



Conoscere i funghi

I funghi sono una specie vegetale a parte, Ogni fungo ha il suo habitat e gli intenditori di funghi lo sanno, e riescono a riconoscere dalla vegetazione le tipologie che potranno trovare fra la flora micologica.

Il bosco di larici, abeti, betulle e castagni è il regno del **porcino** che è il fungo più ricercato e che ha il posto d'onore tra gli intenditori con il suo cappello bruno ed il gambo biancastro, sodo e duro al tatto, profumatissimo e ottimo in tante prelibatezze gastronomiche.

Nel sottobosco delle conifere, ai piedi di pini e abeti, si trova il **giallino**, fungo estivo detto anche gallinaccio. Risente molto dell'inquinamento, quindi dove è presente garantisce l'integrità della natura circostante. Di un giallo carico e imbutiforme, è preferibile raccoglierlo da giovane, ogni qualità predilige un tipo di albero sotto il quale lo si trova sempre.

Nel primo autunno compare la **macrolepiota procera**, la caratteristica **mazza di tamburo** che può raggiungere i 40 cm di altezza; cotta al forno o impanata è una vera squisitezza.

Nelle abetaie numerosa è la **russola**, detta anche colombina, dal largo cappello color tabacco, pregiata e confusa spesso per l'aspetto con i boleti.

Conoscere i funghi

Per evitare di trovarsi al ritorno con una massa informe, andare sempre a funghi con un cesto di vimini; questo è previsto anche da molte delle leggi regionali che disciplinano la raccolta dei funghi.

I funghi vanno sempre raccolti interi, staccandoli con leggeri movimenti rotatori, senza strapparli o tagliarli alla base del gambo, così da lasciare intatti tutti i caratteri morfologici necessari alla determinazione.

Gli esemplari riconosciuti con sicurezza vanno puliti immediatamente, privati delle parti non commestibili e riposti con cura nel cesto. I funghi non o poco conosciuti vanno puliti e tenuti separati dagli altri.

Vanno raccolti solo quei funghi che per il loro stato di conservazione assicurino una buona commestibilità; vanno tralasciati quelli troppo vecchi, impregnati di acqua o invasi dalle larve.

I funghi che non vengono raccolti per un qualsiasi motivo, non vanno assolutamente calpestati, bastonati o distrutti; essi svolgono un lavoro insostituibile e indispensabile per la vita del bosco.

Al ritorno a casa, i funghi conosciuti e destinati al consumo vanno puliti, lavati e subito cotti, o almeno scottati, vista la loro facile deperibilità.

Ora invece un valido consiglio pratico.

Quando si vada nel bosco è indispensabile avere sempre un abbigliamento che ci consenta di far fronte a qualche brutto incontro, ad esempio qualche **vipera** oppure poter sopportare con tranquillità anche qualche brusco cambiamento del tempo. Il fatto di trovarsi impreparati a questa evenienza può portare a delle conseguenze molto spiacevoli.

Dicono che l'uomo prudente campi due volte.

Come vivono...

I funghi sono curiosi vegetali privi di clorofilla, e la mancanza di questa sostanza li costringe a particolari adattamenti fisiologici per assolvere alla funzione nutritiva. In altre parole, essendo incapaci di provvedervi in maniera autonoma, devono procurarsi le sostanze alimentari complesse prodotte da altri organismi vegetali ed animali.

- In natura si trovano quindi funghi:
- Parassiti che vivono a spese di altri esseri viventi;
- Saprofiti che costituiscono insieme ai batteri la "benemerita categoria naturale" demolitrice della materia organica che si origina dai processi biologici: senza di essi il mondo che ci circonda diventerebbe in poco tempo un'enorme discarica, rendendo impossibile qualsiasi forma di vita;
- Simbionti, realizzano con le piante uno scambio di elementi minerali fra micelio ed apparato radicale: ecco un bell'esempio di solidarietà naturale, guai ad alterare questo equilibrio!

Appena arriviamo a casa...

Se sono stati raccolti nei boschi, appena giunti a casa devono essere subito puliti, levando terriccio e foglie. Scartare quelli visibilmente invasi da vermi, che emanano cattivo odore e presentano tessuti marcescenti: non dimentichiamo che i funghi, anche se tenuti in frigorifero, si possono conservare al massimo un paio di giorni alla temperatura di 4-5° C.

