол, апигенин.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава в свежем виде обладает пряным ароматом с выраженным оттенком свежескошенного сена, несколько усиливающимся при сушке. Надземную часть применяют в ликёро-водочной промышленности для изготовления настоек, наливок, ликеров. Используют как пряность в приготовлении первых и вторых блюд, добавляют в выпечку. Сухую траву с соцветиями заваривают в качестве травяного чая.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



КАЛЕНДУЛА ЛЕКАРСТВЕННАЯ (НОГОТКИ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ) [98]
Calendula officinalis L.

Химический состав: в цветочных корзинках каротиноиды (каротин, рубиксантин, ликопин, цитроксантин, виолоксантин, флавохром, флавоксантин), гентриаконтан, ситостерин, ферменты, смолы (до 3,63%), тритерпеновые гликозиды (календен и пр.), слизи (до 2,6%), инулин, горькие вещества, органические кислоты (яблочная, пентадециловая, салициловая и пр.), витамин С. В траве тритерпеновые сапонины, слизи, каротиноиды, каротин

Часть растения

Сведения о применении

цветочные
корзинки,
цветочные
бутоны,
лепестки
цветков

Цветочные корзинки и нераспустившиеся цветочные бутоны обладают ярким смолисто-пряным чуть сладковато-бальзамическим ароматом. Краевые лепестки цветков обладают нежным смолисто-пряным ароматом. Лепестки цветков применяют в свежем виде для ароматизации и украшения витаминных и травяных салатов, добавки в супы и бульоны, в «протертые супы», для украшения блюд из мяса и рыбы. Свежие и высушенные лепестки используют для ароматизации и придания цвета при приготовлении рисовой и манной молочных каш. Цветочные корзинки и нераспустившиеся цветочные бутоны маринуют в уксусе и используют для добавок в бульоны, мясные рыбные и овощные супы, а также для использования при гарнировании различных блюд из отварного или жареного мяса, птицы и рыбы. Свежие соцветия можно тушить и подавать в качестве гарнира к мясу и рыбе, заправлять ими супы и салаты. Из свежих соцветий готовят наливки и настойки. Измельченные на мясорубке и перемешанные со сливочным маслом, они используются для приготовления бутербродов, ароматизации и окраски сыра. Сушеные краевые цветки используют в качестве компонентов травяных чаев.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



КАЛЛИСТЕМОН ЛАНЦЕТОЛИСТНЫЙ (КРАСИВОТЫЧИНОЧНИК ЛАНЦЕТОЛИСТНЫЙ) [99]
Callistemon lanceolatus (Sm.) Sweet.

Химический состав: в листьях эфирное масло (цинеол, гераниол, пинен, миртенол, камфин альдегиды и пр. – до 1,22%), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
листья	Свежие и высушенные листья и цветки обладают выраженным, интенсивным смолисто-цитрусовым ароматом с нотами <i>майорана</i> (см.). Высушенные листья применяют для ароматизации бульонов (в том числе грибных) и супов, тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы, при приготовлении блюд французской и прованской кухонь, для приготовления соусов. Листья и цветки применяют в ликероводочном производстве, при приготовлении травяных чаев.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



**КАМЕЛИЯ ГОРНАЯ (КАМЕЛИЯ ЭВГЕНОЛЬНАЯ, К. МИЯГИ, К. СА-
САНКВА) [100]**

Camellia sasanqua Thunb.

Химический состав: в листьях эфирное масло (эвгенол, кариофиллен, β-мирцен, α- и β-пинены, иланген, γ-селинен, β-элемен, гептанол, нонанол, бензиловый спирт, хавикол, бензальдегид, ванилин, фурфурол и фурфуриловый спирт, метилбензоат и друг), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, хлорофилл, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения

Сведения о применении

листья

Листья обладают гвоздично-бальзамическим ароматом. В основном с листьями камелии готовят маринады (грибные, фруктово-ягодные, мясные, овощные, реже рыбные), соусы и приправы. Камелия подходит для приготовления блюд из капусты, особенно краснокочанной и кольраби. Добавляют ее в холодные закуски, супы с мясом, а также в уху, мясные бульоны. С ней готовят овощи, каши и пловы. Отдельно или в сочетании с *корицей* (см.) используют в сладких блюдах – компотах, пудингах, кондитерских изделиях. В сочетании с *черным перцем* (см.) – при приготовлении жареного или тушеного мяса, баранины, свиных и мясных жирных фаршей.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



КАРДАМОН НАСТОЯЩИЙ (КАРДАМОН) [101]*Elettaria cardamomum (L.) Maton.*

Химический состав: в плодах эфирное масло (альфа-терпинилацетат и 1,8-цинеол, 10-15% монотерпеновых углеводородов (лимонен, сабинен, пинен, дипентен, терпинен и др.), терпеновые и сесквитерпеновые спирты и ацетаты (альфа-терпинеол, линалоол, линалилацетат, нерол, нерилацетат, неролидол), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, В, РР.

Часть растения	Сведения о применении
плоды	<p>Кардамон добавляют в овощные и мясные супы и первые блюда. Он гармонирует с салатными, овощными, фруктовыми миксами. Используют в выпечке, кондитерских изделиях, десертах. Придает особый аромат соусам и чатни. В индийской кухне используют для ароматизации соусов, гороховых супов, риса, мясных и овощных блюд, сладостей и напитков. Отлично сочетается с <i>черным перцем</i> (см.), <i>гвоздикой</i> (см.), <i>корицей</i> (см.), <i>зирой</i> (см.), <i>шафраном</i> (см.) и <i>мускатным орехом</i> (см.). В Германии добавляют в рождественские пряники, в скандинавских странах эта пряность используется в производстве мясных паштетов и колбас. В кардамоном России ароматизируют тесто, в особенности пасхальные куличи. Он входит в состав маринадов для консервирования фруктов, ягод, овощей, грибов и рыбы, а также применяется в приготовлении сыра и консервов. В Индии, Саудовской Аравии и ОАЭ подают традиционный кофе с кардамоном. Добавляют в чёрные сорта чая и в молоко.</p>



Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



КЕМПФЕРИЯ ОКРУГЛАЯ (КЕМФЕРИЯ ОКРУГЛАЯ, ГАЛАНГА МАЛАЯ) [102]
Kaempferia rotunda L.

Химический состав: в корнях и траве эфирное масло (цис- и транс-этилциннамат, цис- и транс-п-метоксиэтилциннамат, 1,8-цинеол, эвгенол, борнеол, 3-карен, п-метоксистерол, анисовый альдегид, камфен, п-цимол, α - и β -пинены, лимонен, терпинен-4-ол, α -терпинеол, β -фелландрен, эвкарвон, борнилацетат, β -элемен, α -терпинилацетат, пентадекан, γ -кадинен), органические кислоты, протеины, углеводы

Часть растения	Сведения о применении
корни, листья	Вкус кемпферии терпкий, камфорный, острый, горький, кислый, имеет ноты имбиря и галангала. Популярна на кухнях Малайзии, Сингапура, Индонезии (особенно на Яве и Бали), Китая (особенно в провинциях Сычуань и Гуаньчжоу). В малайской кухне используют зеленые листья растения, в индонезийской – свежие корни, а для китайской кухни характерен сушеный корень. Используя корень кемпферии, в этих странах ароматизируют рис, варят супы, делают маринады и соусы к мясу, рыбе и птице (к примеру, на Бали готовят утку натертую смесью пряностей с кемпферией, а в провинции Гуаньчжоу с ней готовят фирменную курицу), заваривают в чай, едят в свежем виде. Иногда малой галангой дополняется упомянутая в предыдущих эпизодах, китайская универсальная смесь «пять специй» – усянмянь.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



КМИН ТМИНОВЫЙ (ВОЛОШСКИЙ ТМИН, КУМИН, РИМСКИЙ ТМИН) [103]

Cuminum cyminum L. (Cuminia cyminum J.F.Gmel.)

Химический состав: в плодах эфирное масло (куминовый альдегид, кимол, кимин, парацимол, карвон и др.), камеди, флавоноиды, дубильные вещества, куминовый спирт, перилловый альдегид, альфа и бета-пинины, дипентен, р-цимен, бета-фелландрен, бета-каротины.

Часть растения	Сведения о применении
плоды	<p>Кумин обладает гораздо более нежным ароматом, чем родственный <i>тмин</i> (см.), потому область применения шире. В Европе его часто добавляют в колбасы и сыры. Очень хорошо сочетается с рисом и бобовыми, входит в состав карри. Аромат лучше всего отдает при термообработке, поэтому его добавляют во время жарки. Целые плоды используют при приготовлении, плова. Молотые плоды широко используют тюркские народы при приготовлении блюд из мяса. Кумин широко используется в мексиканской кухне (в чили кон карне, а также в составе маринада при приготовлении фахитос и такос), его добавляют в соус «Чили». В Гагаузии вместе с семенами <i>укропа</i> (см.) и <i>луком</i> (см.) кумин используется как приправа к закуске — малосольным огурцам быстрого приготовления.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



КОЛЮРИЯ ГРАВИЛАТНАЯ (КОЛЛЮРИЯ ГРАВИЛАТОВИДНАЯ, ГВОЗДИЧКА) [104]

Coluria geoides (Pall.) Ledeb.

Химический состав: в корнях эфирное масло (эвгенол – до 94%, фенилпропаноиды (коричный альдегид, коричная кислота), кумарин, кверцетин, кемпферол, гликозиды кверцетина и кемпферола и пр.), дубильные вещества, полисахариды, флавоноиды, органические кистолы (галловая, протокатеховая и эллаговая), фенолкарбоновые кислоты, сесквитерпеновые лактоны, полиацетилены.

Часть растения

Сведения о применении

корни

Высушенные ферментированные корни обладают выраженным гвоздичным ароматом с тонкими тонами розы. В корнях после предварительной ферментации содержится до 1,5% эфирного масла, которое используется в ликёро-водочной, консервной, пищекоцентрированной и кондитерской промышленности. Высушенные корни и корневища применяют для ароматизации в кулинарии и кондитерской промышленности, в консервном и других видах производств. В толчёном виде их кладут в тесто как корицу, используют для приготовления чая.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



КОРИАНДР ПОСЕВНОЙ [105]*Coriandrum sativum L.*

Химический состав: в плодах алкалоиды, эфирное масло (линалоол – до 70%, гераниол, пинены, терпинены, фелландрены, борнеол, η-цимол и пр.), жирное масло, пектины, витамин С, дубильные вещества, углеводы, крахмал

Часть растения	Сведения о применении
плоды	<p>Плоды употребляют для ароматизации хлеба и кондитерских изделий, в молочных супах, колбасах, сырах, тушеном мясе, к маринованной и соленой рыбе. Они улучшают вкус фасоли, чечевицы и капусты, входят в тюрингские колбасы и турецкие шиш-кебабы, индийские «карри» и «масалы», эфиопскую «бербере» и тунисскую «оффак». В карибской кухне сочетают с чесноком и перцем чили. Кориандр добавляют в изделия из теста, используют при квашении капусты, мариновании грибов. В Греции и на Кипре применяют при консервировании оливок, приготовлении ягнятины и свинины, тушеной в красном вине. В Средней Азии и на Кавказе кориандр добавляют в овощные, мясные, куриные блюда, а также в молочные и кисломолочные супы. Его вводят в соусы сацебели, ткемали, кизилового и других.</p>



Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



КОРИЧНИК БЕОЛГОТА [106]

Cinnamomum bejolghota Sweet.

Химический состав: в коре эфирное масло (коричный альдегид, (-)-лимонен, β -фелландрен, α - и β -пинены, камфен, кариофиллен, п-цимол, линалоол, эвгенол, нонаналь, бензальдегид, гидрокоричный, куминовый, салициловый и метилсалициловый альдегиды, камфора, метилкумарин и др. — до 1,31%), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты.

Часть растения	Сведения о применении
кора	Традиционно употребляют в кондитерских изделиях (печенье, кексы, куличи, пряники, фруктовые пироги) и сладких блюдах (пудинги, сладкие пловы, компоты, варенья, муссы, желе, кисели, творожные пасты). Используют в фруктовых, грибных и мясных маринадах. Хорошо сочетается с бараниной, рисом, ветчиной, гусиным фаршем. В восточной и среднеазиатской кухне применяют при приготовлении холодных и горячих блюд из домашней птицы (индейка, курица) и вторых блюд из баранины (жареной, тушеной), а в Китае и Корее при приготовлении жареной свинины. Улучшает вкус жирного мяса. Вводят в харчо, чихиртму, пловы. В современной западноевропейской кухне используют во фруктовых и овощных салатах, сочетают со шпинатом, морковью, красной капустой и молочной кукурузой, а также с блюдами из яблок, айвы и груш.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



КОРИЧНИК БУРМАНА (КОРИЦА ЯВАНСКАЯ, КОРИЦА ИНДОНЕЗИЙСКАЯ) [107]

Cinnatomum burmanii Blume.

Химический состав: в коре эфирное масло (коричный альдегид, (-)-лимонен, β-фелландрен, α- и β-пинены, камфен, кариофиллен, п-цимол, линалоол, эвгенол, нонаналь, бензальдегид, гидрокоричный, куминовый, салициловый и метилсалициловый альдегиды, камфора, метилкумарин и др. — до 1,28%), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты

Часть растения	Сведения о применении
кора	<p>В индонезийской и азиатской кухнях употребляют в кондитерских изделиях (печенье, кексы, куличи, пряники, фруктовые пироги) и сладких блюдах (пудинги, сладкие пловы, компоты, варенья, муссы, желе, кисели, творожные пасты). Используют в фруктовых, грибных и мясных маринадах. Хорошо сочетается с бараниной, рисом, ветчиной, гусиным фаршем. В восточной и среднеазиатской кухне применяют при приготовлении холодных и горячих блюд из домашней птицы (индейка, курица) и вторых блюд из баранины (жареной, тушеной), а в Китае и Корее при приготовлении жареной свинины. Улучшает вкус жирного мяса.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



КОРИЧНИК КИТАЙСКИЙ (КОРИЦА ИНДИЙСКАЯ, КАССИЯ-КАНЕЛЬ, КАССИЯ) [108]

Cinnamomum aromaticum L.

Химический состав: в коре эфирное масло (коричный альдегид, (-)-лимонен, β-фелландрен, α- и β-пинены, камфен, кариофиллен, п-цимол, линалоол, эвгенол, нонаналь, бензальдегид, гидрокоричный, куминовый, салициловый и метилсалициловый альдегиды, камфора, метилкумарин и др. — до 1,36%), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты

Часть растения	Сведения о применении
кора	Кора толщиной около 2 мм, коричнево-бурого цвета иногда с красным оттенком, с серовато-коричневыми пятнами. Запах типично «коричный» пряный, теплый с легкими сладкими нотками. Вкус сладковато-жгучий, чуть вяжущий. В китайской и мировой кухнях употребляют в кондитерских изделиях (печенье, кексы, куличи, пряники, фруктовые пироги) и сладких блюдах (пудинги, сладкие пловы, компоты, варенья, муссы, желе, кисели, творожные пасты). Используют в фруктовых, грибных и мясных маринадах. Хорошо сочетается с бараниной, рисом, ветчиной, гусиным фаршем. Применяют при приготовлении холодных и горячих блюд из домашней птицы (индейка, курица) и вторых блюд из баранины (жареной, тушеной), а в Китае и Корее при приготовлении жареной свинины. Улучшает вкус жирного мяса. Вводят в харчо, чихиртму, пловы. Используют во фруктовых и овощных салатах, сочетают со шпинатом, морковью, красной капустой и молочной кукурузой, а также с блюдами из яблок, айвы и груш.

П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



КОРИЧНИК ЛОУРЕРА (КОРИЦА КОНХИНСКАЯ, КОРИЧНЫЙ ЛАВР) [109]
Cinnamomum loureirii Ness.

Химический состав: в листьях эфирное масло (эвгенол, α - и β -фелландрены, дипентен, α - и β -пинены, кариофиллен, (-)-линалоол, α -терпинеол, гераниол, коричный спирт, сесквитерпеновые спирты, пиперитон, сафрол, бензальдегид, коричный альдегид, бензилбензоат и др). В коре эфирное масло (коричный альдегид, (-)-лимонен, β -фелландрен, α - и β -пинены, камфен, кариофиллен, п-цимол, линалоол, эвгенол, нонаналь, бензальдегид, гидрокоришный, куминовый, салициловый и метилсалициловый альдегиды, камфора, метилкумарин и др. — до 1,28%), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты

Часть растения	Сведения о применении
листья, кора	Кору и листья в китайской и мировой кухнях употребляют в кондитерских изделиях (печенье, кексы, куличи, пряники, фруктовые пироги) и сладких блюдах (пудинги, сладкие плоды, компоты, варенья, муссы, желе, кисели, творожные пасты). Используют в фруктовых, грибных и мясных маринадах. Хорошо сочетается с бараниной, рисом, ветчиной, гусиным фаршем. Применяют при приготовлении холодных и горячих блюд из домашней птицы (индейка, курица) и вторых блюд из баранины (жареной, тушеной), а в Китае и Корее при приготовлении жареной свинины. Вводят в жарчо, чихиртму, плоды. Сочетают со шпинатом, морковью, красной капустой и молочной кукурузой, а также с блюдами из яблок, айвы и груш. Листья используют аналогично лавровому листу.
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



КОРИЧНИК НАСТОЯЩИЙ (КОРИЦА, КОРИЦА ЦЕЙЛОНСКАЯ) [110]
Cinnamomum verum J. Persl.

Химический состав: в коре эфирное масло (коричный альдегид, (-)-лимонен, β-фелландрен, α- и β-пинены, камфен, кариофиллен, п-цимол, линалоол, эвгенол, нонаналь, бензальдегид, гидрокоричный, куминовый, салициловый и метилсалициловый альдегиды, камфора, метилкумарин и др. — до 1,42%), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты

Часть растения	Сведения о применении
кора	Палочки коры мягкие, со слоистой структурой внутри, светло-коричневого или жёлто-коричневого цвета. Толщина коры не превышает 1 мм. Аромат более нежный и сладкий, чем у китайской корицы. Вкус сладковато-жгучий. В мировой кулинарии употребляют в кондитерских изделиях (печенье, кексы, куличи, пряники, фруктовые пироги) и сладких блюдах (пудинги, сладкие пловы, компоты, варенья, муссы, желе, кисели, творожные пасты). Используют в фруктовых, грибных и мясных маринадах. Хорошо сочетается с бараниной, рисом, ветчиной, гусиным фаршем. Применяют при приготовлении холодных и горячих блюд из домашней птицы (индейка, курица) и вторых блюд из баранины (жареной, тушеной), а в Китае и Корее при приготовлении жареной свинины. Улучшает вкус жирного мяса. Вводят в харчо, чихиртму, пловы. Используют во фруктовых и овощных салатах, сочетают со шпинатом, морковью, красной капустой и молочной кукурузой, а также с блюдами из яблок, айвы и груш.

П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



КОРИЧНИК ПРЯНЫЙ (КОРИЦА МОЛУККСКАЯ, КОРИЦА ПРЯНАЯ, ЦИННАМОН) [111]

Cinnamomum culilawan Blume

Химический состав: в коре эфирное масло (коричный альдегид, (-)-лимонен, β-фелландрен, α- и β-пинены, камфен, кариофиллен, п-цимол, линалоол, эвгенол, nonаналь, бензальдегид, гидрокоричный, куминовый, салициловый и метилсалициловый альдегиды, камфора, метилкумарин и др. — до 1,36%), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты.

Часть растения	Сведения о применении
кора	Кора тонкая, длиной 1-2 см. Палочки коры снаружи беловато-бежевые, внутри желто-красные. Обладает сильным пряным, жгучим ароматом и вкусом, в котором почти нет сладости. В мировой кулинарии употребляют в кондитерских изделиях. Используют в фруктовых, грибных и мясных маринадах. Хорошо сочетается с бараниной, рисом, ветчиной, гусиным фаршем. Применяют при приготовлении холодных и горячих блюд из домашней птицы (индейка, курица) и вторых блюд из баранины (жареной, тушеной), а в Китае и Корее при приготовлении жареной свинины. Улучшает вкус жирного мяса. Вводят в харчо, чихиртму, пловы. Используют во фруктовых и овощных салатах, сочетают со шпинатом, морковь, красной капустой и молочной кукурузой, а также с блюдами из яблок, айвы и груш. Широко применяют при засоле и мариновании грибов, овощей и фруктов.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



КОРИЧНИК ТАМАЛА (КОРИЧНИК МАЛАБАРСКИЙ, КОРИЦА БУРАЯ, КАССИА-ВЕРА) [112]

Cinnamomum tamala Ness. et Eberm.

Химический состав: в листьях и цветочных бутонах эфирное масло (эвгенол, α - и β -фелландрены, дипентен, α - и β -пинены, кариофиллен, (-)-линалоол, α -терпинеол, гераниол, коричный спирт, сесквитерпеновые спирты, пиперитон, сафрол, бензальдегид, коричный альдегид, бензилбензоат и др). В коре эфирное масло (коричный альдегид, (-)-лимонен, β -фелландрен, α - и β -пинены, камфен, кариофиллен, п-симол, линалоол, эвгенол, nonаналь, бензальдегид, гидрокоричный, куминовый, салициловый и метилсалициловый альдегиды, камфора, метилкумарин и др. — до 1,28%), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты.

Часть растения	Сведения о применении
кора, листья, цветочные бутоны	Отличается плотной, около 3 мм корой темно-буро-коричневого оттенка и пряным, несколько горчащим запахом. Употребляют в кондитерских изделиях (печенье, кексы, куличи, пряники, фруктовые пироги) и сладких блюдах. Используют во фруктовых, грибных и мясных маринадах. Хорошо сочетается с бараниной, рисом, ветчиной, гусиным фаршем. Применяют при приготовлении холодных и горячих блюд из домашней птицы (индейка, курица) и вторых блюд из баранины (жареной, тушеной), а в Китае и Корее при приготовлении жареной свинины. Используют во фруктовых и овощных салатах, сочетают со шпинатом, морковь, красной капустой и молочной кукурузой, а также с блюдами из яблок, айвы и груш. Листья используют как пряность в северо индийской кухне и в Пакистане под названием «тамала патра», импортируют в Европу как <i>Folium indum</i> («индийский лист»).

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



КОРИЧНИК ЯПОНСКИЙ (ЛАВР ЧЕРЕШЧАТЫЙ, ЛАВР ЯПОНСКИЙ, ЯБУНИККЭИ) [113]

Cinnamomum pedunculatum Ness.

Химический состав: в листьях эфирное масло (эвгенол, α - и β -фелландрены, дипентен, α - и β -пинены, кариофиллен, (-)-линалоол, α -терпинеол, гераниол, коричный спирт, сесквитерпеновые спирты, пиперитон, сафрол, бензальдегид, коричный альдегид, бензилбензоат и др). В коре эфирное масло (коричный альдегид, (-)-лимонен, β -фелландрен, α - и β -пинены, камфен, кариофиллен, п-цимол, линалоол, эвгенол, нонаналь, бензальдегид, гидрокоричный, куминовый, салициловый и метилсалициловый альдегиды, камфора, метилкумарин и др. — до 1,28%), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, пигменты

Часть растения

Сведения о применении

листья,
кора

Кору и листья в китайской и мировой кухнях употребляют в кондитерских изделиях (печенье, кексы, куличи, пряники, фруктовые пироги) и сладких блюдах (пудинги, сладкие пловы, компоты, варенья, муссы, желе, кисели, творожные пасты). Используют в фруктовых, грибных и мясных маринадах. Хорошо сочетается с бараниной, рисом, ветчиной, гусиным фаршем. Применяют при приготовлении холодных и горячих блюд из домашней птицы (индейка, курица) и вторых блюд из баранины (жареной, тушеной), а в Китае и Корее при приготовлении жареной свинины. Вводят в харчо, чихиртму, пловы. Сочетают со шпинатом, морковь, красной капустой и молочной кукурузой, а также с блюдами из яблок, айвы и груш. Листья используют аналогично *лавровому листу* (см.).



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



КОТОВНИК ЖИЛКОВАТЫЙ [114]

Nepeta nervosa Speng.

Химический состав: в листьях эфирное масло (непелактон, лимонен, цитраль, цитронеллол, линалоол, полифенолы и пр.) – до 0,39%, дубильные вещества (до 7%), горечи, смолы, слизь, органические кислоты (кофейная и пр.), витамин С (до 130 мг/100 г), каротин. В семенах жирное масло (до 20%), протеины, углеводы.

Часть растения

Сведения о применении

листья,
трава

Свежие и высушенные листья и цветки обладают выраженным, интенсивным горьковато-смолистым ароматом с нотами *майорана* (см.) и цитрусов. Листья в свежем виде в небольших количествах используют для ароматизации салатов, добавляют в овощные бульоны и бульоны из птицы, в смеси с другими травами и зелеными культурами используют в качестве травяных гарниров к жареному и отварному мясу. Высушенную траву применяют для ароматизации бульонов (в том числе грибных) и супов, для ароматизации тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы и соусов. Траву и цветки применяют в ликероводочном производстве, при приготовлении травяных чаев.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



КОТОВНИК КОШАЧИЙ (КОТОВНИК ЛИМОННЫЙ) [115]*
Nepeta cataria L.

Химический состав: в листьях эфирное масло (непелактон, лимонен, дипентен, нерол, карвакрол, цитронеллаль, цитраль, цитронеллол, линалоол, полифенолы и пр.) – до 0,39%, дубильные вещества (до 7%), горечи, смолы, слизь, органические кислоты (кофейная и пр.), витамин С (до 130 мг/100 г), каротин. В семенах жирное масло (до 20%), протеины, углеводы.

Часть растения	Сведения о применении
листья, трава	Свежие и высушенные листья обладают выраженным, интенсивным ароматом, до цветения – с нотами <i>лимона</i> (см.), <i>луговой мяты</i> (см.) и <i>розы</i> (см.), после цветения с более мощным травянисто-лимонным запахом с нотами <i>шалфея</i> (см.) и цитрусов. Листья в свежем виде используют для ароматизации салатов, добавляют в овощные бульоны и бульоны из птицы, в смеси с другими травами и зелеными культурами используют в качестве травяных гарниров к жареному и отварному мясу. Высушенную траву применяют для ароматизации бульонов (в том числе рыбных и грибных) и супов, в составе пряных смесей – для тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы и соусов. Траву и цветки применяют в ликероводочном производстве для изготовления бальзамов, ликеров и настоек, а также при приготовлении травяных чаев.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	

* – Аналогичными свойствами обладает **Котовник японский** (*Nepeta japonica Maxim.*) [116]



КОТОВНИК МУСИНА [117]

Nepeta mussinii Speng.

Химический состав: в листьях эфирное масло (непелактон, лимонен, дипентен, нерол, карвакрол, цитронеллаль, цитраль, цитронеллол, линалоол, полифенолы и пр.) – до 0,39%, дубильные вещества (до 7%), горечи, смолы, слизь, органические кислоты (кофейная и пр.), витамин С (до 130 мг/100 г), каротин. В семенах жирное масло (до 20%), протеины, углеводы.

Часть растения	Сведения о применении
листья, трава	Свежие и высушенные листья и цветки обладают выраженным, интенсивным пряно-смолистым ароматом с нотами <i>шалфея</i> (см.), <i>майорана</i> (см.) и цитрусов. Листья в свежем виде в небольших количествах используют для ароматизации салатов, добавляют в овощные бульоны и бульоны из птицы, в смеси с другими травами и зелеными культурами используют в качестве травяных гарниров к жареному и отварному мясу. Высушенную траву применяют для ароматизации бульонов (в том числе грибных) и супов, для ароматизации тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы и соусов. Траву и цветки применяют в ликероводочном производстве, при приготовлении травяных чаев.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



КСИЛОПИЯ АРОМАТНАЯ (ПЕРЕЦ ГВИНЕЙСКИЙ, ПЕРЕЦ НЕГРИТЯНСКИЙ) [118]

Xylopia aromatica (Lam.) Mart.

Химический состав: в траве эфирное масло (сабинен, β -элеменен, β -кариофиллен, альдегиды, смолы и пр. - до 2,22%), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
плоды	<p>Плоды имеют жгучий вкус, схожий со вкусом чёрного перца (см.), со специфическим резким пряным ароматом, несколько напоминающим <i>перец кубеба</i> (см.) и <i>мускатный орех</i> (см.). Применяются в мясных, овощных, яичных блюдах западноафриканской, арабской и афроамериканской кухонь. В традиционной кухне Западной (Мали, Сенегал, Сьерра-Леоне, Мавритания) и Северной Африки (Марокко, Алжир, Тунис), а также в Испании его используют как приправу для мясных, овощных и мучных блюд.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



КСИЛОПИЯ ЭФИОПСКАЯ (ПЕРЕЦ МАВРИТАНСКИЙ, ПЕРЕЦ СЕНЕГАЛЬСКИЙ, КУМБА) [119]

Xylocopa aethiopica (Dunal) A.Rich.

Химический состав: в траве эфирное масло (сабинен, β-элеменен, β-кариофиллен, альдегиды, смолы и пр. — до 2,22%), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения

Сведения о применении

плоды

Плоды имеют умеренно жгучий вкус, схожий со вкусом *чёрного перца* (см.), со специфическим резким пряным ароматом, несколько напоминающим *перец кубеба* (см.). Народы Туниса, Марокко, Алжира, Сьерра-Леоне, Мали и Сенегала применяют ксилопию эфиопскую для приготовления практически всех острых блюд, приправ для мяса, овощей и мучных блюд. Используется в Нигерии для приготовления местных блюд «obe ata» и «isi-ewu».



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



КУРКУМА АРОМАТНАЯ (КУРКУМА КОНДИТЕРСКАЯ) [120]
Curcuma aromatica Salisb.

Химический состав: в корневищах эфирное масло (гумерон – до 60%, куркумин, атлантоны, фелландрен, лимонен, борнеол, кетоны, сабинен и 1,8-цинеол и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины, пигменты (каротиноиды и др.), каротин

Часть растения	Сведения о применении
корневища	<p>Куркума отлично подходит к омлетам, яйцам вкрутую, светлым соусам, супам и овощным салатам. Хорошо сочетается с куриным бульоном и блюдами из птицы. Ее используют в кондитерском производстве и как пищевой краситель для окраски ликеров, маринадов, масла и сыров, а также при производстве горчицы. Является неперменным компонентом всех пряных смесей, особенно индийских «карри» и среднеазиатских смесей для плова. В Средней Азии и Азербайджане куркума, служит неизменной приправой к пловам. Такие пловы, как «той палови» (свадебный), «янгилик палов» (изобилие), «зарчава палов» (куркумовый), «майиз палов» (плов по-бухарски) невозможно приготовить без куркумы. Наибольшее применение в Европе куркума находит в Англии, где ее традиционно прибавляют ко всем мясным и яичным блюдам и к соусам.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



КУРКУМА ДЛИННАЯ (ГУРГЕМЕЙ, ЗАРЧАВА, ТУРМЕРИК, ХАЛДИ) [121]
Curcuma longa L.

Химический состав: в корневищах эфирное масло (тумерон, куркумин, δ -фелландрен, цингиберен, борнеол, сабинен, β -куркумин и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины, пигменты (каротиноиды и др.), каротин

Часть растения	Сведения о применении
корневища	Вкус и запах куркумы слабопряный, приятный, а в большом количестве – острый, жгучий. Она входит в состав различных национальных пряных смесей. В окраске блюд куркума служит хорошим заменителем <i>шафрана посевного</i> (см.), но значительно дешевле. Куркума используется в пищевой промышленности для окраски масла, маргарина, сыров, различных блюд и лекарств. В качестве пряности употребляется к яйцам вкрутую, омлетам, при приготовлении светлых соусов, салатов, супов-пюре, рагу, крабов, омаров и устриц. Куркума усиливает и улучшает вкус куриного бульона и блюд из куриного мяса, она также добавляется к горчице, огурцам и различным овощам, маринованным с уксусом.

П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



КУРКУМА ЦЕДОАРИЯ (КУРКУМА ЦИТВАРНАЯ, ЦИТВАРНЫЙ КО- РЕНЬ) [122]

Curcuma zedoaria (Christm.) Rosc.

Химический состав: в корневищах эфирное масло (куркумин, атлантоны, фелландрен, тумерон, лимонен, борнеол, кетоны, сабинен и 1,8-цинеол и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины, пигменты (каротиноиды и др.), каротин

Часть растения	Сведения о применении
корневища	<p>Корневища кремового и светло-желтого цвета с горьким вкусом и запахом, похожим на <i>куркуму длинную</i> (см.) и манго, с камфорным оттенком. В кулинарии используется в виде порошка или маленьких кусочков, обладающих слабым камфарным ароматом и горько-жгучим вкусом. Применяется в производстве ликёров, служит заменой куркумы длинной. В индийской кухне обычно используется свежей или маринованной. В Индонезии, как правило, применяется сушеная приправа, чаще всего как ингредиент карри, особенно для блюд из морепродуктов. Может быть она и растертой и в сочетании с популярной желтой куркумой или <i>имбирем</i> (см.) использована для приготовления пасты карри для баранины или курицы. В Таиланде свежая мелко нарезанная применяется для салатов.</p>

П *Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.*



ЛАВАНДА УЗКОЛИСТНАЯ (ЛАВАНДА ЛЕКАРСТВЕННАЯ, ЛАВАНДА НАСТОЯЩАЯ) [123]

Lavandula angustifolia Mill.

Химический состав: в траве эфирное масло (линалоол – до 35%, мирцен, α - и β -оцимены, γ -терпинен, α -пинен, кариофиллен, бергамотен, γ - и δ -кадинены, α -куркумен, фарнезен, α -терпинеол, гераниол, нерол, цинеол, nonаналь, камфора и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Лаванда особенно популярна на юге Франции (Прованс), на побережьях Италии и Испании. Её добавляют в соусы, супы и салаты, но более всего она подходит к мясным блюдам, тушеной или жареной баранине. В десертах она занимает ведущую роль в ароматизации и украшении. Часто ее используют при приготовлении различных пирогов, кексов и печенья. Лаванда, наряду с <i>розмарином</i> (см.), применяется во многих рецептах приготовления хлеба. Если цветы лаванды положить в сахар, закрыть емкость плотной крышкой, то через неделю вы получите лавандовый сахар, При копчении колбас она добавляется к тлеющим опилкам вместе с ягодами <i>можжевельника</i> (см.).

П *Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.*



ЛАВР БЛАГОРОДНЫЙ (ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ) [124]*Laurus nobilis L.*

Химический состав: в листьях и плодах эфирное масло (цинеол – до 70%, (-)-линалоол, мирцен, (+)-лимонен, α - и β -фелландрены, элемен, α - и β -пинены, камфен, 3-карен, сабинен, β -селинен, кадинен, кариофиллен, терпинеол, гераниол и др.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
листья, плоды	Листья обладают специфическим бальзамическим запахом и небольшой горечью с оттенками <i>корицы</i> (см.), <i>гвоздики</i> (см.), <i>эвкалипта</i> (см.) или <i>мяты</i> (см.), в зависимости от вида и происхождения. Обычно используется при приготовлении первых и вторых блюд. С лавром готовят супы, тушеные овощи, заливное, жаркое, а также любые блюда из мяса, дичи и рыбы. Лавр применяют в консервах, как мясных (тушеное мясо, птица), так и в овощных (в том числе при мариновании огурцов, помидоров). Идеально подходит для консервирования грибов, придает приятную терпкость при засолке сала, используется при квашении капусты и других овощей. В некоторых странах используется в напитках, том числе алкогольных. Плоды лавра используют в тех же случаях, что и листья.
<p>П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.</p>	



ЛАВРОВИШНЯ ЛЕКАРСТВЕННАЯ (ЛАВРОВИШНЯ АПТЕЧНАЯ) [125]
Laurocerasus officinalis M. Roem.

Химический состав: в листьях эфирное масло (синильная кислота, бензальдегид и бензиловый спирт, тритерпеноиды (урсоловая кислота) и др.), стероиды (холестерин, стигмастерин, бета-ситостерин), азотосодержащие соединения (преназин, амигдалин, прулауразин), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
листья	Листья обладают специфическим бальзамическим запахом и небольшой горечью с оттенками горького миндаля, но существенно менее выраженным, чем у <i>лавра благородного</i> (см.). Ограниченно используют как заменитель лаврового листа при приготовлении первых и вторых блюд, супов, тушеных овощей, жаркого, блюд из мяса, дичи и рыбы. Применяют для консервирования грибов и овощей. Используют для ароматизации молока.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЛАЙМ НАСТОЯЩИЙ (ЛАЙМ КИСЛЫЙ, ЛАЙМ МЕКСИКАНСКИЙ) [126]
Citrus aurantiifolia (Christm.) Swingle

Химический состав: в кожуре плодов эфирное масло (лимонен, пинен, камфен, сабинен, цитраль, цинеол, борнеол, линалоол, лимонен, цитронелаль, гераниол, и др.), жирное масло, каротиноиды, органические кислоты, витамины С, РР, А, В₁, В₂, В₃, В₆, В₉, Е.

