

Il quaderno del fungarolo



*per annotare
i segreti del bosco
alla ricerca del
magico incontro
con i funghi*

ASSESSORATO ALLE
POLITICHE DELL' AGRICOLTURA,
AMBIENTE, CACCIA E PESCA
SETTORE CACCIA E PESCA
DIPARTIMENTO V - SERVIZIO N.3



A CURA DI

E. Betti, F. De Santis, F. Mattina,
S. Mingarelli e G. Moccia

FOTO DI

F. Mattina, G. Moccia e T. Maccaroni

CONCEPT E GRAFICA

Studio Antigone snc
di V. Capitani e M. Romano

SI RINGRAZIANO

Per gli insegnamenti il "ragazzo"
Vittorio De Tomassi, maestro fungarolo
di Gerano, e Patrizia Lambertucci
di Trevignano Romano per l'ospitalità
e la gentilezza dimostrate.

*Le norme di intossicazione
e primo soccorso sono state curate
dalla Dott.ssa Paola Foschi*



Il quaderno del fungarolo

*per annotare i segreti del bosco alla ricerca
del magico incontro con i funghi*



Presentazione

Sempre più spesso sentiamo la necessità di trovare un momento per immergerci nella natura, lontani dallo stress e di staccare con le gravose quotidianità della metropoli.

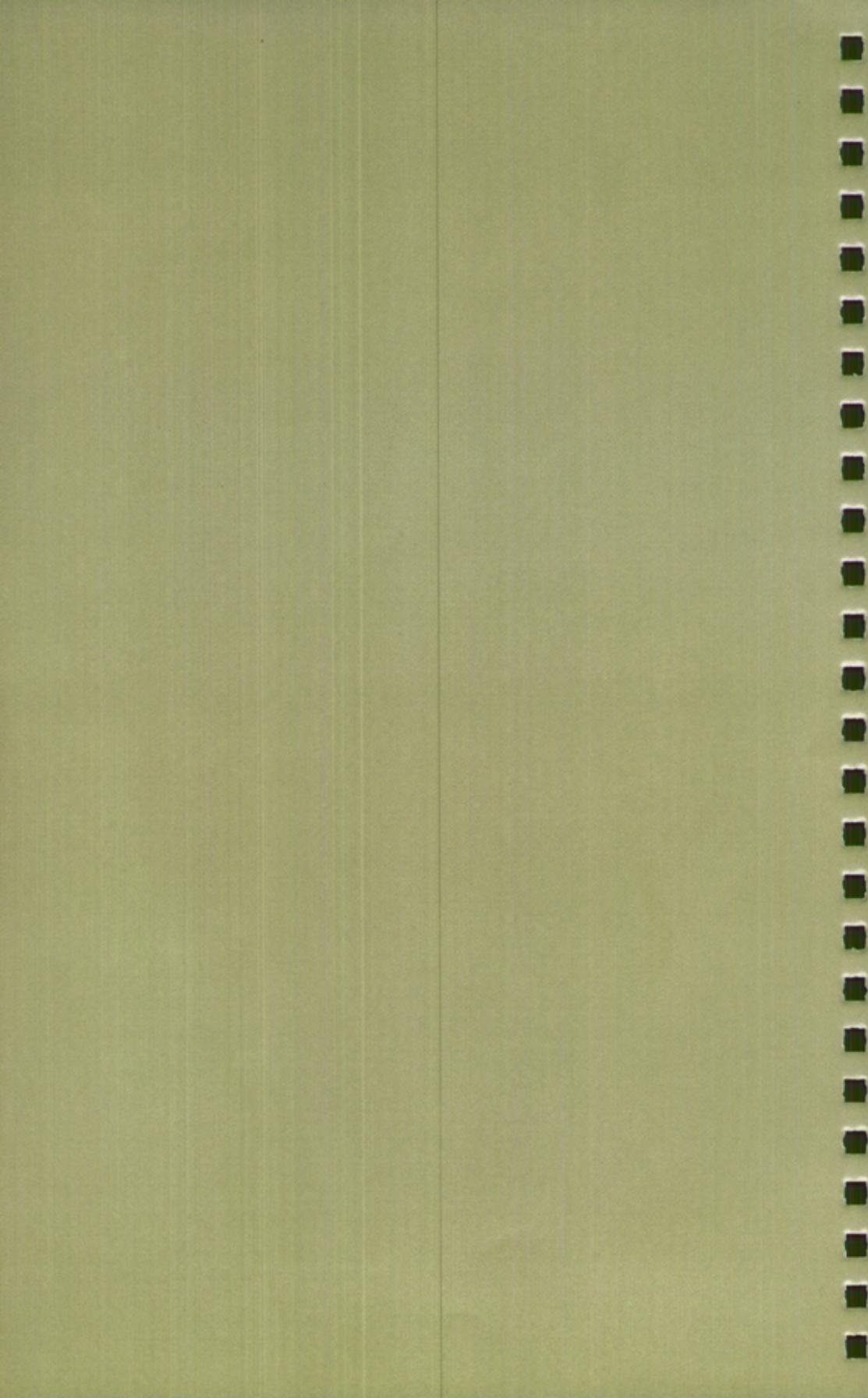
Un rapporto che, attraverso un contatto autentico con la natura, ci riequilibria con noi stessi, con il nostro stile di vita. I profumi, le sensazioni, i colori del bosco hanno su di noi un effetto rilassante e rivitalizzante, ci permettono di affrontare meglio le difficoltà quotidiane e di riporre al centro della nostra vita quella naturalità fondamentale per uno stile di vita sano.

Chi vive la passione dei funghi conosce bene questi aspetti, che oltre a ricollegarci alle tradizioni gastronomiche del territorio, ci permette di godere di bellezze naturalistiche e paesaggistiche. Questo quaderno si propone di costituire un punto di riferimento ed un utile strumento per l'amante della ricerca dei funghi, su cui annotare i luoghi, le situazioni climatiche, il momento dell'uscita e qualsiasi altra particolarità possa costituire un elemento di conoscenza e scoperta da utilizzare, poi, in futuro.

Sono certo che gli appassionati dei funghi apprezzeranno questo libricino; comunque, se dovesse accadere di non trovare nemmeno un fungo, non dobbiamo provare imbarazzo nell'uscire dal bosco con il canestro vuoto. L'importante, al di là di ogni facile retorica, è aver rispettato l'ambiente, non aver recato disturbo agli abitanti del bosco ed aver goduto delle bellezze della natura senza aver lasciato traccia.

ASSESSORE ALLE POLITICHE
DELL'AGRICOLTURA, AMBIENTE,
CACCIA E PESCA

On. Sergio Urilli



Indice



• Quando, dove e come si raccolgono i funghi	pag. 7
• Curiosità, detti e false verità	pag. 11
• Itinerari consigliati	pag. 15
• Intossicazione e primo soccorso	pag. 19
• I funghi più comuni:	
<i>Amanita caesarea/ovolo buono</i>	pag. 25
<i>Boletus edulis/porcino</i>	pag. 27
<i>Boletus aereus/porcino nero</i>	pag. 29
<i>Boletus aestivalis/porcino estivo</i>	pag. 31
<i>Cantharellus cibarius/galletto</i>	pag. 33
<i>Craterellus cornucopioides/trombetta di morto</i>	pag. 35
<i>Clitocybe geotropa/calice</i>	pag. 37
<i>Calocybe gambosa/prugnolo</i>	pag. 39
<i>Agrocybe aegerita/pioppino</i>	pag. 41
<i>Agaricus arvensis/prataiolo</i>	pag. 43
<i>Morchella esculenta/spugnola</i>	pag. 45
<i>Macrolepiota procera/mazza di tamburo</i>	pag. 47
<i>Pleurotus ostreatus/orecchione</i>	pag. 49
<i>Pleurotus eryngii - var. ferulae/ferlengo</i>	pag. 51
<i>Armillaria mellea/chiodino</i>	pag. 53
<i>Russula virescens/colombina verde</i>	pag. 55
<i>Russula cyanoxantha/colombina maggiore</i>	pag. 57
<i>Hygrophorus russula/catenario rosso</i>	pag. 59
<i>Suillus luteus/pinarolo</i>	pag. 61
<i>Lactarius deliciosus/sanguinello</i>	pag. 63
• Le schede	pag. 65



Quando, dove e come si raccolgono i funghi



LA PRIMAVERA E L'AUTUNNO sono i periodi in cui si trovano i funghi, ma attenzione alle piogge estive.