Come essicarli



Per essicarli si tagliano a fette da disporre ordinatamente in un unico strato su carta di alluminio, su tavole di legno, su graticci di vimini, o su canovacci, da esporre al sole. Non appoggiarli mai su carta stampata perché essa può cedere ai funghi le sostanze contenute negli inchiostri.

Se tira vento, l'essiccamento è garantito anche tenendoli all'ombra, ma evitare di tenerli all'aperto nelle giornate molto umide.

Coprirli in ogni caso con un telo leggero, che agisce da filtro al pulviscolo atmosferico. Si può anche ricorrere all'essiccamento artificiale, ponendoli vicino alle stufe o in forni debolmente riscaldati, ma con risultati qualitativamente inferiori rispetto ai sistemi naturali.

Per conservarli sott'olio, è necessario sottoporli ad una breve prebollitura in una soluzione di acqua e aceto, così da creare un ambiente acido sfavorevole allo sviluppo di microrganismi. Si consiglia di riporre e mantenere i recipienti in ambienti poco illuminati, freschi ed asciutti.

GALLETTO - Giallino

Il galletto è un fungo tra i più conosciuti e raccolti in ogni parte d'Italia, noto fin dalla più remota antichità, si distingue per l'eccellenza del sapore e per il caratteristico odore fruttato. Sicuramente tra i funghi più commercializzati, lo si trova frequentemente persino nelle bancarelle dei mercati anche se non specializzati.

Cresce a gruppi di numerosi individui, sovente nascosti sotto le foglie.

Ha una carne tipicamente compatta mai invasa dalle larve, in tal senso è una rara eccezione ed è difficile confonderlo con altre specie.

COMESTIBILITÀ: **BUONO**



PORCINO Estivo

CAPPELLO: 10-20 (25) cm, carnoso, da emisferico a convesso, poi più aperto fino a guancialiforme; di colore variabile da nocciola a bruno scuro-marrone testa di moro, sempre più chiaro verso il margine dove termina con una sottile linea bianca; cuticola liscia, glabra, untuosa, viscida con tempo umido, debordante.

TUBULI: all'inizio corti, poi più lunghi, da gialli a giallo-verdastri; pori piccoli, rotondi, da bianchi a giallo-verdastri poi verde olivastri.

GAMBO: 10-20 (25)x4-10 cm, da obeso a cilindrico, tipicamente di una tinta bianco gesso poi un po' brunastro, ricoperto nella parte superiore da un reticolo bianco a maglie regolari che tendono ad allargarsi verso il basso.

CARNE: soda, bianca, immutabile, con una tinta un po' vinosa sotto la cuticola del cappello, odore fungino buono, sapore buono, come di nocciola.

COMESTIBILITÀ: **OTTIMO**



AMANITA Phalloide

E' il fungo velenoso per eccellenza, le intossicazioni dovute all'ingestione di questa specie hanno quasi sempre un esito letale.

Manifesta i sintomi dell'intossicazione con un certo ritardo (da 8 ore a 2 giorni dal consumo), le manifestazioni tipiche sono: vomito, diarrea, sete insaziabile, ecc., tali sintomi hanno la caratteristica illusoria di scemare dopo qualche giorno, lasciando presagire ad un miglioramento complessivo delle condizioni cliniche, in realtà non bisogna lasciarsi ingannare, perché a questa pausa, segue un violento ed inesorabile peggioramento che porta nel giro di pochi giorni alla morte.



La sua diffusione nei boschi, la sua ingannevole bellezza, l'assenza di odore e sapore sgradevole, la sua sommaria somiglianza con alcune specie commestibili, lo rendono estremamente pericoloso. A tal proposito voglio ricordare un episodio esemplificativo.

COMMESTIBILITA': **MORTALE**

AMANITA Muscaria

CAPPELLO: E' dapprima emisferico, quindi convesso e infine dilatato molto spesso depresso nel centro; di colore solitamente ROSSO vermiglio.