Часть растения	Сведения о применении
цедра	Цедру добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей. Используют в супах – холодных (окрошки, свекольник) и классических (борщ, щи, уха, солянка). С цедрой готовят десерты и выпечку (булочки, бисквиты, кексы, шарлотки, манники, сладкие пудинги), мороженое. Цедру применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу, используют для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе.
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



ЛАЙМ ПАЛЬЧИКОВЫЙ (АВСТРАЛИЙСКИЙ ФИНГЕРЛАЙМ, ЛАЙМ ИКОРНЫЙ) [127]

Citrus australasica F. Muell.

Химический состав: в кожуре плодов и листьях эфирное масло (лимонен, пинен, камфен, сабинен, цитраль, цинеол, борнеол, линалоол, лимонен, цитронелаль, гераниол, и др.), жирное масло, каротиноиды, органические кислоты, витамины С, РР, А, В₁, В₂, В₅, В₆, В₉, Е.

Часть растения	Сведения о применении
цедра, листья	В кулинарии используют цедру плодов, и листья, обладающие достаточно сильным цитрусовым ароматом, используемые в салатах и некоторых прохладительных напитков. Цедру добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей. Используют в супах. С цедрой готовят десерты, выпечку, мороженое. Цедру применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу, для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ЛАПЧАТКА ПРЯМОСТОЯЧАЯ (ДУБРОВКА, КАЛГАН ДИКИЙ, ЛАПЧАТКА-УЗИК) [128]

Potentilla tormentilla Schrank.

Химический состав: в корневище дубильные вещества (флороглюцин, протокатеховая кислота и др.) — до 31%, гликозиды (торментиллин), флавоноиды, органические кислоты (хинная, эллаговая, кофейная, п-кумаровая и др.), эфирное масло (цинеол, торментол и др.), красный пигменты (флобафены), воск, смолы, камедь, крахмал, сахара.

Часть растения	Сведения о применении
корневище	<p>Корневища коричнево-бурого цвета, хрупкие со смолисто-пряным и слабым бальзамическим ароматом с оттенком <i>розы</i> (см.). Широко используется в ликеро-водочной промышленности для изготовления бальзамов, ликеров, наливок, настоек (так называемые «калганные» настойки). Применяют при мариновании и засоле рыбы. Свежие корневища отваривают, заправляют растительным маслом и подают как гарнир или основное блюдо. Также в кулинарии используют молодые листья растения в качестве приправы к крупам, блюдам из рыбы и мяса.</p>
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ЛИМОН [129]

Citrus limon (L.) Osbeck.

Химический состав: в кожуре плодов эфирное масло (лимонен, пинен, камфен, сабинен, цитраль, цинеол, борнеол, линалоол, лимонен, цитронелаль, гераниол, и др.), жирное масло, каротиноиды, органические кислоты, витамины С, РР, А, В₁, В₂, В₅, В₆, В₉, Е.

Часть растения	Сведения о применении
цедра	Цедра используется для ароматизации шницеля, крокетов из домашней птицы, форшмака, рулета из телятины, бурканы плаценис, а также глентвейна (при изготовлении глентвейна применяется и лимон, нарезанный ломтиками). Цедру добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей, используют в супах – холодных (окрошки, свекольник) и классических (борщ, щи, уха, солянка). Цедру применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу, используют для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе.

П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



ЛИНДЕРА СТРИХНОЛИСТНАЯ (ЛИНДЕРА ЧИЛИБУХОЛИСТНАЯ) [130]
Lindera strychnifolia Willar. (*Lindera strychnifolia* var. *limprichtii* (H.J.P.Winkl.)
 Yen C. Yang)

Химический состав: в листьях, ветвях и корнях эфирное масло (линдерол (борнеол), линдеран, линдералактон, изолиндералактон, неолиндералактон, линдестренолид, линдрен, линденен, линдененон, линдестрен, линдеренацетат, изолиндерозид, линдревая кислота, линдеразулен, хамазулен, лауролитсин и др), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
листья, ветви, корни	Листья, ветви и корни обладают специфическим горьковато-бальзамическим запахом, существенно менее выраженным чем у <i>лавра благородного</i> (см.). В Китае ограниченно используют как заменитель лаврового листа при приготовлении первых и вторых блюд, супов, тушеных овощей, жаркого, блюд из мяса, дичи и рыбы. Применяют для консервирования грибов и овощей.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ЛОЖНОДОЖДЕВИК ЗОЛОТИСТЫЙ [131]

Scleroderma aurantium L.

Химический состав: в плодовом теле эфирное масло, стероиды, пальмитиновая и олеиновые жирные кислоты, пигменты, липоиды, ферменты, протеины, углеводы, минеральные соли (медь, железо, цинк, калий, кальций, натрий и пр.)

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	Гриб обладает специфическим «пряно-мускатным» ароматом, усиливающимся при сушке и термической обработке. Гриб не съедобен, в пищу в самостоятельном виде не употребляется. Как пряность используют высушенное и перемолотое в порошок плодовое тело. Порошок грибов добавляют для придания блюдам пряно-грибного запаха. Применяют для ароматизации грибных, овощных и мясных бульонов и супов, блюд из мяса и грибов, сливочных, грибных и грибных соусов.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЛОЖНОДОЖДЕВИК ОБЫКНОВЕННЫЙ (СКЛЕРОДЕРМА ЛИМОННАЯ, ЛОЖНОДОЖДЕВИК ТРЮФЕЛЬНЫЙ) [132]
Scleroderma citrinum Fr.

Химический состав: в плодовом теле эфирное масло, диметилфенилаланин, 2-N,N,N- триметил-фенилаланин и 2-триметил-аммоний-3-(3-индолил) пропионат, а также стероиды эргоста-4,6,8(14),22-тетраен-3-ен и эргостерол-пероксид, пальмитиновая и олеиновые жирные кислоты, пигменты, липоиды, ферменты, протеины, углеводы, минеральные соли (медь, железо, цинк, калий, кальций, натрий и пр.)

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	Гриб обладает пряным «трюфельным» ароматом, усиливающимся при сушке и термической обработке. Гриб не съедобен, в пищу в самостоятельном виде не употребляется. Как пряность используют высушенное и перемолотое в порошок плодовое тело. Порошок грибов добавляют для придания блюдам «трюфельного» запаха. В Германии используют при приготовлении сарделек, колбас (в том числе копченых и вяленых) и других колбасных продуктов. Применяют для ароматизации грибных, овощных и мясных бульонов и супов, блюд из мяса и соусов.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ЛОФАНТ АНИСОВЫЙ (МНОГОКОЛОСНИК ФЕНХЕЛЬНЫЙ, ИССОП АНИСОВЫЙ) [133]

Lophanthus anisatus (Nutt.) Benth.

Химический состав: в траве эфирное масло (пулегон, ментон, метилхавикол, анетол, анисовый альдегид, ацетальдегид и пр.), оксикоричные кислоты (хлорогеновая, кофейная, галловая, ω -кумаровая), умбеллиферон, лютеолин, кверцетин и др.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава обладает выраженным анисовым ароматом со сладковато-пряным оттенком. Аромат более выражен в период цветения, несколько усиливается при сушке. Свежим и сушеным лопфантом приправляют рыбные и овощные блюда, выпечку, используют в консервировании и приготовлении варений, джемов, киселей, компотов. Листья применяют в свежем виде как добавка в витаминные салаты, гарнировку блюд из мяса, птицы и рыбы. Траву в сушеном виде используют как самостоятельно, так и в смесях, для ароматизации различных первых и вторых блюд. Сухую траву с соцветиями заваривают в качестве травяного чая.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЛУК БАГУН (ЛУК ТАТАРКА) [134]**Allium fistulosum L.*

Химический состав: в листьях эфирное масло, клетчатка, протеины, минеральные соли (кальций, фосфор, железо), фитонциды, безазотистые экстрактивные вещества, органические кислоты (пинеколиновая и пр.), витамины В₁, В₂, РР, С (до 166 мг/100 г), каротин

Часть растения	Сведения о применении
листья, стебли, цветки	<p>Вся наземная часть растения обладает характерным «луковым» запахом и вкусом. Используется широко, в свежем виде – в салатах, качестве зеленой гарнировки блюд из мяса, рыбы и птицы, при приготовлении большинства первых и вторых овощных, мясных и рыбных блюд. Листья и молодые цветочные головки квасят, солят и маринуют. Сушеный порошок листьев используют в мясных и овощных супах и бульонах, при приготовлении мяса, рыбы и птицы, при тушении и жарке овощей, приготовлении крупяных блюд и гарниров.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	

* – Аналогичными свойствами обладает Лук алтайский (*Allium altaicum Pall.*) [135]



ЛУК ГУСИНЫЙ ЖЕЛТЫЙ (ГАГЕЯ ЖЁЛТАЯ) [136]

Gagea lutea L.

Химический состав: в луковичках гликозиды, углеводы (глюкоза, фруктоза, сахароза, мальтоза) – до 4%, протеины, клетчатка, минеральные соли (кальций, калий и пр.), эфирное масло, ферменты, флавоноиды кверцетин и пр.), витамины С (до 7 мг/100 г), В₁, В₂, Е

Часть растения

листья,
стебли,
цветки

Сведения о применении

Вся наземная часть растения обладает характерным «луковым» запахом и вкусом. Используется в свежем виде – в салатах, качестве зеленой гарнировки блюд из мяса, рыбы и птицы, при приготовлении большинства первых и вторых овощных, мясных и рыбных блюд. Цветки используют для сервировки и украшения бутербродов и вторых блюд. Листья квасят, солят и маринуют.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЛУК ЛОЖНОРОЗЕНБАХОВ [137]*Allium rosenorum R.M. Fritsch.*

Химический состав: в листьях и незрелых плодах протеины, углеводы, серосодержащее эфирное масло (полисульфиды), минеральные соли (кальций, фосфор, железо), витамины В₁, В₂, РР, С (75 мг/100 г), каротин

Часть растения	Сведения о применении
листья, цветки	Наземная часть растения обладает характерным «луковым» запахом и вкусом. Используется в свежем виде – в салатах, качестве зеленой гарнировки блюд из мяса, рыбы и птицы, при приготовлении большинства первых и вторых овощных, мясных и рыбных блюд. Цветками украшают вторые блюда и закуски. Сушеный порошок листьев используют в мясных и овощных супах и бульонах, при приготовлении мяса, рыбы и птицы, при тушении и жарке овощей, приготовлении крупных блюд и гарниров.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ЛУК ПОНИКАЮЩИЙ [138]*

Allium nutans L.

Химический состав: в луковичах эфирное масло – аллицин (до 0,22%), гликозид аллиин, ферменты, жирные масла, фитостерины, витамины С (до 100 мг/100 г), В, полисахариды, йод. В листьях эфирное масло, пинеколиновая кислота, протеины, минеральные вещества, фитонциды, витамины В₂, С (до 760 мг/100 г)

Часть растения

Сведения о применении

листья,
цветки

Вся наземная часть растения обладает характерным «луковично-чесночным» запахом и вкусом. Используется молодые листья и цветки в свежем виде – в салатах, качестве зеленой гарнировки блюд из мяса, рыбы и птицы, при приготовлении большинства первых и вторых овощных, мясных и рыбных блюд. Цветки и соцветия используют для украшения мясных, рыбных блюд и птицы. Сушеный порошок листьев используют в мясных и овощных супах и бульонах, при приготовлении мяса, рыбы и птицы, при тушении и жарке овощей, приготовлении крупяных блюд и гарниров.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.

* – Аналогичными свойствами обладает Лук медвежий (*Allium ursinum* L.) [139]



ЛУК ПОБЕДНЫЙ (КОЛБА) [140]**Allium victorialis* L.

Химический состав: в листьях эфирное масло, пинеколиновая кислота, клетчатка, протеины, минеральные соли, фитонциды, безазотистые экстрактивные вещества, органические кислоты (лимонная), витамины В₁, В₂, РР, С (до 730 мг/100 г), каротин (до 57,6 мг/100 г). В луковичах эфирное масло, минеральные соли (кальций, фосфор, железо, калий, марганец, сера, медь), витамины В₁, В₂, РР, С (до 105 мг/100 г), каротин.

Часть растения	Сведения о применении
листья, цветки	<p>Вся наземная часть растения обладает характерным резким «чесночным» запахом и вкусом. Используется широко, в свежем виде — в салатах, качестве зеленой гарнировки блюд из мяса, рыбы и птицы, при приготовлении большинства первых и вторых овощных, мясных и рыбных блюд. Листья и молодые цветочные головки квасят, солят и маринуют. Сушеный порошок листьев используют в мясных и овощных супах и бульонах, при приготовлении мяса, рыбы и птицы, при тушении и жарке овощей, приготовлении крупяных блюд и гарниров.</p>
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	

* — Аналогичными свойствами обладают Лук крупный (*Allium grande* Lipsky.) [141], Лук косой (*Allium obliquum* L.) [142], Лук низкий (*Allium pumilum* Vved.) [143], Лук странный (*Allium paradoxum* (Bieb.) G. Don fil.) [144]



ЛУК ПОРЕЙ [145]

Allium porrum L.

Химический состав: в листьях протеины (до 1,3%), ферменты (мальтаза, декстриназа, инвертаза), углеводы (до 6,6%), серосодержащее эфирное масло (полисульфиды, дисульфиды), минеральные соли (кальций, фосфор, железо, калий, магний, натрий), витамины В₁, В₂, РР, С, каротин

Часть растения

Сведения о применении

стеблевые
черенки
листьев

Наземная часть растения обладает характерным, но достаточно нежным «луково-чесночным» запахом и вкусом. Используется широко, в свежем виде – в салатах, качестве зеленой гарнировки блюд из мяса, рыбы и птицы, при приготовлении большинства первых и вторых овощных, мясных и рыбных блюд. Черешки квасят, солят и маринуют. Сушеный порошок черешков используют в мясных и овощных супах и бульонах, при приготовлении мяса, рыбы и птицы, при тушении и жарке овощей, приготовлении крупяных блюд и гарниров. Тушеные черешки используют в качестве шпинатных гарниров.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ЛУК ШАЛОТ [146]*
Allium ascalonicum L.

Химический состав: в луковицах углеводы (глюкоза, фруктоза, сахара, мальтоза) – до 14%, азотистые вещества (до 2,5%), протеины, клетчатка, минеральные соли (кальций, фосфор, йод и пр.), эфирные масла, пропионовый альдегид, тиопропаналь-с-оксид, ферменты, гликозиды, кверцетин, инулин, фитин, каротин, витамины С (до 10 мг/100 г), В₁ (до 60 мг/100 г), В₂, D₂, РР, Е. В листьях эфирное масло, углеводы, витамины С (до 20 мг/100 г), В₂ (до 50 мг/100 г), каротин (до 4 мг/100 г), органические кислоты (лимонная, яблочная), фитонциды.

Часть растения

Сведения о применении

листья,
цветки,
луковицы

Вся наземная часть растения и луковицы обладает характерным, но достаточно нежным «луковым» запахом и вкусом. Используется широко, в свежем виде – в салатах, качестве зеленой гарнировки блюд из мяса, рыбы и птицы, при приготовлении большинства первых и вторых овощных, мясных и рыбных блюд. Листья и луковицы квасят, солят и маринуют. Сушеный порошок листьев и луковиц используют в мясных и овощных супах и бульонах, при приготовлении мяса, рыбы и птицы, при тушении и жарке овощей, приготовлении крупных блюд и гарниров.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.

* – Аналогичными свойствами обладает **Лук репчатый (*Allium cepa L.*) [147]**



ЛУК ШНИТТ [148]*
Allium schoenoprasum L.

Химический состав: в листьях протеины, углеводы, серосодержащее эфирное масло (полисульфиды), минеральные соли (кальций, фосфор, железо), витамины В₁, В₂, РР, С (75 мг/100 г), каротин.

Часть растения	Сведения о применении
листья, цветки	Вся наземная часть растения обладает характерным нежным «луковым» запахом и вкусом. Молодые листья используют широко, в свежем виде – в салатах, качестве зеленой гарнировки блюд из мяса, рыбы и птицы, при приготовлении большинства первых и вторых овощных, мясных и рыбных блюд. Листья и молодые цветочные головки маринуют. Сушеный порошок листьев используют в мясных и овощных супах и бульонах, при приготовлении мяса, рыбы и птицы, при тушении и жарке овощей, приготовлении крупяных блюд и гарниров.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.

* – Аналогичными свойствами обладают Лук гунибский (*Allium gunibicum Mizez. ex Grossh.*) [149], Лук красивенький (*Allium bellulum Prokh.*) [150], Лук неридоцветный (*Allium neriniflorum (Herb.) Baker*) [151], Лук регелевский (*Allium regelianum A.Beck.*) [152]



ЛЮБИСТОК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ [153]*Levisticum officinalis (L.) Koch.*

Химический состав: в листьях эфирное масло (терпениол, цинеол, карвакрол и пр.) – до 2,7%, органические кислоты, углеводы, смолы, крахмал. В корневищах эфирное масло (до 2,5%), органические кислоты (англиковая и пр.), клетчатка, смолы, жирное масло, крахмал, углеводы, гликозиды.

Часть растения**Сведения о применении**

листья,
корневища
с корнями,
плоды

Все части растения обладают мощным смолисто-бальзамическим «сельдерейным» запахом. Листья используют в свежем виде в салатах и в качестве пряной гарнировки блюд из мяса и рыбы. Листья и корневища применяют при приготовлении бульонов и супов из птицы, мяса и рыбы, приготовлении вторых мясных и рыбных блюд, мариновании мяса, рыбы и овощей. Сушеные корневища в смеси с петрушкой, сельдереем и пастернаком применяют в европейской кухне под названием «белый корень». Порошок листьев и корневищ, а также зрелые семена вводят в состав различных пряных смесей европейской, азиатской и восточной кухонь.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



МАЙОРАН САДОВЫЙ [154]

Majorana hortensis Moench. (Origanum majorana L.)

Химический состав: в траве эфирное масло (терпинен, терпинеол, карвакрол, α -пинен, камфен, амиловый спирт, фелландрен, дипентен, линалоол, майорановая камфора, борнилацетат пр.) – до 2,14%, флавоноиды, сесквитерпены, свободные спирты (до 2%), фенольные кислоты, жирные масла, витамин С, дубильные вещества, пигменты, минеральные соли.

Часть растения	Сведения о применении
травя, листья, облиственные цветущие верхушки, цветки	Свежие и высушенные листья и цветки обладают выраженным, интенсивным сладковато-смолистым ароматом. Листья в свежем виде используют для ароматизации салатов, добавляют в овощные бульоны и бульоны из птицы, в смеси с другими травами и зелеными культурами используют в качестве травяных гарниров к жареному и отварному мясу. Высушенные листья и облиственные цветущие верхушки применяют для ароматизации бульонов и супов, тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы, при приготовлении блюд французской и прованской кухонь (в составе «букета гарни»), при приготовлении соусов. Траву и цветки применяют в ликероводочном производстве, при приготовлении травяных чаев.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



МАНДАРИН СЕТЧАТЫЙ [155]*Citrus reticulata Blanco.*

Химический состав: в кожуре плодов эфирное масло (мирцен, (+)-лимонен, γ -терпинен, α -фелландрен, α -туйен, α - и β -пинены, камфен, α -иланген, β - и γ -элемены, α -бергамотен, кариофиллен, β -копаен, α - и β -гумулены (общее содержание терпеновых углеводородов достигает 90%), п-цимол, линалоол, нерол, гераниол, α -терпинеол и др.), жирное масло, каротиноиды, органические кислоты, витамины С, РР, А, В₁, В₂, В₃, В₆, В₉, Е.

Часть растения	Сведения о применении
цедра	Цедру мандарина добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей. Используют в супах – холодных (окрошки, свекольник) и классических (борщ, щи, уха, солянка). С цедрой готовят десерты и выпечку (булочки, бисквиты, кексы, шарлотки, манники, сладкие пудинги), мороженое. Применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу, используют для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе.
<p>П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.</p>	



МАСЛЕНОК ПЕРЕЧНЫЙ (ПЕРЕЧНЫЙ ГРИБ) [156]

Chalcíporus piperátus Fr.

Химический состав: в плодовом теле эфирное масло, белки и свободные аминокислоты (лейцин, тирозин и пр.), эргостерин, пигменты, липоиды, ферменты, протеины, углеводы, минеральные соли (медь, железо, цинк, калий, кальций, натрий и пр.)

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	Гриб обладает умеренно выраженным «грибным» запахом, и горьковато-перечным вкусом, сохраняющимся при сушке и термической обработке. Как пряность используют высушенное и перемолотое в порошок плодовое тело. Порошок грибов добавляют для придания блюдам «перечного» вкуса. Используют как пряность при приготовлении грибных блюд, для ароматизации овощных и мясных бульонов и супов. Вводят в соусы, в блюда и гарниры из картофеля, бобовых, различных круп.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



МАТРИКАРИЯ БАБЗАМИЧЕСКАЯ (ПИЖМА БАЛЬЗАМИЧЕСКАЯ) [157]
Tanacétum balsamíta L.

Химический состав: в цветках и листьях танацетовое эфирное масло (L-камфара, борнеол, α -туйон, β -туйон, пинен, туйол и пр.) – до 0,8% (в цветках и плодах – до 2,1%), жирное масло, гликозид танацетин, органические кислоты (галлусовая, танацетовая), дубильные вещества, флавоноиды (апигенин, лютеолин, акасетин, кверцетин), алкалоиды, смолы, пигменты, углеводы, камедь, витамин С.

Часть растения	Сведения о применении
листья, плоды	<p>В пищу употребляют молодые листья и стебли, собранные в начале бутонизации (горькая пряность в салаты, мясные, рыбные супы, овощные блюда, рыбные консервы, при солении и мариновании овощей). При сушке утрачивает горечь и усиливает пряно-бальзамический аромат. Порошок листьев используют в сладкие блюда, кондитерские изделия, квасы и др. напитки, плоды – как пряную приправу, ароматизатор пищевых продуктов, в соленьях, овощных консервах. В кулинарии применяют для ароматизации маринадов из нейтральных по вкусу овощей – кабачков, цуккини, патиссонов, мочени яблоч и других фруктов, для приготовления жирного мяса – свинины, баранины, птицы (гусей, уток). На сухих листьях канупера настаивают уксус, приобретающий бальзамический привкус.</p>
<p>П <i>Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</i></p>	



МЕЛИССА ЛЕКАРСТВЕННАЯ [158]

Melissa officinalis L.

Химический состав: в листьях эфирное масло (цитронеллаль, гераниол, цитраль, цитронеллол, линалоол, мирцен) – до 0,33%, дубильные вещества (до 5%), горечи, смолы, слизь, органические кислоты (кофейная, олеаноловая, урсоловая), витамин С (до 150 мг/100 г), каротин (до 7 мг/100 г). в семенах жирное масло (до 20%), протеины, углеводы.

Часть растения	Сведения о применении
листья, трава	Свежие и высушенные листья обладают выраженным, интенсивным и тонким лимонным ароматом, не меняющимся во время и после цветения. Листья в свежем виде используют для ароматизации салатов, добавляют в овощные бульоны и бульоны из птицы, в смеси с другими травами и зелеными культурами используют в качестве травяных гарниров к жареному и отварному мясу. Высушенную траву применяют для ароматизации бульонов и супов, в составе пряных смесей – для тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы и соусов. Траву применяют в ликероводочном производстве для изготовления бальзамов, ликеров и настоек, а также при приготовлении травяных чаев.
П <i>Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</i>	



МИРТ ОБЫКНОВЕННЫЙ [159]*Myrtus communis L.*

Химический состав: в листьях и плодах эфирное масло (α-пинен, туйен, лимонен, пара-цимен, бета-пинен, дельта-3-карен, альфа-терпинен, 1,8-цинеол, кариофиллен, α-терпинеол, линалоол и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения**Сведения о применении**

листья,
плоды

Листья и плоды употребляют в качестве пряности в кулинарии средиземноморских стран. С миртом готовят мясные и рыбные супы, тушеную говядину, свинину, тушеную и отварную морскую рыбу. В Италии из плодов миртового дерева изготавливают ликер «мирто»; во Франции варят варенье. Сушеные плоды мирта используют при производстве некоторых видов колбас; листья мирта добавляют в соленья и маринады; мясо и рыба, приготовленные на гриле, с использованием коры и веток миртового дерева, приобретают яркий аромат. Следует учитывать, что мирт при длительной термической обработке может придавать блюдам горечь.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



МЛЕЧНИК АРОМАТНЫЙ (МЛЕЧНИК КОКОСОВЫЙ, ГРУЗДЬ АРОМАТНЫЙ) [160]

Lactarius glyciósmus Fr.

Химический состав: в плодовом теле эфирное масло, протеины, пигменты, липоиды, ферменты, протеины, углеводы, минеральные соли (медь, железо, цинк, калий, кальций, натрий и пр.)

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	Гриб обладает «перечным» вкусом и ярким «кокосовым» ароматом, сохраняющимся при сушке и ослабевающим при термической обработке свежих грибов. Гриб условно съедобен (используется в соленом и маринованном виде, после предварительного отваривания). Как пряность используют высушенное и перемолотое в порошок плодовое тело. Порошок грибов добавляют для придания блюдам «кокосового» аромата. Используют как пряность при приготовлении грибных и мясных блюд, при жарении рыбы, для ароматизации овощных и мясных бульонов и супов. Вводят в различные соусы.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



МОЖЖЕВЕЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ [161]**Juniperus communis L.*

Химический состав: в шишкоплодах углеводы (глюкоза, фруктоза) — до 40%, эфирное масло (пинен, терпинеол, кадинен, сесквитерпен, можжевельная камфара) — до 2,3%, пигменты (юниперин), органические кислоты (уксусная, муравьиная, яблочная), флавоновые гликозиды, смолы (до 9,49%), воск, спирт инозит, пигменты. В листьях хлорофилл, эфирное масло, смолы, фитонциды, витамин С

Часть растения	Сведения о применении
шишкоплоды, листья	<p>В свежем и сушеном виде добавляют при приготовлении мяса (в том числе для придания аромата «дичи»), в первую очередь — жирных сортов мяса (гусятина, баранина, свинина), в качестве приправы к паштетам и терринам, для квашения капусты, при засолке и мариновании овощей, фруктов и грибов. Свежие плоды используют для приготовления сиропов, домашнего кваса и пива, в ликероводочной промышленности при производстве джина, бальзамов, ликеров и наливок, при приготовлении травяных чаев, в кондитерской выпечке. Листья в свежем и сушеном виде в смеси с другими пряностями — <i>полынь обыкновенная</i> (см.), <i>будра плющевидная</i> (см.) используют при мариновании мяса для придания ему аромата «дичи», при холодном и горячем копчении рыбы и мяса.</p>
<p>П <i>Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</i></p>	

* — Аналогичными свойствами обладает **Можжевельник сибирский** (*Juniperus sibirica Burgsd.*) [162]



МОНАРДА ДВОЙЧАТАЯ [163]*

Monarda didyma L.

Химический состав: в траве эфирное масло (тимол, цитронеллаль, цитронеллол, линалоол и пр.) – до 1,04%, дубильные вещества, горечи, смолы, слизь, органические кислоты (олеаноловая, урсоловая и пр.), витамины РР, Р, С (до 86 мг/100 г), каротин

Часть растения

листья,
трава,
цветущие
верхушки,
цветки

Сведения о применении

Свежие и высушенные цветки и листья обладают выраженным, интенсивным и тонким бергамотовым ароматом с оттенками *грейпфрута* (см.) и *душицы* (см.), не меняющимся во время и после цветения. Листья в свежем виде используют для ароматизации салатов, добавляют в овощные бульоны и бульоны из птицы, в смеси с другими травами и зелеными культурами используют в качестве травяных гарниров к жареному и отварному мясу. Высушенную траву применяют для ароматизации бульонов и супов, в составе пряных смесей – для тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы и соусов. Траву применяют в ликероводочном производстве для изготовления бальзамов и ликеров, а также при приготовлении травяных чаев.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.

* – Аналогичными свойствами обладает **Монарда лимонная (*Monarda officinalis L.*) [164]**



МОНАРДА ТРУБЧАТАЯ (МОНАРДА ДУШИСТАЯ, МОНАРДА ДУДЧАТАЯ)
[165]

Monarda fistulosa L.

Химический состав: в траве эфирное масло (цитронеллаль, цитронеллол, линалоол и пр.), дубильные вещества, горечи, смолы, слизь, органические кислоты (олеаноловая, урсоловая и пр.), витамины РР, Р, С, каротин

Часть растения	Сведения о применении
травя	Наземную массу используют при консервировании овощей в период от бутонизации до цветения. Листья используют для ароматизации салатов, добавляют в овощные бульоны и бульоны из птицы, в смеси с другими травами и зелеными культурами используют в качестве травяных гарниров к жареному и отварному мясу. Высушенную траву применяют для ароматизации бульонов, тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы и соусов. Траву применяют в ликероводочном производстве.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



МОРКОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ [166]

Silaum silaus (L.) Schinz & Thell.

Химический состав: в корнях терпеноиды, фталиды. В стеблях, листьях, соцветиях и плодах эфирное масло, кверцетин, кемпферол, в плодах — кумарины, жирное масло, петрозелиновая кислота.

Часть растения

трава,
листья,
соцветия,
корни

Сведения о применении

Высушенная трава и соцветия обладают травянисто-пряным запахом с хвойно-морковными и цветочными тонами. Траву, соцветия и корни используют в производстве овощных консервов и колбасных изделий, а также в других отраслях пищевой промышленности. В кулинарии морковником сдабривают морковные, свекольные и картофельные салаты, овощные и мясные супы, используют при жарке мяса и рыбы.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



МУСКАТНИК ДУШИСТЫЙ (МУСКАТНЫЙ ОРЕХ) [167]*Myristica fragrans* Houtt.

Химический состав: в плодах эфирное масло (миристицин, изоэвгенол, камфен, гераниол, эвгенол, терпиненол, α - и β -пинен, дипентен, лимонен, сабинен, гераниол, α - и β -фелландрен, мирцен, цимен, линалоол и пр.), пигменты, кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротиноиды.

Часть растения	Сведения о применении
плоды	<p>Плоды обладают «теплым» древесно-бальзамическим специфическим ароматом и пряно-жгучим вкусом с перечным оттенком. Чаще всего мускатный орех применяют в приготовлении сладких блюд – десертов, выпечки, коктейлей и алкогольных напитков. Его используют для ароматизации творожной массы, пудингов, тортов, печенья, пирожных, кексов, кренделей, булочек и конфет, варенья, джемов, повидла и компотов. Вводится как компонент в мясные, рыбные, грибные и овощные блюда. В восточной кухне добавляют в супы, салаты, рис и соусы. Мускатный орех используется в пищевой промышленности для приготовления колбасных изделий, копченой или маринованной рыбы, томатной пасты, кетчупа, сыра, горчицы, для ароматизации какао и шоколада. Его добавляют в чай, какао и кофе.</p>
<p>П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.</p>	



МУСКАТНИК ДУШИСТЫЙ (МУСКАТНЫЙ ЦВЕТ, МАЦИС) [167]
Myristica fragrans Houtt.

Химический состав: в присемянниках плодов эфирное масло (элимицин, саф-рол, пинен, камфен, эвгенол, борнеол, дипентен, сабинен, гераниол, линалоол, миристицин, цинеол, метилэвгенол, метилизоэвгенол и пр.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
присемянники плодов	Представляет собой околоплодную оболочку (ариллус) плодов мускатника душистого, имеющий вид твёрдой хрупкой пластинки от светло-оранжевого до тёмно-жёлтого цвета. Обладает древесно-бальзамическим специфическим ароматом и пряно-жгучим вкусом, отличающимися от запаха и вкуса <i>мускатного ореха</i> (см.). Применяют при изготовлении кондитерских изделий (например десертов и печенья). Добавляют в супы, в сливочные соусы, в блюда из баранины и курицы, к сырам, сосискам. Используют во французской, английской, азиатских и индийской кухнях. Хорошо сочетается с гарам масала и карри.

П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



МЯТА ВОДЯНАЯ [168]**Mentha aquatica L.*

Химический состав: в траве эфирное масло (ментол, ментоловые эфиры изо-валериановой и уксусной кислот, пинен, лимонен, цинеол, пулегон), терпены, бетаин, каротин, органические кислоты.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Листья в свежем виде обладают мягким умеренно выраженным «мятным» ароматом с заметным травянисто-пряным «розмариновым» оттенком. При высушивании «мятные» ноты почти исчезают, а пряные, напротив, усиливаются. Используют в свежем виде в витаминных салатах, в смесях с другими салатными и пряными травами для гарнировки блюд из мяса, в том числе отварного, жареного и приготовленного на углях или открытом огне, отварной, тушеной и жареной рыбы. В сушеном виде в смесях пряностей используется для ароматизации первых и вторых блюд, приготовления травяных чаев.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	

* — Аналогичными свойствами обладают **Мята длиннолистая** (*Mentha longifolia L.*) [169], **Мята кудрявая** (*Mentha crispa L.*) [170], **Мята полевая** (*Mentha campestra Schiff.*) [171]



МЯТА ПЕРЕЧНАЯ (МЯТА АНГЛИЙСКАЯ, КАТВАХОТ, ПИТНА, ЯРТЫЗ)
[172]

Mentha piperitae L.

Химический состав: в листьях эфирное масло (ментол, ментоловые эфиры изовалериановой и укусной кислот, пинен, лимонен, цинеол, дипентен, пулегон, альфа-фелландрен, ментофуран, сабиненгидрат, пепериновая кислота и пр.) – до 2,75%, органические кислоты (урсоловая – до 0,3%, олеаноловая – до 0,12%), дубильные вещества, минеральные соли (медь, марганец, стронций), флавоноиды, каротин (до 40 мг/100 г), бетаин, гесперидин.

Часть растения	Сведения о применении
трава	Листья в свежем виде обладают выраженным «мятным» ароматом с заметным травянисто-перечным оттенком. При высушивании «мятные» ноты сохраняются, а пряно-перечные несколько усиливаются. Используют в свежем виде в витаминных салатах, в смесях с другими салатными и пряными травами для гарнировки блюд из мяса, в том числе отварного, жареного и приготовленного на углях или открытом огне, отварной, тушеной и жареной рыбы. Популярна в английской кухне, в первую очередь при приготовлении блюд из баранины, ягнятины, птицы и соусов. Добавляется к тушеной капусте, моркови, гороху, луку-порею (см.). В сушеном виде в смесях арабских, испанских и итальянских пряностей используется для ароматизации первых и вторых блюд, приготовления травяных чаев, добавок в компоты, варенье, сладкое тесто.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



МЯТА ЯБЛОЧНАЯ (МЯТА ЕГИПЕТСКАЯ, МЯТА КРУГЛОЛИСТНАЯ) [173]
Mentha rotundifolia L.

Химический состав: в листьях эфирное масло (цитронеллол, линалоол, мирцен и пр.), дубильные вещества (до 7%), горечи, смолы, слизь, органические кислоты (олеаноловая, урсоловая и пр.), витамин С (до 80 мг/100 г), каротин.

Часть растения	Сведения о применении
трава	<p>Листья в свежем виде обладают мягким умеренно выраженным «мятным» ароматом с заметным травянисто-пряным оттенком и нотами зеленого яблока. При высушивании «мятные» ноты почти исчезают, а пряные, напротив, усиливаются. Используют в свежем виде в витаминных салатах, в смесях с другими салатными и пряными травами для гарнировки блюд из мяса (прежде всего – ягнятины, баранины, свинины), в том числе отварного, жареного и приготовленного на углях или открытом огне, отварной, тушеной и жареной рыбы. В сушеном виде в смесях пряностей используется для ароматизации первых и вторых блюд, приготовления травяных чаев, в ликероводочной промышленности при изготовлении мятных ликеров и наливок, для приготовления домашнего кваса, при приготовлении и выпечке кондитерских изделий, кексов, пряников.</p>
<p>П <i>Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</i></p>	



НИГЕЛЛА ПОСЕВНАЯ (ЧЕРНЫЙ ТМИН, КАЛИНДЖИ) [174]*
Nigella sativa L.

Химический состав: в траве гликозиды (мелантин и пр.), алкалоиды, сапонины, флавоноиды, эфирное масло (до 0,03%), углеводы, камедь, органические кислоты, витамины С (до 450 мг/100 г), каротин. В семенах гликозиды (мелантин), эфирное масло (до 1,48%), жирное масло (до 45%), крахмал, протеины, пигменты, органические кислоты

Часть растения	Сведения о применении
плоды	Зрелые плоды обладают сложным ярким пряным ароматом, объединяющим запах <i>мускатного ореха</i> (см.), <i>розового перца</i> (см.) и земляники. Семена нигеллы добавляют при выпечке в хлебобулочные и кондитерские изделия, в состав коврижечных и пряничных смесей, посыпают при выпечке булочки, пончики и печенье. Применяют при приготовлении маринадов, в овощной консервации и квашении капусты. Молотые семена добавляют в овощные и фруктовые салаты. Используют при приготовлении отварного тушеного и жареного мяса, прежде всего – жирных сортов (свинина, баранина). В индийской и арабской кухнях вводят в состав крупяных каш. Используют для ароматизации фруктовых сиропов и варенья.
П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.	