Se si verifica un luglio piovoso o se in agosto iniziano "fastidiose piogge" seguirà una esplosione di funghi.

Quando si avvicina l'epoca propizia bisogna stare attenti a tutti gli indizi.

I ricercatori più esperti sono assai gelosi ed estremamente discreti, ma finiscono presto con il tradirsi. Sono un pò come i cacciatori: la preda è importante ma anche i **racconti** vogliono la loro parte.

I funghi che compaiono nei ristoranti e nei mercati spesso vengono dall'estero, ma potrebbe anche essere un indizio.

Dove cercare i funghi? La risposta può essere molto facile, troppo facile: **ovunque nei boschi**. E' molto più difficile (psicologicamente, si intende) indicare zone precise. E' un pò come cedere il proprio sangue. Ai principianti si consiglia, anche se è facile solo a dirsi, di accompagnarsi agli esperti dei singoli luoghi. Raccoglitori esperti ce ne sono soprattutto tra coloro che frequentano abitualmente i boschi: taglialegna, guardie forestali, guardiacaccia, guardie provinciali e comunali.

Il raccoglitore esperto agisce però in solitudine, **non ama la compagnia**. Non c'è prezzo per farsi accettare da un raccoglitore esperto, occorrono occasioni e scambi del tutto particolari, al di fuori della norma. Iniziare in compagnia è sempre più sicuro ed anche più divertente.

Ricordate che **non è poi tanto improbabile perdersi** anche nei piccoli boschi. Cercate di prefissarvi e di seguire una via determinata.

Nell'abbigliamento non ci sono regole precise, ovviamente non importa dare consigli sulla biancheria intima, ma ricordatevi di **calzare scarpe comode e robuste**, possibilmente alte per evitare morsi di vipere e punture di insetti. Gli stivali di gomma sono da sconsigliare per la scarsa traspirazione. Gli indumenti tra i rovi rischiano di rovinarsi ed è sempre indicato **usare abiti leggeri e resistenti**, da adibire a questo uso. Ricordatevi che uscendo dal bosco sarete pieni di foglie, di spine, di insetti. Attenzione (nel caso di fungaroli maschi) tornando a casa, alle mogli!



La raccolta dei funghi

I funghi vanno riposti, già durante la raccolta, in appositi canestri sia per lasciare cadere le spore fungine, sia per conservarli meglio. Nelle buste di plastica (che oltretutto sono vietate dalla legge) ridurreste i funghi in poltiglia rovinandone l'aspetto e compromettendone la commestibilità. Se vi sembra imbarazzante entrare nel bosco con un ingombrante canestro e soprattutto se vi disturba uscire dal bosco, come spesso accade, con un ingombrantissimo canestro vuoto, potete usare le retine che si

usano per la spesa. Fate però attenzione di riporvi prima dei funghi qualche foglia di felce che tenga aperta la rete e faccia traspirare i funghi.

Ultima, ma non secondaria raccomandazione: quando entrate in un bosco procuratevi un bastone per sollevare le foglie ma non rastrellate il sottobosco.

Un buon raccoglitore deve uscire carico di funghi (il quantitativo massimo previsto dalla legge è comunque tre chilogrammi) ma non deve lasciare tracce nel bosco.



Il raccoglitore agisce
in solitudine

generalmente, i funghi
escono dopo abbondanti piogge



Curiosità, detti e false verità



IL MONDO DEL FUNGAROLO è particolarmente contraddittorio, non regolato da parametri certi e facilmente quantificabili, molto poco scientifico ed altamente soggettivo; in poche parole è vero tutto ed il contrario di tutto. Sono però proprio queste caratteristiche che lo rendono ricco di attrattive, particolarmente per chi si avvicina per la prima volta a questa eccitante avventura che è la raccolta dei funghi.

Iniziamo col dire che sì, in linea di massima, i funghi escono dopo abbondanti piogge e con temperature dell'aria e del terreno generalmente alte, ma ciò è vero solo per alcune specie di funghi; ne esistono talmente tante altre che prediligono differenti condizioni ambientali per cui alla fine.....non esiste alcuna regola certa. Una piccola ma fondamentale verità che di solito non è riportata nei vari testi micologici, ma che è ben conosciuta dai fungaroli incalliti, può essere riassunta nella teoria della "calla-fredda": in poche parole consiste in una variazione repentina della temperatura, dal caldo al freddo e viceversa, che favorisce la germinazione delle spore, probabilmente facilitando la rottura della membrana protettiva delle stesse, particolarmente resistente alle normali condizioni ambientali. La teoria è ben applicabile alla specie più ambita dal fungarolo, ossia il re porcino. Ciò potrebbe spiegare anche il fatto che, in genere, **i primi porcini della stagione** si raccolgono in estate in montagna (oltre i 1000 metri di altitudine); ad esempio, nella provincia di Roma, nei boschi di monte Livata e monte Autore.

E' proprio in altura, infatti, che si verifica in estate la calla-fredda dato che, nel-



In alto: un tipico esempio di "cerchio delle streghe".

A destra: raccolta di prugnoli

l'arco delle 24 ore, si registra una forte escursione termica tra il giorno, in cui il sole riscalda fortemente il terreno e la notte, durante la quale la temperatura scende repentinamente. Nello stesso periodo la "calla fredda" non si verifica ad altitudini inferiori, dove la temperatura si mantiene più costante nell'arco delle ventiquattrore.

Tale fenomeno comincia invece a riscon-

trarsi più in basso solo in autunno, per cui nelle zone collinari, i porcini appaiono proprio in questa stagione.

Secondo un detto molto in uso tra i fungaroli, un fungo avvistato arresta la sua crescita.

A conferma di questa teoria, infatti, ognuno di noi (chi non lo ha fatto!) generalmente ricopre con foglie od altro un fungo di piccole (ma veramente piccole) dimensioni, nella speranza di trovarlo ben cresciuto il giorno dopo. Succede di solito che, **tornando sul posto** e scostando le foglie ci si accorge che il fungo non è cresciuto affatto, oppure, ahimè, è stato sottratto da qualche predatore più furbo. Una spiegazione plausibile alla prima ipotesi è che il cercatore abbia danneggiato l'ambiente fungino, calpestando il sottobosco ed il micelio, provocando l'arresto della crescita del fungo.

"Quando la terra fuma" è tra i detti più comuni che indicano una buona "cacciata" di funghi. E' abbastanza facile intuire che questa situazione può corrispondere a verità in quanto il fumo della terra altro non è che l'umidità che si condensa e che rimane insistentemente sui boschi di fondovalle in assenza di vento, creando quelle condizioni ambientali favorevoli alla produzione fungina.

L'altro proverbio popolare: "a maggio l'assaggio" indica la prima uscita dei porcini nel periodo fine primavera-inizio estate, sempre che ci siano state in precedenza abbondanti piogge. Il detto è riferito probabilmente al *Boletus reticulatus* che, tra le varie specie di porcini, è quello che compare per primo.

Il detto "inverno nevoso - estate fungosa" può essere spiegato grazie al fatto che il manto di neve produce un effetto di **salvaguardia del micelio**, proteggendolo dagli eccessivi abbassamenti delle temperature invernali; a primavera poi, in

seguito al disgelo, il terreno rimane bagnato a lungo e si verificano pertanto le condizioni ideali di umidità favorevoli all'accrescimento del micelio.

Altre curiosità di questo complesso e contraddittorio universo dei fungaroli è il cosiddetto **"cerchio delle streghe"**. Rappresenta un particolare sistema di crescita di alcune specie di funghi, tra i quali i prataioli di montagna, le mazze di tamburo, gli straordinari ed altri ancora.

Tale forma di sviluppo non è dovuta al passaggio notturno di streghe e folletti nel bosco, bensì al fatto che il micelio si accresce radialmente ramificandosi in tutte le direzioni; quindi con il tempo il micelio si espande colonizzando sempre più il terreno circostante, mentre al centro invecchia e muore. Il fatto che l'erba appaia però rigogliosa all'esterno del cerchio o, più frequentemente, di un arco, è dovuto alla mineralizzazione del terreno grazie al rilascio delle sostanze di rifiuto del micelio in crescita. All'interno del cerchio, invece, l'erba appare ingiallita perchè il micelio, probabilmente, a causa del fitto intreccio delle ife fungine, non lascia filtrare l'acqua necessaria.



nella provincia di Roma esistono
numerosi ottimi posti

Itinerari consigliati



Veduta del lago di Bracciano.

