

Содержание

Введение	3
Глава 1. Проблема питания военнослужащих в условиях аварий и катастроф	5
Глава 2. Запасы и доступность биологических ресурсов Арктики	12
2.1. Границы и зональность Арктики	12
2.2. Структура и зональность берега	13
2.3. Продукционные возможности морей	18
Глава 3. Объекты береговой зоны, пригодные в пищу	23
3.1. Риски питания в Арктике	23
3.2. Выбор пищевых объектов	27
3.3. Водоросли как источник пищи	30
3.3.1. Какие водоросли можно есть	30
3.3.2. Содержание основных групп веществ в водорослях	32
3.4. Наземные растения как источник пищи	34
3.4.1. Можно ли есть дикорастущие растения	34
3.4.2. Встречаемость сосудистых растений в Арктике и Субарктике	35
3.4.3. Перечень растений Арктики и Субарктики, которые полностью или частично могут быть использованы для употребления в пищу	41
3.5. Животные как источник пищи	70
3.5.1. Возможность добычи и использования животной пищи	70
3.5.2. Встречаемость позвоночных животных в Арктике и Субарктике	72
3.5.3. Перечень животных Арктики и Субарктики, которые полностью или частично могут быть использованы для употребления в пищу	76
Глава 4. Сбор и обработка пищевого сырья в полевых условиях	94
4.1. Сбор и обработка растений, найденных в полосе штормовых выбросов	94
4.2. Сбор и обработка пищевого сырья приливно-отливной зоны	96
4.3. Сбор и обработка пищевого сырья сублиторали	99
4.4. Ловля рыбы в прибрежных водах	101
4.5. Сбор и обработка растений, найденных на побережье	102
4.6. Добыча и обработка животных, обнаруженных на побережье	104
4.7. Варка и жаренье пищи на костре	106
4.7.1. Варка	106
4.7.2. Жаренье	109
Глава 5. Отличия съедобных объектов от несъедобных	110
Глава 6. Перспективы пищевого использования лишайников	116
Список литературы	118
Приложение	125