* – Аналогичными свойствами обладает **Нигелла дамасская** (*Nigella damascena L.*) [175]



ПАЖИТНИК ГОЛУБОЙ (ДОННИК СИНИЙ) [176]*Trigonella caerulea (L.) Ser. (Melilotus coeruleus L).*

Химический состав: в траве кумарины (до 0,36%), алкалоиды (мелилотин и пр.), гликозид мелилотозид, пурины, жирное масло, протеины, эфирное масло (до 0,08%), смолы, флавоновые гликозиды, пигменты.

Часть растения	Сведения о применении
листья и цветки, семена	Семена добавляют в салаты и первые блюда, они являются составляющими комбинированных приправ для блюд из бобовых. Высушенные листья добавляют в мясные, рыбные и овощные блюда. Свежие листья дополняют салаты, соусы, жидкие и мясные блюда. Применяют для приготовления аджики и отдельных сортов сыра. Семена используют для приготовления эксклюзивных видов кондитерских изделий и выпечки. Применяют для приготовления бастурмы с пажитником.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ПАЖИТНИК СЕННОЙ (ФЕНУТРЕК, ШАМБАЛА, ХЕЛЬБА) [177]
Trigonella foenum-graecum L.

Химический состав: в траве и плодах эфирное масло (кумарин, 3-окси-4,5-диметил-2(5Н)-фуранон, д-кадинен, а-кадиол, цинеол, лимонен, сабинен, мирцен, пинен, линалилацетат, линалоол и др.), диосгенин, тигонин, ямогенин, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротины.

Часть растения

Сведения о применении

плоды,
травя

Вкус и аромат плодов фенугрека сильный, сладковатый, чуть горький, отчасти ореховый, немного грибной. Молодые побеги используют в качестве приправы к мясным блюдам и в сыроварении. Очень популярен в индийской кухне – его добавляют в овощные и мясные блюда, соусы, блюда из бобовых, в различные закуски, салаты и основные блюда. Применяют в грибном, картофельном, луковом, гороховом, супах. Можно добавлять в десерты и хлеб. Входит в состав смесей пряностей карри, хмели-сунели и гарам масала, а также в смесь чаман, которой покрывают вяленую мясную вырезку – бастурму.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ПАПЕДА ЕЖЕИГЛИСТАЯ (КАФФИР-ЛАЙМ, ЛИМА, МАКРУТ) [178]
Citrus hystrix DC.

Химический состав: в листьях и кожуре плодов эфирное масло (лимонен, пинен, камфен, сабинен, цитраль, цинеол, борнеол, линалоол, лимонен, цитронелаль, гераниол, и др.), жирное масло, каротиноиды, органические кислоты, витамины С, РР, А, В₁, В₂, В₃, В₆, В₉, Е.

Часть растения	Сведения о применении
Листья, плоды, цедра	Листья и плоды каффир-лайма широко используются в кулинарии Юго-Восточной Азии. Измельчённая цедра каффрско-лайма также используется как приправа, главным образом в кондитерских изделиях и напитках. Листья популярны как специя в Таиланде. Их добавляют в тайские супы и в блюда-карри. Часто сочетают эти листья с <i>чесноком</i> (см.), <i>галангой</i> (см.), <i>имбирём</i> (см.) и <i>перцем чили</i> (см). Листья также используются в качестве одного из основных ингредиентов том-яма (кисло-острый суп). Листья каффир-лайма популярны в качестве приправы в Камбодже, во Вьетнаме, Малайзии и Индонезии, где их добавляют в блюда из курятины и рыбы. Часто они используются аналогично <i>лавровому листу</i> (см.). Листья необходимо вынимать перед подачей блюда на стол.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ПАСТЕРНАК ПОСЕВНОЙ [179]

Pastinaca sativa L.

Химический состав: в плодах фурукумарины (пастинацин, императорин, изоимператорин, ксантотоксин, бергаптен, сфондин, бероксан), кумарины (остхол и пр.), флавоноиды (гиперин, рутин, пастернозид и пр.), полиины, жирное масло (глицериды масляной, капроновой и гептиловой кислот), эфирное масло (три-тетраселин, петроселиндиолен, дипетроселинолени и пр.) – до 3,6%, протеины. В траве флавоновые гликозиды (кверцетин-3-рамногликозид, изорамнетин-3-глюкоза-7-рамнозид, изорамнетин-3-гликозид, кверцетин-3-гликозид и пр.), углеводы (сахароза и пр.), протеины, хлорофилл, жирное масло, минеральные соли. В корневищах углеводы, протеины (до 2%), эфирное масло, целлюлоза, протеины, минеральные соли (калий и пр.), витамин С (до 30 мг/100 г).

Часть растения

листья,
корневища
с корнями,
плоды

Сведения о применении

Все части растения обладают «морковно-петрушечным» запахом. Листья используют в свежем виде в салатах и в качестве пряной гарнировки блюд из мяса и рыбы. Листья и корневища применяют при приготовлении бульонов и супов из птицы, мяса и рыбы, приготовлении вторых мясных и рыбных блюд, мариновании мяса, рыбы и овощей. Сушеные корневища в смеси с *петрушкой* (см.) и *сельдереем* (см.) применяют в европейской кухне под названием «белый корень». Порошок листьев и корневищ, а также зрелые семена входят в состав различных пряных смесей европейской, азиатской и восточной кухонь.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ПЕРЕЦ АФРИКАНСКИЙ (ПЕРЕЦ ГВИНЕЙСКИЙ, ПЕРЕЦ АШАНТИЙСКИЙ, УЗИЗА) [180]

Piper guineense Thonn.

Химический состав: в плодах и листьях эфирное масло (пиперин, бета-кариофиллен, миристицин, элемицин, сафрол, диллапиол и др.), органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
плоды, листья	<p>Плоды африканского перца напоминают зёрна <i>перца кубеба</i> (см.), но мельче, имеют более вытянутую форму, более гладкую поверхность и красноватый оттенок. Кроме того, ножки плодов африканского перца отчётливо изогнуты. В качестве пряности используются плоды и листья («узиза»). Африканский перец применяется в западно-африканской кухне для придания остроты и пряного аромата традиционным похлёбкам, рагу, кашам, стью, добавляется в варёный рис. Он взаимозаменяем с перцем кубеба, однако придаёт блюдам менее горький вкус. Является одной из составляющих смеси пряностей бербере в кухнях Египта, Эфиопии и Эритреи.</p>

П
Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ПЕРЕЦ ДЛИННЫЙ (ПЕРЕЦ КОЛОСКОВЫЙ, КАВИКА, ПИПУЛ) [181]
Piper longum (L.) Blume.

Химический состав: в плодах эфирное масло (пиперлонгумин, пиперин, бета-кардиофиллен, миристицин, элемицин, сафрол, диллапиол и др.), органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
плоды	Плоды длинного перца имеют вытянутую колосовидную форму (напоминают березовые «сережки» серовато-коричневого цвета), горьковато-бальзамический аромат и горьковато-перечный жгучий вкус. Он является редким компонентом в европейской кулинарии, но широко используется в Индии, в некоторых традиционных смесях пряностей в Северной Африке, в индонезийской и малайзийской кухне для придания остроты и пряного аромата традиционным похлёбкам, рагу, кашам, стью, а также для изготовления первых и вторых мясных и рыбных блюд. Он взаимозаменяем с <i>перцем кубеба</i> (см.), однако придаёт блюдам более жгучий вкус.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ПЕРЕЦ КУБЕБА (ПЕРЕЦ ЯВАНСКИЙ, КУМУКУС, РИНУ) [182]
Piper cubeba L.

Химический состав: в траве эфирное масло (кубебин, кубебол, эпикубебол, сабинен, β -элеменен, β -кариофиллен, альдегиды, смолы и пр.- до 2,22%), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
плоды	Перец кубеба горьковато-острый, выражено жгучий, ароматный, с нотами <i>мяты</i> (см.), фруктов и хвои. Повсеместно применяется в африканской и азиатской кухнях, особенно в Индонезии и Малайзии. Отлично подходит к блюдам из риса, овощей, мяса, рыбы, морепродуктов, птицы, используется в соусах, маринадах, ликерах, настойках, десертах. Кубеба замечательно сочетается с другими специями: <i>черным и африканским, ямайским, красным перцами</i> (см.), <i>мятой</i> (см.), <i>тархуном</i> (см.), <i>тамариндом, имбирем</i> (см.), <i>корицей</i> (см.), <i>гвоздикой</i> (см.), <i>кардамоном</i> (см.), <i>ажгоном</i> (см.), <i>лемонграссом</i> (см.), <i>фенугреком</i> (см.) и другими. Входит в состав смеси специй <i>беребере, рас-эль-ханут</i> .
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



ПЕРЕЦ КУСТАРНИКОВЫЙ (ПЕРЕЦ КАЙЕНСКИЙ, ПЕРЕЦ ЖГУЧИЙ, ПЕРЕЦ ЧИЛИ) [183]

Capsicum frutescens L.

Химический состав: в плодах алкалоид капсаицин (ванилиламид дециленовой кислоты), эфирное масло (до 2,05%), жирное масло (до 11%), каротиноиды (капсорубин, капсантин), каротины, углеводы.

Часть растения

Сведения о применении

плоды

Спелые и зеленые плоды используют в свежем, сушеном и консервированном виде как приправу для заправки супов, для приготовления блюд с тушёным мясом, овощных салатов, соусов. Плоды можно мариновать и солить. Порошок плодов широко используется в качестве жгуче-пряного компонента при приготовлении первых и вторых блюд, для подкрашивания и ароматизации растительного масла к мясным блюдам и пицце. Используют как острую добавку при солении и мариновании грибов и овощей.



Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



ПЕРЕЦ СТРУЧКОВЫЙ КРАСНЫЙ (ПЕРЕЦ ОВОЩНОЙ, ПАПРИКА) [184]
Capsicum annuum var. annuum L.

Химический состав: в плодах алкалоид капсаицин (ванилиламид дециленовой кислоты), эфирное масло (до 1,49%), жирное масло (до 15%), каротиноиды (капсорубин, капсантин), каротины, углеводы, витамины С, В₂.

Часть растения**Сведения о применении**

плоды

Спелые и зеленые плоды используют в свежем, сушеном и консервированном виде как приправу для заправки супов, для приготовления блюд с тушёным мясом, различных национальных блюд, овощных салатов, соусов. Плоды можно мариновать, запекать на гриле и солить. Порошок сушеных зрелых плодов широко используется при приготовлении первых и вторых блюд под названием «паприка молотая».



Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



ПЕРЕЦ ЧЁРНЫЙ (ПЕРЕЦ ЗЕЛЁНЫЙ, ПЕРЕЦ РОЗОВЫЙ, ПЕРЕЦ БЕЛЫЙ) [185]

Piper nigrum L.

Химический состав: в плодах эфирное масло (пиперин, метилхавикол, дипентены, фелландрен, сесквитерпены (кариофиллен), олеорезин и пр.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
плоды	Плоды используют в кулинарии в целом и молотом виде. Употребляется для супов, подливок, соусов, овощных салатов, маринадов, приготовления всех видов мяса, рыбы, томатов, консервированных овощей. Запах свежих горошин описывается как свежий, пряный и пикантный. Чёрный перец получают из незрелых плодов, обваренных в горячей воде, а затем высушенных в течение нескольких дней. За это время оболочка плода вокруг семени усушивается, образуя тонкий сморщенный слой чёрного цвета. Белый перец представляет собой зрелые плоды, лишённые околоплодника, имеющие светлосерый цвет и обладающие более тонким вкусом и сильным ароматом. Зелёный перец, как и чёрный, получают из незрелых плодов, для сохранения цвета обрабатывая диоксидом серы или путём лиофилизации (сухой сушки). Аналогичным образом из зрелых плодов также получают розовый (красный) перец. Зелёный и красный перец маринуют или используют в свежем виде (в основном в тайской кухне).

П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



ПЕРИЛЛА КУСТАРНИКОВАЯ (ПЕРИЛЛА БАЗИЛИКОВАЯ, СУДЗА, СИСО, ЧЖИ-МА) [186]

Perilla frutescens (L.) Britt.

Химический состав: в траве эфирное масло (метилхавикол, цинеол, линалоол, камфара, оцимен и пр.), органические кислоты (кофейная, розмариновая, винная, полисахариды, витамин РР, группы В, С, каротин, флавоноиды и антоцианы, тритерпеновые кислоты.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава периллы обладает мягким анисово-лимонным ароматом, с легким перечным вкусом. Используют листья молодых растений. Их маринуют, солят и добавляют при приготовлении различных напитков и соусов, гарнируют ими различные блюда. Из сухих листьев периллы делают порошок, который используют в качестве пряности, добавляя к овощным и мясным блюдам. Краснолистные сорта применяются в заготовках и маринадах. Такая перилла придает не только привкус, но и насыщенный цвет, например, молодому <i>имбирю</i> (см.) для суши, как это делают в Японии.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ПЕТРУШКА КУДРЯВАЯ (ПЕТРУШКА ОГОРОДНАЯ) [187]*
Petroselinum crispum (Mill.) Nym. (*P. sativum* Hoffm.)

Химический состав: в корнях и листьях эфирное масло (апиол, миристицин, пинен и пр.) — до 0,33%, флавоноиды, протеины, углеводы, фитонциды, пектины, фенолы, органические кислоты (стеариновая, пальмитиновая и пр.), витамины С, В₁, В₂, РР, каротин, минеральные соли (железо, калий, магний, кальций, фосфор). В плодах флавоноиды (бергиптен и пр.), эфирное масло (до 7%), жирное масло (до 22%), гликозиды (апиин и пр.), флавоноиды.

Часть растения

листья,
корневища
с корнями,
плоды

Сведения о применении

Все части растения обладают характерным «петрушечным» запахом. Листья используют в свежем виде в салатах и в качестве пряной гарнировки блюд из мяса, птицы и рыбы. Листья и корневища применяют при приготовлении бульонов и супов из птицы, мяса и рыбы, приготовлении вторых мясных и рыбных блюд, мариновании мяса, рыбы и овощей. Корневища в свежем, тушеном и жареном виде используют для гарнировки вторых мясных блюд, для ароматизации крупяных каш, блюд из картофеля и капусты. Сушеные корневища в смеси с пастернаком и сельдереем применяют в европейской кухне под названием «белый корень». Листья, корневища и семена входят в состав пряных смесей европейской, азиатской и восточной кухонь.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.

* — Аналогичными свойствами обладают **Петрушка листовая** (*Petroselinum crispum* (Mill.) Nym. *convar. joliosum* Alej.) [188], **Петрушка корневая** (*Petroselinum crispum* (Mill.) Nym. *convar. radicosum* (Alej.) Danert.) [189]



ПИЖМА ДЕВИЧЬЯ (ПИРЕТРУМ ДЕВИЧИЙ) [190]*Tanacetum parthenium L.*

Химический состав: в цветках и листьях эфирное масло (L-камфара, борнеол, туйон, пинен, туйол и пр.), жирное масло, гликозиды, органические кислоты (галлусовая), дубильные вещества, флавоноиды (лютеолин, кверцетин и пр), алкалоиды, смолы, пигменты, углеводы, камедь, витамин С, каротиноиды

Часть растения	Сведения о применении
листья	<p>В пищу употребляют молодые листья и стебли, собранные в начале бутонизации (горькая пряность в салаты, мясные, рыбные супы, овощные блюда, рыбные консервы, при солении и мариновании овощей). Свежие листья горчат, при сушке утрачивает горечь и усиливает пряно-бальзамический аромат. Порошок листьев используют в сладкие блюда, кондитерские изделия, квасы и др. напитки. В кулинарии применяют для ароматизации маринадов из нейтральных по вкусу овощей – кабачков, цуккини, патиссонов, мочени яблук и других фруктов, для приготовления жирного мяса – свинины, баранины, птицы (гусей, уток)</p>
<p>П <i>Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</i></p>	



ПИЖМА ОБЫКНОВЕННАЯ [191]*

Tanacetum vulgare L.

Химический состав: в цветках и листьях танацетовое эфирное масло (L-камфара, борнеол, α -туйон, β -туйон, пинен, туйол и пр.) – до 2,03%, жирное масло, гликозид танацетин, органические кислоты (галлусовая, танацетовая), дубильные вещества, флавоноиды (апигенин, лютеолин, акацетин, кверцетин), алкалоиды, смолы, пигменты, углеводы, камедь, витамин С (до 8 мг/100 г)

Часть растения	Сведения о применении
листья	Листья обладают горько-бальзамическим ароматом и вкусом. При сушке горечь уменьшается, а в аромате появляются тонкие нотки <i>корицы</i> (см.) и <i>мускатного ореха</i> (см.0). В пищу употребляют молодые листья и стебли, собранные в начале бутонизации (горькая пряность в салаты, мясные, рыбные супы, овощные блюда, рыбные консервы, при солении и мариновании овощей). Порошок листьев используют в сладкие блюда, кондитерские изделия, квасы и др. напитки. В кулинарии применяют для ароматизации маринадов из нейтральных по вкусу овощей – кабачков, цуккини, патиссонов, мочении яблок и других фруктов, для приготовления жирного мяса – свинины, баранины, птицы (гусей, уток)
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	

* – Аналогичными свойствами обладает **Пижма северная** (*Tanacetum boreale Schiff.*) [192]



ПИМЕНТА ЛЕКАРСТВЕННАЯ (ПИМЕНТА, ПЕРЕЦ ДУШИСТЫЙ, ПЕРЕЦ ЯМАЙСКИЙ) [193]

Pimenta dioica (L.) Merr.

Химический состав: в плодах и листьях эфирное масло (эвгенол, метилэвгенол, 1,8-цинеол, кариофиллен, фелландрен, октан-3-ол, монотерпены, сесквитерпены и др.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
плоды, листья	<p>Недозревшие высушенные плоды пименты сочетают ароматы <i>корицы</i> (см.), <i>чёрного перца</i> (см.), <i>мускатного ореха</i> (см.) и <i>гвоздики</i> (см.). Запах их пряный, вкус остропряный, жгучий. Душистый перец не только придаёт блюдам аромат, но и меняет их вкус. Используют для приготовления различных видов мяса, главным образом баранины, подливок и других блюд. Хорошо дополняет овощные блюда, рыбу, салаты из рыбы, соусы к дичи, овощные супы, студень, консервированные овощи. Применяют для приготовления различных маринадов, пудингов, печенья, пирогов. В небольшом количестве придаёт своеобразный вкус фруктовым компотам. Им можно обогатить вкус специальных соусов. Листья используют аналогично лавровому листу, но они обладают выраженным сладко-гвоздичным ароматом.</p>
<p>П Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.</p>	



ПИОН МОЛОЧНОЦВЕТКОВЫЙ (ПИОН БЕЛОЦВЕТКОВЫЙ, БАЙ-ШАО)
[194]

Paeonia lactiflora (L.) Pall. (*Paeonia albiflora* Pall.)

Химический состав: в корнях монотерпеноиды (пеонифлорин – до 1,8%, пеонифлоригенин, альбифлорин, оксипеонифлорин, 6'-О-бензоилпеонифлорин), органические кислоты (бензойная, салициловая), стероиды (бета-ситостерин), дубильные вещества (пента-О-галлоил-бета-D-глюкоза), углеводы (крахмал, пектин и др.), тритерпеноиды, хиноны, эфирное масло (метилсалицилат, пеонин и др.), кумарины, алкалоиды. В красных цветках садовой формы флавоноиды (пеонидин, пеонин, пеонозид, астрагалин), пиретрин. В листьях флавоноид кемпферол.

Часть растения	Сведения о применении
корневища	Свежие корневища обладают слабо выраженным «пряно-картофельным» запахом, который при сушке сменяется на интенсивный специфический пряный аромат. Свежие и сухие корневища широко используют в китайской, корейской, японской, монгольской, индийской и тибетской кухнях для ароматизации мясных и овощных бульонов и супов, мясных блюд. Корневище используют при приготовлении первых и вторых рыбных блюд, блюд и гарниров из риса. В тувинской кухне готовят «кара мюн» («черный суп») бульон, в котором варились потроха и мясо. Заправляют «кара мюн» обычно лапшой или пшеном. На Дальнем Востоке и в Корее употребляют отваренные с мясом и луком корневища пиона.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ПИОН ТОНКОЛИСТНЫЙ [195]*Paeonia tenuifolia L*

Химический состав: в корнях эфирное масло (пеонин, пеонол, метилсалицилат и пр. — до 1,12%), гликозиды (салицин и пр.), углеводы (до 10%), танины, крахмал (до 78%), алкалоиды, органические кислоты (салициловая, бензойная), дубильные вещества, минеральные соли (медь, стронций, хром и пр.), углеводы (крахмал, пектин и др.), тритерпеноиды, хиноны, эфирное масло (метилсалицилат, пеонин и др.), кумарины, алкалоиды. В цветках флавоноиды (пеонидин, пеонин, пеонозид, астрагалин).

Часть растения	Сведения о применении
корневища	Корневища снаружи темно-коричневые, продольно-морщинистые, на изломе беловато-желтоватые. Вкус сладковато-жгучий, слегка вяжущий с сильным, своеобразным пряным запахом на основе метилсалицилата. Свежие и сухие корневища используют в сибирской, китайской, корейской, японской, монгольской, индийской и тибетской кухнях для ароматизации бульонов и супов из мяса и птицы, блюд из дичи, вторых мясных блюд (в первую очередь — из жирного мяса свинины и кабана, гуся, утки), вводят в состав пряных смесей для маринования мяса перед приготовлением на открытом огне или углях. Корневище используют при приготовлении первых и вторых рыбных блюд, блюд и гарниров из риса.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ПИОН УКЛОНЯЮЩИЙСЯ [196]

Paeonia anomala L L

Химический состав: в корнях эфирное масло (пеонин, пеонол, метилсалицилат и др. – до 1,12%) органические кислоты (бензойная, салициловая), монотерпеновые гликозиды (пеонифлорин, салицин и др.); фенологликозиды (пеоновицианоризид – вицианозид метилсалицилата), салицин, алкалоиды, дубильные вещества, флавоноиды, сапонины, углеводы (до 10%), танины, крахмал (до 78%), алкалоиды, органические кислоты (салициловая, бензойная), минеральные соли (медь, стронций, хром и пр.).

Часть растения	Сведения о применении
корневища	Корневища снаружи желтовато-бурые, продольно-морщинистые, на изломе беловато-желтоватые. Вкус сладковато-жгучий, слегка вяжущий. Характерен сильный, своеобразный пряный запах с основой метилсалицилата. Свежие корневища обладают выраженным специфическим «пряно-землистым» запахом, который при сушке усиливается и приобретает интенсивный специфический пряный аромат. Свежие и сухие корневища широко используют в сибирской, китайской, корейской, японской, монгольской, индийской и тибетской кухнях для ароматизации бульонов и супов из мяса и птицы, блюд из дичи, вторых мясных блюд. Корни пиона в Сибири используют как приправу к мясным блюдам, а в Казахстане из них готовят кашу. В качестве сырья марьин корень используется для приготовления напитка «Байкал». Жареные корни используют как суррогат чая.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ПОЛЫНЬ АЛЬПИЙСКАЯ (ЖЕНЕЛИ) [197]*Artemisia mutellina* L.

Химический состав: в траве эфирное масло (цинеол, альфа-туйон, борнеол) – до 0,6%, алкалоиды, кумарины (умбеллиферон, эскулетин, скополетинин и пр.), флавоноиды (аянин, рутин, ортоглоукверцетин), смолы, горечи, дубильные вещества, инулин, углеводы, витамины В, РР, С (до 175 мг/100 г), каротин. В корнях эфирное масло (туйон, цинеол), горечи, дубильные вещества, смолы, протеины, углеводы, инулин, слизь

Часть растения	Сведения о применении
листья, травя, корни	Свежие листья обладают горьковатым пряно-бальзамическим специфическим ароматом и горьковато-пряным вкусом. Надземная часть растения находит применение как пряная приправа к различным блюдам, особенно жирным (гуси, утки, свинина, свиное сало, жир), для чего в некоторых местностях растение культивируют. В корейской кухне листья добавляют в национальное блюдо – тток. В небольших количествах листья используют как пряность при приготовлении дичи, а также в смеси с плодами <i>можжевельника</i> (см.) для придания аромата «дичи» телятине и баранине. Порошок сушеных корней используют как пряность при приготовлении блюд из жирного мяса. Свежие листья и корни используют в составе трав для маринования мяса перед приготовлением на открытом огне или углях, для изготовления ликера «Женели».
<p>П <i>Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</i></p>	



ПОЛЫНЬ ЛЕЧЕБНАЯ (ПОЛЫНЬ ВЫСОКАЯ, БОЖЬЕ ДЕРЕВО) [198]
Artemisia abrotanum L.

Химический состав: в траве эфирное масло, алкалоиды, смолы, горечи, дубильные вещества, углеводы, витамин С, каротин

Часть растения	Сведения о применении
молодые побеги, листья, трава	Листья и трава обладают интенсивным пряно-бальзамическим ароматом с лимонными нотами и горьковатым пряно-бальзамическим вкусом. Во время высушивания листья утрачивают горечь и приобретают характерный жгучий вкус пряности. Молодые побеги пригодны для употребления в свежем виде в витаминных салатах, могут использоваться для ароматизации кексов, кондитерских изделий и ликёров. Высушенную траву, перетёртую в порошок, добавляют к жареному мясу за несколько минут до завершения приготовления. Может добавляться в хлеб при выпечке, для придания ему специфического аромата. Листья и цветущие верхушки используют для ароматизации уксуса и соусов. В сушеном виде служит приправой для блюд из дичи.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ПОЛЫНЬ ЛИМОННАЯ [199]*Artemisia balchanorum L.*

Химический состав: в траве эфирное масло (цитраль – до 45%, линалоол – 35-40%, гераниол, линалилацетат, α -пинен, сабинен, метилгептенон, мирцен, α -фелландрен, α -терпинен, цимен, β -фелландрен, 1,8-цинеол, γ -терпинен, терпинолен, линалоол, α -туйон, β -туйон, лавандулол, терпинен-4-ол, нерол, нераль, гераниол, гераниал), алкалоиды, смолы, горечи, дубильные вещества, углеводы, витамин С, каротин

Часть растения	Сведения о применении
молодые побеги, листья, трава	Листья и трава обладают интенсивным бальзамическим ароматом с лимонными нотами. При высушивании утрачивает горечь, но приобретает легкую жгучесть. Используется в сухом виде, иногда (молодые побеги) в свежем виде. Применяют при изготовлении хлеба и хлебцов (для придания «лесного» аромата), в холодных соусах к мясу и птице, любой дичи, в жареное мясо, для ароматизации уксусов и масел. В остальном применяется, как и полынь обыкновенная (см.), с закладкой в чуть большем количестве. Как и большинство видов полыни, не любит перегрева, так что в мясо ее нужно добавлять не более чем за 3 минуты до готовности, а соусы и уксус для ароматизации не должны быть горячее 40°.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ПОЛЫНЬ МЕТЕЛЬЧАТАЯ (ПОЛЫНЬ ВЕНИЧНАЯ, ЧИЛИГА) [200]
Artemisia scoparia Waldst. & Kit.

Химический состав: в траве эфирное масло (капилларизин, бутиловый эфир хлорогеновой кислоты, 6,7-диметилэскулетин, изосабандин, изоскополетин-β-D-глюкопиранозид, 7-метоксикумари, 7-метилэскулетин, сабандин А, сабандин В, скопарон (6,7-диметоксикумарин), скополетин, β-ситостерол, γ-терпинен, эвгенол, эвгенилвалерат, лимонен, р-кимен, эвгенилизовалерат, эвгенилбутират и др.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
травя	Растение отличается своеобразным мускатно-гвоздичным запахом. Полыню метельчатой ароматизируют мясные фарши, добавляют ее к картофельным или луковым супам, капусте, шпинату. В кулинарии европейских стран и США траву используют в сушеном виде в небольших дозах (на кончике ножа) при приготовлении жареного мяса, за 1-2 мин до готовности. Часто используют для ароматизации маринада, в котором выдерживают мясо перед жарением или тушением.
П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.	



ПОЛЫНЬ ОДНОЛЕТНЯЯ [201]*Artemisia annua L.*

Химический состав: в траве эфирное масло (цинеол, пинен, борнеол, камфен, кадинен, кариофиллен, камфора, спирты и др.), уксусная и масляная кислоты. флавоноиды (аянин, рутин, ортоглоукверцетин), смолы, горечи, дубильные вещества, инулин, углеводы, витамины В, РР, С, каротин.

Часть растения

листья,
травя,
семена

Сведения о применении

Надземная часть растения обладает древесно-пряным свежим ароматом и горьковатым вкусом. В качестве приправы к мясным блюдам рекомендуется применять молодые листья этого растения, в то время как семена следует добавлять в мучные блюда. В Закавказье молодые листья полыни однолетней используют в качестве приправы к мясным блюдам. В Киргизии пряностью приправляют бульон из козлятины. В Монголии семена полыни добавляют в мучные и крупяные блюда, чай. В английской кухне применяется для ароматизации блюд из жареного и отварного мяса, за 1-2 мин до готовности.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ПОЛЫНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ (ЧЕРНОБЫЛЬНИК) [202]

Artemisia vulgaris L.

Химический состав: в траве эфирное масло (цинеол, альфа-туйон, борнеол, 1,8-цинеол, камфора, шпатуленол, альфа-кадинол, кариофиллен, изоартемизиякетон и др. – до 0,6%), алкалоиды, кумарины (умбеллиферон, эскулетин, скополетин и пр.), флавоноиды (аянин, рутин, ортоглокверцетин), смолы, горечи, дубильные вещества, инулин, углеводы, витамины В, РР, С (до 175 мг/100 г), каротин. В корнях эфирное масло (туйон, цинеол), горечи, дубильные вещества, смолы, протеины, углеводы, инулин, слизь

Часть растения	Сведения о применении
листья, травя, корни	Свежие листья обладают горьковатым пряно-бальзамическим специфическим ароматом с тонами <i>мускатного ореха</i> (см.) и горьковато-пряным вкусом. Надземная часть растения находит применение как пряная приправа к различным блюдам, особенно жирным (гуси, утки, свинина, свиное сало, жир), для чего в некоторых местностях растение культивируют. В корейской кухне листья добавляют в национальное блюдо – тток. В небольших количествах листья используют как пряность при приготовлении дичи, а также в смеси с плодами можжевельника для придания аромата «дичи» телятине и баранине. Порошок сушеных корней используют как пряность при приготовлении блюд из жирного мяса. Свежие листья и корни используют в составе трав для маринования мяса перед приготовлением на открытом огне или углях.
П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.	



ПОЛЫНЬ РИМСКАЯ (ПОЛЫНЬ АЛЕКСАНДРИЙСКАЯ, П. БЕЛАЯ, П. ПОНТИЙСКАЯ) [203]

Artemisia pontica L.

Химический состав: в траве эфирное масло (п-цимол, 1,8-цинеол, γ-терпинен, камфора, борнеол, 4-терпинеол, борнилацетат, окись кариофиллена, вульгарон А, вульгарон В, хамазулен и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
листья, бутоны, молодые побеги	Обладает довольно сильным бальзамическим ароматом и слабой горечью. Применяют листья, бутоны и молодые побеги к любому жирному мясу и птице, в блюда из сала, из любой дичи, жирной рыбы (сом). Вводят в маринады для мяса, дичи, в блюда из риса и рисовой муки, в основном — в восточных кухнях (корейский тток, японский моти, часто в сочетании с пижмой). Используют для ароматизации масел и уксусов. В горячие блюда, в основном, добавляется в самом конце — за 1-3 минуты до готовности.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ПОЛЫНЬ СИЗАЯ (ПОЛЫНЬ СЕРАЯ) [204]

Artemisia glauca Pall. ex Willd.

Химический состав: в траве эфирное масло (терпены, эстрагон, эстрагоновый альдегид, линалилацетат, фелландрен и др.) – до 0,45%, терпеноиды, полиацетиленовые соединения, кумарины, сесквитерпеноид бета-сантонин, полиацетиленовые соединения, каучук.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Растение обладает слабо пряным ароматом и острым, пряным и пикантным вкусом, напоминающим аромат <i>полыни эстрагоновой</i> (см.), но с более выраженным бальзамическим компонентом. Свежие листья добавляют в качестве гарнировки наряду с другими пряными и зелеными травами к птице, яйцам, светлым соусам, блюдам из мяса, а также ко всем видам салатов, используют при засолке огурцов, помидоров, грибов, изготовлении маринадов, при квашении капусты, замачивании яблок, груш. Употребляют как пряность при приготовлении блюд из риса, варёной рыбы, майонезов, жареной дичи, баранины. Со сливочным маслом или свиным салом используют для приготовления зелёного масла. Применяют для ароматизации вин и ликёров, вводят в состав травяных чаёв

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ПОЛЫНЬ ЭСТРАГОНОВАЯ (ЭСТРАГОН, ТАРХУН) [205]*Artemisia dracunculus L.*

Химический состав: в траве эфирное масло (метилхавикол, 1-фенил-2,4-гексадиин, спатчуленол, кариофиллен- α -оксид, 3-(1Z-бутенил)-изокумарин, 3-(1E-бутенил)-изокумарин, метиловый эфир эвгенола, элемицин, сабинен, эстрагол, капилен, оцимин, нерол, фелландрен, туйон, цинеол и др.) – до 0,9%, дубильные вещества, горечи, смолы, витамин С (до 190 мг/100 г), каротины (до 15000 мг/100 г)

Часть растения	Сведения о применении
травя	<p>Всё растение обладает пряным ароматом и острым, пряным и пикантным вкусом. Листья применяют в свежем виде в качестве пряно-ароматической приправы при засолке огурцов, помидоров, грибов, изготовлении маринадов, при квашении капусты, замачивании яблок, груш. Употребляют как пряность при приготовлении блюд из риса, варёной рыбы, майонезов, жареной дичи, баранины. Свежие листья добавляют к птице, яйцам, светлым соусам, блюдам из мяса, а также ко всем видам салатов. Их можно использовать для приготовления зелёного масла. Из растения готовят напиток «Тархун», применяют для ароматизации вин и ликёров. Во французской и норманской кухнях из надземной части готовят пряный уксус для заправки солёной рыбы.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



ПОМЕЛО (ПУММЕЛА, ШЕДДОК) [206]

Citrus maxima (Burm.) Merr.

Химический состав: в цедре эфирное масло (d-лимонен, g-терпинен, b-пинен, a-пинен, цитраль, линалоол, p-цимен, b-мирцен, b-фелландрен, фарнезены и др. – до 2%), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
цедра	Цедру помело добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей Используют в супах – холодных и классических. С цедрой готовят десерты и выпечку (булочки, бисквиты, кексы, шарлотки, манники, сладкие пудинги), мороженое. Цедру применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу, используют для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ПОМЕРАНЕЦ ГОРЬКИЙ (БИГАРДИЯ) [207]*Citrus aurantium L. sudsp. amara Engl.*

Химический состав: в кожуре плодов эфирное масло (мирцен, (+)-лимонен, γ -терпинен, фелландрен, α - и β -пинены, камфен, 3-карен, сабинен, α - и β -копаены, α - и β -илангены, γ -кадинен, валенсен, α - и β -гумулены, кариофиллен, фарнезен, цитронеллол, линалоол, нерол, гераниол, α -терпинеол, терпинен-4-ол; алифатические неразветвлённые альдегиды состава C7-C12, транс-2-гексеналь, 2-додеценаль, цитронеллаль, гераниаль, нераль, α - и β -синенсали; карвон, нуткатон, и др.), кумарины, терпеновые и жирные альдегиды, аурантиамарин, флавоновые гликозиды, жирное масло, каротиноиды, органические кислоты, витамины С, РР, А, В₁, В₂, В₅, В₆, В₉, Е.

Часть растения	Сведения о применении
цедра	Цедру добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей Используют в супах – холодных (окрошки, свекольник) и классических (борщ, щи, уха, солянка). С цедрой готовят десерты и выпечку (булочки, бисквиты, кексы, шарлотки, манники, сладкие пудинги), мороженое. Цедру применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу, используют для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе.
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



ПРАНГОС ЛИПСКОГО [208]

Prangos lipskyi Korov.

Химический состав: в траве флавоноиды (диосмин и пр.), кумарины, эфирное масло (до 0,3%), протеины, углеводы, органические кислоты, минеральные соли. В плодах эфирное масло (β -фелландрен и пр.), жирное масло, кумарины (ксантоскол, ксантоксин, бергаптен, фурукумарин, фелонтерин и пр.), углеводы, протеины, органические кислоты.