RENDERE NOTI I POSTI MIGLIORI ove andare a raccogliere i funghi è senza dubbio un'impresa ardua, anche perchè, come è facile immaginare, si può incorrere nelle ire dei fungaroli locali che gelosamente si tramandano le migliori "piazzole". Quindi, senza svelare i punti precisi che, peraltro, non indicheremmo nemmeno al nostro migliore amico od amica, ci sembra corretto nei confronti di chi inizia per la **prima volta** la ricerca dei funghi, fornire alcune indicazioni di massima sugli itinerari più consolidati, le così dette "*madri dei funghi*".

La "mamma" dei funghi per eccellenza del centro Italia è la zona dei Monti della Laga denominata "*il ceppo*", raggiungibile dalla strada statale S.S. Salaria, percorrendo, all'altezza di Acquasanta, la strada per Unito.

Nella provincia di Roma esistono numerosi ottimi posti; addirittura è possibile incontrare "favolosi" porcini ed ovoli non lontano dal centro di Roma, più precisamente all'interno del parco urbano del Pineto, sotto le querce da sughero che si affacciano su via Damiano Chiesa.

Percorrendo un pò più di chilometri, nella zona a nord ovest di Roma, si possono indicare **tre itinerari classici**.

Il primo comprende tutti i boschi che si affacciano sul lato nord del lago di Bracciano, in particolare, percorrendo la strada Settevene-Palo, appena dopo il bivio per Trevignano, in direzione Bracciano, si prende il bivio per Sutri e, dopo circa due km di curve in salita, si incontra sulla sinistra il campo sportivo di Trevignano nei cui pressi è possibile lasciare la macchina; a proposito, una vecchia



“dritta” consiste nel cercare i funghi dietro il campo sportivo o dietro il cimitero del paese.... chissà poi per quali motivi. Forse perchè sono sempre situati a nord. La ricerca può dare i primi frutti sotto i grandi lecci isolati che si incontrano all’inizio, ma si consiglia di arrivare fino alla sommità della montagnola di “Rocca Romana”, la cui denominazione deriva dalla presenza dell’antico rudere situato sulla sommità del colle. Se la raccolta è stata scarsa ci si può sempre consolare con la splendida vista del lago contornato da **boschi secolari** di quercia e castagno. Sempre in zona un ottimo posto da porcini, ovoli e galletti, è costituito dai boschi in prossimità dell’**acquedotto di Manziana**. Per raggiungerlo basta entrare nella cittadina di Manziana percorrendo la S.P. Braccianese Claudia; appena dopo la piazzetta del paese imboccare sulla destra la stretta strada in discesa che porta all’acquedotto; appena dopo aver attraversato la ferrovia, iniziare la ricerca inoltrandosi fino ai castagneti di Oriolo.

Nella zona di Tolfa i boschi di leccio, castagno e gli scopeti (erica) sono famosi per i porcini ma soprattutto per gli ovoli. Dopo Manziana in direzione Oriolo, prendere il bivio per Tolfa e, dopo aver oltrepassato il ponte di Rota sul fiume Mignone, percorrere circa due chilometri in salita. Sulla destra un cartello turistico corroso (se c’è ancora) indica le rovine del cimitero romano, lontane altre due

chilometri dal cartello. Iniziare la ricerca subito in **prossimità delle rovine** ma si può anche proseguire lungo la strada sterrata che scende in direzione opposta. Ad est di Roma il Sublacense ed i boschi che si affacciano sulla via Empolitana, in prossimità dei paesi di Gerano, S.Vito, Capranica e Bellegra sono considerati tutti ricchi di funghi.

Fra tutti possiamo indicare le colline in zona "*Vacchereccia*", in prossimità delle "*Grotte dell'Arco*". Da Bellegra andare verso Roiate e circa un chilometro prima del bivio per Roiate, sulla sinistra, inoltrarsi lungo una strada sterrata indicata da apposito cartello, che porta all'ingresso delle "*Grotte dell'Arco*"; proseguire in discesa oltre le grotte fino ad arrivare al termine della strada sterrata. Tutte le collinette sulla destra, per intenderci quelle esposte al sole, sono particolarmente indicate per **porcini di quercia e castagno**.

A sud di Roma, senza arrivare fino al parco del Circeo, ove peraltro la raccolta di funghi è particolarmente regolamentata e controllata (quindi sconsigliata), è possibile tentare qualche sortita nel bosco dei "*tre cancelli*", a pochi km da Anzio. E' una zona tipica di macchia mediterranea, costituita da grandi lecci isolati, quercia e soprattutto fitti scopeti e corbezzoli. Da Roma si raggiunge percorrendo la S.P. Pontina fino al bivio per Anzio e, poco prima di entrare in città, girando a sinistra al primo semaforo. La strada costeggia tutto il lato nord del bosco che, peraltro, è abbastanza limitato come estensione e può essere attraversato abbastanza facilmente da un lato all'altro.



In alto: i Monti della Laga.

Al centro: un singolare esemplare di porcino doppio.

In basso: veduta di Gerano.

A sinistra: ambiente di alto corso fluviale.



Amanita pantherina.

Intossicazione e primo soccorso



Amanita muscaria

IL NUMERO DI RICHIESTE di informazione ai centri antiveleni, in seguito all'applicazione della Legge Regionale 32/98, è notevolmente diminuito anche se si registrano ancora diversi casi di intossicazioni con esiti mortali. Esiste una notevole variabilità annuale collegata alle specifiche condizioni climatiche che consentono la crescita e lo sviluppo dei funghi in generale e di alcune specie in particolare.

Gli avvelenamenti da funghi si sono susseguiti con tragica regolarità attraverso i secoli. Si sapeva che i funghi potevano procurare la morte e tutti gli autori di storia naturale o di medicina hanno scritto od accennato a questa probabilità. Per secoli si è creduto che moltissime specie fossero **velenose e mortali**, e che anche le specie mangerecce potessero diventare venefiche crescendo in vicinanza di chiodi rugginosi o di serpi. Solo in tempi relativamente recenti il numero dei funghi velenosi è risultato piuttosto ridotto e quelli sicuramente mortali limitati a poche unità.

L'avvelenamento da funghi è causato da **specifiche tossine** contenute in alcuni funghi capaci di causare lesioni a carico di alcuni organi ed apparati (fegato e reni in particolare).

Come in tutte le situazioni di emergenza, anche nell'intossicazione da funghi, la **tempestività** e soprattutto l'adeguatezza del primo intervento sono spesso determinanti per un esito favorevole della malattia. In caso di avvelenamento consultare il proprio medico o il centro antiveleni più vicino.

E' importante individuare la specie di fungo che ha causato l'intossicazione per impostare la **terapia appropriata**; per risalire all'identificazione del fungo è importante acquisire residui di alimento nel piatto o campioni del vomito dell'infortunato. E' inutile provocare il vomito o somministrare purganti se sono



trascorse più di otto ore dall'ingestione, si deve comunque **idratare** il paziente offrendogli da bere acqua o soluzioni con integratori di elettroliti.

Hypoloma fasciculare.

Centri antiveneni e Ispettorati micologici

CENTRI ANTIVELENI

Centro antiveneni Policlinico Gemelli - Roma

Centro antiveneni Policlinico Umberto I - Roma

Centro di rianimazione Ospedale San Camillo - Roma

ISPETTORATI MICOLOGICI NEL LAZIO

AUSL RM/B

• Dip. Prevenzione - sede di Roma - Via Battista Bardanzellu, 8 - Tel. 06.41434903/30

AUSL RM/C

• sede di Roma - Via Marotta, 11 - Tel. 06.51001

AUSL RM/F

• Dip. Prevenzione - sede di Bracciano - Via Trento - Tel. 06.99890207

• Direz. e Ispettorato - sede di Civitavecchia - Via Terme di Traiano, 39 - Tel. 0766.591419

AUSL RM/G

• Dip. Prevenzione - sede di Colleferro - Via Artigianato, 7 - Tel. 06.9701535

• Dip. Prevenzione - sede di Guidonia - Via F.lli Gualandi, 35 - Tel. 0774.353460

• Dip. Prevenzione - sede di Monterotondo - Via M. Grappa, 60 - Tel. 06.90080053

• Dip. Prevenzione - sede di Palestrina - Via P. S. Martino, 35 - Tel. 06.95322480

• Dip. Prevenzione - sede di Subiaco - Largo Mazzini, 5 - Tel. 0774.824134

• Dip. Prevenzione - sede di Tivoli - Via Galli, 39 - Tel. 0774.3164643

AUSL RM/H

• Dip. Prevenzione - sede di Albano Laziale - Piazza della Rotonda, 4 - Tel. 06.93275323

• Dip. Prevenzione - sede di Genzano di Roma - Via Ospedale Vecchio, 2- Tel. 06.93273756

AUSL FROSINONE

• sede di Frosinone - Città della Salute - Via A. Fabi - Tel. 0766.821809

AUSL RIETI

• Dip. Prevenzione - sede di Rieti - Viale Matteucci, 9 - Tel. 0746.278641





i funghi più comuni

In questa sezione
vengono illustrati
i funghi più conosciuti
e ricercati nella
provincia di Roma





Habitat

Boschi di latifoglia, soprattutto castagneti.

