



Cantharellus cibarius
lisičarka



Boletus edulis
ljetnji vrganj



Macrolepiota procera
sunčanica



Boletus pinophilus
borov vrganj



Morchella conica
konični smrčak



Morchella esculenta
svijetli smrčak

Fotografije
Gordana Kasom



Armillaria mellea
mednjaca uslovno jestiva

U Crnoj Gori je do sada utvrđeno oko 2200 vrsta gljiva od čega makrogljivama pripada oko 1200 vrsta. Jedna od značajnih vrijednosti gljiva jeste da se neke od njih mogu koristiti u ishrani, pa je na našem prostoru do sada otkriveno oko 200 jestivih vrsta, dok se desetak vrsta koristi u komercijalne svrhe. U jestive gljive spadaju određeni vrganji, lisičarke, sunčanica, smrčci, tartufi, poljski šampinjon i druge. Hranljiva vrednost gljiva - pečurki je velika, izrazito su

bogate proteinima, vitaminima iz grupe A, B, C, D i K. Sadrže beta karoten i ergosterol, a bogate su biljnim mastima, mineralima - fosforom, natrijumom, kalijumom, magnezijumom, u manjim količinama gvoždem i kalcijumom.

Veoma je važno da osoba koja sakuplja gljive bude dobar poznavalac gljiva, kao i da se sakupljaju samo one vrste za koje se sigurnošću može reći da su jestive.