Часть растения	Сведения о применении
листья	Высушенные листья обладают пряным ароматом и выраженным специфическим пряным чуть сладковатым вкусом. Используют при приготовлении овощных и мясных супов, борщей, шей, холодных супов. Листья, черешки листьев и молодые побеги маринуют, добавляют в высушенном виде в десерты. Используют в ликероводочном производстве и в качестве ароматической добавки в супы, а также при приготовлении блюд из мяса, овощей и рыбы.
П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.	



ПТЕРОКАРПУС САНДАЛОВЫЙ (КРАСНОЕ САНДАЛОВОЕ ДЕРЕВО) [209]
Pterocarpus santalinus L.

Химический состав: в древесине и коре эфирное масло (фурфурол, сантален, санталол, санталовая кислота, птерокарпин и пр. - до 2,06%), пигменты (санталин и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
древесина	Древесина красновато-бурого цвета со смолисто-пряным и слабым бальзамическим ароматом. Ограниченно используется в ликеро-водочной промышленности для изготовления ликеров, наливок, настоек. В кулинарии Индии, азиатских стран и в пищевой промышленности Европы применяют при мариновании и засоле рыбы (входит в рецепт сельди маринованной «по-бургундски» в красном вине).
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



РОЗА БЕЛАЯ [210]

Rosa alba L.

Химический состав: в цветках эфирное масло (стеароптен, гераниол- до 50%, гераниол-альдегид, цитронеллол – до 30%, нерол – до 10%, фенилэтиловый спирт – до 1%, эвгенол, коричный альдегид), углеводы, кверцитин, кверцитрин, горечи, жирное масло, органические кислоты, антоциановые пигменты, воск, витамины С, В, каротины.

Часть растения

лепестки
цветков

Сведения о применении

В свежем виде лепестки цветков используют для приготовления варенья, цукатов, желе, меда, наливок и ликеров. В Индии готовят десерты (гулаб джамун). Сушеные лепестки используют для приготовления травяных чаев.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



РОЗА ДАМАССКАЯ [211]*Rosa damascena Mill.*

Химический состав: в цветках эфирное масло (розеноксид, цитронеллол (15.9–35.3%), цитронеллил ацетат, гераниол, гераниол ацетат, нерол, фенилэтиловый спирт (4.84%), фениэтиламин, эвгенол, метиловый эфир эвгенола, г-нэйкозан, нонадекан, нонадещен-9, гептадекан, 2-ундеканон трикозан, эйкозан, пентакозан, гермакран-D, β-кариофиллен, Z,Z-фарнесол, линалоол, терпинен-4-ол, α-пинен, β-пинен, цис-цитраль, транс-цитраль) – до 6,1%, углеводы, горечи, жирное масло, органические кислоты воск, витамин С, слизи.

Часть растения**Сведения о применении**

лепестки
цветков

В свежем виде лепестки используют для приготовления варенья, цукатов, желе, меда, наливки и ликеров. Сушеные лепестки и бутоны цветков входят в состав многих пряных смесей Магриба при приготовлении блюд из мяса, птицы и рыбы.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



РОЗА ЗЛОВОННАЯ [212]

Rosa foetida L.

Химический состав: в цветках эфирное масло (терпинен-4-ол, α -терпинеол, деканаль, карвеол, цитронеллол, нерол, нераль, β -фенилэтилацетат, гераниол, гераниаль, метилгеранат, эвгенол, α -терпинилацетат, нерилацетат, β -дамаскенон гексанол, гептаналь, α -пинен, гептанол, сабинен, β -пинен, мирцен, α -терпинен, пара-цимен, лимонен, цис- β -оцимен, транс- β -оцимен, γ -терпинен, терпинолен, нонаналь, линалоол, β -фенилэтиловый спирт, цис-розоксид, транс-розоксид, неролоксид, нонанол, γ -терпинеол, этанол, пентаналь, 3-метилбутанол, 2-метилбутанол и др.) – до 2,12%, антоциановые пигменты, углеводы, органические кислоты, фитонциды. В листьях хлорофилл, дубильные вещества, фитонциды, зооциды, органические кислоты, витамин С, каротин.

Часть растения

Сведения о применении

лепестки
цветков

В свежем виде лепестки обладают резким запахом с оттенком вареного льняного масла и «коньячными» нотами. Свежие лепестки используют для настаивания уксуса, при приготовлении варенья из розовых лепестков и как компонент дынного варенья. Сушеные лепестки и бутоны цветков под названием «расаль-ханут» входят в состав многих пряных смесей Магриба при приготовлении блюд из мяса, птицы и рыбы. Высушенные или измельченные в порошок лепестки можно подмешивать в плов. В Иране включают в наборы специй (например, «адвиех»), которые добавляют в сладкие консервы или вводят в составы джемов.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



РОЗА ФРАНЦУЗСКАЯ [213]*Rosa gallica L.*

Химический состав: в цветках эфирное масло (фенилэтанол – до 63%, цитронеллол – до 22%, гераниол, нерол, стеароптен, фарнезол и др.) – до 6,3%, углеводов, горечи, жирное масло, органические кислоты воск, витамин С, слизи.

Часть растения**Сведения о применении**лепестки
цветков

В свежем виде лепестки используют для приготовления варенья, цукатов, желе, меда, наливок и ликеров. Сушеные лепестки и бутоны цветков входят в состав многих пряных смесей Магриба при приготовлении блюд из мяса, птицы и рыбы.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



РОЗМАРИН ЛЕКАРСТВЕННЫЙ [214]

Rosmarinus officinalis L.

Химический состав: в листьях эфирное масло (α - и β -пинены, камфен, борнеол, цинеол, камфора, борнилацетат, (+)-лимонен, мирцен, дипентен, вербенон, линалилацетат и пр.- до 1,46%), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения

Сведения о применении

листья

Свежие и высушенные листья обладают хвойным ароматом с легкими цитрусовыми нотами и пряным вкусом. Добавляют в мясные и рыбные блюда, чтобы придать им горьковатый привкус «дичи». Им посыпают выпечку, кладут в маринад и заправки для салатов. Наибольшее распространение розмарин получил в средиземноморской кухне. В итальянской кухне принято класть щепотку розмарина в маринад для мяса. Хорошо сочетается и с салатами, и с выпечкой. Розмарином посыпают готовое блюдо для усиления аромата. Его можно добавлять в растительное или оливковое масло для салата из свежих овощей.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



РОМАШКА ДУШИСТАЯ (РОМАШКА БЕЗЪЯЗЫЧКОВАЯ, РОМАШКА ПАХУЧАЯ) [215]

Matricaria discoidea DC. (*Matricaria suaveolens* Buch.)

Химический состав: в соцветиях эфирное масло (геранил-изовалерианат, матрицин, матрикарин, фарнезен, кадинен, бизаболол, бизабололоксид, кетоспирт, каприловая кислота) – до 1,44%, гликозиды (лютеолизид и пр.), флавоноиды (цинарозид, кверцимеритрин, апигенин, лютеолин, кверцетин, герниарин, матрицин), кумарины, витамин С, каротин, органические кислоты (антемисовая, салициловая, нониловая, и пр.), полисахариды, горечи, слизи, камедь

Часть растения	Сведения о применении
соцветия	Свежие и сушеные соцветия используют для приготовления оригинальных супов европейской кухни (персиковый, морковно-маринадный и др.), вводят в салаты (например, из шавели и яиц), супы-пюре на сливках из картофеля, <i>сельдерея</i> (см.) или цветной капусты. Бутоны маринуют и используют вместо <i>каперсов</i> (см.) в салатах и в блюдах из пасты. Соцветия можно жарить в темпуре. Их используют в голландском соусе и в соусах на основе натурального йогурта. Сушеные соцветия можно перемалывать с морской солью и использовать как приправу к рыбе и морепродуктам.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



РУТА ДУШИСТАЯ [216]

Ruta graveolens L.

Химический состав: в траве эфирное масло (ундекан-2-он – до 60%, нонан-2-он – до 20%, ацетат ундекан-2-ола, бутан-2-он, бергаптен, ксантотоксин и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава в свежем виде обладает резким запахом, меняющимся после высушивания на слаковато-пряный аромат с выраженными нотами цветков <i>розы</i> (см.). Руту ароматизируют чай, коктейли, компоты, используют при приготовлении ликёров. Её применяют в рыбных блюдах, салатах, блюдах с овощами, яйцами, грибами, с дичью и бараниной, с любыми твёрдыми и мягкими сырами. Хорошо сочетается с <i>майораном</i> (см.), <i>розмарином</i> (см.), <i>шалфеем</i> (см.), <i>чесноком</i> (см.) и <i>тимьяном</i> (см.). Листья руты используют как приправу к салатам, тушеным блюдам. Особенный вкус приобретают с руту блюда из баранины. В Европе руту ароматизируют творожные изделия и твердые сыры. Листья добавляют в маринад при консервировании огурцов, помидоров и овощных ассорти.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



САНТАЛ БЕЛЫЙ (САНТАЛОВОЕ ДЕРЕВО, САНДАЛОВОЕ ДЕРЕВО) [217]
Santalum album L.

Химический состав: в древесине эфирное масло (санталол (около 90%), сантен, сантален, тересанталол, сантенон, санталон, санталал, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
древесина	Древесина обладает древесно-бальзамическим ароматом с мягкими сладковатыми «сливочно-молочными» нотками. Используют в ликеро-водочной промышленности для изготовления бальзамов, ликеров, настоек. В Европе применяют при мариновании и засоле рыбы (в частности, маринованой «сельди по-бургундски» в красном вине, и маринованой форели «по норвежски» в белом вине).

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



СВЕРБИГА ВОСТОЧНАЯ [218]

Bunias orientalis L.

Химический состав: в траве флавоноиды, протеины (до 8,4%), сапонины, жиры (до 10%), углеводы, эфирное масло (аллилизотиоцианат и др.), органические кислоты, минеральные соли, витамины С, Р, РР, каротиноиды

Часть растения

корни,
листья,
молодые
стебли,
семена

Сведения о применении

Корни, листья и молодые стебли (до цветения растения) используют в свежем, варёном и сушёном виде. Традиционное пищевое растение народных кухонь Европейской России, Белоруссии и Украины, Эстонии (под названием «русская капуста») Закавказья, Англии. Молодые корни обладают хрено-редечным ароматом и вкусом. Их маринуют, солят, используют в свежем виде аналогично хрену. Из свежих очищенных стеблей и отварных листьев готовят салаты. Из листьев – зразы, икру, овощные и мясные супы и щи. Отварные стебли являются заменителем спаржи. Листья сушат, солят, маринуют, квасят. Семена как заменитель *горчицы* (см.) со своеобразным ароматом, вводят в состав маринадов и соусов.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



СЕЛЬДЕРЕЙ ПАХУЧИЙ [219]*Apium graveolens L.*

Химический состав: в корнях эфирное масло (апиол, лимонен и пр.) – до 0,1%, холин, фурукумарины, шавелевая кислота, флавоноиды, гликозиды, свободные аминокислоты (аспарагин), слизи, маннит, цитрин, углеводы (до 3%), минеральные соли (калий – до 320 мг/100 г, кальций – до 68 мг/100 г, фосфор – до 80 мг/100 г, магний – до 9 мг/100 г, марганец – до 0,15 мг/100 г, железо – до 0,53 мг/100 г, цинк – до 0,31 мг/100 г, натрий), витамины С, В1, В2, РР, К, Е, каротин. В листьях эфирное масло (апиол и пр.), гликозиды (апиин и пр.), витамин С, каротин.

Часть растения**Сведения о применении**

листья,
корневища
с корнями,
плоды

Все части растения обладают характерным «сельдерейным» запахом. Корнеплоды «корневой» формы (сельдерей яблочный) обладают нежным пряно-ореховым ароматом и вкусом. Листья используют в свежем виде в салатах, а также в качестве пряной гарнировки блюд из мяса и рыбы. Черешки сельдерея применяют для изготовления начинок, супов, тушеного мяса и соусов. Листья и корневища применяют при приготовлении бульонов и супов из птицы, мяса и рыбы, жареных, тушеных и отварных мясных и рыбных блюд, мариновании мяса, рыбы и овощей. Сок сельдерея входит в состав различных овощных и фруктовых смесей на основе соков огурца, капусты и яблок. Сушеные корневища применяют в европейской кухне под названием «белый корень». Порошок листьев и корневищ, а также зрелые семена вводят в состав различных пряных смесей европейской, азиатской и восточной кухонь. Зрелые семена используют как пряность при приготовлении мяса на гриле (особенно к свинине), томатных и овощных супов, мясных и куриных бульонов, омлетам и маринадам.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



СОЛОДКА ГОЛАЯ (ЛАКРИЧНИК) [220]*

Glycyrrhiza glabra L.

Химический состав: в корнях и корневищах гликозид глицирризин (до 23%), глицирризиновая кислота и ее калиевые и кальциевые соли, глициретовая кислота, флавоновые гликозиды (ликвиритин, ликвиритигенин, ликвиритозид), флаваноны, халконы, органические кислоты (яблочная), витамины С, В, РР, Р, пигменты, эфирное масло, горечи, углеводы (сахароза, глюкоза), маннит, слизь, свободные аминокислоты (аспарагин), камеди, крахмал

Часть растения	Сведения о применении
корневища с корнями	Корневища обладают специфическим запахом и выраженным сладким вкусом. Широко используют в качестве натурального подсластителя. Добавляют к тушеному ревеню, яблокам, сливам и другим фруктам. Придает хлебобулочным изделиям приятный аромат и сладкий привкус. Добавляют в пудинги, шербет, мороженое, разнообразные крема для тортов. В пивоварении применяют при приготовлении темных сортов пива. Используют при изготовлении крепких напитков – ликеров и рома. В странах Азии и Южной Европы корень солодки используют при приготовлении мясных и рыбных блюд, вводят в маринады для стейков и мяса на гриле. В странах Южной Азии и Востока фруктовые и овощные салаты заправляют соусами на основе лакрицы для придания им специфического вкуса и запаха. В Дании, Швеции и Норвегии готовят конфеты. Корневища используют при квашении капусты, а также мочении яблок.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.

* – Аналогичными свойствами обладают Солодка Коржинского (*Glycyrrhiza korchinskyi* Grig.) [221], Солодка уральская (*Glycyrrhiza uralensis* Fisch.) [222]



СЫТЬ ДЛИННАЯ [223]*Cyperus longus L.*

Химический состав: в корнях эфирное масло (α -циперон, β -циперон, β -пинен, камфен, лимонен, 1,8-цинеол, р-цимен, циперен, селинтриен, β -селинен, пачуленон, циперол, изоциперол, копадиен, эпоксиквиан, циперолон, кобузон, изокобузон и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР.

Часть растения**Сведения о применении**

корни

Свежие корни обладают слабым, высушенные корни – выраженным пряно-фиалковым ароматом. В европейской кухне используют для ароматизации различных напитков, кваса и компотов. На Кавказе корни добавляют в блюда из мяса, птицы и рыбы.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ТАНЖЕРИН (ТАНГЕРИН) [224]

Citrus tangerina Tanaka.

Химический состав: в кожуре плодов эфирное масло (α -пинен, мирцен, лимонен, γ -терпинен, цитронеллаль, линалоол, нераль, нерил ацетат, геранил ацетат, гераниол, тимол, каровн и др.), жирное масло, каротиноиды, органические кислоты, витамины С, РР, А, В₁, В₂, В₅, В₆, В₉, Е.

Часть растения

Сведения о применении

цедра

Цедру добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей. Используют в супах, борщах, щах, ухе, солянке. С цедрой готовят десерты и выпечку (булочки, бисквиты, кексы, шарлотки, манники, сладкие пудинги), мороженое. Применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу, используют для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе. Цедрой ароматизируют чай и белые вина.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ТИМЬЯН МАРШАЛЛА [225]
Thymus marschallianus Wild.

Химический состав: в траве эфирное масло (α -пинен, камфен, 1-октен-3-ол, мирцен, α -фелландрен, Δ^3 -карен, пара-цимен, лимонен, 1,8-цинеол, терпинолен, линалоол, терпинен-1-ол, изоборнеол, борнеол, α -терпинеол, γ -терпинеол, метил-карвакрол, тимол, карвакрол, кариофиллен, гумулен, кариофилленоксид и др.) — до 1,1%, дубильные вещества, органические кислоты (яблочная, урсоловая, олеаноловая), флавоноиды, горечи, смолы, жирное масло, минеральные соли

Часть растения	Сведения о применении
травя	Тимьян Маршалла обладает сладковато-пряным ароматом с ведущими тонами тимола. Его используют для ароматизации жаркого, жареного на гриле мяса, птицы, сыров и салатов. Добавляют в салаты из картофеля и помидоров, блюда из яиц, баранины, курицы, макарон, риса, в супы, бульоны, борщи, а также светлые соусы. Служит отдушкой для коктейлей и чая. Высушенную траву применяют при консервировании огурцов. Входит в состав наиболее популярных пряных смесей — «Прованские травы» (Herbes de Provence) Южной Франции используемой для рыбы, мяса и овощей; — «Букет Гарни» (Bouquet Garni) Франции для первых и вторых блюд; «Захтар» (Zahtar) Иордании для баранины барбекю; «Дукка» (Dukka) Египта.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ТИМЬЯН ОБЫКНОВЕННЫЙ (ЧЕБРЕЦ ОБЫКНОВЕННЫЙ, ФИМИЯМ)
[226]
Thymus vulgaris L.

Химический состав: в траве эфирное масло (мирцен, пара-цимол, 1,8-цинеол, g-терпинен, транс-сабиненгидрат, линалоол, камфора, борнеол, терпинен-4-ол, а-терпинеол, тимол, карвакрол и др.) – до 1,2%, дубильные вещества, органические кислоты (яблочная, урсоловая, олеаноловая, кофейная, хлорогеновая и др.), флавоноиды, горечи, смолы, жирное масло, минеральные соли.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Тимьян обладает запоминающимся сладковато-пряным ароматом, который полностью раскрывается при длительной тепловой обработке. Его используют для ароматизации жаркого, жареного на гриле мяса, птицы, сыров и салатов. Листья применяют в ликёроводочной и консервной промышленности. Добавляют в салаты из картофеля и помидоров, блюда из яиц, баранины, курицы, макарон, риса, в супы, бульоны, борщи, а также светлые соусы. Служит отдушкой для коктейлей и чая. Высушенную траву применяют при консервировании огурцов. Входит в состав многих пряных смесей европейской и азиатской кухни.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ТИМЬЯН ПОЛЗУЧИЙ (БОГОРОДСКАЯ ТРАВА, ЧАБРЕЦ, КЕКЛИК-ОТУ, УРЦ, УРЦИ) [227]

Thymus serpyllium L.

Химический состав: в траве эфирное масло (мирцен – 0.4%, пара-цимол – 0.47%, лимонен – 0.4%, g-терпинен – 0.4%, терпинолен – 2.01%, камфора – 0.4%, борнеол – 1.21%, терпинен-4-ол – 0.4%, гераниол – 60.32%, цитронеллол – 2.95%, тимол – 1.21%, карвакрол – 0.4%, b-кариофиллен – 7.37%, e-кадинен – 0.54%, a-мууролен – 1.47%, b-бисаболен 3.42%) – до 1,3%, дубильные вещества, органические кислоты (яблочная, урсоловая, олеаноловая), флавоноиды, горечи, смолы, жирное масло, минеральные соли.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Тимьян ползучий обладает сладковато-пряным ароматом с наиболее выраженными цветочно-сладкими тонами из всех видов тимьяна. Используют для ароматизации жаркого, жареного на гриле мяса, птицы, сыров и салатов, применяют в ликёроводочной и консервной промышленности. Добавляют в салаты из картофеля и помидоров, блюда из яиц, баранины, курицы, макарон, риса, в супы, бульоны, борщи, а также светлые соусы, в коктейли и чай. Применяют при консервировании овощей. Входит в состав наиболее популярных пряных смесей – «Прованские травы» (Herbes de Provence) Южной Франции – тимьян, <i>кервель</i> (см.), <i>эстрагон</i> (см.), <i>чабер</i> (см.), <i>майоран</i> (см.), <i>розмарин</i> (см.), <i>лаванда</i> (см.) и <i>фенхель</i> (см.), используемой для рыбы, мяса и овощей; – «Букет Гарни» (Bouquet Garni) Франции – в основе <i>петрушка</i> (см.), тимьян и <i>лавровый лист</i> (см.) для первых и вторых блюд; – «Захтар» (Zahtar) Иордании – кунжут, тимьян и сумах, для баранины барбекю; «Дукка» (Dukka) Египта – смесь, состоящая из фундука, кунжута, <i>кумина</i> (см.), <i>кориандра</i> (см.), <i>черного перца</i> (см.) и тимьяна, в смеси с оливковым маслом для лепешек и молодых сыров.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ТМИН ОБЫКНОВЕННЫЙ [228]

Carum carvi L.

Химический состав: в плодах жирное масло (до 21%), протеины (до 30%), флавоноиды (кверцетин, кверцитрин, кемпферол), дубильные вещества, эфирное масло (лимонен, карвон — до 50%, дигидрокарвон, карвакрол, дигидрокарвакрол) — до 8%, пигменты, смолы. В траве флавоноиды, кверцитин, кемпферол, изорамнетин, углеводы, эфирное масло, органические кислоты

Часть растения	Сведения о применении
плоды, молодые листья, корни	Тмин популярен в азиатской, индийской, средиземноморской, мексиканской кухнях. Молодую зелень применяют для украшения закусок и бутербродов, добавляют в витаминные салаты. Плоды используют для приготовления хлебобулочных и кондитерских изделий, в овощные салаты и рагу, при заваривании чая. Плоды и корни добавляют к рыбным и мясным блюдам, при изготовлении сыра, кваса, паштетов и пива, к тесту для пирогов вместе с кунжутом и <i>нигеллой</i> (см.). Порошок плодов добавляют в блюда к вареному и жареному картофелю, в жареную, тушеную и квашеную капусту; к каше и супу из бобовых.
П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.	



ТУРНЕРА РАСКИДИСТАЯ (ТЁРНЕРА РАСКИДИСТАЯ, ДАМИАНА) [229]
Turnera diffusa Willd.

Химический состав: в листьях эфирное масло (цинеол, парамицин, альфа и бета пинен, тимол, цимол, сесквитерпены (альфа-копаен, каламенен и кадинен) и др.) – до 0,9 %, твердые смолы (до 6%), 8 % мягкие смолы (до 3,5%), танины (до 3,5 %), крахмал (до 6%). В стеблях кофеин. Первоначально растение подозревалось на наличие в нём эфедрина, однако многократный химический анализ определил, что этот алкалоид в растении отсутствует.

Часть растения	Сведения о применении
листья	Листья используют для приготовления и ароматизации напитков и ликёров. Дамиана, как тонизирующий компонент, входит в состав энергетического напитка «Revo», а также используется в составе некоторых современных БАД. Является основой одноимённого мексиканского ликера, который часто используется вместо ликера «Трипл сек» в коктейле «Маргарита» (утверждается, что оригинальный рецепт маргариты был основан именно на ликере «Damiana»).
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ТЫСЯЧЕЛИСТНИК АГЕРАТОВЫЙ [230]*

Achillea ageratum L.

Химический состав: в листьях и цветках фаллоксинон, алкалоид ахиллеин, дубильные вещества, горечи, вяжущие вещества, смолы, аспарагин, фитонциды, органические кислоты, эфирное масло, витамин С, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
цветки	Высушенные цветки добавляют в овощные, бобовые и картофельные супы, жирные мясные изделия, гуляши, темные соусы, где их аромат хорошо сочетается с луком – <i>ренчатый, порей</i> (см.) и сырами. Порошок цветков применяют для ароматизации супов, соусов, молотого мяса и напитков – квасы, настойки, ликеры, столовые вина. Порошок цветков добавляют и в готовые каши, рагу, тушеное мясо за 4-5 минут до окончания приготовления.
П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.	

* – Аналогичными свойствами обладает **Тысячелистник благородный** (*Achillea nobilis L.*) [231]



ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ИВОЛИСТНЫЙ (ЧИХОТНИК ИВОЛИСТНЫЙ, ЧИХОТНАЯ ТРАВА) [232]*

Achillea salicifolia subsp. *salicifolia* Besser. (*Ptarmica vulgaris* DC.)

Химический состав: в листьях и цветках хиноны (фаллохинон и пр.), алкалоиды (ахиллин, ахиллеин), дубильные вещества, горечи, вяжущие вещества, смолы, амины (аспарагин и пр.), фитонциды, органические кислоты, эфирное масло (стереоптен и пр.), витамин С, каротин

Часть растения	Сведения о применении
листья, цветки	Листья и цветки обладают сложным горьковато-бальзамическим и пряным ароматом и вкусом. Используют в овощных, бобовых и картофельных супах, при приготовлении жирных мясных блюд (из свинины, говядины, гуся, утки) и соусов. Хорошо сочетается с луком и сырами. Порошок высушенных цветков и листьев применяют для ароматизации супов, соусов, молотого мяса и напитков — кваса, настоек, ликеров, столовых вин, травяных чаев. Порошок цветков добавляют в каши, рагу, тушеное мясо за 4-5 минут до окончания приготовления.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	

* — Аналогичными свойствами обладает **Тысячелистник северный** *Achillea septentrionalis* (Serg.) Botsch. (*Ptarmica septentrionalis* (Serg.) Klokov & Krytzka.) [233]



ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ [234]*

Achillea millefolium L.

Химический состав: в листьях алкалоиды (ахиллеин, холин, стахидрин, апи-генин и пр.), эфирное масло (хамазулен, сложные эфиры, туйон, камфара, бор-неол, цинеол) – до 0,8%, гликозиды (апигенин, лютеолин), бетоницин, холин, дубильные вещества (до 2,8%), смолы, инулин, свободные аминокислоты (аспа-рагин и пр.), органические кислоты (уксусная, муравьиная, изовалериановая), каротин, витамины К, С, горечи

Часть растения

листья,
цветки

Сведения о применении

Молодые листья обладают горьковато-бальзамическим арома-том и вкусом. Используют в салаты, зеленые борщи, рубленой зеленью посыпают готовые блюда. Высушенные цветки и листья добавляют в овощные, бобовые и картофельные супы, жирные мясные изделия, гуляши, темные соусы, где их аромат хорошо сочетается с луком – *репчатый, порей* (см.) и сырами. Порошок листьев и цветков применяют для ароматизации супов, соусов, молотого мяса и напитков – квасы, настойки, ликеры, столовые вина. Порошок цветков добавляют и в готовые каши, рагу, ту-шеное мясо за 4-5 минут до окончания приготовления.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.

* – Аналогичными свойствами обладают **Тысячелистник азиатский** (*Achil-
lea asiatica* Serg.) [235], **Тысячелистник мелкоцветковый** (*Achillea micrantha* Wild.) [236], **Тысячелистник паннонский** (*Achillea pannonica* Scheele.) [237], **Тысячелистник щетинистый** (*Achillea setacea* Waldst. et Kit.) [238]



УКРОП ПАХУЧИЙ (УКРОП ОГОРОДНЫЙ) [239]*Anethum graveolens L.*

Химический состав: в семенах эфирное масло (карвон, лимонен, фелландрен, фенхон, анетол) – до 4%, жирное масло (до 20%), азотистые вещества, углеводы, клетчатка, каротин. В листьях витамин С (до 135 мг/100 г), каротин, флавоноиды, кверцетин, изорамнетин, кемпферол, эфирное масло (до 2%), соли калия, кальция, фосфора, железа

Часть растения	Сведения о применении
плоды, листья	<p>Зелень применяют для украшения закусок и бутербродов, добавляют в витаминные салаты. Листьями гарнируют мясо и рыбу, подают к шашлыкам и блюдам, приготовленным на гриле. Плоды используют для приготовления хлебобулочных и кондитерских изделий, в овощные салаты и рагу. Плоды добавляют к рыбным и мясным блюдам, при изготовлении сыра, кваса, паштетов и пива, к тесту для пирогов. Порошок плодов добавляют в блюда к вареному и жареному картофелю, в жареную, тушеную и квашеную капусту; к каше и супу из бобовых. Зрелые плоды применяют при квашении капусты, солении и мариновании грибов, мяса и рыбы. Верхнюю часть растения используют солении и мариновании овощей и грибов, изготовлении солонины.</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



ФЕНХЕЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ (УКРОП АПТЕЧНЫЙ, УКРОП ВОЛОШСКИЙ) [240]

Foeniculum vulgare Mill.

Химический состав: в плодах эфирное масло (анетол – до 60%, фенхон, пинен, метилхавикол, камфен, фелландрен) – до 6%, жирное масло (до 12%), анисовый кетон, анисовая кислота, анисовый альдегид, протеины, углеводы.

Часть растения	Сведения о применении
плоды, трава	Плоды обладают мягким «травянисто-анисовым» ароматом и пряным, чуть вяжуще-горчащим вкусом. Широко применяются в европейской и азиатской кухнях. Используют для ароматизации первых и вторых блюд, супов, бульонов, отварного, тушеного и жареного мяса (прежде всего – свинины, птицы, рыбы). Плоды применяют при квашении капусты и для соления и маринования различных овощей и фруктов, маринования рыбы и рыбопродуктов. Используют в кондитерском производстве, в сочетании с другими пряностями, прежде всего в составе пряничных смесей. Листья используют для приготовления витаминных салатов, в качестве сервировки мясных и рыбных блюд. Свежую измельченную траву применяют для посыпки мясных и овощных бульонов.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ФЕРУЛА ВОНЮЧАЯ (АСАФЕТИД, АСМАРГОК, АСАФЕТИДА, ИЛАН, ХИНГ, ХИНГРА) [241]

Ferula foetida (Bunge) Regel.

Химический состав: в млечном соке корней эфирное масло (2-бутил-1-пропенил дисульфид и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
млечный сок корней	<p>Асафетид получают из млечного сока корней, который при контакте с воздухом сгущается и превращается в смолистые гранулы. Готовая пряность представляет собой миндалевидные, склеенные между собой зёрна смолы желтоватого цвета. Если их разрезать, то обнаружится белый цвет с розоватыми прожилками. Запах напоминает смесь запаха чеснока и лука многократно усиленный. Вкус во рту не пропадает несколько часов, чем бы его ни полоскали. В странах Азии асафетиду делят на две торговые марки – хинг и хингра. Самый высший сорт среди хинга – халда. Средние сорта – шабанди и кабулидана. Самый низкий – хингра. Применяют асафетид в виде порошка в мясных блюдах, преимущественно из баранины, в иранской, афганской и курдской кухнях. В индийской и яванской кухнях применяется в рисовых и овощных блюдах. Рассматривается в кулинарии как заменитель лука и чеснока (см.).</p>
<p>П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.</p>	



ХРЕН ОБЫКНОВЕННЫЙ [242]

Armoracia rusticana (Gaertn.) Mey. et Scherb.

Химический состав: в корнях эфирное масло (аллиловый эфир изотиоциановой кислоты), тиогликозид синигрин, углеводы, ферменты (мирозин и пр.), лиозим, крахмал, антибиотики (арморацин), аспарагин, аргинин, глутамин, смолы, азотистые вещества, жиры, витамин С (до 171 мг/100 г), минеральные соли (кальций, калий, фосфор). В листьях витамин С (до 526 мг/100 г), фитонциды, ферменты (мирозин и пр.), аллилово-горчичное эфирное масло.

Часть растения

Сведения о применении

корневища,
листья

Свежие корневища обладают характерным сладковато-острым «хренным» вкусом и запахом. Используют для приготовления приправ «Хрен столовый», а в русской кухне в сочетании с чесноком и томатами приправы «Хреновина». Корневища в свежем виде употребляют как приправу к мясным и рыбным блюдам, квашеной капусте, при мариновании и засолке огурцов, помидоров, столовой свеклы, при консервировании овощей. Натертый со свеклой или уксусом, является приправой к мясным, рыбным блюдам и закускам. Подают к жареному мясу, сосискам, бифштексу по-татарски, копченому мясу, ветчине, жирной свинине, вареной говядине, языку и ростбифу. Добавляют в майонезы, творог, йогурт, квашеную капусту, огурцы и к другим овощам. Эти смеси подают к жареному и вареному мясу, к мясу, жаренному в гриле, к рыбе, к холодным закускам. Смесь тертого хрена со сметаной или с яблоками, с водой или вином служит приправой к рыбе, особенно к карпу, треске, угрю и лососю. Корни хрена можно сушить и использовать как приправу. Листья добавляют в супы, используют при засолке огурцов и томатов.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ЦЕФАЛОФОРА АРОМАТНАЯ (ГЕЛЕНИУМ АРОМАТНЫЙ, ЗЕМЛЯНИЧНАЯ ТРАВА) [243]

Cephalophora aromatica Schrod.

Химический состав: в траве эфирное масло (2-этил гексановая кислота, п-унедкан, декан, геранил тиглат, (Е)-тагетон, гексил ацетат, п-нонаналь, п-пентил ацетат, α -пинен, геранил бутират, α -фелландрен, β -кариофиллен, гексадекан, гексил бутират, линалоол и др.) – до 1,13%, аминокислоты, флаваноиды, катехины, алкалоиды, тритерпеноиды, сесквитерпеновые лактоны (геленалин, мексиканин I, ароматин, ароматинин, тенулин, линифолин А), витамины С, В₁ и В₂, микроэлементы.

Часть растения	Сведения о применении
соцветия, листья	Листья, стебли и соцветия обладают интенсивным землянично-ананасовым ароматом. В пищевой промышленности соцветия, листья и получаемое из них эфирное масло используют для ароматизации безалкогольных напитков, кондитерских изделий, коктейлей, плавленых сыров, уксусов и других пищевых продуктов. Соцветия применяют для ароматизации алкогольных напитков – вин, ликеров и особенно вермутов. Свежую и высушенную зелень и соцветия используют в кулинарии, для ароматизации чаев, выпечки, для придания приятного аромата салатам.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ЦИМБОПОГОН ЛИМОННЫЙ (ЛЕМОНГРАСС, ЛИМОННОЕ СОРГО) [244]
Cymbopogon citratus (DC ex Ness) Stapf.

Химический состав: в траве и листьях эфирное масло (цитраль – более 70%, мирсен, лимонен, метилгептенол, линалоол, терпинеол, нерол, цитронеллол, гераниол, фарнезол, цитронеллаль, фурфурол, сложные эфиры терпеновых спиртов с валериановой, капроновой, каприловой, цитронелловой и гераниевой кислотами и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР

Часть растения	Сведения о применении
листья	Цимбопогон считается универсальной специей, сочетается с самыми разнообразными компонентами, например, с орехами, чесноком (см.), жгучим перцем (см.), фруктами, кокосовым молоком, лапшой, отварным рисом, свежими овощами, куриными яйцами, рыбой. Можно также измельчить лемонграсс и смазать этой специей отбитое мясо, которое планируется в дальнейшем запекать в духовом шкафу или обжаривать. В Индии добавляют часто лимонную траву при заваривании черного чая. Можно использовать лемонграсс для приготовления различных освежающих напитков и домашнего алкоголя. В сушеном измельченном виде лемонграсс используют для приготовления некоторых видов выпечки и десертных блюд. Можно добавлять лемонграсс, измельченный до состояния порошка, в тесто для домашнего хлеба.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ЦИТРОН (ЦЕДРАТ) [245]*Citrus medica L.*

Химический состав: в кожуре плодов эфирное масло (d-лимонен – до 60%, g-терпинен – до 35%, b-пинен – до 20%, a-пинен – до 3%, цитраль (гераниаль+нераль), линалоол, p-цимен, b-мирцен, b-фелландрен, фарнезены и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения**Сведения о применении**

цедра

Цедру добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей. Используют в холодных (окрошки, свекольник) и классических (борщ, щи, уха, солянка) первых блюдах. Цедру применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу, используют для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ЧАБЕР ГОРНЫЙ (ЧАБЕР ЗИМНИЙ, ЧАБЕР АЛЬПИЙСКИЙ) [246]
Satureja montana L.

Химический состав: в траве эфирное масло (α -туйен, α -пинен, камфен, сабинен, β -пинен, мирцен, α -фелландрен, Δ^3 -карен, α -терпинен, пара-цимол, 1,8-цинеол, транс- β -оцимен, γ -терпинен, цис-сабиненгидрат, линалоол, камфора, борнеол, терпинен-4-ол, α -терпинеол, тимол, карвакрол), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения	Сведения о применении
травя	Молодые побеги и листья используют в качестве пряности в кулинарии, при консервировании, приготовлении салатов, рыбных и мясных блюд, жаркого, жареного на гриле мяса, птицы, сыров и салатов, применяют в ликёро-водочной и консервной промышленности. Добавляют в салаты из картофеля и помидоров, блюда из яиц, баранины, курицы, макарон, риса, в супы, бульоны, борщи, соусы, для ароматизации коктейлей и чая.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЧАБЕР КРИТСКИЙ (ЧАБЕР РОЗОВЫЙ, РИМСКИЙ ИССОП) [247]
Satureja thymbra L.