Periodo

Generalmente compare in autunno insieme agli ultimi porcini.





Amanita caesarea

[*ovolo buono*]

Descrizione

Nelle forme giovanili assume la caratteristica forma ad uovo. La legge ne vieta la raccolta quando il velo generale avvolge completamente il fungo a causa della sua possibile confusione con l'*Amanita phalloides*. Il velo parziale, lacerandosi, forma un vistoso anello membranoso. La forma del cappello è dapprima sferica, poi spianata.

Colore giallo arancio. Lamelle molto fitte, spesse e di colore giallo. Il gambo è inizialmente ingrossato alla base, poi cilindrico, pieno, carnoso, di colore giallo. La volva è ampia, persistente, bianca. La carne è bianca e tenera.

Specie simili

Si può confondere con l'*Amanita muscaria* e con l'*Amanita muscaria* var. *aureola*, entrambe tossiche. L'*Amanita muscaria* differisce per il colore rosso acceso del cappello e per le abbondanti verruche bianche; inoltre lamelle e gambo sono bianche. Nell'*Amanita muscaria* var. *aureola* il colore del cappello è simile a quello dell'*ovolo* e generalmente non presenta verruche ma le lamelle e il gambo sono di colore bianco.

In cucina

Ottimo fungo che, per il profumo e il sapore delicato, si presta ad essere consumato crudo, in "insalata", con scaglie di parmigiano, noci, olio, sale e prezzemolo.

la ricetta

Ovoli e patate in casseruola

Ingredienti per 4 persone: 500 g di patate • 8 cappelli di ovoli • 8 foglie di alloro
• olio d'oliva • sale e pepe

In una casseruola versate dell'acqua fredda, mettetela sul fuoco, appena si alzerà il bollore, salate. Nel frattempo con un telo inumidito pulite i cappelli dei funghi senza romperli. Pelate le patate, tagliate 8 rondelle di circa 2 cm di spessore, tuffate nell'acqua e lasciate cuocere per 10 minuti: dovranno risultare ancora al dente; estraete con un mestolo e appoggiate su un piatto coperto con un foglio di carta bianca da cucina che assorbirà l'acqua in eccesso. Oliate bene il fondo di una pirofila, cospargetelo con pochissimo sale e un pizzico di pepe. Sistemate nel recipiente le fette di patate, irrorate con un po' d'olio e sale; appoggiate su ognuna una foglia di alloro e su queste un cappello di fungo, condite anch'esso con un po' di olio, sale e pepe; coprite ermeticamente il recipiente con un foglio di alluminio e passate nel forno già caldo a 200° per circa mezz'ora.

**Habitat**

Specie diffusissima in ambienti molto diversi, cresce nei boschi di latifolia ed aghifolia e nelle radure limitrofe. Nei boschi di castagno il cappello assume generalmente una colorazione più chiara (color cuoio), mentre nei querceti sono più diffuse le forme con colori più scuri.

Periodo

Inizio estate sino ad autunno inoltrato.





Boletus edulis *[porcino]*

Descrizione

Il cappello, costituito da carne compatta, presenta una tipica forma emisferica negli individui giovani e convessa negli adulti. Colore variabile dal marrone chiaro al bruno. La cuticola può essere rugosa, umida, grinzosa specialmente nella zona marginale. La parte inferiore del cappello è formata da tubuli compatti, facilmente staccabili, bianchi negli individui giovani e verdastri negli adulti. Il gambo è formato da carne soda e compatta. Inizialmente di forma globosa, ingrossata alla base, poi cilindrica. Di colore chiaro, ornato da un caratteristico reticolo ben visibile nella parte superiore del gambo. La carne, di colore bianco come quella del cappello, non vira al taglio.

Specie simili

L'unico boleto considerato tossico (seppure in alcune regioni d'Italia come la Sicilia si consuma abitualmente) è il *Boletus satanas*, inconfondibile per la colorazione bianco sporco del cappello e reticolo rosso su fondo giallo del gambo. E' possibile confonderlo con il *Boletus felleus*, amarissimo ma non tossico, che presenta imenio con pori più larghi e reticolo più ampio.

In cucina

E' possibile cucinarlo in mille modi. Gli esemplari adulti possono essere seccati, conservati ed utilizzati per condimento di primi, specialmente risotti. Si sconsiglia la conservazione sott'olio che neutralizza il sapore; meglio conservarli secchi o congelati, tagliati a cubetti.

la ricetta

Insalata di funghi porcini agli aromi

Ingredienti: 600g di porcini • una foglia di alloro • 4 bacche di ginepro • un ciuffo di maggiorana • uno spicchio d'aglio • un cipollotto • un cucchiaino di succo di limone • olio

Affettate sottilmente il cipollotto e l'aglio, metteteli in un pentolino con 6 cucchiaini d'olio, unite le bacche di ginepro, qualche granello di pepe e la foglia di alloro. Fate scaldare su fuoco basso finché cipollotto e aglio saranno appassiti (non devono assolutamente soffriggere). Spegnete il fuoco, fate raffreddare, unite la maggiorana e lasciate riposare per ore. Affettate i porcini, spruzzateli con il succo di limone, insaporiteli con una presa di sale e un'abbondante macinata di pepe e conditeli con l'olio aromatico filtrato attraverso un colino. Distribuite l'insalata di funghi nei piatti individuali e servite.



Habitat

Boschi di latifoglie, generalmente nei querceti.
La sua distribuzione geografica è più concentrata nell'Italia centromeridionale.

Periodo

Stagione avanzata, fino a novembre.





Boletus aereus

[porcino nero]

Descrizione

Da giovane il cappello presenta forma emisferica che diventa piana negli adulti. La cuticola è vellutata, di colore bruno scuro, quasi nerastra.

Il colore dei tubuli è inizialmente bianco, persistente sino a maturazione, in seguito giallo-verdastro.

Il gambo è inizialmente di forma sferica, bulboso, poi cilindrico, di consistenza soda, con il caratteristico reticolo, molto marcato. La carne del gambo, come quella del cappello non cambia colore al tatto o al taglio.

Specie simili

Si può confondere con il *Boletus edulis*, dal quale si distingue per il colore più scuro, per la superficie vellutata del cappello e per il reticolo generalmente più marcato e di colore rossastro.

In cucina

Considerato da tutti eccellente, può essere consumato sia crudo, in insalata, che trifolato in padella o al forno o alla brace. Per il suo profumo e sapore intenso viene anche utilizzato nei "misti".

la ricetta

Parmigiana di porcini

Ingredienti: 1 kg di porcini non troppo piccoli • 500 g di patate lessate al dente • 400 g di pomodori • uno spicchio d'aglio • 4 cucchiaini d'olio • 200 g di parmigiano grattugiato • 2 rametti di basilico • sale e pepe

In un tegame fate dorare nell'olio l'aglio, unite i pomodori pelati, privati dei semi e tagliati a tocchetti, salate, pepate e cuocete su fuoco basso per circa 20 minuti. Tagliate a fette di circa un cm di spessore i funghi e a fette di 5 mm circa, le patate. Distribuite sul fondo di una teglia 2 cucchiaini di sugo di pomodoro, disponetevi sopra uno strato di patate, salate leggermente, poi fate uno strato di funghi e spolverizzate di parmigiano. Proseguite con gli strati fino ad esaurimento degli ingredienti, terminando con la salsa di pomodoro, col parmigiano e foglie di basilico. Cuocete in forno già caldo a 180° per circa 30 minuti.