CUTICOLA: Spesso lucida, viscosa e ricoperta di verruche bianche (residuo della volva) che con la pioggia tendono a sfaldarsi.

GAMBO: Di forma cilindrica con la base bulbosa e volva delicata che spesso si frammenta in verruche.

ANELLO: Molto ampio membranoso di colore bianco con frequenti striature

LAMELLE: Sono bianche, libere e molto fitte.

Variabilita: Il cappello di solito rosso vivo puo' assumere tonalità arancio che lo possono far assomigliare (in particolari condizioni) all'AMANITA caesarea. Cio' e' causa di numerose frequenti gravi intossicazioni. Il gambo è inizialmente pieno e poi cavo, mentre le lamelle talvolta evidenziano sfumature citrine.



COMMESTIBILITA': **VELENOSO**

MAZZA DI TAMBURO

Fungo maestoso, certamente quello che raggiunge le altezze maggiori, predilige il limitar del bosco, ma si trova frequentemente anche nelle aperture assolate all'interno del bosco. E' sempre emozionante incontrarlo, le lunghe file di numerosi esemplari creano delle immagini suggestive e la sua imponenza risalta nel sottobosco in modo quasi irreali. Le sue caratteristiche organolettiche sono eccelse, si presta ad innumerevoli preparazioni e il suo gambo coriaceo che non può essere consumato nelle preparazioni tradizionali, se essiccato e successivamente macinato in polvere è un aromatizzante di grandissimo livello.



Vorrei ricordare ai meno esperti che gli esemplari più giovani (con il cappello chiuso), se messi in acqua con una parte del gambo, si aprono assumendo la classica conformazione a disco.

Vi ricordo che si tratta, per le dimensioni e le caratteristiche generali, di un fungo di facilissima determinazione e viste le sue qualità e certamente un bel iniziare per i neofiti.

COMESTIBILITA': **BUONO**

VESCIA - Prataiolo

Tipico fungo dei pascoli di alta quota la vescia gigante è il peso massimo della categoria, pensate che esistono documentati ritrovamenti di esemplari che raggiungevano l'incredibile peso di 20 Kg., in effetti le sue dimensioni sono tali che frequentemente lo confondiamo in lontananza con grosse pietre calcaree.



Stupisce il peso specifico, tenuto in mano colpisce la sua compattezza che lo distingue dalle specie affini, le quali al contrario manifestano generalmente una grande leggerezza.

Per quanto spettacolare la , non ha parimenti, qualità organolettiche significative, può essere raccolto solo quando la sua carne è compatta e quindi di colore bianco candido, a maturità ingiallisce e poi imbrunisce, concludendo il suo ciclo biologico con la classica esplosione polverulenta di spore.

Anche se freschissima il suo odore , ricorda sostanze che poco si sposano con i piaceri della tavola, ma inserito a cubetti nei misti o fritto a cotoletta riesce a farsi apprezzare.

COMESTIBILITA': **COMESTIBILE**

RUSSOLA - Rossola

Noto fungo ampiamente diffuso nei boschi di conifere, appariscente per il suo bel colore la Russula viene raccolta incautamente ed utilizzata nei misti per il sapore pepato.

Vorrei ricordarvi che l'acredine (il sapore pepato) nelle Russule è dovuto alla presenza di sostanze tossiche e se è pur vero che molti consumano la Russula in quantità ridotte senza manifestazioni apparenti di malessere, ciò non toglie che si tratta di una pericolosa abitudine, tenete sempre presente che esiste a lungo andare il pericolo dell'accumulo di tossine dovuto a pasti ripetuti, che non sempre siete in perfetta forma fisica e che quindi anche un basso contenuto di tossine in particolari condizioni di momentanea debilitazione, può provocare reazioni di intolleranza alimentare.



In ultima analisi esistono tante buone varietà di funghi, per cui non è sensato ne tanto meno prudente giocare pericolosamente con il proprio stomaco consumando la Russula torulosa. Se poi siete particolarmente attratti dagli aromi pepati, usate il più nobile peperoncino, che oltre ad assicurarvi un aroma deciso vi beneficherà con tutte le sue arcinote proprietà terapeutiche e rinfrescanti.

COMMESTIBILITA': **NON COMMESTIBILE**