Химический состав: в траве эфирное масло (α -пинен, камфен, сабинен, β -пинен, мирцен, Δ^3 -карен, α -терпинен, пара-цимол, 1,8-цинеол, γ -терпинен, линалоол, терпинен-4-ол, тимол, карвакроли пр.) – до 2,4%, алкалоиды (сатурин и пр.), флавоноиды, сапонины, углеводы, дубильные вещества, смолы, слизь, фитонциды, витамины С, Р, РР, каротиноиды, минеральные соли.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Обладает сладковато-пряным ароматом, напоминающим <i>тимьян</i> (см.). Используют для ароматизации жаркого, жареного на гриле мяса, птицы, сыров и салатов. Добавляют в салаты из картофеля и помидоров, блюда из яиц, баранины, курицы, макарон, риса, в супы, бульоны, борщи, а также светлые соусы. Служит отдушкой для коктейлей и чая. Высушенную траву применяют при консервировании огурцов. Входит в состав наиболее популярных пряных европейских смесей – «Прованские травы» (Herbes de Provence) и «Букет Гарни» (Bouquet Garni).

П *Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.*



ЧАБЕР САДОВЫЙ (ЧАБЕР ЛЕТНИЙ, ЧАБЕР ДУШИСТЫЙ) [248]
Satureja hortensis L.

Химический состав: в траве эфирное масло (α -туйен, α -пинен, камфен, сабинен, β -пинен, мирцен, α -фелландрен, Δ^3 -карен, α -терпинен, пара-цимол, 1,8-цинеол, транс- β -оцимен, γ -терпинен, цис-сабиненгидрат, линалоол, камфора, борнеол, терпинен-4-ол, α -терпинеол, тимол, карвакроли пр.) – до 2,2%, алкалоиды (сатуреин и пр.), флавоноиды, сапонины, углеводы, дубильные вещества, смолы, слизь, фитонциды, витамины С, Р, РР, каротиноиды, минеральные соли

Часть растения	Сведения о применении
травя	Обладает резким пряным ароматом с ведущими нотами <i>чабреца</i> (см.) и <i>иссопа</i> (см.). Листья в свежем и сушеном виде используют для ароматизации жаркого, жареного на гриле мяса, птицы, сыров и салатов, применяют в ликёроводочной и консервной промышленности. Добавляют в салаты из картофеля и помидоров, блюда из яиц, баранины, курицы, макарон, риса, в супы, бульоны, борщи, а также светлые соусы. Служит отдушкой для коктейлей и чая. Высушенную траву применяют при консервировании капусты (брокколи, савойской), овощей и фруктов.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ЧЕСНОК ПОСЕВНОЙ [249]*Allium sativum L.*

Химический состав: в луковицах эфирное масло (аллилпропилсульфид, диаллилсульфид, аллицин, полисульфиды) — до 0,4%, гликозиды (аллиин) — до 0,3%, ферменты (аллииназа), органические кислоты (пировиноградная), неорганические кислоты (кремниевая, фосфорная, серная), аммиак, углеводы (фруктоза), крахмал, фитостерины, жирные масла, фитостерины, витамины С (до 10 мг/100 г), В, D, роданистый водород, полисахариды, минеральные соли (йод, кальций, натрий, калий, магний)

Часть растения**Сведения о применении**

луковицы,
побеги,
стрелки,
листья,
соплодия

На территории России и бывших стран Советского союза в кулинарии используют все части растения: луковицы добавляют во многие блюда, чесночные стрелки тушат, слегка приваривают и подают в качестве гарнира к мясным и овощным блюдам, молодые побеги вводят в весенние витаминные салаты, листья входят в рецепты маринадов. В Японии, Китае, на Кавказе и в Закавказье луковицы и соплодия солят и заквашивают. Луковицы в свежем и сушеном виде используют как ингредиент для приготовления соусов, его добавляют в приправы и маринады. Сушеный чеснок прекрасно сочетается с мясом, морепродуктами, разнообразными первыми блюдами, бутербродами и салатами. Стрелки чеснока квасят, солят, маринуют, тушат. Консервированные чесночные стрелки являются самостоятельным блюдом. Луковицы используются в производстве колбасных изделий. Луковицы добавляют в процессе готовки в супы, борщи и прочие горячие блюда, с ними тушат мясо и овощи, готовят котлеты, плов, борщи и щи.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ЧЕСНОЧНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ (НЕГНИЮЧНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ)
[250]
Muscétinis scorodónius L.

Химический состав: в плодовом теле эфирное масло, свободные аминокислоты (лейцин, тирозин и пр.), эргостерин, пигменты, липоиды, ферменты, протеины, углеводы, минеральные соли (медь, железо, цинк, калий, кальций, натрий и пр.)

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	Гриб обладает интенсивным «чесночно-грибным» ароматом, усиливающимся при сушке и становящимся пряно-сладковатым. При термической обработке запах ослабевает. В виде порошка используют как пряность (вводя в конце готовности блюда) при приготовлении грибных блюд, для ароматизации овощных и мясных бульонов и супов, блюд из птицы (индейки, утки, гуся) и жирного мяса (говядины, баранины, свинины). Вводят в сливочные и масляные соусы, в блюда и гарниры из риса и картофеля.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ШАЛФЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ [251]*Salvia officinalis L.*

Химический состав: в листьях флавоноиды, алкалоиды, дубильные вещества, смолы, органические кислоты (олеаноловая, урсоловая, хлорогеновая), горечи, фитонциды, эфирное масло (D-камфора, пинен, цинеол, туйон, борнеол, сальвен) – до 2,56%, витамины Р, РР, минеральные соли

Часть растения	Сведения о применении
листья	Свежие и сушеные листья являются традиционной приправой для рыбы, птицы, мяса, овощей. Молодые свежие листья имеют горьковато-пряный вкус. Их добавляют в салат, крошат в овощные рагу и рыбные блюда. В Италии шалфей добавляют для придания пикантного вкуса к телятине, говядине, рыбе. Порошок из листьев используют при изготовлении пива, засолке свиного сала. Его можно сочетать с сыром, овощами (тыквой, кабачками, картофелем). Улучшает вкус супов с фасолью и горохом, сваренных на мясном бульоне. Применяют для фаршировки яиц, курицы, индейки. Приправляют им кисломолочные продукты. Жареный шалфей кладут в гамбургеры, чизбургеры, сэндвичи с курицей и мясом. Во Франции порошок из листьев шалфея добавляют в тарелку с бульоном, омлетом, отварной рыбой и тушеной говядиной. В Китае используют как добавку к зеленым сортам чая.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ШАЛФЕЙ МУСКАТНЫЙ (ЕХЕСПАК, САЛБИ, СЮРВЕ) [252]
Salvia sclarea L.

Химический состав: в траве эфирное масло (линалилацетат, линалоол, линалилфорнисат, α -пинен, β -пинен, камфен, мирцен, лимонен, β -оцимен, п-цимол, аллооцимен склареол и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава обладает сладковато-пряным ароматом с тонами амбры, <i>апельсина</i> (см.) и <i>бергамота</i> (см.). Аромат несколько усиливается при сушке и приобретает мускатные тона. Листья применяют в свежем виде как добавка в витаминные салаты, гарнировку блюд из мяса, птицы и рыбы. Траву в сушеном виде используют как самостоятельно, так и в смесях, для ароматизации различных первых и вторых блюд. Свежие и сухие соцветия и листья употребляются в качестве приправы для кулинарных изделий, для отдушки сыра, чая и других продуктов. В Мексике, Чили из корней и молодых стеблей готовят прохладительные напитки. Используют при изготовлении ликёроводочных и кондитерских изделий для придания им аромата муската.

П Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ШАЛФЕЙ МУТОВЧАТЫЙ (САЛЬВИЯ МУТОВЧАТАЯ) [253]*Salvia verticillata* L.

Химический состав: в листьях флавоноиды, алкалоиды, дубильные вещества, смолы, органические кислоты (олеаноловая, урсоловая, хлорогеновая и др), горечи, фитонциды, эфирное масло (D-камфора, пинен, цинеол, туйон, борнеол, сальвен и др.), витамины P, PP, минеральные соли

Часть растения	Сведения о применении
листья	<p>В отличие от шалфея лекарственного, листья обладают более нежным ароматом, с тонами иссопа и мяты. Свежие и сушеные листья придают пище сильный аромат со специфическим прохладным запахом. На Кавказе их используют как приправу к жирным мясным блюдам (баранине, говядине, свинине, блюдам из гуся и утки). В Западной Европе и Средней Азии сушеные листья шалфея мутовчатого используют для ароматизации пива, как пряно-ароматическую приправу к сыру, ухе, мясу, блюдам из дичи, домашней птицы, холодным мясным салатам. Молодые свежие листья добавляют в салаты, рагу и рыбные блюда. В сухом виде сочетают с сыром, овощами, блюдами из гороха и фасоли. В западноевропейской кухне порошок из листьев добавляют перед подачей в уже готовые блюда – бульоны, омлеты, вторые блюда из мяса, птицы и рыбы.</p>

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ШАЛФЕЙ ЭФИОПСКИЙ (ЗИВИНА, САЛЬВИЯ ЭФИОПСКАЯ) [254]
Salvia aethiops L.

Химический состав: в траве эфирное масло (альфа-пинен, бета-пинен, лимонен, линалоол, борнеол, кариофиллен, камфора и др.) – до 0,06%, кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава обладает пряным ароматом со смолисто-цитрусовыми тонами. Траву в сушеном виде используют для ароматизации различных первых и вторых блюд. Свежие и сухие соцветия и листья употребляются в качестве приправы для кулинарных изделий, для отдушки сыра, чая и других продуктов. В пищевой промышленности используется как пряность при солении и мариновании рыбы.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ШАНДРА РЕСНИЧЧАТАЯ (ШАНДРА ГРЕБЕНЧАТАЯ, МЯТА ПРЯНАЯ, ЭЛЬСГОЛЬЦИЯ) [255]

Elsholtzia ciliata (Thunb.) Hylander

Химический состав: в траве эфирное масло (лимонен, камфора, нерол, α -пинен, β -пинен, гераниол, бензол, тимол, эвгенол и пр.) – до 2,7%, кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Надземная масса растения обладает сильным пряным ароматом с цитрусовыми тонами и мягким вкусом. Верхушечные части стеблей с бутонами или распускающимися цветками можно добавлять в салаты, мясные супы и бульоны, тушеное мясо, мясные паштеты, различные мясные закуски и фарши. Растение применяется также в пищевой промышленности в качестве пряности при обработке рыбы.
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ШАНДРА ОБЫКНОВЕННАЯ (МЯТА КОНСКАЯ) [256]
Marrubium vulgare L.

Химический состав: в траве эфирное масло (α -пинен, α -терпинен, камфен, лимонен, сабинен, п-цимол, фенхен, терпинелен, дитерпеноиды (маррубин, премаррубин, премаррубин В, перегринол, маррубиол, фитол, перегринол, вульгарол), азулен и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Шандра обладает сильным мятно-камфорным-тимоловым запахом, горьким и жгучим вкусом. Её можно использовать как добавку к чаю или приправу для выпечки, особенно маффинов с голубым сыром, для соусов и мясных тушений. Применяют как пряную добавку к печени и субпродуктам, для начинок в пирожки, в сочетании с цитрусовой цедрой — для рыбы и рыбных пирогов, для отдушки кваса, приготовления крошонов или кубиков со льдом. Используют в приготовлении пива и английских горьких ликеров «Horehound ale». Из шандры делают леденцы, её добавляют в чай и салаты, сливочное или растительное масло или уксус для фруктовых салатов. Используют в европейских салатах из апельсинов, оливков и лука, или из нектаринов и различных видов салата-латука.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ШАФРАН ПОСЕВНОЙ [257]*Crocus sativus L.*

Химический состав: в рыльцах цветков эфирное масло (гликозиды (пикрокроцин, кроцетин, сафрональ), пинен, цинеол, 2,2,6-триметилциклогексаниен-4-6-альдегид и др.) – до 0,9%, камедь, витамины, жёлтый пигмент (кроцин), флавоноиды (изорамнетин, кемпферол), жирное масло – до 6,8%, сахара, соли кальция, фосфора. В лепестках цветков пигмент антоциан; в листьях до 0,25% аскорбиновой кислоты.

Часть растения	Сведения о применении
рыльца цветков	<p>Рыльца шафрана обладают сильным своеобразным ароматом и горьковатым пряным вкусом. Используются для окраски и ароматизации кондитерских изделий, в кулинарии, а также при производстве сыра, колбас и ликёров. В качестве пряности шафран употребляется в очень небольшом количестве. На Ближнем Востоке, в Средней Азии и Южной Европе он занимает важное место в приготовлении блюд из риса (плов, бозбаш) и гороха (пити). Шафран добавляют как пряность в прозрачные супы при приготовлении ягнятины, баранины, супов из рыбы и цветной капусты, бульонов. В Швеции шафран используют для окраски изделий из теста.</p>
<p>П <i>Классическая пряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.</i></p>	



ШИНУС МЯГКИЙ (ПЕРУАНСКИЙ ПЕРЕЦ, КАЛИФОРНИЙСКОЕ ПЕРЕЧНОЕ ДЕРЕВО) [258]

Schinus molle L.

Химический состав: в плодах эфирное масло (метилхавикол, дипентены, фелландрен, сесквитерпены и пр.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин

Часть растения

Сведения о применении

плоды

Высушенные плоды шинуса мягкого обладают пряно-бальзамическим ароматом и пряно-перечным жгучим вкусом. Их можно встретить под неправильными названиями «розовый перец» или «красный перец». Популярен в национальных кухнях Центральной и Южной Америки, США, Гавайев и Австралии. Настой плодов служит ароматизатором в напитках и сиропах. Плоды употребляют для отдушки супов, подливок, соусов, овощных салатов, маринадов, приготовления всех видов мяса, рыбы, томатов, консервированных овощей.



Пряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих регионов и стран мира.



ШИПОВНИК ГИБРИДНЫЙ (РОЗА ФЛОРИБУНДА) [259]
Rosa floribunda X Hort.

Химический состав: в цветках эфирное масло, антоциановые пигменты, углеводы, органические кислоты, фитонциды. В плодах углеводы, пектины, дубильные вещества, органические кислоты (яблочная, лимонная и др.), флавоноиды (кверцетин, изокверцитрин, кемпферол), флавоноидные пигменты (рубиксантин, ликопин), жирное масло, фаллохинон, цитрин, витамины

Часть растения

Сведения о применении

лепестки
цветков

В свежем виде лепестки используют для приготовления варенья, цукатов, желе, меда, наливок и ликеров, для настаивания уксуса и как компонент дынного варенья. Сушеные лепестки и бутоны цветков под названием «расаль-ханут» входят в состав многих пряных смесей Магриба при приготовлении блюд из мяса, птицы и рыбы. Высушенные или измельченные в порошок лепестки можно подмешивать в плов, в Иране включают в наборы специй (например, «адвиех»), которые добавляют в сладкие консервы или вводят в составы джемов.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ШПОРОЦВЕТНИК АРОМАТНЫЙ (КОЛЕУС АРОМАТНЫЙ, ПЛЕКТРАНУС ДУШИСТЫЙ) [260]

Coleus amboinicus Lour. (*Plectranthus amboinicus* L.)

Химический состав: в траве эфирное масло (эвгенол, тимол, пинен, карвакрол, цинеол и др.), лютеолин, рутин, мирицетин, кверцитрин, кверцитин, кемпферол, апигенин.

Часть растения	Сведения о применении
листья	Листья обладают интенсивным своеобразным, не резким, сладковатым, с тонами <i>тимьяна</i> (см.) и <i>душицы</i> (см.) ароматом. В кулинарии стран Юго-Восточной Азии их добавляют к начинкам для мяса и птицы, для ароматизации мясных блюд, особенно из говядины, баранины и дичи. Высушенные листья применяют для ароматизации бульонов (в том числе грибных) и супов, тушеного, жареного и отварного мяса, птицы, рыбы, при приготовлении блюд кубинской, испанской, португальской, французской и прованской кухонь, при приготовлении соусов. Траву применяют в ликероводочном производстве, при приготовлении травяных чаев.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЭВКАЛИПТ ПЕРЕЧНЫЙ [261]*Eucalyptus piperita* Smith.

Химический состав: в листьях, молодых побегах и цветочных бутонах эфирное масло (пиперитон – до 50 %, L- α -фелландрен, пинен, цинеол, эвдесмол, сесквитерпены и пр.) – до 2,5%, кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения

листья,
цветочные
бутоны

Сведения о применении

Листья обладают специфическим сладковато-бальзамическим запахом и горьковато-жгучим вкусом с оттенками *корицы* (см.). Используется при приготовлении первых и вторых блюд, включая супы, тушеные овощи, заливное, жаркое, блюда из мяса, дичи и рыбы. Подходит для консервирования сала, грибов, сала, капусты и других овощей. В пищевой промышленности некоторых стран используется в напитках, том числе алкогольных.



Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЭУКАРИЯ КОЛОСКОВАЯ (АВСТРАЛИЙСКОЕ САНДАЛОВОЕ ДЕРЕВО)
[262]

Eucarya spicata (R.Br.) Sprag. et Summ. (Eucarya spicata (DC.) Sprang. et Summ.)

Химический состав: в древесине эфирное масло (сантен, α -сантален, транс- α -бергамотен, эпи- β -сантален, β -сантален, аг-куркумен, неролидол, дендралазин, цис- α -санталол, α -бисаболол, транс- α -бергамотол, бергамотол, цис-эпи- β -санталол и др.), флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы.

Часть растения	Сведения о применении
древесина	Древесина обладает древесно-бальзамическим ароматом с мягкими сладковатыми нотками. Используют в ликеро-водочной промышленности для изготовления бальзамов, ликеров, настоек. В Австралии, Новой Зеландии и некоторых странах Европы применяют при мариновании и засоле рыбы.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЮЗУ (ЮДЗУ) [263]*Citrus junos x f.*

Химический состав: в кожуре плодов эфирное масло (лимонен – 79,4%, γ -терпинен – до 9,5%, мирцен – до 2,2%, α -пинен – до 1,4% и др.), кумарины, флавоноиды, органические кислоты, протеины, углеводы, витамины С, Р, РР, каротин.

Часть растения	Сведения о применении
цедра	<p>Цедру добавляют в блюда из мяса, рыбы, птицы, фруктов, овощей. Цедру применяют для придания аромата десертам, сладким соусам и кондитерским изделиям, добавляют в блюда из творога и риса, к мясному фаршу, используют для приготовления алкогольных и безалкогольных напитков, варенья, джема, компотов, киселей, желе. В японской кухне цедра юзу украшает блюда, а сок используют аналогично лимонному. Юзу входит в соус пондзу. Смесь юзу и мёда используют для чая «юча» Из юзу делают ликёры «юдзу комати», и вино, он является ингредиентом японских сладостей, мармеладов и пирожных, юзукосё (острый соус из юзу, перца и соли). Свежей цедрой юзу приправляют солёный яичный десерт, тяванмуси, а также мисо.</p>
<p>П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</p>	



ЯСЕНЕЦ КАВКАЗСКИЙ (НЕОПАЛИМАЯ КУПИНА) [264]

Dictamnus caucasicus (Fisch. et C.A. Mey.) Gross.

Химический состав: в траве эфирное масло (анетол, метилхавикол, анисовый альдегид, ацетальдегид и пр.), кумарины, алкалоиды (диктамин, скиммианин, тригонеллин), холин, диктамнолактон, сапонин.

Часть растения	Сведения о применении
травя	Трава до цветения обладает выраженным сладковато-пряным ароматом. Зелень используется как пряность в закусках, первых и вторых блюдах, а листья свежие и сушеные – как суррогат чая. В странах Кавказа и Закавказья ясенец является приправой к мясным блюдам. В Сибири свежие и высушенные листья ясенца добавляют в чай. В Европе используют для изготовления безалкогольных освежающих напитков.

П Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.



ЯСМЕННИК ДУШИСТЫЙ (ЯСМЕННИК ПАХУЧИЙ) [265]*Asperula odorata L.*

Химический состав: в траве кумарин, иридоидные гликозиды (асперулозид) эфирное масло, флавоноиды (рутин), органические фенолкарбоновые кислоты (хлорогеновая, изохлорогеновая), дубильные вещества, углеводы, витамины С, Р, каротин

Часть растения	Сведения о применении
травя	<p>Растение имеет пряно-пряничный запах, пряный и горьковатый вкус. Используют для ароматизации блюд из фруктов. В промышленности используется при производстве и ароматизации ликёро-водочных изделий и вина (в первую очередь – вермутов). В кулинарии с ясенником чаще всего готовят компоты, выпечку или мороженое. При этом листья растения не измельчают, а кладут в блюдо целыми, а после окончания приготовления вытаскивают, после чего фруктовых салатов, сладких супов и лимонада становится тоньше и обогащается цветочно-кумариновым ароматом. Хорошо сочетается с мясом, поэтому часто используют в качестве маринада для говядины и телятины.</p>
<p>П <i>Пряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных регионов или стран мира.</i></p>	



РАЗДЕЛ 2

ПСЕВДОПРЯНОСТИ В ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ

БАМИЯ ОБЫКНОВЕННАЯ (ГОМБО, ОКРА, АБЕЛЬМОШ) [266]*Hibiscus esculentus L.*

Химический состав: в плодах протеины, слизи (галактуроновая кислота, метилпентозы, пентозы, гексозы и пр.) – до 32%, сапонины, алкалоиды, органические кислоты, сахара, витамины С (до 80 мг/100 г), В₁, В₂, каротин. В семенах жирное масло (до 18%), протеины.

Часть растения**Сведения о применении**

незрелые
плоды,
семена,
листья

По вкусу напоминает одновременно кабачок, сладкий перец, баклажан и спаржевую фасоль. Стручки бамии жарят и тушат, солят, маринуют, едят в свежем виде, готовят цукаты. Спелые семена применяют для приготовления напитков и ароматизации маринадов. Свежие листья используют для салатов, протертых блюд и супов, обжаривают в панировке или кляре. В Ираке из бамии готовят «марго» – мясо со стручками и семенами, в Афганистане – пряное «бомя» из овощей со стручками и плодами, в Индии – «карри» с крупными частями стручков, в Японии – запеченные коробочки с рисовым соусом, соевым соусом и ростками злаков. В арабских странах соленую бамию подают с обжаренным рисом.



П *Псевдопряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих стран мира.*



КАЛУЖНИЦА БОЛОТНАЯ [267]

Caltha palustris L.

Химический состав: в траве алкалоиды (анемонин, протоанемонин, берберин, изорамнетин, ранункулин, холин), флавоноиды (кверцетин и пр.), сапонины, витамин С, каротины, смолы, органические кислоты. В цветках алкалоиды (троликсатин, ксантофил и пр.), сахара, смолы, эфирное масло, жирное масло, пигменты, слизи, органические кислоты.

Часть растения

цветочные
бутоны

Сведения о применении

Нераспустившиеся цветочные бутоны, сваренные в воде или обваренные кипятком, маринуют в уксусе с добавлением пряностей – *гвоздики* (см.), *лаврового листа* (см.), *душистого и черного перца* (см.), и используют как приправу вместо *каперсов* (см.) для салатов, борщей, солянок. Верхушки стеблей с цветочными почками сушат и употребляют как приправу к первым блюдам.



П Псевдопряность регионального значения. Используется в кулинарии отдельных стран мира.



КАПЕРСНИК КОЛЮЧИЙ (КАПЕРСЫ КОЛЮЧИЕ, КАПЕРСЫ, КАПОРЦЫ, КАПЕРЦЫ) [268]

Capparis spinosa L.

Химический состав: в бутонах эфирное масло, горчично-масляные гликозиды, протеины, сапонины, жиры – до 4,6%, аскорбиновая кислота, рутин, кверцетин, пектин. В корнях стахидрин, гликозиды (каппаридин). В листьях алкалоид стахидрин. В плодах сахара, ферменты (мирозин), протеины – до 29%, жиры – до 4,6%, рутин, аскорбиновая кислота, эфирное масло, пектин.

Часть растения	Сведения о применении
цветочные бутоны, плоды	<p>Дикорастущие каперсы традиционно используют в Северной Африке, Индии, Дагестане, Северной Америке. В кулинарии (особенно в средиземноморской, итальянской, испанской, французской кухнях) используют маринованные нераспустившиеся цветочные бутоны и плоды как пряную приправу к холодным закускам. Каперсы используют в рыбных и мясных блюдах. Маринованные каперсы сочетают в салатах с помидорами, сельдью, мясом. Грузинское «дожджולי» готовится из заквашенных веточек каперсов с бутонами. Спелые плоды в свежем виде используют в армянской и узбекской национальной кухне. Цветочные бутоны каперсов солят и вялят. Используют в приготовлении соусов, майонеза.</p>
<p>П Псевдопряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.</p>	



НАСТУРЦИЯ БОЛЬШАЯ (КАПУЦИН-КРЕСС) [269]*

Tropaeolum majus L.

Химический состав: в цветках и листьях алкалоиды (глутотропеолин, тропеолин и пр.), эфирное масло, органические кислоты, минеральные соли (калий, кальций, железо, фосфор йод и пр.), витамины С, В₁, В₂, К, каротин, сахара, протеины, пигменты, соединения серы (фенилизотиоцианат).

Часть растения	Сведения о применении
листья, цветки, незрелые плоды	Цветки обладают нежным сладковато-редечным ароматом и сладковато-пряным нежным редечным вкусом. Используют в свежем виде для украшения любых блюд, в салатах, в качестве гарнировки мяса и рыбы, бутербродов, канапе. На цветках настаивают столовый уксус. Листья обладают более терпким ароматом и вкусом с оттенками редьки и хрена. Их добавляют в салаты, а также используют как самостоятельное блюдо для гарнировки вторых блюд из мяса, птицы и рыбы. Хорошо улучшает вкус рыбных и мясных блюд, соусов, начинок. В сочетании с <i>мятой</i> (см.) и <i>розмарином</i> (см.) образует пикантную смесь, используемую со многими блюдами. Рубленную либо растертую с маслом свежую зелень добавляют в бутерброды. Листья и облиственные верхушки можно сушить, мариновать и квасить. Незрелые плоды и цветочные бутоны маринуют в уксусе и используют как полноценную замену бутонов и плодов <i>каперсника колючего</i> (см.).

П Псевдопряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих стран мира.

* – Аналогичными свойствами обладают **Настурция клубненосная** (*Tropaeolum tuberosum L.*) [270], **Настурция малая** (*Tropaeolum minus L.*) [271]



ОЛИВА ЕВРОПЕЙСКАЯ (МАСЛИНА ЕВРОПЕЙСКАЯ, МАСЛИНЫ, ОЛИВКИ) [272]

Olea europaea L.

Химический состав: в плодах (на 100 г.): белки 0,97 г, жиры 6,87 г, углеводы 3,11 г, пищевые волокна 2,5 г, зола 2,22 г, калий 9 мг, кальций 94 мг, железо 3,32 мг, магний 4 мг, марганец 0,02 мг, натрий 900 мг, медь 226 мг, селен 0,9 мг, цинк 0,81 мг. витамин А, бета каротин, бета криптоксантин, лютеин, зеаксантин, тиамин, холин, пиридоксин, пантотен, аскорбиновая кислота, токоферолы, филохинон, витамин РР.

Часть растения	Сведения о применении
зрелые плоды	<p>Плоды оливы употребляют в пищу в заготовленном виде: сушат; вялят; солят (способом сухого посола); маринуют; консервируют. Для консервации их обычно собирают незрелыми. Сырые плоды имеют горький вкус, избавиться от которого можно только длительным вымачиванием в рассоле. Для сокращения времени заготовки их окисдируют, за счет чего плоды приобретают угольно-черный цвет, для стабилизации которого используют консервант (глюконат железа). Применяют плоды оливы и как самостоятельную пярную закуску и как добавление к другим блюдам. В качестве закуски часто можно встретить фаршированные маслины. Для начинки используют овощи, цитрусовые, рыбу и морепродукты, мясные и колбасные изделия, приправы и т.д. Незрелые (зеленые и черные) плоды оливы в кулинарии носят традиционное название «оливки», зрелые — «маслины».</p>



Псевдопряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.



ТРЮФЕЛЬ ЗИМНИЙ [273]

Tuber brumale Fr.

Химический состав: в плодовом теле эфирное масло (2-метил-1-бутанол, изоамиловый спирт, 2-метилбутиральдегид, 3-метилбутиральдегид, диметилсульфид и др.), жирные кислоты, эндоканнабиноид анандамид (АЕА), ферменты эндоканнабиноидной системы (ECS), пигменты, липоиды, ферменты, протеины, углеводы, минеральные соли (медь, железо, цинк, калий, кальций, натрий и пр.).

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	Плодовые тела вначале красновато-фиолетовые, затем чёрные, бородавчатые. Мякоть вначале белая, потом серая или серо-фиолетовая с многочисленными белыми и желтовато-бурыми мраморными прожилками. Аромат сильный и приятный, напоминает мускус, но менее выражен, чем у <i>чёрного трюфеля</i> (см.). Вкус грибной, с привкусом глубоко прожаренных семечек или грецких орехов. Используют в небольших количествах в сыром виде, в качестве пряной приправы, а также в виде экстракта для ароматизации блюд. Вводят в кокийетты, супы и крем-супы, блюда из риса и овощей, омлеты, лапшу и спагетти, блюда с морепродуктами (креветки, крабы, омары, лангусты), фуа-гра, ризотто, галантины, тальятелли, вторые блюда из курицы, индейки, утки, говядины, салаты с креветками, авокадо и яблоками, и др.

П Псевдопряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих стран мира.



ТРЮФЕЛЬ ИТАЛЬЯНСКИЙ (ТРЮФЕЛЬ ПЬЕМОНТСКИЙ, Т. НАСТОЯЩИЙ БЕЛЫЙ) [274]
Tuber magnatum Fr.

Химический состав: в плодовом теле эфирное масло (2-метил-1-бутанол, изоамиловый спирт, 2-метилбутиральдегид, 3-метилбутиральдегид, диметилсульфид и др.), жирные кислоты, эндоканнабиноид анандамид (AEA), ферменты эндоканнабиноидной системы (ECS), пигменты, липоиды, ферменты, протеины, углеводы, минеральные соли (медь, железо, цинк, калий, кальций, натрий и пр.).

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	<p>Плодовые тела светло-охристого или буроватого цвета. Мякоть плотная, от беловатого до жёлто-серого цвета, иногда с красноватым оттенком, с белым и кремово-коричневым мраморным рисунком. Аромат пряный, напоминающий сыр с чесноком. Вкус грибной, с привкусом глубоко прожаренных семечек или грецких орехов. Используют в небольших количествах в сыром виде, в качестве пряной приправы, а также в виде экстракта для ароматизации блюд. Натёртыми на специальной тёрке их добавляют в соусы, используют как приправу для различных блюд – ризотто, яичницы и др. Нарезанные тонкими ломтиками трюфели добавляют в мясные и грибные салаты.</p>
<p>П Псевдопряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.</p>	



ТРЮФЕЛЬ ЛЕТНИЙ (ТРЮФЕЛЬ ЧЁРНЫЙ РУССКИЙ) [275]
Tuber aestivum Fr.

Химический состав: в плодовом теле эфирное масло (2-метил-1-бутанол, изоамиловый спирт, 2-метилбутиральдегид, 3-метилбутиральдегид, диметилсульфид и др.), жирные кислоты, эндоканнабиноид анандамид (АЕА), ферменты эндоканнабиноидной системы (ECS), пигменты, липоиды, ферменты, протеины, углеводы, минеральные соли (медь, железо, цинк, калий, кальций, натрий и пр.).

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	Плодовые тела от буро-чёрного до синевато-чёрного цвета. Мякоть вначале очень плотная, у старых грибов более рыхлая, с возрастом темнеет от беловатого до коричнево-жёлтого и серо-коричневого цвета, со светлыми прожилками, образующими мраморный рисунок. Аромат приятный, сильный, напоминающий запах морских водорослей. Вкус ореховый, сладковатый. Используют в небольших количествах в сыром виде, в качестве пряной приправы, а также в виде экстракта для ароматизации овощных, мясных (домашняя и дикая птица, говядина, свинина) блюд, омлетов, ризотто, овощных, мясных и морских салатов, гренков, бутербродов.

П Псевдопряность межрегионального значения. Используется в кулинарии многих стран мира.



ТРЮФЕЛЬ ЧЁРНЫЙ (ТРЮФЕЛЬ ПЕРИГОРСКИЙ, Т. ФРАНЦУЗСКИЙ)
 [276]

Тuber melanosporum Fr.

Химический состав: в плодовом теле эфирное масло (2-метил-1-бутанол, изоамиловый спирт, 2-метилбутиральдегид, 3-метилбутиральдегид, диметилсульфид и др.), жирные кислоты, эндоканнабиноид анандамид (AEA), ферменты эндоканнабиноидной системы (ECS). пигменты, липоиды, ферменты, протеины, углеводы, минеральные соли (медь, железо, цинк, калий, кальций, натрий и пр.).

Часть растения	Сведения о применении
плодовое тело	<p>Плодовые тела буровато-чёрного цвета. Мякоть твёрдая, вначале светлая, серая или розовато-коричневая, с белым или красноватым мраморным рисунком на срезе, с возрастом темнеет от тёмно-коричневой до чёрно-фиолетовой, при этом прожилки в ней сохраняются. Аромат очень сильный, характерный, мускусно-грибной, напоминающий подлесок, клубнику, влажную землю и сушеные фрукты с оттенком какао. Вкус бальзамически-ореховый, слегка острый и горьковатый, в наибольшей степени раскрывается после нагревания. Используют в небольших количествах в сыром виде, в качестве пряной приправы, а также в виде экстракта для ароматизации блюд. Вводят в кокийетты, супы и крем-супы, блюда из риса и овощей, омлеты, лапшу и спагетти, блюда с морепродуктами (креветки, крабы, омары, лангусты), фуа-гра, ризотто, галантины, тальятели, вторые блюда из курицы, индейки, утки, говядины, салаты с креветками, авокадо и яблоками, и др.</p>
<p>П Псевдопряность мирового значения. Используется в кулинарии большинства стран мира.</p>	



ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ, ВКЛЮЧЁННЫЕ В ГОСУДАРСТВЕННЫЕ ФАРМАКОПЕИ РОССИИ И СССР С I ПО XI ИЗДАНИЯ

1. Абрикос обыкновенный - *Armeniaca vulgaris* Lam.
2. Адонис весенний - *Adonis vernalis* L.
3. Авран лекарственный - *Gratiola officinalis* L.
4. Аир - *Acorus calamus* L.
5. Айва продолговатая - *Cydonia oblonga* Mill.
6. Айован душистый - *Trachyspermum ammi* (L.) Sprague
7. Акониит ядовитый - *Aconitum napellus* L. каракольский - *Aconitum karakolicum* Rapaics джунгарский - *Aconitum soongaricum* Stapf
8. Алоэ древовидное - *Aloe arborescens* Mill.
9. Алтай лекарственный - *Althaea officinalis* L. армянский - *Althaea armeniaca* Ten.
10. Анакамптис пирамидальный - *Anacamptis pyramidalis* (L.) Rich.
11. Амми зубная - *Ammi visnaga* (L.) Lam.
12. Анис обыкновенный - *Anisum vulgare* Gaertn.
13. Аралия манчжурская - *Aralia elata* Seem.
14. Арахис подземный - *Arachis hypogaea* L.
15. Арника горная - *Arnica montana* L. шамиссо - *Arnica chamissonis* Less. областенная - *Arnica foliosa* Nutt.
16. Багульник болотный - *Ledum palustre* L.
17. Бадан толстолистный - *Bergenia crassifolia* Fritsch.
18. Базилик мятолистный - *Ocimum methifolium* Hochst. эвенольный - гибрид *Ocimum gratissimum* L. и *Ocimum methifolium* Hochst.
19. Барбарис обыкновенный - *Berberis vulgaris* L.
20. Барвинко малый - *Vinca minor* L.
21. Бедренец камнеломка - *Pimpinella saxifraga* L. большой - *Pimpinella major* (L.) Huds
22. Белена черная - *Hyoscyamus niger* L.
23. Береза - *Betula* sp.
24. Болиголов пятнистый - *Conium maculatum* L.
25. Большеголовник сафлоровидный - *Rhaponticum carthamoides* (Willd.) (левзея сафлоровидная, маралий корень)
26. Боярышник колючий - *Crataegus oxyacantha* L. кровяно-красный - *Crataegus sanguinea* Pall.
27. Брусника обыкновенная - *Vaccinium vitis-idaea* L.
28. Бузина черная - *Sambucus nigra* L.
29. Бук лесной - *Fagus sylvatica* L.
30. Валериана лекарственная - *Valeriana officinalis* L.
31. Василек синий - *Centaurea cyanus* L.
32. Вахта трехлистная (трифоль) - *Menyanthes trifoliata* L.
33. Вероника лекарственная - *Veronica officinalis* L.
34. Виноград культурный - *Vitis vinifera* L.
35. Вишня обыкновенная - *Cerasus vulgaris* Mill.
36. Волчегодник обыкновенный - *Daphne mezereum* L.
37. Вьюнок шерстистый - *Convolvulus subhirsutus* Rgl. et Schmalh.
38. Гармала обыкновенная - *Peganum harmala* L.
39. Горечавка желтая - *Gentiana lutea* L.
40. Горец змеиный (змеевик) - *Polygonum bistorta* L. мясо-красный - *Polygonum carneum* C.Koch. перечный - *Polygonum hydropiper* L. почечуйный - *Poligonum persicaria* L. птичий (спорыш) - *Poligonum aviculare* L.
41. Горичвет весенний - *Adonis vernalis* L.
42. Горчица черная - *Brassica nigra* Koch сарепская - *Brassica juncea* (L.) Czern. et Coss.
43. Гравилат городской - *Geum urbanum* L.
44. Гранат - *Punica granatum* L.
45. Гречица посевная - *Fagopyrum sagittatum* Gilib.
46. Гринделия растопыренная - *Grindelia squarrosa* (Pursh.) Dun.
47. Девясил высокий - *Inula helenium* L.
48. Дымянка лекарственный - *Melilotus omcinalis* (L.) Desr. рослый (высокий) - *Melilotus altissimus* Thuill.
49. Дорема ошера - *Dorema aucheri* Boiss.
50. Дуб обыкновенный - *Quercus robur* L. скальный - *Quercus petraea* Liebl.
51. Дурман обыкновенный - *Datura stramonium* L.
52. Душица обыкновенная - *Origanum vulgare* L.
53. Дымянка лекарственная - *Fumaria officinalis* L.
54. Дягиль лекарственный - *Archangelica officinalis* Hoffm.
55. Ель обыкновенная - *Picea abies* (L.) Karst.
56. Желтушник рассеянный - *Erysimum diffusum* Ehrh.
57. Женьшень обыкновенный - *Panax ginseng* C.A.Mey.
58. Жостер имеретинский - *Rhamnus imeretina* Booth слабительный - *Rhamnus cathartica* L.
59. Зверобой продырявленный - *Hypericum perforatum* L.