**Habitat**

Specie diffusissima in ambienti molto diversi, cresce nei boschi di latifoglia ma anche sotto aghifoglia e nelle radure limitrofe. Nei boschi di castagno il cappello assume generalmente una colorazione più chiara (color cuoio), mentre nei querceti sono più diffuse le forme con colori più scuri.

Periodo

Inizio estate sino ad autunno inoltrato.





Boletus aestivalis

[porcino estivo]

Descrizione

Il cappello, costituito da carne compatta, presenta una tipica forma emisferica negli individui giovani e convessa negli adulti. Colore variabile dal marrone chiaro al bruno. La cuticola del cappello, inizialmente rugosa, tende a screpolarsi marginalmente, specie in condizioni di siccità. La parte inferiore del cappello è formata da tubuli compatti, facilmente staccabili, bianchi negli individui giovani e verdastri negli adulti. Il gambo, formato da carne soda e compatta, è ornato da un caratteristico reticolo ben visibile nella parte superiore del gambo. La carne, di colore bianco come quella del cappello, non vira al taglio.

Specie simili

Si distingue dal boletus edulis per la colorazione tendenzialmente più scura.

In cucina

Tra le quattro specie di porcini (*B. edulis*, *aereus*, *pinicola* ed *aestivalis*) è forse quello meno apprezzato per il sapore e odore non particolarmente intenso, specialmente se cresciuto sotto faggio; comunque la consistenza delle carni, la forma regale e le dimensioni a volte notevoli, contribuiscono a renderlo una delle prede più ambite.

la ricetta

Crespelle ai porcini

Ingredienti: 60g di farina saraceno • 35g di farina bianca • un uovo • un albume • 1,5l di latte • burro • un pizzico di peperoncino • 150g di prosciutto cotto affumicato • 150g di fontina • 300g di porcini • 4 cucchiaini d'olio • uno spicchio d'aglio • un cucchiaio di prezzemolo tritato • 2dl di besciamella • 3 cucchiaini di Grana Padano grattugiato • sale e pepe

Preparate le crespelle: mescolate i 2 tipi di farina, unitevi il peperoncino, l'uovo e l'albume, il latte e 2 o 3 cucchiaini di acqua: salate, amalgamate il tutto e lasciate riposare per circa un'ora. Con il composto preparate le crespelle cuocendole una alla volta in un padellino antiaderente leggermente imburato. Fate trifolare i funghi affettati per circa 20 minuti nell'olio, con uno spicchio d'aglio, sale e pepe e unite il prezzemolo tritato. Disponete le crespelle sul tagliere e farcitele con una fettina di prosciutto, la fontina a fettine e i funghi trifolati. Ripiegate ogni crespella in 4 e disponetele in una teglia sul cui fondo avrete distribuito un velo di besciamella, poi nappatele con la besciamella rimasta, cospargetele di Grana e distribuite in superficie fiocchetti di burro. Cuocete in forno già caldo a 180° per 25 minuti.



Habitat

Comune in tutti i boschi, principalmente su latifoglia.

Periodo

Estate-autunno.





Cantharellus cibarius

[galletto]

Descrizione

Il cappello ha la forma dapprima convessa, poi schiacciata e infine imbutiforme. La consistenza è soda, talvolta fibrosa. Il colore varia dal bianco-giallastro al giallo-arancio.

Il margine del cappello è irregolare. Non presenta delle vere lamelle ma venature o pseudolamelle decorrenti, forcate. Il gambo ha forma cilindrica, più o meno irregolare, dello stesso colore del cappello.

Specie simili

Non può essere confuso con nessuna specie tossica. Si può confondere con altri funghi del genere *Cantharellus*, simili e tutti mangerecci. Altra specie simile è l'*Hydnum repandum*, commestibile anche se non di grande qualità, il quale però presenta sotto il cappello un imenoforo non lamellare ma a forma di aculeo.

In cucina

È un ottimo commestibile. Può essere cucinato "trifolato" con soffritto di aglio, olio e peperoncino ma si consiglia di consumarlo nei condimenti per primi in bianco ma soprattutto con il pomodoro, che ne smorza il sapore acidulo.

la ricetta

Riso pilaf ai galletti

Ingredienti: 400 g di galletti • 500 g di riso • 50 g di burro • 3 cucchiai d'olio • 100 g di cipolle • prezzemolo tritato • 1 conf. piccola di panna • 50 g di parmigiano • 1 dado da brodo • 1 bustina di zafferano

Preparate 1 litro di brodo con il dado. Pulite i funghi, lavateli e tagliateli a pezzetti. Tritate la cipolla. In un tegame mettete l'olio e un cucchiaio di cipolla tritata finissima. Fate ammorbidire lentamente senza rosolare. Aggiungete i funghi, girateli bene e copriteli con un coperchio. Aggiungete un mestolo di brodo e fateli cuocere 5 minuti. In una teglia pirofila mettete metà burro e la rimanente cipolla tritata e fatela ammorbidire lentamente. Aggiungete il riso e fate imbiondire. Unite i funghi semicotti col liquido rimasto e lo zafferano, mescolate bene, versate il brodo rimasto, salate. Coprite la teglia col coperchio e mettete in forno già caldo a 200 gradi per 20 minuti. In un tegamino sciogliete il burro rimasto, la panna, il parmigiano ed il prezzemolo. Quando si toglie la teglia dal forno, il riso dovrebbe essere cotto al dente e completamente asciutto. Giratelo molto delicatamente con una forchetta e unitevi la salsa di burro e panna. Servite ben caldo.



Habitat

Cresce a gruppi, nei boschi di latifoglie, sovente nel muschio.

Periodo

Autunno inoltrato.



Craterellus cornucopioides

[*trombetta di morto*]

Descrizione

Specie di piccole dimensioni, imbutiforme con cavità centrale molto marcata. Il gambo è sottile ed elastico, di colore grigio-cenere. Il cappello, a margine sottile, ripiegato verso il basso, è di colore grigio-nerastro. Imenoforo liscio. Consistenza della carne coriacea e membranosa.

Specie simili

Specie di facile identificazione; può essere confuso con *Cantharellus cinereus*, per altro commestibile, che però presenta un imenoforo a venature simili a quelle del galletto.

In cucina

E' un buon commestibile, anche se poco carnoso. Dal profumo intenso, viene essiccato e polverizzato per essere usato come condimento.

la ricetta

Trombette di morto e indivia

Ingredienti: 700 g di indivia belga dalla quale avremo eliminato le prime foglie • 60 g di burro • il succo di 2 limoni • 2 scalogni • 500 g di trombette da morto • 150 g di panna fresca • sale • pepe nero • noce moscata.

Con un coltellino togliete il cuore (troppo amaro) dai cespi di indivia; lavateli, asciugateli e tagliateli in due per la lunghezza. In una padella fondete circa la metà del burro, aggiungete l'indivia, bagnate con metà del succo di limone e cuocete a fuoco basso per circa 8 minuti. Tritate gli scalogni e fateli appassire a fuoco lento con il rimanente burro in un'altra padella. Togliete dal fuoco e lasciate intiepidire. Immergete i funghi per 10 minuti in acqua fredda e bicarbonato, sciacquateli ripetutamente sotto acqua corrente, lasciateli scolare bene. Tagliateli per il lungo in due, uniteli allo scalogno con il restante succo di limone, salate e cuocete sino ad evaporazione dell'acqua di vegetazione. Aggiungete le indivie e la panna, aggiustate di sale, pepe e noce moscata, mescolate accuratamente e cuocete rimessando sino a che la salsa si sarà ben ridotta. Togliete dal fuoco e servite ben caldo.



Habitat

Cresce nelle radure ai margini dei boschi di latifolia.

Periodo

Tardo autunno-inizio inverno.



Clitocybe geotropa

[calice]

Descrizione

Fungo di medie-grandi dimensioni dal colore ocre, giallo arancio sia del gambo che del cappello, con carne bianca di sapore ed odore gradevole. La forma del cappello è dapprima convessa, poi piana ed infine imbutiforme; tipico è l'ombone negli individui giovani. Il gambo è allungato, robusto, ingrossato alla base. Le lamelle sono fitte, leggermente decorrenti e bifide.

Specie simili

Simile è la *Clitocybe infundibuliformis* (imbutino) anche se di dimensioni nettamente inferiori.

In cucina

E' un ottimo commestibile, molto ricercato ma da un numero limitato di intenditori. Si presta ad essere consumato sott'olio.

la ricetta

Zuppa di funghi

Ingredienti: 300 g di *Clitocybe geotropa* • mezza cipollina • prezzemolo • un pizzico di timo • 50 g di burro • parmigiano • un litro di brodo • mezzo bicchiere di panna • 16 fettine di pane abbrustolito • sale e pepe

Strofinare i funghi con un telo per pulirli e affettarli. Mettete in una pentola a pressione il burro, la cipolla tritata e, dopo un minuto i funghi e il prezzemolo tritato; salate, pepate, insaporite con il timo e versate sui funghi il brodo. Coprite. All'inizio del sibilo abbassate al minimo la fiamma e da questo momento calcolate 8 minuti circa di cottura. Scoperchiate la pentola, unitevi la panna e il parmigiano, rimescolate e versate la zuppa nei piatti dove avrete messo quattro fettine di pane.



Habitat

Fungo essenzialmente primaverile; cresce nelle radure ed ai margini del bosco.

Periodo

Primavera.





Calocybe gambosa

[prugnolo]

Descrizione

Il cappello è dapprima convesso, poi spianato. Il colore varia dal bianco crema al grigio fulvo. La carne è soda, compatta e dal buon odore fungino e di farina fresca. Il gambo è cilindrico, pieno, corto ed ingrossato alla base, dello stesso colore del cappello.

Specie simili

Si può confondere con l'Entoloma sepium che cresce in ambienti simili ma, appartenendo al genere Entoloma, ha le lamelle di color rosa a maturità; in alcune zone viene denominato spinarolo perchè cresce sotto i rovi e le spinare. Lo spinarolo è comunque un fungo dalle qualità nettamente inferiori rispetto al prugnolo.

In cucina

E' giustamente considerato uno dei migliori funghi commestibili, sia per la compattezza delle carni che per il profumo intenso che lo rendono una primizia primaverile.

la ricetta

Tagliolini ai prugnoli

Ingredienti: 500g di Calocybe gambosa • 700g di tagliolini • 2 spicchi d'aglio • prezzemolo • 5 cucchiaini di olio • sale e pepe

Pulite e lavate i funghi ed affettateli orizzontalmente e molto sottili. La-sciate da parte un pugno di prugnoli e tritateli finemente con la mezzaluna. Mettete l'olio in una padella e fate soffriggere i funghi (da ricordare che i prugnoli non vanno mai fatti cuocere eccessivamente). Nel frattempo preparate anche un trito di prezzemolo e salate i funghi che stanno soffriggendo. Cuocete la pasta in abbondante acqua salata. A cottura ultimata, scolate la pasta e fatela saltare in padella assieme ai funghi aggiungendo anche il trito fine di prezzemolo e i funghi che avevate lasciato da parte.



Habitat

Parassita e saprofita su pioppi, salici e olmi in zone umide e acquitrinose.

Periodo

Dalla primavera all'autunno.





Agrocybe aegerita

[pioppino]

Descrizione

Dapprima sferico, poi leggermente umbonato. Il colore è molto variabile dal beige al marrone scuro. Negli adulti, talvolta la superficie è screpolata. Lamelle fitte dal colore avana o marrone bruciato. Gambo pieno sodo, dalla forma cilindrica più o meno allungata, con anello carnoso, persistente. La carne del gambo è alquanto fibrosa per cui è opportuno tagliarlo ad una certa altezza.

Specie simili

Può essere scambiato con l'*Hipholoma fasciculare*, non commestibile, dall'odore sgradevole, il cui cappello è però di colore giallo zolfo.

In cucina

Il pioppino, per il suo profumo intenso, la consistenza della carne ed il sapore gustoso è giustamente considerato dai buongustai uno dei funghi più prelibati. Viene usato nei condimenti per accompagnare sia i primi che i secondi piatti.

la ricetta

Pesce spada ai pioppini

Ingredienti: 300 g di pioppini • 4 tranci di pesce spada • 2 pomodori ramati • un peperoncino • 2 spicchi d'aglio • prezzemolo tritato • olio • sale e pepe

Pulite le cappelle dei funghi con un panno umido, eliminate la parte terminale del gambo e raschiate la parte rimasta, poi dividete a metà le cappelle e i gambi più grandi. Fate saltare i funghi per 5 minuti in una padella dove avrete dorato con 5 cucchiaini d'olio, sale e pepe, gli spicchi d'aglio sbucciati e il peperoncino spezzettato. Aggiungete i pomodori sbucciati, privati dei semi e ridotti a dadini, un cucchiaino di prezzemolo tritato e insaporite ancora per 2 minuti: spegnete la fiamma ed eliminate l'aglio e il peperoncino. Cuocete il pesce unto d'olio, salato e pepato su una bisticchiera bollente, trasferitelo nei piatti individuali, distribuitevi sopra i funghi e servite.



Habitat

Cresce nei campi, specie se concimati. Molto comune e frequente in tarda primavera, estate ed autunno.

Periodo

Estate-autunno.



Agaricus arvensis

[prataiolo]



Descrizione

Cappello dapprima emisferico, poi convesso, infine piano. Colore dal bianco al grigio. Lamelle fitte, libere, di colore rosa nei giovani e grigio-nerastre negli adulti. Gambo pieno, prima bulboso, poi cilindrico, ingiallente al tocco e con l'età. Anello membranoso, cadente, dentato inferiormente. Carne bianca che, con l'età diventa giallo ocra ad iniziare dal piede. Odore di anice.

Specie simili

L'unico prataiolo tossico è l'*Agaricus xanthoderma*, fungo che si tinge di giallo, specialmente alla base del gambo. E' riconoscibile per il forte odore di inchiostro.

In cucina

Ottimo anche da crudo, in "insalata", condito con olio, sale, pepe e limone. Si presta comunque ad essere cucinato trifolato, al forno, gratinato etc.

la ricetta

Spiedini di prataioli

Ingredienti: 800 g di prataioli • pangrattato • uno spicchio d'aglio • prezzemolo tritato • olio • sale e pepe

Pulite i cappelli dei funghi con un telo umido ed asciugateli per bene.

Preparate del pangrattato unito con una manciata di prezzemolo ed uno spicchio d'aglio tritato finissimo, sale e pepe. Ungete di olio i cappelli dei funghi e passateli, con una leggera pressione, sul pangrattato già preparato.

Sistemateli negli spiedini e fateli cuocere su una griglia, rigirandoli spesso. Se occorre, durante la cottura, ungete i funghi con un poco di olio.

Serviteli ben caldi, accompagnati da un vino rosato.

**Habitat**

Specie tipicamente primaverile, cresce in ambienti umidi, specialmente lungo le rive dei fiumi, su terreni sabbiosi.

Periodo

Primavera.





Morchella esculenta

[spugnola]

Descrizione

Fungo dalla caratteristica struttura del cappello, denominato "mitra", a conformazione alveolare. Colore ocra- nocciola. Il gambo è tozzo, largo, ingrossato alla base, cavo, di colore bianco.

Specie simili

Può essere confusa con la Gyromitra esculenta, specie tossica. Si riconosce per la forma globosa del cappello a struttura "alveolare".

In cucina

Eccellente commestibile dopo cottura, ottima nei risotti. Si presta anche ad essere essiccata.

la ricetta

Risotto alla milanese con morchelle

Ingredienti: 800g di Morchella esculenta • 350g di riso Carnaroli • 30g di burro • 20g di Grana Padano grattugiato • una cipolla • un ciuffo di prezzemolo • una bustina di zafferano • un litro di brodo di pollo • 2 scalogni • sale e pepe

Pulite bene i funghi, riduceteli a tocchetti e cuoceteli in una casseruola a fiamma media per 15 minuti circa con 20g di burro, gli scalogni tritati finemente, una presa di sale e una macinata di pepe. Nel frattempo sbucciate la cipolla, tagliatela a metà, e fatela dorare nel burro rimasto. Aggiungete il riso, rigiratelo bene e appena diventa traslucido bagnatelo via via con il brodo bollente, rigirandolo di tanto in tanto. Qualche minuto prima della fine della cottura unite lo zafferano sciolto in poco brodo. Spegnete il fuoco, eliminate la cipolla e incorporate il grana.