60. Золототысячник красивый - *Centaureum pulchellum* (SW.) Druce малый - *Centaureum minus* Moench 61. Ива пятильщинковая - *Salix pentandra* L. ломкая - *Salix fragilix* L. пурпурная - *Salix purpurea* L. белая - *Salix alba* L. 62. Истод горьковатый - *Polygala amarella* Grantz сибирский - *Polygala sibirica* L. тонколиственный - *Polygala tenuifolia* Willd. 63. Иссоп лекарственный - *Hyssopus officinalis* L. 64. Калина обыкновенная - *Viburnum opulus* L. 65. Касатик флорентийский - *Iris florentina* L. германский - *Iris germanica* L. 66. Кендырь коноплевый - *Arcynum cannabinum* L. 67. Клюква четырехлепестная - *Oxycoccus quadripetalus* Gilib. 68. Кокушник длиннорогий - *Gymnadenia conopsea* (L.) R. Br. 69. Колоцинт обыкновенный - *Citrullus colocynthis* (L.) 70. Колюрия гравилатовидная - *Coluria geoides* (Pall.) 71. Конопля посевная - *Cannabis sativa* L. Lebed. индийская - *Cannabis sativa* L. var. *indica* Lam. 72. Кориандр посевной - *Coriandrum sativum* L. 73. Коровяк лекарственный - *Verbascum phlomoides* L. скипетровидный - *Verbascum thapsiforme* Schrad. обыкновенный - *Verbascum thapsus* L. 74. Крапива двудонная - *Urtica dioica* L. 75. Красавка кавказская - *Atropa saucisasa* Kreuer белладонна - *Atropa belladonna* L. 76. Крестовник широколистный - *Senecio platyphylloides* Somm. et Levier 77. Кровохлебка лекарственная - *Sanguisorba officinalis* L. 78. Крушина ломкая - *Frangula alnus* Mill. 79. Кукуруза - *Zea mays* L. 80. Кунжут индийский - *Sesamum indicum* L. 81. Лаванда колосовая (настоящая) - *Lavandula spica* L. 82. Лавр благородный - *Laurus nobilis* L. 83. Лавровишня обыкновенная - *Laurocerasus officinalis* Rolm. 84. Ламинария японская - *Laminaria japonica* сахаристая - *Laminaria saccharina* 85. Ландыш майский - *Convallaria majalis* L. майский закавказский - *Convallaria majalis* var. *transcaucasica* (Utkin) Knorr. майский Кейске - *Convallaria majalis* var. *keiskei* Makino 86. Лапчатка прямостоячая - *Potentilla erecta* (L.) 87. Лен посевной - *Linum usitatissimum* L. 88. Лимонник китайский - *Schisandra chinensis* (Turcz.) Baill. 89. Липа обыкновенная - *Tilia vulgaris* Haune крупнолистная - *Tilia platyhyllps* Scop. сердцевидная - *Tilia cordata* Mill. 90. Лобелия вздутая - *Lobelia inflata* L. 91. Ложечная трава - *Cochlearia arctica* Schlecht. 92. Лопух репейник - *Arctium lappa* L. малый - *Arctium minus* Bernh. паутинный - *Arctium tomentosum* Mill. 93. Любисток лекарственный - *Levisticum officinale* Koch 94. Любка двулистная - *Platanthera bifolia* (L.) Rich. 95. Майоран садовый - *Majorana hortensis* Moench 96. Мак самосейка - *Papaver rhoeas* L. снотворный - *Papaver somniferum* L. 97. Малина обыкновенная - *Rubus idaeus* L. 98. Мальва лесная - *Malva silvestris* L. низкая - *Malva pusilla* Smith 99. Мандарин японский - *Citrus unshiu* Marc. 100. Марена красильная - *Rubia tinctorum* грузинская - *Rubia iberica* 101. Марь амброзиевидная - *Chenopodium ambrosioides* L. противоглистная - *Chenopodium anthelminticum* L. 102. Мелисса лекарственная - *Melissa officinalis* L. 103. Мать-и-мачеха обыкновенная - *Tussilago farfara* L. 103. Миндаль обыкновенный горький - *Amygdalus com-munis* L.f. *amara* DC обыкновенный сладкий - *Amygdalus communis* L.f. *dulcis* DC 104. Можжевельник обыкновенный - *Juniperus commu-nis* L. красный - *Juniperus oxcedrus* L. казахский - *Juniperus sabina* L. 105. Морошка приземистая - *Rubus chamaemorus* L. 106. Мыльнянка лекарственная - *Saponaria officinalis* L. 107. Мята курчавая - *Mentha crispata* L. кудреватая - *Mentha crispata* Schrad. перечная - *Mentha piperita* L. 108. Наперстянка красная - *Digitalis purpurea* L. крупноцветковая - *Digitalis grandiflora* Mill. шерстистая *Digitalis lanata* Ehrh. ржавая - *Digitalis ferginea* L. 109. Ноготки лекарственные - *Calendula officinalis* L. 110. Обвойник греческий - *Periploca graeca* L. 111. Одуванчик лекарственный - *Taraxacum officinale* Wigg., s.l. 112. Олеандр обыкновенный - *Nerium oleander* L. 113. Ольха серая - *Alnus incana* Moench. клейкая - *Alnus glutinosa* Gaerth. 114. Омежник водяной - *Oenanthe*

aquatica (L.) 115. Орех грецкий - *Juglans regia* L. 116. Ортосифон тычиночный (почечный чай) - *Orthosiphon stamineus* Benth. 117. Осока песчаная - *Carex arenaria* L. 118. Остро-пестро - *Silybum marianum* (L.) Gaertn. 119. Оффрис - *Ophrys* sp. 120. Пажитник сенной - *Trigonella foenum-graecum* L. 121. Паслен сладко-горький - *Solanum dulcamara* L. 122. Пастушья сумка - *Capsella bursa-pastoris* (L.) Medic. 123. Перец стручковый однолетний - *Capsicum annuum* L. 124. Пеларгониум розовый - *Pelargonium roseum* Willd. (герань розовая) 125. Персик обыкновенный - *Persica vulgaris* Mill. 126. Петрушка кудрявая - *Petroselinum crispum* (Mill.) Nym. 127. Пижма обыкновенная - *Tanacetum vulgare* L. 128. Пиретрум цинерариелистный - *Pyrethrum cinerarii-folium* Trev. (ромашка далматская) мясо-красный - *Pyrethrum carneum* M.B. 129. Пихта сибирская - *Abies sibirica* Ledeb. 130. Подорожник большой - *Plantago major* L. 131. Подсолнечник однолетний - *Helianthus annuus* L. 132. Полынь горькая - *Artemisia absinthium* L. цитварная - *Artemisia cina* Berg ex Poljak. обыкновенная - *Artemisia vulgaris* L. (чернобыльник обыкновенный) 133. Пупавка благородная - *Anthemis nobilis* L. 134. Пустьрыник пятилопастный - *Leonurus quinquelobatus* Gilib. сердечный - *Leonurus cardiaca* L. 135. Пырей ползучий - *Agropyron repens* (L.) 136. Ревень тангутский - *Rheum palmatum* L. var. *tanguticum* Maxim. 137. Рис посевной - *Oryza sativa* L. 138. Роза столепестная - *Rosa centifolia* L. дамасская - *Rosa damascena* Mill. казанлыкская - *Rosa trigintipetala* Dieck французская - *Rosa gallica* L. мускусная - *Rosa moschata* Herzm. коричневая - *Rosa cinnamomea* L. (шиповник коричневый) иглистая - *Rosa acicularis* Lindl. (шиповник иглистый) Беггера - *Rosa begeriana* Schrenk (шиповник Беггера) Федченко - *Rosa fedtschenkoana* Regel (шиповник Федченко) даурская - *Rosa davurica* Pall. (шиповник даурский) 139. Родиола розовая - *Rhodiola rosea* L. 140. Розмарин лекарственный - *Rosmarinus officinalis* L. 141. Ромашка аптечная - *Matricaria recutita* L. (ромашка ободранная) ромашковидная - *Matricaria matricarioides* (Less.) Porter (ромашка пахучая) 142. Рута душистая - *Ruta graveolens* L. 143. Свекла обыкновенная, сахарная - *Beta vulgaris* L. var. *altissima* Doll. 144. Секуринага полукустарниковая - *Securinega suffruticosa* (PaU.) Rehd. 145. Сенна (кассия остролистная) - *Cassia acutifolia* Del. 146. Синюха голубая - *Polemonium coeruleum* L. 147. Скополия карниолийская - *Scopolia carniolica* Jacq. 148. Скупия кожевнная - *Cotinus coggugria* Scop. 149. Слива домашняя - *Prunus domestica* L. растопыренная (алыча) - *Prunus divaricata* Ledeb. 150. Слюногон лекарственный - *Anacyclus officinarum* Hayne 151. Смородина черная - *Ribes nigrum* L. красная - *Ribes rubrum* L. 152. Солодка голая - *Glycyrrhiza glabra* L. уральская - *Glycyrrhiza uralensis* Fisch. щетинистая - *Glycyrrhiza echinata* L. Коржинского - *Glycyrrhiza korschinskyi* Grig. 153. Солянка Рихтера - *Salsola richteri* Kar. 154. Сосна лесная - *Pinus sylvestris* L. 155. Софора толстоплодная - *Sophora pachycarpa* С.А.Мех. 156. Стальник полевой - *Ononis arvensis* L. 157. Сушеница топяная - *Gnaphalium uliginosum* L. 158. Сферофиза солонцовая - *Sphaerophysa salsula* (Pall.) DC 159. Табак настоящий - *Nicotiana tabacum* L. 160. Термопсис ланцетный - *Thermopsis lanceolata* R. Br. 161. Тимьян обыкновенный - *Thymus vulgaris* L. ползучий (чабрец) - *Thymus serpyllum* L., S.Z. 162. Тмин обыкновенный - *Carum carvi* L. 163. Толокнянка обыкновенная - *Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng 164. Тополь черный - *Populus nigra* L. монолиферный - *Populus monolifera* Ait. бальзамический - *Populus balsamifera* L. пирамидальный - *Populus pyramidalis* Roz. 165. Тыква обыкновенная - *Cucurbita pepo* L. 166. Тысячелистник обыкновенный - *Achillea millefolium* L. 167. Укроп пахучий - *Anethum graveolens* L. 168. Унгерния Виктора - *Ungernia victoris* Vved. 169. Фенхель обыкновенный - *Foeniculum vulgare* Mill. 170. Ферула вонючая - *Ferula assa-foetida* L. Шаир - *Ferula Schair* Borszcz. 171. Фиалка душистая -

Viola odorata L. трехцветная (Иван-да-Марья) - *Viola tricolor* L. 172. Хвощ полевой - *Equisetum arvense* L. 173. Хлопчатник травянистый - *Gossypium herbaceum* L. барбадосский (египетский) - *Gossypium barbadense* L. 174. Хмель вьющийся - *Humulus lupulus* L. 175. Цмин песчаный (бессмертник песчаный) - *Helichrysum arenarium* (L.) Moench 176. Чайный куст китайский - *Thea sinensis* L. 177. Чемерица Лобеля - *Veratrum lobelianum* Bernh. 178. Черда трехраздельная - *Bidens tripartita* L. 179. Черемуха обыкновенная - *Prunus padus* L. 180. Черника обыкновенная - *Vaccinium myrtillus* L. 181. Чистотел большой - *Chelidonium majus* L. 182. Шалфей лекарственный - *Salvia officinalis* L. мускатный - *Salvia scharea* L. 183. Шандра обыкновенная - *Marrubium vulgare* L. 184. Шафран посевной - *Crocus sativus* L. 185. Шелковица черная - *Morus nigra* L. 186. Шиповник майский - *Rosa majalis* Herrm. иглистый - *Rosa acicularis* Lindl. даурский - *Rosa davurica* Pall. Беггера - *Rosa beggeriana* Schrenk. Федченко - *Rosa fedtchenkoana* Regel. собачий - *Rosa canina* L. щитконосный - *Rosa corymbifera* Borkh. мелкоцветковый - *Rosa micrantha* Smith. кокандский - *Rosa kokanica* Regel ex. Juz. песколюбивый - *Rosa psammophila* Chrshan. войлочный - *Rosa tomentosa* Smith. зангезурский - *Rosa zangezura* P. Jarosch. морщинистый - *Rosa rugosa* Thanb. 187. Щитовник мужской (мужской папоротник) - *Dryopteris filix-mas* (L.) Schott 188. Эвкалипт пепельный - *Eucalyptus cinerea* F. Muell. ex Benth. шаровидный - *Eucalyptus globulus* Labill. Майдена - *Eucalyptus maideni* F. Muell. австралийский - *Eucalyptus australiana* Baker et Smith припудренный - *Eucalyptus pulverulenta* Sims 189. Эфедра средняя - *Ephedra intermedia* Schrenk хвощевая - *Ephedra equisetina* Vge. 190. Яблоня лесная - *Malus sDvestris* (L.) Mill. 191. Ятрышник дремлик - *Orchis morio* L. мужской - *Orchis mascula* L. шлемовидный - *Orchis militaris* L. пятнистый - *Orchis maculata* L. Фукса - *Orchis purpurea* Huds. широколистный - *Orchis latifolia* L.. 192. Ячмень обыкновенный - *Hordeum vulgare* L. (L.) Sprcng.

Приложение 2

**ПЕРЕЧЕНЬ ВИДОВ РАСТИТЕЛЬНОГО СЫРЬЯ, РАЗРЕШЁННОГО
ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРИ ПРОИЗВОДСТВЕ БИОЛОГИЧЕСКИ
АКТИВНЫХ ДОБАВОК К ПИЩЕ И ТРАВЯНЫХ ЧАЁВ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДО 14 ЛЕТ**

Приложение 8
к техническому регламенту Таможенного союза
«О безопасности пищевой продукции»
(ТР ТС 021/2011)

№	Название растительного сырья на русском языке	Название растительного сырья на латинском языке	Части растительного сырья
1.	Анис обыкновенный	Anisum vulgare Gaerth сем. Umbelliferae	плоды аниса (Anisi fructus)
2.	Алтей лекарственный	Althaea officinalis сем. Malvaceae	корни алтея (Althaeae radix)
3.	Бузина черная	Sambucus nigra L. сем. Sambucaceae	Цветки бузины (Sambuci flos)
4.	Береза бородавчатая	Betula verrucosa Ehrh. сем. Betulaceae	Листья березы (Betulae folium)
5.	Береза повислая	Betula pendula	то же
6.	Брусника	Vaccinium vitis idaea L. сем. Vacciniaceae	Плоды брусники (Vaccini fructus)
7.	Гибискус	Hibiscus sabdariffa L. сем. Malvaceae	Цветки гибискуса (Hibisci flos)
8.	Красная мальва	Hibiscus sabdariffa L. сем. Malvaceae	то же
9.	Душица обыкновенная	Origanum vulgare сем. Lamiaceae	Трава душицы (Origani herba)
10.	Земляника	Fragaria сем. Rosaceae	Листья земляники (Fragariae folium)
11.	Ноготки аптечные	Calendula officinalis L. сем. Composite	Цветки календулы (Calendulae flos)
12.	Крапива двудомная	Urtica dioica L. сем. Urticaceae	Листья крапивы (Urticae folium)
13.	Лаванда узколистная	Lavandula angustifolia Mill. сем. Lamiaceae	Цветки лаванды (Lavandulae flos)
14.	Липа сердцевидная	Tilia cordata Mill сем. Tiliaceae	Цветки липы (Tiliae flos)
15.	Малина обыкновенная	Rubus idaeus L. сем. Rosaceae	Листья малины (Rubi idaei folium)
16.	Просвирник лесной	Malva sylvestris L. (сун. Malva Mauritiana) сем. Malvaceae	Цветки мальвы (Malvae flos)

17.	Мальва лесная	<i>Malva sylvestris</i> L. (суп. <i>Malva Mauritiana</i>) сем. Malvaceae	то же
18.	Мелисса	<i>Melissa officinalis</i> сем. Lamiaceae	Листья мелиссы (<i>Melissae folium</i>)
19.	Мята лимонная	<i>Melissa officinalis</i> сем. Lamiaceae	то же
20.	Мята перечная	<i>Mentha piperita</i> сем. Lamiaceae	Листья мяты перечной (<i>Menthae piperitae folium</i>)
21.	Облепиха	<i>Hippophae rhamnoides</i> L. сем. Elaeagnaceae	Листья облепихи (<i>Hippophaes folium</i>)
22.	Подорожник большой	<i>Plantago major</i> L. сем. Plantaginaceae	Листья подорожника (<i>Plantaginis herba</i>)
23.	Подорожник средний	<i>Plantago media</i> L. сем. Plantaginaceae	то же
24.	Подорожник ланцетовидный	<i>Plantago lanceolata</i> L. сем. Plantaginaceae	то же
25.	Подорожник блошный	<i>Plantago psyllium</i> L. сем. Plantaginaceae	Шелуха семян (<i>Plantaginis tunica semen</i>)
26.	Померанец горький	<i>Citrus aurantium</i> сем. Rutaceae	Померанца корка
27.	Ромашка аптечная	<i>Matricaria recutita</i> L. сем. Compositae (syn. <i>Chamomilla</i> L.)	Цветки ромашки (<i>Chamomillae flos</i>)
28.	Черная смородина	<i>Ribes nigrum</i> L. сем. Saxifragaceae	Листья смородины (<i>Ribi nigri folium</i>)
29.	Тимьян душистый	<i>Thymus vulgaris</i> L. (<i>Thymus marschallianus</i>) сем. Lamiaceae	Трава тимьяна (<i>Thymi herba</i>)
30.	Чабрец	<i>Thymus serpyllum</i> сем. Lamiaceae	то же
31.	Тимьян ползучий	то же	то же
32.	Тмин обыкновенный	<i>Carum carvi</i> , сем. Umbellifere	Плоды тмина (<i>Cari carvi fructus</i>)
33.	Фенхель обыкновенный	<i>Foeniculum vulgare</i> Mill сем. Umbelliferae	Плоды фенхеля (<i>Foeniculi fructus</i>)
34.	Укроп аптечный	<i>Foeniculum vulgare</i> Mill сем. Umbelliferae	то же
35.	Черника	<i>Vaccinium myrtillus</i> L. сем. Vacciniaceae	Плоды черники (<i>Myrtilli fructus</i>)
36.	Шиповник	<i>Rosa</i> сем. Rosaceae	Шиповника плоды (<i>Rosae fructus</i>)

Приложение 3

**ПЕРЕЧЕНЬ РАСТЕНИЙ И ПРОДУКТОВ ИХ ПЕРЕРАБОТКИ,
НЕ ПОДЛЕЖАЩИХ ВКЛЮЧЕНИЮ В СОСТАВ ОДНОКОМПОНЕНТНЫХ
БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК К ПИЩЕ**

Приложение 7

к техническому регламенту Таможенного союза
«О безопасности пищевой продукции»
(ТР ТС 021/2011)

№ п/п	Название растения	Латинское название растения	Части растений
1	Аралия высокая, Аралия маньчжурская, Чертово дерево, Шип-дерево	<i>Aralia elata</i> (Miq.) Seem. = <i>Aralia mandshurica</i> Rupr. et Maxim.	Все части
2	Африканская слива	<i>Pygeum africanum</i>	Кора
3	Валериана	<i>Valeriana</i> L.	Все виды, корень и корневища
4	Гинкго двулопастное	<i>Ginkgo biloba</i> L.	Надземная часть
5	Джимнема сильвестре	<i>Gymnema sylvestre</i>	Все части
6	Дикий ямс, Диоскорея мохнатая	<i>Dioscorea villosa</i>	Корневища
7	Женьшень	Ginseng	Все виды, все части
8	Заманиха высокая, Оплотанак высокий, Эхинопанакс высокий	<i>Oplopanax elatus</i> Nakai = <i>Echinopanax elatus</i> Nakai	Все части
9	Зверобой	<i>Hypericum</i> L.	Все виды, все части
10	Иглица шиповатая	<i>Ruscus aculeatus</i> (Butcher's Broom)	Все части
11	Йохимбе (паусинисталия йохимбе)	<i>Pausinystalia yohimbe</i> (K. Schum.) Pierre ex Beile	Все части
12	Лимонник китайский	<i>Schisandra chinensis</i> (Turcz.) Baill.	Все части
13	Муира пуама	<i>Muira puama</i> (<i>Liriosma jvata</i>)	Все части
14	Муравьиное дерево, По де Арко, Табebuия	<i>Tabebuia heptaphylla</i>	Кора
15	Родиола розовая, Золотой корень	<i>Rhodiola rosea</i> L.	Все части
16	Турнера возбуждающая, Дамиана	<i>Turnera Diffusa</i>	Все части
17	Элеутерококк колючий, Свободногодник колючий, Чертов куст	<i>Eleutherococcus senticosus</i> (Rupr. et Maxim.) Maxim = <i>Aconthopanax senticosus</i> (Rupr. et Maxim.) Harms	Все части
18	Юкка нитевидная	<i>Yucca filamentosa</i>	Листья

Приложение 4

ПЕРЕЧЕНЬ РАСТЕНИЙ И ПРОДУКТОВ ИХ ПЕРЕРАБОТКИ, ОБЪЕКТОВ ЖИВОТНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ, МИКРООРГАНИЗМОВ, ГРИБОВ И БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ, ЗАПРЕЩЁННЫХ ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В СОСТАВЕ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК К ПИЩЕ В СВЯЗИ С СОДЕРЖАНИЕМ ПСИХОТРОПНЫХ, НАРКОТИЧЕСКИХ, СИЛЬНОДЕЙСТВУЮЩИХ ИЛИ ЯДОВИТЫХ ВЕЩЕСТВ

Приложение 7
к техническому регламенту Таможенного союза
«О безопасности пищевой продукции»
(ТР ТС 021/2011)

№ п/п	Русское название растения	Латинское название растения	Части растений
<*>	Абиссинский чай	См. Кат	-
1.	Абрус молитвенный	<i>Abrus precatorius</i> L.	Семена
2.	Авран лекарственный	<i>Gratiola officinalis</i> L.	Надземная часть
<*>	Адамов корень	См. Тамус обыкновенный	-
3.	Аденантера	<i>Adenantha</i> L.	Все виды, все части
<*>	Аденостилес ромболистный	См. Крестовник	-
4.	Адлумия грибовидная	<i>Adlumia fugosa</i> Greene	Все части
<*>	Адонис	См. Горлицев	-
5.	Азадирахта индийская	<i>Azadirachta indica</i> A. Juss.	Все части
6.	Азиазарум гетеротропный	<i>Asiasarum heterotropoides</i> F. Maek.	Корни
7.	Айлант высочайший	<i>Ailanthus altissima</i>	Надземная часть
8.	Акация	<i>Acacia</i> L.	Все виды, надземная часть
9.	Аконит	<i>Aconitum</i> L.	Все виды, все части
10.	Алстония ядовитая	<i>Alstonia venenata</i> R. Br.	Кора
11.	Амми зубная	<i>Ammi visnaga</i> (L.) Lam. (= <i>Visnaga daucoides</i> Gaertn.)	Все части
12.	Аморфофаллус Ривьера	<i>Amorphophallus rivieri</i> Durieu	Все части
13.	Анабазис	<i>Anabasis</i> L.	Все виды, побеги

14.	Анамирта коккулусовидная	Anamirta cocculus (L.) Wight et Arn.	Все части
15.	Анхалониум Левина	Anhalonium lewinii Jennings	Все части
16.	Аплопаппус разнолистный	Aplopappus heterophyllus	Все части
<*>	Арабский чай	См. Кат	-
17.	Аргемоне	Argemone L.	Все виды, все части
18.	Арека катеху	Areca catechu L.	Все части
<*>	Арековая пальма	См. Арека катеху	-
19.	Аризарум	Arisarum L.	Все виды, все части
20.	Аристолохия	Aristolochia L.	Все виды, все части
21.	Арника	Arnica L.	Все виды, цветки
22.	Аронник	Arum L.	Все виды, все части
23.	Артрокнемум сизый	Arthrocnemum glaucum Delile	Надземная часть
24.	Арундо тростниковый	Arundo donax L.	Цветы
25.	Атеро мускусная	Atherosperma moschatum Labill.	Все части
26.	Афнамиксис крупноцветковый	Aphanamixis grandiflora Blume	Семена
27.	Багульник	Ledum L.	Все виды, надземная часть, побеги
28.	Бадьян анисовый	Illicium anisatum	Плоды
29.	Бакаутовое дерево	Guaiacum officinale L.	Все части
30.	Баккония	Bacconia L.	Все виды, все части
31.	Балдуина узколистная	Balduina angustifolia	Надземная часть
32.	Балиоспермум горный	Baliospermum Montana Muell. Arg	Корень, корневище
33.	Банистерииопсис	Banisteriopsis	Все виды, все части
34.	Баранец обыкновенный	Huperzia selago L.	Все части
35.	Барбарис	Berberis L.	Все виды, корни, кора
36.	Барвинок	Vinca L.	Все виды, все части

37.	Бархатные бобы	<i>Mucuna pruriens</i> DC	Семена
38.	Башмачок	<i>Cypripedium</i> sp.	Все виды, все части
39.	Безвременник	<i>Colchicum</i> sp.	Все виды, все части
40.	Бейлея многолучевая	<i>Baileya multiradiata</i> Harv. et Gray	Надземная часть
41.	Бейлшмидия нис	<i>Beilschmiedia</i> Nees	Все части
42.	Белена	<i>Hyoscyamus</i> sp.	Все виды, все части
<*>	Белладонна	См. Красавка обыкновенная	-
43.	Белозор болотный	<i>Parnassia palustris</i> L.	Все части
<*>	Белоцветка болотная	См. Белозер болотный	-
44.	Белоцветник летний	<i>Leucojum aestivum</i> L.	Все части
45.	Бересклет европейский	<i>Euonymus europaea</i> L.	Семена
<*>	Бетельная пальма	См. Арека катеху	-
46.	Биота восточная	<i>Biota orientalis</i> L.	Все части
47.	Бирючина обыкновенная	<i>Ligustrum vulgare</i> L.	Листья, плоды
48.	Блефарис съедобный	<i>Blepharis edulis</i> Pers.	Все части
49.	Блошница болотная	<i>Pulicaria uliginosa</i> Stev. ex DC	Все части
50.	Бобовник анагировидный	<i>Laburnum anagyroides</i> (= <i>Cytisus laburnum</i> L.)	Все части
51.	Болиголов	<i>Conium</i> L.	Все виды, все части
<*>	Борец	См. Аконит	-
52.	Борония	<i>Boronia</i> Sm.	Эфирные масла из листьев и побегов всех видов
<*>	Бруслина	См. Бересклет европейский	-
53.	Бруцея яванская	<i>Brucea javanica</i> Merr.	Все части
54.	Бузина травянистая	<i>Sambucus edulis</i> L.	- " -
55.	Бузульник зубчатый	<i>Ligularia dentata</i> Hara	Все части
56.	Бурасайя мадагаскарская	<i>Burasaia madagascariensis</i> DS	Все части
57.	Василистник	<i>Thalictrum</i> L.	Все виды, надземная часть

58.	Вексия толстоплодная	<i>Vexibia pachycarpa</i> Jakovl	Все части
59.	Верблюжья колючка обыкновенная	<i>Alhagi pseudalhagi</i> Fisch.	Побеги
60.	Ветреница	<i>Anemone</i> L.	Все виды, все части
61.	Вех	<i>Cicuta</i> L.	Все виды, все части
62.	Вирола	<i>Virola</i>	Все виды, надземная часть
<*>	Виснага морковевидная	См. Амми зубная	-
63.	Витания снотворная	<i>Withania somnifera</i> (L.) Dunal	Все части
64.	Воаканга африканская	<i>Voacanga africana</i>	Все части
65.	Водосбор	<i>Aquilegia</i> L.	Все виды, корни
66.	Воловик лекарственный	<i>Anchusa officinalis</i> L.	Все части
67.	Волчегодник	<i>Daphne</i> sp.	Все виды, все части
68.	Воронец	<i>Actaea</i> L.	Все виды, все части
69.	Вороний глаз	<i>Paris</i> L.	Все виды, все части
70.	Вьюнок	<i>Convolvulus</i> L.	Все виды, все части
71.	Вязель	<i>Coronilla</i> L.	Все виды, корни, семена
72.	Гайлардия красивая	<i>Gaillardia pulchella</i> Foug.	Листья, цветы
73.	Гармала	<i>Peganum</i> L.	Все виды, надземная часть
<*>	Гваяковое дерево	См. Бакаутовое дерево	-
74.	Гельземиум	<i>Gelsemium</i> L.	Все виды, все части
75.	Гиднокарпус	<i>Hydnocarpus</i> Gaertn.	Все виды, семена
76.	Гидрастис	<i>Hydrastis</i> L.	Все виды, все части
<*>	Гипсолюбка	См. Качим	-
77.	Гирчевник ехольский	<i>Conioselinum jeholense</i> M. Pimem	Все части
78.	Глауциум	<i>Glaucium</i> L.	Все виды, надземная часть
79.	Гледичия обыкновенная	<i>Gleditsia triacanthos</i> L.	Все части

<*>	Гледичия трехколючковая	См. Гледичия обыкновенная	-
80.	Гомфокарпус	Gomphocarpus L.	Все виды, все части
81.	Горицвет	Adinis L.	Все виды, надземная часть
<*>	Горный виноград	См. Магония	-
82.	Горошек посевной	Vicia Angustifolia, V. sativa	Все части растения
<*>	Горошек узколистный	См. Горошек посевной	-
83.	Горчица полевая	Sinapis arvensis L.	Все части растения в период плодоношения
84.	Грудника	Cida L.	Все виды, все части
<*>	Грыжная трава	См. Очиток	-
<*>	Гумай	См. Сорго аллепское	-
85.	Гуперция селяго	Huperzia selago Bernh. ex Schrank et Mart. (Lycopodium selago L.)	Все части
86.	Девясил британский	Inula Britannica L.	Цветы, надземная часть
87.	Девясил глазковый	Inula oculus-christi L.	Надземная часть
88.	Декодон мутовчатый	Decodon verticillatus Ell.	Надземная часть
89.	Дело	Delosperma	Все виды, надземная часть
90.	Дельфиниум	Delphinium L.	Все виды, все части
91.	Десмодиум ветвистый	Desmodium racemosum DC	Надземная часть
92.	Десмодиум красивый	Desmodium pulchellum Benth.	Надземная часть
93.	Дехаазия оттопыренная	Dehaasia squarrosa Hassk.	Все части
94.	Джефферсония сомнительная	Jeffersonia dubia Benth. et Hook. F. ex Baker et Moore	Все части
<*>	Джонсонова трава	См. Сорго аллепское	-
95.	Джуг	Corchorus L.	Все виды, семена
96.	Диоскорея жестковолосистая	Dioscorea hispida Dennst.	Все части

97.	Дицентра	Dicentra	Все виды, все части
98.	Донник аптечный	Melilotus officinalis	Все части
99.	Дорифора сассафрас	Doryphora sassafras Endl.	Эфирные масла всех частей
100.	Дрок красильный	Genista tinctoria L.	Все части
<*>	Дряква аджарская	См. Цикломен аджарский	-
<*>	Дубовые ягоды	См. Омела	-
101.	Дубоизия	Duboisia	Все виды, надземная часть
102.	Дурман	Datura L.	Все виды, все части
103.	Дурнишник	Xanthium L.	Все виды, все части
104.	Дымянка	Fumaria L.	Все виды, все части
105.	Дюбуазия	Duboisia L.	Все виды, все части
106.	Евботриоидес Грея	Eubotryoides grayana Nara	Листья
<*>	Желтокорень	См. Гидрастис	-
107.	Желтушник	Erysimum L.	Все виды, все части
<*>	Живокость	См. Дельфиниум	-
108.	Жимолость Шамиссо	Lonicera. chamissoi	Все части
109.	Жимолость обыкновенная	Lonicera xylostium	Плоды
110.	Жимолость татарская	Lonicera. tatarica	Плоды
111.	Жостер	См. Крушина американская, ломкая (ольховидная), слабительная	-
112.	Зигаденус сибирский	Zigadenus sibiricus (L.) A. Gray	Все части
<*>	Зобник	См. Дурнишник	-
<*>	Золотая нить	См. Коптис трехлистный	-
<*>	Золотая печать	См. Гидрастис	-
<*>	Золотой дождь	См. Бобовник анагировидный	-
113.	Иберийка горькая	Iberis amara L.	Все части

114.	Игнация горькая	<i>Ignatia amara</i> L.	Все части
<*>	Иланг-иланг	См. Кананга душистая	-
115.	Иллициум	<i>Illiciaceae</i>	Все виды, семена, листья
<*>	Индийская лакрица	См. Абрус молитвенный	-
116.	Ипекакуана	<i>Sephaelis</i> L.	Все виды, все части
117.	Ипомея небесно-голубая	<i>Ipomea violacea</i>	Семена
118.	Каби паранская	<i>Cabi paraensis</i> Ducke	Все части
<*>	Кава-кава	См. Перец Кава-кава	-
119.	Кактус Пейот	<i>Lophophora williamsii</i>	Надземная часть
120.	Кактус Сан Педро	<i>Echinopsis pachanoi</i>	Надземная часть
121.	Каладиум	<i>Caladium</i> L.	Все виды, все части, кроме Каладиума съедобного <i>C.esculentum</i> (корневище)
122.	Калея закатечичи	<i>Calea zacatechichi</i>	Надземная часть
123.	Калужница	<i>Caltha</i> sp.	Все виды, надземная часть
124.	Кананга душистая	<i>Cananga odorata</i> Hook. f. et Thoms.	Все части
125.	Канареечник клубненосный	<i>Phalaris tuberosa</i> L.	Надземная часть
126.	Кардария крупковая	<i>Cardaria draba</i> (L.) Desv.	Все части
127.	Кат съедобный (ката, катх)	<i>Catha edulis</i> Forsk.	Надземная часть
<*>	Катарантус	См. Барвинок	-
128.	Качим	<i>Gypsophila</i> L.	Все виды, все части
129.	Квилайя мыльная	<i>Quillaja saponaria</i> Molina	Все части
130.	Кендырь	<i>Aprocynum</i> L.	Все виды, все части
131.	Кислица обыкновенная	<i>Oxalis acetosella</i> L.	- « -
<*>	Клематис	См. Ломонос	-
132.	Клен серебристый	<i>Acer saccharium</i>	Листья
133.	Клещевина обыкновенная	<i>Ricinus communis</i> L.	Все части
134.	Клоповник мусорный	<i>Lepidium ruderales</i> L.	Все части
135.	Клоповник пронзеннолистный	<i>Lepidium perfoliatum</i> L.	Все части