Distribuite il risotto nei piatti individuali, accompagnatelo con le morchelle e cospargetele di prezzemolo.



Habitat

Boschi di latifoglie, radure e prati.

Periodo

Estate-autunno.





Macrolepiota procera

[*mazza di tamburo*]

Descrizione

Nei giovani il cappello è di forma ovale, poi campanulato ed infine ampio leggermente convesso ed umbonato. Presenta larghe scaglie più o meno scure, colore grigio bruno, marrone caffè. Lamelle fitte, ventricose, tendenti al bruno negli adulti. Il gambo è cilindrico allungato, cavo, bulboso, di consistenza fibrosa. Colore marrone screziato. Anello carnoso, scorrevole sul gambo. Si consiglia di staccare subito il gambo, troppo fibroso per essere consumato, in modo da poter trasportare meglio i funghi nel cestino.

Specie simili

E' consigliabile raccogliere solo lepiote di taglia medio grande ed evitare quelle piccole (fino a 8-10 cm di diametro del cappello) confondibili con le specie velenose mortali (Lepiota brunneo incarnata e Lepiota josserandii).

In cucina

Buona "trifolata", ottima fritta in pastella salata.

la ricetta

Cotolette di mazze di tamburo

Ingredienti: Macrolepiota procera • uova • pangrattato • olio o burro • sale e pepe nero

Staccate il gambo dai cappelli e pulite questi ultimi con uno strofinaccio pulito ed umido. Se i cappelli sono molto grandi divideteli in tre o quattro parti. Preparate la mollica di pane grattugiato con un pizzico di sale ed un pò di pepe nero. Sbattete in un piatto due o tre uova, a seconda della quantità dei funghi (ne prendono molto, specialmente dal lato delle lamelle che non devono essere tolte). Procedete come per le cotolette, immergendo uno alla volta i funghi nell'uovo, passateli quindi nella mollica da ambo le parti e friggeteli in olio oppure in burro fuso. Fateli dorare rigirandoli spesso e per pochi minuti. Serviteli caldi e, per chi lo preferisce, con alcune gocce di succo di limone.



Habitat

Specie parassita e saprofita, generalmente su latifoglia.

Periodo

Autunno-inverno.





Pleurotus ostreatus

[orecchione]

Descrizione

Cappello di forma eccentrica, depresso all'inserzione del gambo, di colore variabile dal grigio cenere al nero violaceo. Lamelle fitte, ineguali, decorrenti biancastre. Carne consistente, un pò gommoso negli individui adulti. Gambo tozzo, ingrossato verso l'alto, con inserzione laterale sul cappello; spesso confluisce in un cespo unico di più esemplari.

Cresce in gruppi, specialmente su tronchi di pioppi ma in generale di latifolia. Si presta ad essere coltivato; dopo il prataiolo è la specie più comunemente commercializzata.

Specie simili

Può essere confuso con altre specie appartenenti allo stesso genere, tutte commestibili.

In cucina

E' un buon commestibile di odore gradevole e sapore gustoso, anche se tende a diventare gommoso.

la ricetta

Orecchioni alla griglia

Ingredienti: 6 cappelle di *Pleurotus ostreatus* • 2 spicchi d'aglio • prezzemolo • 5 cucchiaini di olio • sale e pepe • 1 limone

*Fate una salsina emulsionando l'olio con il succo di 1/2 limone, il sale, il pepe, l'aglio tagliato a metà ed il prezzemolo. Mettete a bagno nella salsina i cappelli dei *Pleurotus* dopo averli ben lavati e tolto il gambo per renderli piani, rivoltandoli più volte. Scolateli e fateli cuocere in una griglia ben calda, rigirandoli per una cottura uniforme. Servite con vino rosso.*



Habitat

Cresce su radici e residui della ferula, pianta ombrellifera selvatica caratteristica dei luoghi a climi caldo-temperato.

Periodo

Primaverile-autunnale.





Pleurotus eryngii var. ferulæe [*ferlengo*]

Descrizione

Cappello carnoso, convesso-umbonato con margine involuto, di colore bianco con sfumature nocciola. Gambo robusto, pieno generalmente eccentrico rispetto al cappello. Lamelle di colore bianco crema fortemente decorrenti. La carne è soda e bianca, dall'odore e sapore gradevoli.

Specie simili

Il *Pleurotus eryngii* (cardarello in Italia centrale e cardoncello nel sud) è generalmente di dimensioni minori; comunque le due specie sono molto ricercate ed apprezzate specialmente nella zona di Civitavecchia e dell'alto Lazio.

In cucina

Per le sue carni sode si presta ad essere consumato sott'olio, aromatizzato a piacere (aglio, rosmarino...); anche trifolato risulta particolarmente gustoso.

la ricetta

Crocchette di ferlenghi

Ingredienti: 1 scodella di ferlenghi precedentemente trifolati • 1 scodella di patate lesse • 2 uova • 50 g. di parmigiano grattugiato • prezzemolo • pangrattato q.b.

Dopo aver preparato i funghi trifolati, tritateli grossolanamente e uniteli alle patate lesse passate al setaccio. Mescolate e formate un impasto unendo le uova, il parmigiano e il prezzemolo tritato.

Formate le crocchette, passatele nel pangrattato e frigetetele in olio ben caldo.



Habitat

Specie parassita molto diffusa; cresce generalmente in gruppi concresciuti su tronchi di latifoglia. E' un fungo tipicamente autunnale che necessita di abbondanti piogge.

Periodo

Autunno.





Armillaria mellea

[*chiodino*]

Descrizione

Il cappello è dapprima emisferico, poi aperto leggermente umbonato. Colore variabile, dal giallo al bruno-marrone. Presenta piccole squame più fitte al centro, specialmente negli individui giovanili.

Le lamelle sono annesse-decorrenti al gambo, di colore dapprima bianche, poi gialle infine rossastre. Il gambo è fornito di un anello vistoso e persistente, biancastro; la carne è bianca e fibrosa.

Specie simili

Si può confondere con l'*Hypholoma fasciculare*, tossico, ma dal sapore fortemente amaro, privo di anello, dotato di cortina e dai colori più accesi, tendenti al giallo zolfo.

In cucina

Buon commestibile dopo cotto, altrimenti tossico. Si consuma solo il cappello che alla cottura, assume colorazione nerastra.

la ricetta

Chiodini alla menta

Ingredienti: 500g di funghi chiodini • uno spicchio d'aglio • 4 cucchiaini d'olio • passato di pomodoro • succo di mezzo limone • sale e pepe • foglie di menta.

In una casseruola fate rosolare i funghi con aglio e olio, poi aggiungete 4 cucchiaini di passato di pomodoro e il succo di mezzo limone. Insaporite con una presa di sale e un'abbondante macinata di pepe e fate cuocere su fuoco basso per circa 30 minuti. Pulite una decina di foglie di menta e sminuzzatele stracciandole con le mani. Prima di servire profumate i funghi con il trito di menta e mescolate bene.



Habitat

Cresce sotto latifolia.

Periodo

Autunno.



Russula virescens

[colombina verde]

Descrizione

Cappello di forma irregolare, dapprima convesso, poi piano, con margine leggermente involuto. Colore verde talvolta intenso, ma sovente scolorito, specialmente negli individui giovani. Caratteristica è la screpolatura a placche poligonali irregolari della cuticola. Le lamelle sono fitte e carnose, di color crema. Il gambo è bianco, internamente "midollato".

Specie simili

Di facile e certa classificazione, non può essere confusa con altre russule.

In cucina

E' considerata la miglior russula, da consumarsi cucinata sia fresca che essiccata.

la ricetta

Vellutata mare-monti

Ingredienti: 400 gr. di colombina verde • 4 cucchiaini di farina • burro • un litro di brodo • 2 cucchiaini di sherry • 200 gr. di gamberi • latte • un tuorlo • prezzemolo • sale e pepe

Tagliate a fettine i funghi puliti, fateli rosolare con 50 gr. di burro, spolverateli con la farina, mescolate e bagnateli con metà del brodo.

Fateli cuocere per 15' a fuoco medio, passateli al setaccio e raccogliete il composto in un pentolino; diluitelo con il restante brodo, salate, pepate e cuocete ancora per 10'.

Quindi aggiungete lo sherry, i gamberetti e cuocete ancora per 5'.

Togliete dal fuoco, unitevi il tuorlo diluito con due cucchiaini di latte ed il prezzemolo tritato. Servite ben caldo.



Habitat

Specie molto comune; cresce sia sotto latifoglia che aghifoglia.

Periodo

Estate-autunno.





Russula cyanoxantha

[colombina maggiore]

Descrizione

Dimensioni medio-piccole; cappello di forma dapprima arrotondata, poi convessa o piana più o meno depressa, di consistenza carnosa. La cuticola si presenta umida e parzialmente separabile, di colore variabile in tutte le tonalità del violetto, con riflessi verdi. Le lamelle sono fitte e grasse al tatto, di colore bianco. Il gambo, come tutte le russule, è di consistenza gessosa e midollato, di colore bianco.

Specie simili

Specie di sicura e facile identificazione, non confondibile con altre russule tossiche, facilmentericonoscibili per il sapore acre, pepato.

In cucina

Buon commestibile, si consuma generalmente "trifolato" nei "misti".

la ricetta

Spiedini di colombine

Ingredienti: 550 gr. di colombine piccole e compatte • un bicchiere d'olio di oliva • un cucchiaio di foglie di rosmarino • un ciuffo di prezzemolo • 3 spicchi d'aglio • succo di limone • sale e pepe • spiedini

Fate marinare le colombine per qualche ora nella "marinata" composta da olio, aglio schiacciato, prezzemolo, santoreggia, rosmarino e pepe macinato.

Infilate le colombine negli spiedini, spolverate di sale e irrorate con succo di limone. Cuocete a calore moderato per 15-20 minuti rigirando spesso sulla graticola gli spiedini e bagnandoli frequentemente con la marinata.

**Habitat**

Nei boschi di latifoglie, specialmente querceti e castagneti.

Periodo

Specie tipicamente tardo autunnale; compare successivamente ai porcini, in ambienti simili.





Hygrophorus russula

[*catenario rosso*]

Descrizione

Cappello convesso con margine involuto, carnoso biancastro con chiazze rosso vinoso; lamelle fitte spesse, chiazze di rosso vinoso. Carne bianca compatta, odore tenue, sapore leggermente amarognolo.

Specie simili

Può essere confuso con *Hygrophorus erubescens*, per altro commestibile, che però presenta le lamelle più spaziate.

In cucina

Non può essere considerato eccellente, ma è ricercato e gradito in alcune zone, specie se cucinato nei misti, forse anche perchè, in questo periodo, non si trova di meglio. Spesso viene conservato sott'olio, dopo averlo cucinato trifolato.

la ricetta

Catenari rossi sott'olio

Ingredienti: 500 g di catenari rossi • aceto • olio extravergine di oliva • peperoncino • aglio • rosmarino

Dopo aver pulito accuratamente i funghi, scartate la cuticola del cappello che risulta amarognola e di difficile digestione. Fate bollire i funghi in abbondante acqua salata e aceto, in proporzione 3/1 per circa 15 minuti.

Fate asciugare completamente i funghi avvolgendoli in canovacci da cucina.

Introducete i funghi in vasetti di vetro sterili e riempite con olio extravergine di oliva; aggiungete a piacimento peperoncino e/o aglio, rosmarino. Consumate non oltre 3-4 mesi.

**Habitat**

Si trova esclusivamente sotto i pini dove è facile raccoglierne notevoli quantitativi.

Periodo

Dalla primavera sino al tardo autunno.





Suillus luteus

[pinarolo]

Descrizione

Fungo di medie dimensioni, cappello inizialmente globoso poi convesso, talvolta con umbone poco pronunciato, di colore bruno rossiccio; colore dei pori giallo tenue. Caratteristica cuticola viscosa facilmente asportabile. Gambo cilindrico, sodo, pieno, dotato di anello ampio, membranoso. Carne biancastra, tenera, facilmente attaccabile da larve di insetti.

Specie simili

Le specie appartenenti al genere *Suillus* con anello sono tutte commestibili; il *Suillus granulatus*, privo di anello, è altrettanto consumato.

In cucina

Gli individui giovani si possono conservare sott'olio, previa asportazione della cuticola che risulta amaro-gnola ed indigesta. E' preferibile scartare i funghi adulti per la probabile presenza di ospiti indesiderati.

la ricetta

Pinaroli dorati e fritti

Ingredienti: 6 Pinaroli • 3 uova • farina • pangrattato • sale, pepe e noce moscata • olio

Prima di cucinare i pinaroli è consigliabile eliminare, negli esemplari adulti, il gambo perchè legnoso e asportare la cuticola del cappello. Tagliate i funghi a fette dello spessore di cm. 1,5/2 e passatele una ad una nella farina. In una terrina capiente sbattete le uova aggiungendo sale, pepe e noce moscata. Prendete le fette precedentemente infarinate, passatele nell'uovo e successivamente nel pangrattato. Friggete in olio bollente. Otterrete così degli ottimi bocconi di antipasto che potrete accompagnare con verdure fresche o come contorno di funghi porcini.



Habitat

Cresce nei boschi di conifere, specialmente sotto il pino silvestre.

Periodo

Tarda estate -autunno.





Lactarius deliciosus

[*sanguinello delizioso*]

Descrizione

Fungo di medie dimensioni dal cappello inizialmente convesso, poi imbutiforme; colore arancio con zonature concentriche leggermente più scure. Lamelle fitte, subdecorrenti che al tatto virano al verde; lattice color carota; gambo cilindrico, tozzo, con colore al cappello con caratteristiche fossette più scure dette scrobicolature.

Specie simili

Sono specie simili il *Lactarius sanguifluus*, detto sanguinello, che presenta un lattice color sangue, ed il *Lactarius salmonicolor* con lattice color salmone, entrambi commestibili ma meno ricercati del delizioso.

In cucina

E' una specie che per la caratteristica della carne può essere cotto in graticola con odori a piacere.

la ricetta

Lattari alla pizzaiola

Ingredienti: *Lactarius deliciosus* • pane grattugiato • pomodoro • aglio • origano • sale e pepe • olio extravergine di oliva

Pulite bene i funghi, togliendo il gambo e lavandoli velocemente. Disponeteli interi, in una larga teglia, in unico strato, con le lamelle rivolte verso l'alto. Cospargeteli di filetti di pomodoro, aglio tritato, pane grattugiato, origano. Salate e pepate e versate su tutto un filo di buon olio extravergine di oliva.

Passate in forno caldo per circa 30 minuti. Servite ancora caldi.



le schede



In questa sezione vengono riportate **15 schede** che potranno essere compilate direttamente dal **raccoglitore** durante l'uscita dei funghi, in modo da **memorizzare** il maggior numero di informazioni utilizzabili per il **futuro**.

LA SCHEDA RAPPRESENTA una sorta di riepilogo della giornata ed è costituita da una serie di annotazioni relative al giorno di raccolta, allo stato del fungo (ad es. se giovane o adulto, se sodo o disfatto...etc), al quantitativo raccolto, alle condizioni del terreno quali, ad esempio, il grado di umidità del sottobosco oppure lo strato di fogliame presente.

Molto importanti sono le **condizioni meteo climatiche** che hanno preceduto la raccolta, per cui dovranno essere riportate con accuratezza anche le fasi lunari che molti fungaroli ritengono determinanti per la "cacciata" dei funghi. In questa maniera, dopo aver collezionato un numero di dati sufficientemente ampio, si potrà constatare realmente la veridicità di questo fattore.

La collezione di un elevato numero di schede, ripetuta per diversi anni, costituirà un pacchetto di dati organizzati secondo un criterio logico, utilizzabile per acquisire un certo grado di conoscenza in una disciplina che presenta oggettivamente una **variabilità estrema**; inoltre tale raccolta potrà rappresentare un simpatico diario di momenti passati con felicità e spensieratezza, da lasciare in eredità (più tardi possibile) agli amati nipotini.



Scheda n° _____ del _____
specie _____

luogo
e habitat



quantità



stato e qualità
del fungo



stato
del terreno



precedente
pioggia



luna



come ci sono
capitato





ASSESSORATO ALLE
POLITICHE DELL' AGRICOLTURA,
AMBIENTE, CACCIA E PESCA
SETTORE CACCIA E PESCA
DIPARTIMENTO V - SERVIZIO N.3

Via Nomentana, 54 - 00161 Roma - Tel. 06.67661 - Fax 06.67668754