136.	Княжик сибирский	<i>Atragene sibirica</i> L.	Все части
<*>	Кока	См. Кокаиновый куст	-
137.	Кокаиновый куст	<i>Erythroxylum coca</i> Lam.	Все виды, все части
<*>	Коккулюс индийский	См. Анамирта коккулюсовидная	-
138.	Кокорыш обыкновенный	<i>Aethusa Cynapium</i> L.	Все части
139.	Коллинсония анисовая	<i>Collinsonia anisata</i> Sims.	Надземная часть
140.	Колоказия	<i>Colocasia</i> L.	Все виды, все части
141.	Конопля	<i>Cannabis</i> sp.	Все виды, все части
142.	Консолида великолепная	<i>Consolida regalis</i> S.F. Gray	Плоды, семена
143.	Коптис	<i>Coptis</i> L.	Все виды, все части
144.	Копытень	<i>Asarum</i> L.	Все виды, все части, масло эфирное, масло из корней и корневищ
145.	Кориария	<i>Coriaria</i>	Все виды, надземная часть
146.	Коринокарпус гладкий	<i>Corynocarpus Laevigata</i> Forst.	Ядро, плод
147.	Корнулака белоцветковая	<i>Comulaca leucantha</i> Charif et Allen	Надземная часть
148.	Косциниум продырявленный	<i>Coscinium fenestratum</i> Colebr.	Все части
<*>	Кочи	См. Кроссоптерикс	-
149.	Крапива шариконосная	<i>Urtica pilulifera</i> L.	Надземная часть
150.	Красавка обыкновенная	<i>Atropa belladonna</i> L.	Все части
151.	Крестовник	<i>Senecio</i> L.	Все виды, надземная часть
<*>	Кровник	См. Авран лекарственный	-
152.	Кроссоптерикс кочияновый	<i>Crossopteryx kotschyana</i> Fenzl.	Кора
153.	Кротолария	<i>Crotalaria</i> L.	Все виды, все части
154.	Кротон слабительный	<i>Croton tiglium</i> L.	Все части

155.	Круглосемянник тонколистный	Cyclospermum leptophyllum Sprague	Плоды
156.	Крушина американская	Rhamnus purshiana	незрелые плоды, свежая кора
157.	Крушина ломкая (ольховидная)	Frangula alnus Mill	незрелые плоды, свежая кора
158.	Крушина слабительная	Rhamnus catharticus	незрелые плоды, свежая кора
159.	Ксанториза простейшая	Xanthorhiza simplicissima Marsh. (Zanthorhiza)	Все части
160.	Кубышка	Nuphar L.	Все виды, все части
161.	Куколь обыкновенный	Agrostemma githago L.	Все части
<*>	Кукольван	См. Анамирта кокку люсовидная	-
162.	Купена	Polygonatum L.	Все виды, все части
163.	Купырь прицветниковый	Anthriscus caucalis Bieb.	Все части
164.	Лавр американский	Sassafras officinale albium	Все части
165.	Лаконос	Phytolacca L.	Все виды, все части
166.	Ландыш	Convallaria L.	Все виды, все части
167.	Ластовень	Vincetoxicum sp.	Все виды, все части
168.	Латуа ядовитая	Latua venenosa Phil.	Все части
169.	Леспедеца двуцветная	Lespedeza bicolor Turcz	Листья, кора, корневище
170.	Лилия однобратственная	Lilium monadelphum Bieb.	Все части
171.	Линдера Олдгема	Lindera oldhamii Hemsl.	Стебли, лист
<*>	Лиходейка	См. Чернокорень лекарственный	-
<*>	Лихорадочная трава	См. Очиток	-
172.	Лобелия	Lobelia L.	Все виды, все части
173.	Ломонос	Clematis sp.	Все виды, все части
174.	Лотос голубой	Nymphaea Caerulea	Листья, лепестки
175.	Лофофора	Lophophora L.	Все виды, все части

176.	Лох	Elaeagnus	Все виды, надземная часть
177.	Луносемянник даурский	Menispermum dauricum L.	Все части
178.	Льнянка обыкновенная	Linaria vulgaris Mill.	Все части
179.	Лютик	Ranunculus L.	Все виды, надземная часть
180.	Магнолия	Magnolia L.	Все виды, все части
181.	Магония	Mahonia Nutt.	Все виды, все части
182.	Мак (армянский, прицветниковый, сомнительный, голостебельный, снотворный)	Papaver L. (P. Armenacum, P. Bracteatum, P. Dubium, P. Nudicaule, P. somniferum)	Все части, кроме семян
183.	Маклея	Macleaya	Все виды, надземная часть
184.	Макрозамия спиральная	Macrozamia spiralis Miq.	Все части
185.	Маммиллярия	Mammillaria	Все виды, надземная часть
186.	Мандрагора лекарственная	Mandragora officinarum L.	Все части
<*>	Маргоза	См. Азадирахта индийская	-
187.	Марь	Chenopodium L.	Все виды, все части, эфирное масло всех частей, масло семян
188.	Марьянник	Melampyrum sp.	Все виды, все части
<*>	Маточные рожки	См. Спорынья	-
<*>	Мачек	См. Глауциум	-
189.	Мелия индийская	Melia azedarach L.	Все части
190.	Мелкоракитник русский	Chamaecytisus ruthenicus, Ch. borysthenicus	Все части
191.	Мирикария	Muricaria L.	Все виды, все части
<*>	Мирт болотный	См. Хамедафне прицветничковая	-

192.	Митрагина	Mitragyna L.	Все виды, все части
<*>	Многоцвет	См. Вязель разноцветный	-
<*>	Могильник	См. Гармала обыкновенная	-
193.	Можжевельник казацкий	Janiperus sabina L.	Все части
<*>	Молельные бобы	См. Абрус молитвенный	-
194.	Молочай	Euphorbia sp.	Все виды, все части
195.	Мордовник	Echinops L.	Все виды, плоды
196.	Морозник	Helleborus L.	Все виды, все части
197.	Мостуея стимулирующая	Mostuea stimulans A. Cheval	Надземная часть
198.	Мужской папоротник	Dryopteris filix mas Schott.	Корневища
199.	Мускатный орех	Myristica fragrans Hjuft	Плод (орех)
<*>	Мыльная трава	См. Мыльнянка лекарственная	-
<*>	Мыльный корень	См. Мыльнянка лекарственная	-
200.	Мыльнянка лекарственная	Saponaria officinalis L.	Все части
201.	Мытник	Pedicularis sp.	Все виды, все части
<*>	Мышатник <*>	См. Термопсис	-
202.	Нандина домашняя	Nandina domestica Thunb.	Кора, кора корней
203.	Наперстянка	Digitalis sp.	Все виды, все части
204.	Науклея клюволистная	Nauclea rhynchophylla Miq.	Все части
205.	Нектандра пухури большая	Nectandra puchury-major Nees et Mart.	Плоды
206.	Немуарон Гумбольдта	Nemuaron humboldtii Bail.	Эфирное масло
<*>	Ним	См. Азадирахта индийская	-
207.	Норичник	Scrophularia sp.	Все виды, все части
208.	Обвойник	Periploca L.	Все виды, кора

209.	Одостемон ползучий	<i>Odostemon aquifolium</i> Rydb.	Корни
210.	Окопник	<i>Symphytum</i> L.	Все виды, корни
211.	Олеандр	<i>Nerium</i> L.	Все виды, все части
<*>	Ололиуки	См. Турбина коримбоза	-
<*>	Ололоуки	См. Турбина коримбоза	-
212.	Омежник	<i>Oenanthe</i> sp.	Все виды, все части
213.	Омела	<i>Viscum</i> L.	Все виды, все части
214.	Орикса японская	<i>Orixa japonica</i> Thunb.	Все части
215.	Осока	<i>Carex</i> L.	Все виды, все части
216.	Остролодочник	<i>Oxytropis</i> L.	Все виды, все части
217.	Оцимум священный	<i>Ocimum sanctum</i> L.	Все части
218.	Очиток	<i>Sedum</i> L.	Все виды, все части
219.	Очный цвет полевой	<i>Anagallis arvensis</i> L.	Все части
<*>	Пальма катеху	См. Арека катеху	-
220.	Парнолистник	<i>Zygophyllum</i> L.	Все виды, все части
221.	Паслен	<i>Solatium</i> sp.	Все виды, все части
<*>	Пейотл	См. Лофофора Вильямса	-
222.	Пеларгония (герань)	<i>Pelargonium</i> Willd.	Все виды, все части растения
<*>	Перекасти поле	См. Качим метелчатый	-
<*>	Перелойная трава	См. Белозер болотный	-
223.	Переступень	<i>Bryonia</i> L.	Все виды, корни
224.	Перец бетель	<i>Piper betle</i> L.	Все части
<*>	Перец Кава-Кава	См. Перец опьяняющий	-
225.	Перец опьяняющий	<i>Piper methysticum</i> (kava- kava)	Все части
226.	Пескoлюб седоватый	<i>Prammogeton canescens</i> Vatke	Плоды
227.	Петалостилис лабихеевидный	<i>Petalostylis labicheoides</i> R. Br.	Надземная часть

228.	Петросимония однотычинковая	<i>Petrosimonia monandra</i> Bunge	Надземная часть
229.	Пеумус болдус	<i>Peumus boldus</i> Molina	Эфирное масло листьев
230.	Печеночница	<i>Anemone</i> sp.	Все виды, все части
231.	Пикульник	<i>Galeopsis</i> sp.	Все виды, все части
232.	Пинеллия тройчатая	<i>Pinellia ternata</i> Brittenbach	Стебли
233.	Пион уклоняющийся	<i>Paeonia anomalae</i> L.	Все части
234.	Пиптадения	<i>Piptadenia</i>	Все виды, все части
235.	Пиптадения иноземная	<i>Piptadenia peregrina</i> Benth.	Кора
236.	Писцидия ярко-красная	<i>Piscidia erythrina</i> L.	Все части
<*>	Питури	См. Дубоизия	-
<*>	Плаун - баранец	См. Баранец обыкновенный	-
237.	Плевел опьяняющий	<i>Lolium temulentum</i> L.	Плоды
238.	Повилика	<i>Cuscuta</i> L.	Все виды, все части
239.	Погренок	<i>Rhinanthus</i> L.	Все виды, все части
240.	Подофил	<i>Podophyllum</i> L.	Все виды, корневища с корнями
241.	Подснежник Воронова	<i>Galanthus woronowii</i> Lozinsk.	Все части
242.	Полынь	<i>Artemisia</i> L.	Все виды, все части
243.	Пролесник	<i>Mercurialis</i> L.	Все виды, все части
244.	Прострел	<i>Pulsatilla</i> sp.	Все виды, все части
245.	Псилокаулон непохожий	<i>Psilocaulon absimile</i> N.E.Br.	Надземная часть
<*>	Птичий клей	См. Омела белая	-
246.	Пузырница	<i>Physochlaina</i> L.	Все виды, все части
247.	Пузырчатая головня кукурузы	<i>Ustilago maydis</i> DC.	Все части

248.	Пузырчатка вздутая	<i>Utricularia physalis</i>	Надземная часть
<*>	Пьяная трава	См. Термопсис	-
<*>	Ракитник	См. Мелкоракитник	-
249.	Рамона чистецовая	<i>Ramona stachyoides</i> Briq.	Все части
250.	Раувольфия разнолистная	<i>Rauvolfia heterophylla</i> Roem. et Schult.	Все части
<*>	Рвотный орех	См. Чилибуха	-
251.	Ремерия отогнутая	<i>Roemeria refracta</i> DC.	Все части
<*>	Репей колкий	См. Дурнишник	-
252.	Рогоглавник	<i>Ceratocephala</i> L.	Все виды, все части
253.	Рододендрон	<i>Rhododendron</i> sp.	Все виды, все части
254.	Роза гавайская	<i>Argyrea nervosa</i> ; Hawaiian Baby Woodrose	Все части
<*>	Розмарин лесной	См. Багульник	-
255.	Рубиева многонадрезная	<i>Roubieva multifida</i> Moq.	Эфирное масло надземных частей
256.	Рута	<i>Ruta</i> L.	Все виды, все части
257.	Рыбная ягода	См. Анамирта кокку люсовидная	-
258.	Рябчик уссурийский	<i>Fritillaria ussuriensis</i> Maxim.	Все части
259.	Саговник завитой	<i>Cycas circinalis</i> L.	Семена
260.	Саговник поникающий	<i>Cycas revoluta</i> Thunb.	Семена
261.	Саксаул	<i>Haloxylon</i> L.	Все виды, лист, стебли
262.	Самшит вечнозеленый	<i>Buxus sempervirens</i> L.	Стебель, листья
263.	Сангвинария канадская	<i>Sanguinaria canadensis</i> L.	Корни
264.	Сарколобус	<i>Sarcobolus</i> R. Br.	Все виды, все части
265.	Саркоцефалус	<i>Sarcocephalus</i> Afzel.	Все виды, все части
266.	Сарсазан шишковатый	<i>Haloxylon articulatum</i> Bunge	Листья, стебли
267.	Сассафрас беловатый	<i>Sassafras albidum</i> (Nutt.) Nees.	Все части, эфирное масло из корней и древесины
268.	Сведа вздутоплодная	<i>Suaeda physophora</i> L.	Все части

269.	Свинчатка европейская	Plumbago europaea L.	Все части
270.	Сейдлиция розмариновая	Seidlitzia rosmarinus Bunge	Лист, стебли
271.	Секуринага	Securinega L.	Все виды, побеги
272.	Сигезбекия восточная	Siegesbeckia orientalis L.	Все части
<*>	Сида	См. Грудника (Cida L.)	-
273.	Симмондсия калифорнийская	Simmondsia californica Nutt.	Семена
274.	Синяк обыкновенный	Echium vulgare L.	Все части
275.	Скелетиум скрученный	Sceletium tortuosum	Все части
276.	Скополия	Scopolia L.	Все виды, все части
277.	Смодингиум острый	Smodingium argutum E. Mey	Все части
<*>	Собачье зелье	См. Гармала обыкновенная	-
<*>	Собачья петрушка	См. Кокорыш обыкновенный	-
278.	Солерос кустарниковый	Salicornia fruticosa L.	Лист, стебли
<*>	Соломонова печать	См. Купена	-
279.	Солянка	Salsola L.	Все виды, все части растения
280.	Сорго	Sorghum L.	Все виды, все части
<*>	Софора толстоплодная	См. Вексбия толстоплодная	-
281.	Спориныя	Claviceps sp.	Все виды, все части
282.	Стеллера карликовая	Stellera chamaejasme L.	Все части
283.	Стефания	Stephania L.	Все виды, клубни с корнями
284.	Стриктокардия липолистная	Strictocardia tiliaefolia Hall.	Семена
285.	Строфант	Strophanthus DC	Все виды, все части
286.	Сферофиза солонцовая	Sphaerophysa salsula (Pall.) DC.	Все части
287.	Схенокаулон лекарственный	Schoenocaulon officinal A.Gray	Семена
288.	Табак	Nicotiana L.	Все виды, все части

289.	Табернанте ибога	Tabernanthe iboga Baill	Все части
290.	Тамус обыкновенный	Tamus communis L.	Все части
291.	Таушия	Tauschia Schltdl.	Все виды, все части
292.	Термопсис	Thermopsis L.	Все виды, все части
293.	Тиноспора сердцелистная	Tinospora cordifolia Miers	Все части
294.	Тисс	Taxus L.	Все виды, все части
295.	Тоддалия азиатская	Toddalia asiatica Lam.	Все части
296.	Токсидендрон	Toxicodendron L. (= Rhus toxicodendron var. hispida Engl.)	Все виды, все части
297.	Трихоцереус	Trichocereus	Все виды, надземная часть
298.	Тростник южный	Phragmites Australia Trin. ex Steud.	Корневище
299.	Турбина коримбоза	Turbina corymbosa	Семена
300.	Турбина щитковидная	Turbina corymbosa Raf.	Семена
301.	Тысячеголов	Viccaria sp.	Все виды, все части
302.	Унгерния Виктора	Ungernia victoris Vved. ex Artjushenko	Все части
303.	Унгерния Северцева	Ungernia. Sewertzowii (Regel) B.Fedtsch.	Все части
304.	Унона душистейшая	Unona odoratissima Blanco	Цветы
305.	Ферула смолоносная	Ferula gummosa Boiss	Семена
306.	Фибраурей красильная	Fibraurea tinctoria Lour.	Все части
307.	Физохляйна алайская	Physochlaina alica Korotk.	Корни
308.	Физохляйна восточная	Physochlaina orientalis G. Don f.	Корни
<*>	Фитолакка американская	См. Лаконос американский	-
309.	Хамедафне прицветничковая	Chamaedaphne calyculata Moench	Надземная часть
<*>	Харг	См. Гомфокарпус	-
<*>	Хвойник хвощевой	См. Эфедра	-
310.	Хеймия иволистная	Heimia salicifolia	Надземная часть
<*>	Хеквирити	См. Абрус молитвенный	-

311.	Хинное дерево	<i>Cinchona succirubra</i> Pavon.	Кора
312.	Хохлатка	<i>Corydalis</i> sp.	Все виды, все части
<*>	Хохоба	См. Симмондсия калифорнийская	-
313.	Хренное дерево	<i>Moringa oleifera</i> Lam.	Все части
314.	Хуннеманния дымянколистная	<i>Hunnemannia fumariaefolia</i> Sweet	Все части
315.	Цельнолистник	<i>Nauphyllum</i>	Все виды, все части
316.	Цефалантус западный	<i>Cephalanthus occidentalis</i> L.	Надземная часть
317.	Цикламен	<i>Cyclamen</i> L.	Все виды, все части
<*>	Цикута	См. Вех	-
318.	Цимбопогон Винтера	<i>Symbopogon winterianus</i> Jowitt.	Эфирные масла всех частей
319.	Цирия Смита	<i>Zieria smithii</i> Andr.	Надземная часть, эфирное масло всех частей
<*>	Чаульмугра	См. Гиднокарпус	-
<*>	Чахоточная трава	См. Вязель разноцветный	-
320.	Чемерица	<i>Veratrum</i> sp.	Все виды, все части
321.	Чернокорень лекарственный	<i>Cynoglossum officinalis</i> L.	Все части
322.	Чилибуха	<i>Strychnos</i> L.	Все виды, семена
323.	Чина	<i>Lathyrus</i> sp.	Все виды, все части
324.	Чистец болотный	<i>Stachys palustris</i> L.	Все части
325.	Чистец шероховатый	<i>Stachys aspera</i> Michx.	Надземная часть
326.	Чистотел	<i>Chelidonium</i> L.	Все виды, надземная часть
<*>	Чистяк весенний	См. Чистяк калужнецелистный	-
327.	Чистяк калужнецелистный	<i>Ficaria calthifolia</i> Reichenb., <i>F. verna</i> Huds.	Все части
328.	Шалфей предсказательный	<i>Salvia divinorum</i>	Листья
329.	Шангиния ягодная	<i>Schanginia baccata</i> Moq.	Лист, побеги
330.	Эводия мелиелистная	<i>Evodia meliefolia</i> Benth.	Все части

331.	Эводия простая	<i>Evodia simplex</i> Cordem.	Все части
332.	Энцефалартос Баркнера	<i>Encephalartos barkeri</i> Carruth. et Miq.	Все части
333.	Эритрофлеум	<i>Eriophyllum</i>	Все виды, кора
334.	Эфедра	<i>Ephedra</i> sp.	Все виды, все части
335.	Эхинопсис	<i>Echinopsis</i> L.	Все виды, надземная часть
336.	Якорцы	<i>Tribulus</i> L.	Все виды, все части
337.	Ялапа настоящая	<i>Ipomoea purga</i> (Wend.) Hayne	Все части
338.	Ясенец белый	<i>Dictamnus albus</i> L.	Листья, плоды
339.	Ятролиза дланевидная (Колумба)	<i>Jatrohiza palmata</i> (Lam.) Miers. (= <i>Jatrorrhiza</i> <i>columba</i> (Roxb.) Miers.)	Все части

Приложение 5

ПЕРЕЧЕНЬ РАСТЕНИЙ, СОДЕРЖАЩИХ НАРКОТИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА ИЛИ ПСИХОТРОПНЫЕ ВЕЩЕСТВА ЛИБО ИХ ПРЕКУРСОРЫ И ПОДЛЕЖАЩИХ КОНТРОЛЮ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ДЛЯ ЦЕЛЕЙ СТАТЬИ 231 УГОЛОВНОГО КОДЕКСА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Постановление Правительства РФ от 27.11.2010 N 934

(с изменениями и дополнениями от 1 октября 2012 г., 12 июля 2017 г., 9 августа 2019 г., 29 июля 2020 г.)

«Об утверждении перечня растений, содержащих наркотические вещества или психотропные вещества либо их прекурсоры и подлежащих контролю в Российской Федерации, крупного и особо крупного размеров культивирования растений, содержащих наркотические вещества или психотропные вещества либо их прекурсоры, для целей статьи 231 Уголовного кодекса Российской Федерации, а также об изменении и признании утратившими силу некоторых актов Правительства Российской Федерации по вопросу оборота растений, содержащих наркотические вещества или психотропные вещества либо их прекурсоры»

Перечень растений

Банистерииopsis каапи (растение вида *Banisteriopsis caapi*)

Голубой лотос (растение вида *Nymphaea caerulea*)

Грибы любого вида, содержащие псилоцибин и (или) псилоцин

Диплоптерис каблерана (растение вида *Diplazium cabrerana*)

Ибога (растение вида *Tabernaemontana iboga*)

Кактус, содержащий мескалин (растение вида *Lophophora williamsii*), и другие виды кактуса, содержащие мескалин

Кат (растение вида *Catha edulis*)

Кокаиновый куст (растение любого вида рода *Erythroxylon*)

Конопля (растение рода *Cannabis*)

Мак снотворный (растение вида *Papaver somniferum* L) и другие виды мака рода *Papaver*, содержащие наркотические средства

Мимоза хостилис (растение вида *Mimosa tenuiflora*)

Митрагина прекрасная (растение вида *Mitragyna speciosa*) - Кратом

Психотрия зеленая (растение вида *Psychotria viridis*)

Роза гавайская (растение вида *Argyrea nervosa*)

Шалфей предсказателей (растение вида *Salvia divinorum*)

Эфедра (растение рода *Ephedra* L)

Приложение 6

ОСНОВНЫЕ ДЕЙСТВУЮЩИЕ ВЕЩЕСТВА РАСТЕНИЙ И ГРИБОВ

АЛКАЛОИДЫ – природные азотосодержащие соединения основного характера. В настоящее время из растений выделено более 10 000 А., у 3 000 установлены химическое строение и структура. Наиболее часто А. встречаются у покрытосемянных (маковые, пасленовые, бобовые, кутровые, мареновые, лютиковые, логаниевые и пр.). редко встречаются в водорослях, грибах, мхах, папоротниках, голосемянных. В растениях А. находятся в виде солей органических и неорганических кислот. Различают кислородосодержащие А. (твердые, кристаллические, без запаха, с горьким вкусом, как правило бесцветные) и безкислородные А. (жидкие, летучие, с неприятным запахом и вкусом).

Классификация А. (по Орехову, с изм.): 1 – группа пирролидина (истинные А., производные орнитина, используются в медицине (атропин, кокаин, гиосциамин и пр.), встречаются относительно редко); 2 – группа пиперидина (производные пролина и лизина, используются в медицине (изопеллеттерин и пр.), относятся к истинным А.); 3 – группа пиридина (производные пролина и лизина, используются в медицине (анабазин и пр.), относятся к истинным А.); 4 – группа пирролизидина (истинные А., сложные эфиры аминокспиртов и карбоновых нециновых кислот, в медицине используется только платифиллин); 5 – группа хинолизидина (истинные А., производные лизина, широко применяются в медицине (пахикарпин, термосин, нуфлеин и пр.), выделено 5 подгрупп); 6 – группа хинолина; 7 – группа изохинолина (производные фенилаланина и тирозина, широко применяются в медицине (морфин, папаверин, сангвинарин, глауцин, берберин и пр.), выделено 19 подгрупп); 8 – группа хиназолина (истинные А., производные антрацилиновой кислоты, используются в медицине (дезоксипеганина гидрохлорид и пр.), несколько А. выделено из микроорганизмов); 9 – группа индола (4- 5- и 6- членные производные индола, применяются в медицине (аймалин, стрихнин, винбластин и пр.), отличаются очень высокой токсичностью); 10 – группа дигидроиндола (ярко окрашенные А., производные тирозина и пролина, встречаются в виде гликозидов, находятся в вакуолях, придают растениям красно-фиолетовую (бетацианины) и желтую (бетаксантины) окраску); 11 – группа имидазола; 12 – группа акридина; 13 – группа пурина (встречаются редко, производные гистидина, широко применяются в медицине (кофеин, теофиллин, теобромин и пр.), большинство получается синтетическим путем); 14 – группа стероидных А. (псевдоалкалоиды, производные циклопентанпергидрофенантрена, применяются в медицине (соласодин, соланидин и пр.), сочетают свойства А. и стероидных сапонинов, используются для синтеза кортизона и др. гормональных препаратов); 15 – группа терпеновых А. (псевдоалкалоиды, находят применение в медицине (актинидин и пр.), большинство А. сильно ядовиты); 16 – группа А. без гетероциклов.

Классификация А. (по Chegnauer, с изм.): 1 – Истинные алкалоиды – N-гетероциклические соединения, образованные из биогенных аминов, возникших путем декарбоксилирования протеиногенных аминокислот; 2 – Протоалкалоиды – амины растительного происхождения, не имеющие N-гетероциклов; 3 – Псевдоалкалоиды – органические соединения, химический скелет которых составляют не аминокислоты, а другие соединения (группа стероидных А., группа терпеновых А.).

АНТРАЦЕНЫ – природные соединения, в основе строения агликонов которых лежит антрацен. Наиболее часто встречаются в растениях сем. маревых, гречишных, крушиновых, бобовых, лилейных, зверобойных обычно в форме гликозидов (антрагли-

козидов) и агликонов. Кристаллические вещества желтого, оранжевого или красного цвета. Хорошо растворимы в эфире, хлороформе, бензоле и пр., и водных растворах щелочей. Гликозиды А. растворимы в полярных растворителях и воде.

АУРОНЫ – природные флавоноидные соединения с пятичленным фурановым кольцом. Распространены в растениях сем. астровых, бобовых, норичниковых. Кристаллические соединения, окрашенные в желтый или желто-оранжевый цвет. В парах аммиака приобретают золотисто-оранжевую окраску.

БАЛЬЗАМЫ – сложные многокомпонентные продукты растительного происхождения, накапливающиеся в секреторных вместилищах коры и древесины деревьев, представляют собой *смолы* (*см.*), растворенные в эфирном масле. Густые ароматные жидкости, содержащие органические кислоты (бензойная, коричная и пр.) и их эфиры. Обладают бактерицидным, протистоцидным, фунгицидным и пр. эффектами.

БУФАДИЕНОЛИДЫ – кардиотонические *гликозиды* (*см.*), содержащие шестичленное лактонное кольцо с двумя двойными связями. Встречаются в растениях сем. лютиковых, лилейных и пр. используются в медицине.

ВИТАМИНЫ – органические соединения различной химической природы, выполняющие различные биохимические и биологические функции в живых организмах, универсальные компоненты клеточного метаболизма. Не являясь материалом для биосинтеза, В. участвуют во всех биохимических процессах. Синтезируются растениями, грибами, микроорганизмами, крайне редко – продукт химических превращений в животных тканей из провитаминов.

Классификация (по физико-химическим свойствам): *Водорастворимые В.:* аскорбиновая кислота, тиамин, рибофлавин, пантотеновая кислота, пиридоксин, фолиевая кислота, цианкобаламин, никотинамид, биотин. *Жирорастворимые В.:* ретинол, кальциферолы, токоферолы, филлохиноны. *Витаминоподобные соединения:* флавоноиды, липоевая кислота, оротовая кислота, пангамовая кислота, холин, инозит.

ВОСКИ ПРИРОДНЫЕ – сложные смеси сложных эфиров высших жирных кислот и одно- или двухатомных высших спиртов. Кроме того, В. содержат и свободные высшие спирты (цетиловый, октадециловый, эйкозиловый, карнаубовый, неоцерилловый, церилловый, мирициловый, мелисиловый), циклические спирты (стеролы), углеводороды и жирные кислоты (пальмитиновая, стеариновая, карнаубовая, монтановая и пр.) в фармации применяют воски в основном как основу для лекарственных форм.

ГЛИКОЗИДЫ – природные бинарные соединения, состоящие из углеводной части и агликона (генина). Как правило, кристаллические вещества, часто горького вкуса, бесцветные или окрашенные (*флавоноиды* (*см.*), антрагликозиды и пр.), хорошо растворимые в воде и спирте, плохорастворимые или нерастворимые в неполярных органических растворителях. В растениях находятся в растворенном виде в клеточном соке. Обладают очень высокой биологической активностью. В медицине выделяют: буфадиенолиды (кардиотонические гликозиды) – с выраженным кардиотропным действием; тритерпеновые сапонины – с муколитическим, пургативным, диуретическим, тонизирующим и адаптогенным действием; антраценовые Г. – с выраженным пургативным действием; флавоноидные Г. – с Р-витаминным, холеретическим, спазмолитическим, противовоспалительным, бактерицидным и пр. действием.

ГОРЕЧИ – природные терпеноидные соединения – хорошо растворимые в воде безазотистые вещества горького вкуса, улучшающие пищеварение, возбуждающие аппетит и не обладающие резорбтивным действием. В медицине выделяют: *иридоиды* (см.) (монотерпеноидные иридоидные гликозиды) с бактериостатическим действием (аукубин и пр.); сесквитерпеноидные Г. (Г-гликозиды полыни горькой, тысячелистников и пр.), дитерпеноидные Г.; тритерпеноидные Г.

ДЕКСТРИНЫ – углеводы, продукты частичного расщепления гомополисахаридов. Обладают более высокой степенью усвояемости, по сравнению с полисахаридами, из которых Д. образуются.

ДУБИЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА – растительные высокомолекулярные фенольные соединения (таннины). Аморфные вещества желтого или бурого цвета, растворимы в воде, спирте, ацетоне, пиридине, бутаноле, этилацетате. Нерастворимы в хлороформе, бензоле, диэтиловом эфире и др. неполярных растворителях. Способны осаждать белки и алкалоиды. Обладают вяжущим вкусом и действием. Встречаются у представителей покрыто- и голосеменных, водорослей, мхов, лишайников, плаунов и папоротников, находятся в вакуолях, при старении клеток адсорбируются на клеточных стенках. Используются в медицине в качестве вяжущего, противовоспалительного, бактерицидного, бактериостатического и гемостатического средства при ожогах, гнойных процессах, отравлении алкалоидами, некоторыми гликозидами, солями тяжелых металлов.

Классификация Д.в. (по Fraenderberg): 1 – Гидролизуемые Д.в. (галлотаннины, эллаготаннины, несахаридные эфиры карбоновых кислот) – распадающиеся в условиях кислотного или энзиматического гидролиза на простейшие составные части; 2 – конденсированные Д.в. (производные флаван-3-олов, флаван-3,4-диолов, оксистербенов) – не распадающиеся под действием кислот, а образующие продукты конденсации – флабафены.

ЖИРНЫЕ МАСЛА – жиры растительные, триацилглицерины, триглицериды – продукты растительного происхождения, представляющие собой смесь сложных эфиров глицерина и высших жирных кислот (насыщенных: лауриновой, миристиновой, пальмитиновой, стеариновой, арахидоновой, бегеновой и пр.; ненасыщенных: олеиновой, петроселиновой, линолевой, линоленовой, рицинолевой, эруковой и пр.) и других органических веществ (свободные жирные кислоты, фосфатиды, воски, токоферолы, витамины, ферменты). Плотные вещества (собственно жиры) или густые жидкости (жирные масла) при н.у., желтого, зеленого, красного или красно-оранжевого цвета, как правило с приятным запахом и вкусом. Не растворимы в воде, спирте (за исключением касторового масла), легко растворимы в неполярных органических растворителях. В расплаве смешиваются друг с другом. Являются растворителями. Входят в состав всех растительных и животных клеток. В медицине используются в качестве растворителей и мазевых основ.

Классификация: 1 – высыхающие Ж.м. (глицериды, содержащие линоленовую и изолиноленовую кислоты); 2 – полувсыхающие Ж.м. (глицериды, содержащие линоленовую кислоту); 3 – невысыхающие Ж.м. (глицериды, содержащие олеиновую кислоту).

ИЗОФЛАВОНОИДЫ – флавоноидные соединения, производные генистеина, даидзеина, оробола и пр. Биогенетически близки флавонам. В растениях находятся в виде гликозидов. Наиболее часто встречаются у бобовых, ирисовых, розоцветных. Некоторые И. обладают ангиопротекторным, эстрогенным, антисклеротическим, бактерицидным и фунгицидным действием.

ИРИДОИДЫ – циклопентанпирановые монотерпеноиды. В природе встречаются, как правило, в виде гликозидов. Являются летучими компонентами эфирных масел, алкалоидами. Легко окисляются кислородом воздуха. Наиболее часто И. встречаются у растений сем. валериановых, вахтовых, горечавковых, губоцветных, норичниковых, подорожниковых и пр., обладают различными фармакологическими свойствами: фунгицидным, бактерицидным, противовоспалительным, гипотензивным, антипиретическим, холеретическим и пр.

КАМЕДИ – продукты биосинтеза растений – гетерополисахариды (гексозаны, пентозаны, полиурониды). Вязкие, твердеющие на воздухе растворы. Нерастворимы в спирте, эфире, хлороформе и пр. Бесцветны, или окрашены в различные оттенки желтого цвета. Наиболее богаты камедями растения сем. бобовых, розоцветных, рутовых, сумаховых.

***Классификация (по степени растворимости в воде):** 1 – Полностью растворимые в воде (аравийская камедь); 2 – Малорастворимые, но сильно набухающие (камеди сливы, вишни, и пр.); 3 – Нерастворимые в холодной воде, но частично растворимые при кипячении и набухающие (камеди трагаканта, лоха и пр.).*

КАРДИОТОНИЧЕСКИЕ ГЛИКОЗИДЫ – гетерозиды, агликоны которых являются стероидами (производные циклопентанпергидрофенантрена), имеющие у 17 атома углерода насыщенное пятичленное бутенолидное (карденолиды) или шестичленное кумалиновое (буфадиинолиды) лактонное кольцо. Бесцветные кристаллические (редко – аморфные) вещества, растворимые в воде, этаноле, метаноле, хлороформе, нерастворимые в диэтиловом и петролейном эфирах. Изучено более 400 К.г. сем. лилейных, лютиковых, бобовых, кутровых, крестоцветных, норичниковых и пр., из которых более 380 К.г. являются карденолидами. Широко применяются в медицине. Основные фармакологические эффекты: увеличивают силу и уменьшают частоту сердечных сокращений, улучшают тканевой обмен миокарда. Различаются по скорости и продолжительности действия, способности к кумуляции, побочным эффектам.

КАРОТИНОИДЫ – тетратерпены – жирорастворимые растительные пигменты желтого, оранжевого или красного цвета, предшественники витамина А. Синтезируются высшими растениями, грибами, бактериями. Наиболее часто встречаются альфа-, бета- и гамма-каротины, ликопин, зеаксантин, виолаксантин, флавоксантин. Биологически наиболее активен бета-каротин (при гидролитическом расщеплении из одной его молекулы вырабатывается 2 молекулы витамина А). в растениях К. находятся в хромопластах и хлоропластах в жирорастворимом состоянии или в виде водорастворимых белковых комплексов.

***Классификация:** 1 – Каротины (ненасыщенные углеводороды); 2 – Ксантофиллы (кислородосодержащие каротиноиды, имеющие карбокси-, метокси-, гидроксо-, кето- и эпокси-группы).*

КАТЕХИНЫ – наиболее восстановленные флавоноидные соединения, производные 2-фенилхромана (флавана). К. – бесцветные кристаллические вещества, легко окисляющиеся при нагревании. В отличие от других флавоноидов, К., как правило, не образуют гликозидов. В растениях существуют в виде мономеров или более сложных конденсированных веществ. Обладают высокой Р-витаминной активностью.

КРАХМАЛ – запасной углевод высших растений (полимер амилозы и амилопектина), формирующийся в виде зерен с характерной слоистостью. Широко применяется в медицине в присыпках, мазях и в качестве обволакивающего средства. Наиболее часто используют К. картофельный, маисовый, пшеничный, рисовый.

КУМАРИНЫ – природные соединения, производные 9,10-бензоальфапирона. Кристаллические вещества, возгоняются, нерастворимы в воде, хорошо растворимы в органических растворителях (эфир, хлороформ, бензол и пр.). Гликозиды К. хорошо растворимы в воде, спирте и др. полярных растворителях. Широко распространены в растениях сем. зонтичных, рутовых, бобовых, пасленовых, сложноцветных и пр. Применяются в медицине. Основные фармакологические эффекты: антикоагуляционный, Р-витаминный, спазмолитический, фотосенсибилизирующий, протистоцидный, антимиотический.

Классификация (по Schpeet): 1 – Кумарины, дигидрокумарин и их гликозиды (кумарин и пр.); 2 – окси-, метокси-, метилendioксикумарины и их гликозиды (эскулетин, фраксинол и пр.); 3 – фурукумарины (псорален, ангелицин и пр.); 4 – пиранокумарины (ксантилетин, сезелин и пр.); 5 – 3,4-бензокумарины (эллаговая кислота и пр.); 6 – бензофуранокумарины (куместрол и пр.).

ЛЕЙКОАНТОЦИАНИДИНЫ – природные соединения близкие катехинам (см.), производные флаван-3,4-диола. Лабильные соединения, легко окисляющиеся до антоцианидинов (см.). Существуют в несвязанном состоянии. Очень широко распространены в растениях (лейкоцианидин, лейкопеларгонидин, лейкодельфинидин и пр.). Обладают ангиопротекторным (Р-витаминным) действием.

ЛЕКТИНЫ – гликопротеиды или (редко) белки растений, способные связывать и осаждать специфические полисахариды и гликопротеины с последующей агглютинацией. Действуют как антитела против почвенных бактерий и грибов и/или как специфический рецептор полезных (симбиотических) микроорганизмов. В наибольших количествах содержатся в семенах. Наиболее изучены Л. фасоли и сои.

ЛИГНАНЫ – природные фенольные вещества, производные фенилпропановых димеров. Часто встречаются у растений сем. сосновых, барбарисовых, сложноцветных, аралиевых и пр. в растениях находятся в растворенном виде в жирном и эфирном маслах, смолах. Обладают выраженными специфическими фармакологическими эффектами: цитостатический (подофиллин из подофилла шитовидного), бактерицидный (арктиин из лопуха обыкновенного), адаптогенный (схизандрин из лимонника китайского) и пр.

ЛИПИДЫ – жиры и жироподобные вещества. Органические соединения растительного и животного происхождения, различные по химическому составу и объединяемые на основе общих физико-химических свойств. Входят в состав всех живых клеток, являются компонентами биологических мембран, влияют на активность ферментов, образуют энергетические резервы и создают водоотталкивающие и термоизолирующие покровы у растений и животных.

Классификация (на основе физико-химических свойств): 1 – Простые Л. (эфиры высших жирных кислот, спиртов и альдегидов) – жиры, жирные масла (см), воски (см), диольные Л.; 2 – Сложные Л. (липопротеиды – комплексы Л. с белками, фосфолипиды – производные фосфорной кислоты, гликолипиды – комплексы Л. с остатками сахаров, глицеринфосфатиды – комплексы Л. с глицерином, сфинголипиды – комплексы Л. со сфингоином, стерины (см), терпены (см.), убихиноны).

МИНЕРАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ – химические элементы, усваиваемые растениями. Незаменимые компоненты жизнедеятельности растений. Входят в состав или активи-

вируют более 300 ферментов. Создают биологически активные комплексы с белками, нуклеиновыми кислотами, флавоноидами.

Классификация (на основе количественного содержания): 1 – Макроэлементы – химические элементы, усваиваемые растительными клетками в количествах 0,1–0,01% (Fe, Ca, K, Mg, Na, P, S, Al, Si, Cl); 2 – Микроэлементы – химические элементы, содержащиеся в среде обитания и растениях в количествах 0,01–0,00001%, но необходимые для нормальной жизнедеятельности растений (Mn, B, Sr, Cu, Li, Ba, Br, Ni); 3 – Ультрамикроэлементы – химические элементы, накапливающиеся в растениях в концентрациях менее 0,00001% (As, Mo, Co, I, Pb, Hn, Ag, Au, Ra).

НЕКТАР – выделяемый нектарниками (железистые структуры растений) водный раствор сахаров (глюкоза, фруктоза, сахароза, мальтоза и пр.), содержащий также аминокислоты (аспарагиновая, глутаминовая, серин, глицин, аланин), аскорбиновую кислоту, белки (в основном ферменты), редко – алкалоиды и гликозиды.

НУКЛЕОЗИДЫ – природные соединения, состоящие из остатков пуриновых или пиримидиновых оснований, связанных с остатком сахара (рибозы, дезоксирибозы).

ОКСИКОРИЧНЫЕ КИСЛОТЫ – фенольные соединения, у которых бензольное кольцо связано с карбоксильной группой через этиленовую связь. Бесцветные кристаллические вещества, хорошо растворимы в этиловом и метиловом спиртах, этилацетате, метилированные производные О.к. растворимы в эфире и хлороформе. Образуют цис- и транс-формы, резко отличающиеся по физиологической активности: цис-формы О.к. стимулируют рост растений, транс-формы не оказывают стимулирующего, или ингибируют рост. Часто образуют эфиры с алициклическими и алифатическими кислотами и гликозидные формы. Широко применяются в медицине. Установлен холеретический эффект цинарина, кофейной, феруловой, хлорогеновой О.к. сильным бактерицидным эффектом обладает кофейная кислота.

ПЕКТИНЫ – гликаногалактуронаны – высокомолекулярные гетерополисахариды растительного происхождения, производные галактуроновой кислоты. К П. относятся: пектовая кислота, производные пектовой кислоты – пектиновые кислоты, соли пектовой и пектиновой кислот (пектаты и пектинаты), протопектины – высокомолекулярные нерастворимые в воде вещества. В медицине П. применяются для приготовления гемостатических препаратов, антисептиков, детоксикантов солей тяжелых металлов; обладают антиульцерогенным, противовоспалительным, гипотензивным эффектами. Наиболее часто П. получают из коринков подсолнечника, свекловичного жома, яблочной выжимки, кормового арбуза.

ПИГМЕНТЫ РАСТИТЕЛЬНЫЕ – окрашенные вещества растительного происхождения. В природе наиболее распространены порфирины (входят в состав молекул хлорофилла зеленых растений), антоцианы (придают окраску от красной до фиолетовой различным частям растений), каротиноиды (окрашивают растительные ткани от желтого до красного цветов). П.р. применяются в медицине и пищевой промышленности.

ПОЛИСАХАРИДЫ – полиозы, гликаны – высокомолекулярные соединения, содержащие более 10 моно- или олигосахаридных остатков, соединенных О-гликозидными связями и образующих разветвленные или линейные цепи. П. – аморфные (редко кристаллические) вещества, не растворимые в спирте и полярных растворителях.

В воде нерастворимы некоторые линейные гомополисахариды (ксиланы, маннаны, целлюлоза), разветвленные П. растворимы (гликоген, декстраны), образуют гели (пектины, агар-агар, альгиновые кислоты). К П. относятся крахмал, клетчатка, декстраны, глюканы, галактоманнаны, глюкоманнаны, мукополисахариды, смешанные биополимеры. Многие П. применяют в медицине.

ПОРФИРИНЫ – химические соединения, основу которых составляет четырехчленная пиррольная система. Способны образовывать хелатные соединения с атомами магния и железа. Входят в структуру цитохромов, хлорофиллов и пр.

ПРОТОАЛКАЛОИДЫ – низкомолекулярные азотсодержащие соединения, *алкалоиды* (см.) часто но в небольших количествах встречаются в растениях различных сем.

Классификация (на основе химической структуры): 1 – *Алифатические П.* (сферозин из сферифы солонцевой и пр.); 2 – *Фенилалкиламины* (обнаружены у 37 сем., например эфедрин из эфедры хвощевой, капсаицин из перца стручкового и пр.); 3 – *Колхициновые П.* (у растений сем. лилейных и ирисовых, например колхамин и колхицин из безвременника великолепного и пр.).

САПОНИНЫ – стероидные и терпеновые *гликозиды* (см.) – гетерозиды, обладающие гемолитической и поверхностной активностью. Бесцветные или желтоватые гигроскопические вещества. Растворимы в воде, этаноле, метаноле и др. гидрофильных растворителях, нерастворимы в бензоле, хлороформе, эфирах и пр. Гидролизуются кислотами. Вызывают гемолиз эритроцитов за счет образования комплексов с холестеринном мембран, в результате чего оболочка эритроцита из полупроницаемой становится проницаемой и гемоглобин выходит в плазму крови. Основные фармакологические эффекты: стимулирующий (женьшень, аралия и пр.), седативный (синоха голубая и пр.), противовоспалительный, регулирующий водно-солевой обмен (солодки), муколитический, диуретический, пургативный и пр.

Классификация (на основе химического строения): 1 – *Стероидные С.* (у растений сем. норичниковых, лилейных, агавовых, диоскорейных и пр.); 2 – *Терпеновые С.* (у растений сем. аралиевых, гвоздичных, синоховых, бобовых и пр.).

САХАРА (устар.) – группа углеводов с относительно небольшой молекулярной массой, высокой растворимостью в воде и способностью к кристаллизации. Термин «С.» обычно применяется только к моно- или олигосахаридам, или к сахарам с отклонениями в строении (С. с разветвленной цепью, дезоксисахара, аминсахара и пр.).

СЕСКВИТЕРПЕНЫ – органические соединения класса терпенов. Встречаются в виде спиртов, кетонов, альдегидов, сложных эфиров, лактонов. Главные компоненты эфирных масел многих растений. Применяются в медицине.

Классификация (на основе химической структуры): 1 – *Алифатические С.* (фарнезен и пр.); 2 – *Моноциклические С.* (бисаболены, элеманы и пр.); 3 – *Бициклические С.* (производные кадинена, гваяна, акорана и пр.); 4 – *Трициклические С.* (ледол и пр.).

СЛИЗИ – гидрофильные полисахариды, способствующие поглощению воды семенами и их набуханию при прорастании. Применяют в медицине в качестве смягчительного, обволакивающего, муколитического средств.

Классификация (на основе химических свойств): 1 – *Нейтральные С.* (глюкоманнаны, галактоманнаны – в растениях сем. орхидных, лилейных); 2 – *Кислые С.* (камедеподобные, содержат остатки уроновых кислот).

СМОЛЫ ПРИРОДНЫЕ – сложные комплексы органических веществ – дитерпеноидов – резиноловых кислот, смоляных спиртов, резинотаннолов, резенов и пр. Устойчивы к действию кислот и щелочей. Выделяют жидкие С. (бальзамы), мягкие С. и твердые С. Применяются в медицине для изготовления пластырей, настоек, в качестве пургативных средств и пр.

Классификация (на основе физико-химических и органолептических свойств): 1 – Собственно С. (канифоль, даммара, гваяковая смола и пр.); 2 – Маслосмолы (терпентин, канадский бальзам и пр.); 3 – Камеде-смолы (гуммигут и пр.); 4 – Масло-камеде-смолы (ладан, мирра, асафетида, гальбан и пр.); 5 – С. и бальзамы с ароматическими кислотами (ладан, бензойная смола, стиракс, перувианский бальзам и пр.).

СТЕРИНЫ – спирты класса стероидов (стигмастерин, ситостерин, эргостерин и пр.) выделяют из растительных масел. Используют как исходное сырье в синтезе гормональных препаратов.

ТЕРПЕНОИДЫ – терпены – природные органические соединения, производные изопрена. Различают: гемитерпены, монотерпены, *сесквитерпены (см.)*, дитерпены, тритерпены, тетратерпены, политерпены. Входят в состав **эфирных масел (см.)** и **смола (см.)**. Обладают широким спектром фармакологических свойств.

ТИОГЛИКОЗИДЫ – *гликозиды (см.)*, производные циклических форм сахаров, у которых полуацетальный гидроксил замещен на алкилтио- или арилтиогруппу. Способны гидролизоваться кислотами с образованием меркаптанов и соответствующих моносахаридов. Обладают острым и жгучим вкусом, раздражают слизистые оболочки. Характерны для растений сем. крестоцветных, луковых, настурциевых и пр. Применяются в медицине. Обладают выраженными фармакологическими эффектами: бактерицидный, рексегенный, местно-раздражающий и пр.

УГЛЕВОДЫ – алифатические полиоксикарбонильные соединения и их производные. В растениях синтезируются Структурные полисахариды (*пектины (см.)*, целлюлоза, гемицеллюлоза и пр.) – служат компонентами для образования клеточных стенок, и Резервные полисахариды (*крахмал (см.)*, фруктозаны) – накапливаются как энергетический резерв растения.

ФЕНОЛОГЛИКОЗИДЫ – *гликозиды (см.)*, форма фенольных соединений, у которых гидроксильная группа связана с молекулами *сахаров (см.)*. Бесцветные или желтоватые кристаллические вещества. Растворимы в воде, этаноле, метаноле и пр. В растительном мире наиболее широко распространены салицин, арбутин, салидрозид. Обладают выраженными фармакологическими эффектами: бактерицидным, анальгетическим, противовоспалительным, диуретическим и пр.

ФЕНОЛЬНЫЕ КИСЛОТЫ – производные бензойной кислоты, встречаются у всех покрытосеменных растений. Кристаллические вещества. Растворимы в спирте, этилацетате, эфирах, водных растворах гидрокарбоната и ацетата натрия. Различают: Собственно Ф.к. (протокатеховая, ванилиновая, сиреневая и пр.), Оксibenзойные Ф.к. (производные оксibenзойной кислоты), Лишайниковые кислоты (производные орселлиновой кислоты). Некоторые Ф.к. обладают выраженными бактерицидными свойствами.

ФЛАВОНОИДЫ – фенольные соединения, производные флавана (лейкоантоцианидины, катехины, антоцианидины), флавона (флавоны, флавонолы, флавононы, флавонолы), ауроны, халконы и дигидрохалконы. Некоторые Ф. являются пигментами. Многие Ф. обладают выраженными фармакологическими эффектами: Р-витаминным, диуретическим, гипотензивным, эстрогенным, спазмолитическим, холеретическим и пр.

ФЛОРОГЛЮЦИДЫ – производные флороглюцина и масляной кислоты, действующие вещества папоротников (аспидол, флаваспидиловая кислота, филиксовая кислота и пр.). Являются парализующими ядами для гельминтов. Обладают выраженным антигельминтным эффектом.

ХАЛКОНЫ – флавоноиды (*см.*) с раскрытым пирановым кольцом. Большинство Х. встречается в растениях в виде *гликозидов* (*см.*). под действием кислот Х. легко изомеризуются в соответствующие флавононы. Являются предшественниками различных групп флавоноидов при биосинтезе.

ЭКДИСТЕРОИДЫ – полиоксистероидные соединения, производные циклопентанпергидро-фенантрена. Твердые кристаллические вещества. Хорошо растворимы в этаноле, метаноле, ацетоне, этилацетате, плохо – в хлороформе. Нерастворимы в петролейном эфире. Обнаружены у папоротникообразных, голосеменных, покрытосеменных (леuzevia сафлоровидная и пр.). Обладают выраженными фармакологическими эффектами: тонизирующим, адаптогенным, анаболическим.

ЭФИРНЫЕ МАСЛА – летучие жидкие сложные смеси органических веществ. Основные компоненты Э.м.: *терпеноиды* (*см.*) – монотерпены, *сесквитерпены* (*см.*), ароматические терпеноиды, соединения фенилпропановой группы, углеводороды, спирты, кетоны, кислоты, сложные эфиры, лактоны и пр. В растениях Э.м. могут накапливаться в цветках, плодах, листьях, коре, подземных органах и древесине. Э.м. в большинстве случаев прозрачные бесцветные или желтоватые жидкости. Однако, встречаются Э.м. окрашенные растворенными в них пигментами в коричневый (коричное масло), красный (тимьяновое масло), синий (масло ромашки) и др. цвета. Э.м. мало растворимы в воде, но при взбалтывании или перегонке вода принимает их запах и вкус. Хорошо растворимы в спиртах высоких концентраций, смешиваются во всех отношениях с жирами и *жирными маслами* (*см.*). широко применяются в медицине. Входят в состав противовоспалительных, бактерицидных, спазмолитических, седативных и пр. лекарственных препаратов.

ОБ АВТОРАХ



Николаев Николай Анатольевич – доктор медицинских наук, доцент. Профессор кафедры факультетской терапии и гастроэнтерологии Омского государственного медицинского университета, председатель секции «Приверженность лечению» Российского научного медицинского общества терапевтов. Врач-терапевт, врач-кардиолог, врач-диетолог. Автор и соавтор более 320 научных трудов, в том числе 14 научных монографий, 3 патентов РФ на изобретения, 17 свидетельств на регистрацию баз данных и программ для ЭВМ. Соавтор Меморандума и Экспертного заключения «О лженаучности гомеопатии».

Индекс Хирша – 10.



Ливзан Мария Анатольевна – доктор медицинских наук, профессор. Заведующий кафедрой факультетской терапии и гастроэнтерологии, ректор Омского государственного медицинского университета, руководитель группы «Наука» научно-образовательного медицинского кластера СФО «Сибирский», главный внештатный специалист-терапевт Сибирского федерального округа Минздрава России, Врач-гастроэнтеролог, врач-терапевт, врач-диетолог. Автор и соавтор более 160 научных трудов, в том числе 2 научных монографий, 2 свидетельств на регистрацию баз данных и программ для ЭВМ.

Индекс Хирша – 21.



Скиренко Юлия Петровна – кандидат медицинских наук. Доцент кафедры факультетской терапии и гастроэнтерологии, учёный секретарь проблемной комиссии «Соматические и инфекционные болезни» Омского государственного медицинского университета, учёный секретарь секции «Приверженность лечению» Российского научного медицинского общества терапевтов. Врач-кардиолог, врач-терапевт, врач-диетолог. Автор и соавтор более 100 научных трудов, в том числе 3 научных монографий, 11 свидетельств на регистрацию баз данных и программ для ЭВМ.

Индекс Хирша – 8.



Мартынов Анатолий Иванович – академик РАН, академик Международной академии информационных процессов и технологий, доктор медицинских наук, профессор. Президент Российского научного медицинского общества терапевтов. Заслуженный деятель науки РФ, Заслуженный врач РФ, Лауреат Премии Совета Министров СССР. Врач-терапевт, врач-кардиолог. Автор и соавтор более 360 научных трудов, в том числе 18 научных монографий. Соавтор учебника «Внутренние болезни» для медицинских вузов.

Индекс Хирша – 46.

СПИСОК ЛАТИНСКИХ НАИМЕНОВАНИЙ РАСТЕНИЙ И ГРИБОВ

В алфавитном порядке приведены наиболее употребляемые наименования растений и грибов на латинском языке. В квадратных скобках после названия приведен порядковый номер объекта в тексте монографии.

- Achillea ageratum* L. [230]*
Achillea asiatica Serg. [235]
Achillea micrantha Wild. [236]
Achillea millefolium L. [234]*
Achillea nobilis L. [231]
Achillea pannonica Scheele. [237]
Achillea salicifolia subsp. *salicifolia* Besser. (*Ptarmica vulgaris* DC.) [232]*
Achillea septentrionalis (Serg.) Botsch. (*Ptarmica septentrionalis* (Serg.) Klokov & Krytzka.) [233]
Achillea setacea Waldst. et Kit. [238]
Acorus calamus L. [3]
Aframomum angustifolium K. Schum. [16]
Aframomum corarima (Pereyra) Engl. [17]
Aframomum daniellii (Hook.f.) K. Schum. [18]
Aframomum meleguetta (Rocs.) K. Schum. [19]
Agastache rugosa (Fisch. & C.A. Mey.) Kuntze. [1]
Allium altaicum Pall. [135]
Allium ascolonicum L. [146]*
Allium bellulul Prokh. [150]
Allium cepa L. [147]
Allium fistulosum L. [134]*
Allium grande Lipsky. [141]
Allium gunibicum Mizez. ex Grossh. [149]
Allium neriniflorum (Herb.) Baker [151]
Allium nutans L. [138]*
Allium obliquum L. [142]
Allium paradoxum (Bieb.) G. Don fil. [144]
Allium porrum L. [145]
Allium regelianum A. Beck.) [152]
Allium sativum L. [249]
Allium schoenoprasum L. [148]*
Allium ursinum L. [139]
Allium victorialis L. [140]*
Allium rosenorum R.M. Fritsch. [137]
Allium pumilum Vved. [143]
Aloysia citrodora Pal. [4]
Alpinia chinensis L. [6]
Alpinia galanga L. [5]
Alpinia officinarum Hance. [7]
Amomum aromaticum Roxb. [8]
Amomum cardamonum L. [11]
Amomum costatum Roxb. [12]
Amomum maximum Roxb. [9]
Amomum subulatum Roxb. [13]
Amomum xanthoides Wall. [10]
Anethum graveolens L. [239]
Angelica archangelica L. (*Archangelica officinalis Hoffm.*) [66]
Angelica decurrens (Ldb.) B. Fedtsch. [67]
Angelica silvestris L. [61]
Apium graveolens L. [219]
Armoracia rusticana (Gaern.) Mey. et Scherb. [242]
Artemisia abrotanum L. [198]
Artemisia annua L. [201]
Artemisia balchanorum L. [199]
Artemisia dracunculus L. [205]
Artemisia glauca Pall. ex Willd. [204]
Artemisia mutellina L. [197]
Artemisia pontica L. [203]
Artemisia scoparia Waldst. & Kit. [200]
Artemisia vulgaris L. [202]
Asperula odorata L. [265]
Backhousia citriodora L. [29]
Bixa orellana L. [31]
Brassica alba L. (*Sinapis alba* L.) [48]
Brassica juncea (L.) [51]
Brassica nigra L. [49]
Bunias orientalis L. [218]
Calendula officinalis L. [98]
Callistemon lanceolatus (Sm.) Sweet. [99]
Caltha palustris L. [267]
Camellia sasanqua Thunb. [100]
Capparis spinosa L. [268]
Capsicum annuum var. *annuum* L. [184]
Capsicum frutescens L. [183]
Carum carvi L. [228]
Centaurea cyanus L. [37]
Centaurea jacea L. [36]
Centaurea macrocephala L. [35]
Centaurea scabiosa L. [38]
Cephalophora aromatica Schrod. [243]
Chaerophyllum khorossanicum Czerniak. ex Schischk. [33]
Chalciporus piperatus Fr. [156]
Cimhopogon citratus (DC ex Ness) Stapf. [244]

Cinnamomum aromaticum L. [108]
Cinnamomum bejolghota Sweet. [106]
Cinnamomum burmannii Blume. [107]
Cinnamomum culilawan Blume [111]
Cinnamomum loureirii Ness. [109]
Cinnamomum pedunculatum Ness. [113]
Cinnamomum tamala Ness. et Eberm. [112]
Cinnamomum verum J. Persl. [110]
Cyperus longus L. [223]
Citrus aurantiifolia (Christm.) Swingle [126]
Citrus aurantium L. *sudsp. amara* Engl. [207]
Citrus australasica F. Muell. [127]
Citrus bergamia (*Citrus x aurantium* var. *bergamia*) [30]
Citrus hystrix DC. [178]
Citrus junos x f. [263]
Citrus limon (L.) Osbeck. [129]
Citrus maxima (Burm.) Merr.. [206]
Citrus medica L. [245]
Citrus paradisi Macfad. [53]
Citrus reticulata Blanco. [155]
Citrus sinensis (L.) Osbeck. [15]
Citrus tangerina Tanaka. [224]
Clitocybe odora Fr. [46]
Coleus amboinicus Lour. (*Plectranthus amboinicus* L.) [260]
Coluria geoides (Pall.) Ledeb. [104]
Coriandrum sativum L. [105]
Craterellus cornucopioides (L.) Pers. [41]
Crocus sativus L. [257]
Cuminum cyminum L. (*Cuminia cyminum* J.F.Gmel.) [103]
Curcuma aromatica Salisb. [120]
Curcuma longa L. [121]
Curcuma zedoaria (Christm.) Rosc. [122]
Dictamnus caucasicus (Fisch. et C.A. Mey.) Gross. [264]
Dipteryx odorata (Aubl.) Willd. [55]
Dipteryx oppositifolia Willd. [56]
Dracocephalum moldavica L. [76]
Dracocephalum thymiflorum L. [77]
Elettaria cardamomum (L.) Maton. [101]
Elsholtzia ciliata (Thunb.) Hylander [255]
Eruca sativa Mill. [83]
Eucaliptus piperita Smith. [261]
Eucarya spicata (R.Br.) Sprag. et Summ. (*Eucarya spicata* (DC.) Sprang. et Summ.) [262]
Ferula foetida (Bunge) Regel.. [241]
Foeniculum vulgare Mill. [240]
Gagea lutea L. [136]
Geum rivale L. [52]
Geum urbanum L. [50]
Glechoma hederacea L. [32]
Glycyrrhiza glabra L. [220]*
Glycyrrhiza korchinskii Grig. [221]
Glycyrrhiza uralensis Fisch. [222]
Hedychium coronarium F. Koenig [44]
Hedychium spicatum Buch.-Ham. [45]
Hibiscus esculentus L. [266]
Hierochloa australis (Schrad.) Roem. & Schultz. [79]
Hierochloa odorata (L.) P.Beauv. [78]
Hypericum perforatum L. [70]
Hyssopus angustifolius Bieb. [95]
Hyssopus officinalis L. [94]
Illicium verum Hook. [20]
Inula grandis Schrenk. [*I. macrophylla* Kar. et Kir. [54]
Iris acutiloba C.A.Mey. [90]
Iris aphylla L. [85]
Iris ensata Thunb. [*I. kaempferi* Siebold ex Lem.] [88]
Iris florentina L. [93]
Iris ludwigii Maxim. [87]
Iris notha Bieb. [89]
Iris pallida (L.) Lam. [84]
Iris pineticola Klok. [86]
Iris tigrina Bunge [91]
Iris timofejewii Woronow [92]
Juniperus communis L. [161]*
Juniperus sibirica Burgsd. [162]
Kaempferia rotunda L. [102]
Lactarius glyciósmus Fr. [160]
Laurocerasus officinalis M. Roem. [125]
Laurus nobilis L. [124]
Lavandula angustifolia Mill. [123]
Levisticum officinalis (L.) Koch. [153]
Lindera strychnifolia Willar. (*Lindera strychnifolia* var. *limprichtii* (H.J.P.Winkl.) Yen C. Yang) [130]
Lophanthus anisatus (Nutt.) Benth. [133]
Majorana hortensis Moench. (*Origanum majorana* L.) [154]
Marasmius oreades Fr. [43]
Marrubium vulgare L. [256]
Matricaria discoidea DC. (*Matricaria suaveolens* Buch.) [215]
Melilotus albus L. [57]
Melilotus officinalis (L.) Pall. [58]
Melissa officinalis L. [158]
Melittis melissophyllum L. [96]
Melittis sarmatica Klokov. [97]
Mentha aquatica L. [168]*
Mentha campestra Schiff. [171]
Mentha crispa L.) [170]
Mentha longifolia L. [169]
Mentha piperitae L. [172]
Mentha rotundifolia L. [173]
Monarda didyma L. [163]*
Monarda fistulosa L. [165]
Monarda officinalis L. [164]
Mycétinis scorodónius L. [250]
Myristica fragrans Houtt. [167]
Myrtus communis L. [159]

Nepeta cataria L. [115]*
Nepeta japonica Maxim. [116]
Nepeta mussinii Speng. [117]
Nepeta nervosa Speng. [114]
Nigella damascena L. [175]
Nigella sativa L. [174]*
Ocimum basilicum L. [21]
Ocimum canum Sims L. [25]
Ocimum gratissimum L. [23]
Ocimum menthaefolium Hochst ex Benth. [22]
Ocimum sanctum L. [24]
Olea europaea L. [272]
Origanum kopetdaghense Boriss. [63]
Origanum tyttanthum Gontsch. [64]
Origanum vulgare L. [62]
Paeonia anomala L. [196]
Paeonia lactiflora (L.) Pall. (*Paeonia albiflora* Pall.) [194]
Paeonia tenuifolia L. [195]
Pastinaca sativa L. [179]
Perilla frutescens (L.) Britt. [186]
Petroselinum crispum (Mill.) Nym. (*P. sativum* Hoffm.) [187]*
Petroselinum crispum (Mill.) Nym. convar. *joliosum* Alej. [188]
Petroselinum crispum (Mill.) Nym. convar. *radicosum* (Alej.) Danert. [189]
Pimenta dioica (L.) Merr. [193]
Pimpinella anisum L. (*Anisum vulgare* Gaertn.) [14]
Pimpinella saxifraga L. [27]
Pimpinella titanophila Woronow [28]
Piper cubeba L. [182]
Piper guineense Thonn. [180]
Piper longum (L.) Blume. [181]
Piper nigrum L. [185]
Polygonum hydropiper L. [47]
Porophyllum ruderale (Jacq.) Cass. [65]
Potentilla tormentilla Schrank. [128]
Prangos lipskyi Korov. [208]
Pterocarpus santalinus L. [209]
Rosa alba L. [210]
Rosa damascena Mill. [211]
Rosa floribunda X Hort. [259]
Rosa foetida L. [212]
Rosa gallica L. [213]
Rosmarinus officinalis L. [214]
Ruta graveolens L. [216]
Salvia aethiopsis L. [254]
Salvia officinalis L. [251]
Salvia sclarea L. [252]
Salvia verticillata L. [253]
Santalum album L. [217]
Satureja hortensis L. [248]
Satureja montana L. [246]
Satureja thymbra L. [247]
Schinus molle L. [258]
Scleroderma aurantium L. [131]
Scleroderma citrinum Fr. [132]
Silaum silaus (L.) Schinz & Thell. [166]
Sizigium aromaticum (L.) Merr et Perry [42]
Tagetes patula L. [26]
Tanacetum balsamita L. [157]
Tanacetum boreale Schiff. [192]
Tanacetum parthenium L. [190]
Tanacetum vulgare L. [191]*
Teucrium chamaedrys L. [59]
Teucrium scordium L. [60]
Thymus marschallianus Wild. [225]
Thymus serpyllium L. [227]
Thymus vulgaris L. [226]
Trachyspermum ammi (L.) Spargue. (*Carum ajovani* Bent et Hook.) [2]
Trigonella caerulea (L.) Ser. (*Melilotus coeruleus* L.) [176]
Trigonella foenum-graecum L. [177]
Tropaeolum majus L. [269]*
Tropaeolum minus L. [271]
Tropaeolum tuberosum L. [270]
Tuber aestivum Fr. [275]
Tuber brumale Fr. [273]
Tuber magnatum Fr. [274]
Tuber melanosporum Fr. [276]
Turnera diffusa Willd. [229]
Vanilla planifolia Jackson [34]
Verbena bonariensis L. [39]
Vitex agnus-castus L. [40]
Xylopia aethiopica (Dunal) A. Rich. [119]
Xylopia aromatica (Lam.) Mart. [118]
Zanthoxylum armatum DC. [68]
Zanthoxylum bungeanum Maxim. (*Zanthoxylum piperitum* Benn.) [69]
Zingiber mioga (Thunb.) Roscoe [82]
Zingiber officinale Roscoe (*Amomum zingiber* L.) [80]
Zingiber zerumbet (L.) Roscoe ex Sm. [81]
Ziziphora bungeana L. [71]
Ziziphora capitata L. [72]
Ziziphora clinopodioides Lam. (*Ziziphora serpyllacea* Bieb.) [74]
Ziziphora taurica M. Bieb. [73]
Ziziphora tenuior L. [75]

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеев Е.Б., Губанов И.А., Тихомиров В.Н. Ботаническая номенклатура. – Москва : Изд-во МГУ, 1989. – 168 с.
2. Ареалы лекарственных и родственных им растений СССР. (Атлас.) / Под ред. В.М. Шмидта. 2-е изд., испр. – Ленинград : Изд-во Ленингр. ун-та, 1990. – 224 с
3. Атлас сосудистых растений. Определитель дикорастущих растений стран СНГ по ключевым признакам, названиям и фото. Плантариум [электр. рес.] <http://www.plantarium.ru/>.
4. Биологически активные растения и грибы Сибири в клинической медицине : научная монография : в 2 тт. : Т. 1 / Н.А. Николаев, М.А. Ливазан, Ю.П. Скирденко, А.И. Мартынов; Омский гос. мед. ун-т. – М.: Издательский дом Академии Естествознания, 2019. – 382 с.
5. Биологически активные растения и грибы Сибири в клинической медицине : научная монография : в 2 тт. : Т. 2 / Н.А. Николаев, М.А. Ливазан, Ю.П. Скирденко, А.И. Мартынов; Омский гос. мед. ун-т. – М.: Издательский дом Академии Естествознания, 2019. – 388 с.
6. Ботанико-фармакогностический словарь: Справ. пособие / К.Ф. Блинова, Н.А. Борисова, Г.Б. Гортинский и др.; Под ред. Г.Ф. Блиновой, Г.П. Яковлева – Москва : Высш. шк., 1990. – 272 с
7. Встовская Т.Н., Коропачинский И.Ю. Определитель местных и экзотических древесных растений Сибири Новосибирск: Изд-во СО РАН, 2003. – 702 с.: ил.
8. Государственная фармакопея СССР: Вып. 2. Общие методы анализа. Лекарственное растительное сырье. / МЗ СССР, 11-е изд., доп. – Москва : Медицина, 1990. – 400 с
9. Грибы СССР. – Москва : Мысль, 1980. – 303 с.
10. Деревья и кустарники СССР. В 6-ти т. Москва ; Ленинград : Изд-во Академии Наук СССР, 1949-1962.
11. Еленевский А.Г., Соловьёва М.П., Тихомиров В.Н. Ботаника. Систематика высших, или наземных, растений: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Изд. 4-е, испр. – Москва : Издательский центр «Академия», 2006. – 464 с.
12. Иллюстрированный определитель растений Средней России. В 3 т. – Москва: Т-во науч. изд. КМК, Ин-т технолог. иссл., 2003.
13. Картотека блюд диетического лечебного питания оптимизированного состава с включением специализированных пищевых продуктов диетического лечебного и диетического профилактического питания. Методические рекомендации. ФГБНУ «ФИЦ питания и биотехнологии» и ГБУЗ «НИИ ККБ № 1». 2021. https://rosdiet.ru/f/metodichskie_rekomendacii_kartoteka.pdf.
14. Красная книга Российской Федерации (растения и грибы) / Министерство природных ресурсов и экологии РФ; Федеральная служба по надзору в сфере природопользования; РАН; Российское ботаническое общество; МГУ им. М.В. Ломоносова; Гл. редкол.: Ю. П. Трутнев и др.; Сост. Р. В. Камелин и др. – Москва : Тов-во научн. изданий КМК, 2008. – 855 с.
15. Красная книга Омской области / отв. ред. Г. Н. Сидоров, Н. В. Пликина. – 2-е изд., перераб. и доп. – Омск : Изд-во ОмГПУ, 2015. – 636 с.
16. Лекарственные растения // Биология. Современная иллюстрированная энциклопедия / Гл. ред. А. П. Горкин. – Москва : Росмэн, 2006. – 560 с.

17. Международный кодекс ботанической номенклатуры (Венский кодекс), принятый Семнадцатым международным ботаническим конгрессом, Вена, Австрия, июль 2005 года / пер. с англ. Т. В. Егоровой [и др.]. – Москва ; Санкт-Петербург : Т-во науч. изд. КМК, 2009. – 282 с.

18. Наркотики и яды: Психоделики и токсические вещества, ядовитые животные и растения / Сост. Петрова В.И., Ревяко Т.И. – Минск : Литература, 1996. – 592 с

19. Определитель растений Новосибирской области / И.М. Красноборов, М.Н. Ломоносова, Д.Н. Шауло и др. – Новосибирск: «Наука». Сибирское предприятие РАН, 2000. – 492 с.

20. Стандарты лечебного питания. Методические руководства. 2017. <https://rosmedex.ru/wp-content/uploads/formcraft3/4/e21586e6bca631cbcbb9e20a95bcefe4-MR100-1.pdf>.

21. Травянистые растения СССР. В 2-х т. / Отв. ред. доктор биол. наук Работнов Т. А. – Москва : Мысль, 1971.

22. Флора Сибири: в 14-ти т. / Под ред. Л. И. Малышева. – Новосибирск: Наука, 1988-2003.

23. Флора СССР : в 30 т. / гл. ред. В. Л. Комаров. – Москва ; Ленинград : Изд-во АН СССР, 1936-1964.

24. Черепанов С. К. Свод дополнений и изменений к «Флоре СССР» (тт. I—XXX). – Ленинград: Наука, Ленингр. отд., 1973. – 668 с.

25. Чиков П. С Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР. – Москва : Картография, 1983. – 340 с.

26. Энциклопедический словарь лекарственных растений и продуктов животного происхождения / Под ред. Г.П. Яковлева, Н.П. Блиновой. – Москва : Специальная литература, 1999. – 407 с

27. International code of nomenclature for cultivated plants. – Scripta Horticulturae. – International Society for Horticultural Science (ISHS), 2009. – Vol. 151. – 204 p.

28. International Society for Horticultural Science The world's leading independent organization of horticultural scientists (англ.) [электр. pec.] <https://www.ishs.org/sci/icrapco.htm>.

29. KEW. World checklist of selected plant families. About the Checklist. Abbreviations used (англ.) [электр. pec.] <http://wcp.science.kew.org/about.do>

Научное издание

**Николаев Николай Анатольевич
Ливзан Мария Анатольевна
Скирденко Юлия Петровна
Мартынов Анатолий Иванович**

ПРЯНОСТИ МИРА

Сетевое научное издание

Учебное пособие



Технический редактор Доронкина Е.Н.

Сетевое научное издание
© Н.А. Николаев, М.А. Ливзан,
Ю.П. Скирденко, А.И. Мартынов, 2022
© ИД «Академия Естествознания»
© АНО «Академия Естествознания»
ISBN 978-5-91327-707-7