I FUNGHI:

Consigli per la raccolta, il consumo e la conservazione

La raccolta dei funghi è consentita dall'alba al tramonto senza l'ausilio di vanghe, zappe, rastrelli o altro che possa danneggiare lo strato umifero, se non un coltellino e un pennello per la pulitura sommaria sul posto. La normativa ne limita la raccolta a 3 kg pro capite al giorno.
Per la raccolta ed il trasporto utilizzate contenitori rigidi ed aerati, come cestini in vimini, che non alterano i funghi e consentono la diffusione delle spore nell'ambiente.
Raccogliete solo esemplari freschi, in buono stato di conservazione, sani, con carne soda; evitate di raccogliere esemplari extra-maturi, tarlati o ammuffiti, avvizziti o fradici o che abbiano subito una gelata.
Non raccogliete funghi in luoghi inquinati (ai bordi delle strade, vicino a discariche, cimiteri, campi coltivati, sedi ferroviarie o tramviarie, ecc.)
Raccogliete solo esemplari interi accertandovi di non lasciare parti del fungo nel terreno e, prima del consumo, portateli il più presto possibile presso l'Ispettorato Micologico della ATS ove i micologi ne certificano la commestibilità.
I funghi vanno cucinati nel più breve tempo possibile dopo la raccolta. Se intendete conservarli, ripuliteli bene dal terriccio con un coltello o con uno spazzolino e poneteli in un luogo fresco e asciutto possibilmente capovolti, in modo che i parassiti eventualmente presenti invertano la loro marcia naturale verso l'alto ed escano dal gambo.

Ricordate che:

- I funghi non vanno mai consumati in quantità eccessiva o in pasti ravvicinati;
- In alcuni generi devono essere scartati i gambi (p.es. Armillaria mellea – chiodino) o la cuticola del cappello (p.es. Suillus – pinarello);
- E' meglio evitare di far consumare funghi a bambini, donne in gravidanza, anziani o persone che presentino patologie acute o croniche a livello gastrico, epatico, enterico, pancreatico e circolatorio.
- I funghi giudicati commestibili possono essere consumati solo dopo cottura ed alcune specie devono essere necessariamente prebollite e poi cotte. L'Armillaria mellea (chiodino), per esempio, è considerato un fungo tossico se consumato crudo o poco cotto; per renderlo commestibile è necessaria una prebollitura di almeno 20 minuti, senza coperchio e con eliminazione dell'acqua in quanto contiene delle tossine termolabili che si disattivano se esposte al calore;
- Evitate di acquistare funghi proposti da venditori occasionali improvvisati a bordo strada e non autorizzati;
- Accertatevi della presenza del cartellino di visita rilasciata da un Micologo recante data e specie riconosciuta e posto su ciascun contenitore o unità di vendita;

Nella malaugurata ipotesi di intossicazione, alla comparsa dei primi sintomi recatevi al Pronto Soccorso dell'Ospedale più vicino e portate con voi gli eventuali avanzi del pasto e/o i residui di pulitura/scarto dei funghi che avete consumato.

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ATS Milano
Città Metropolitana

COME CONSERVARE I FUNGHI

I funghi freschi si deteriorano in pochi giorni, un buon metodo per prolungarne la conservabilità è l'essiccamento che si può ottenere esponendo al sole fette di fungo non troppo spesse o in essiccatoio ovvero forno ventilato a bassa temperatura (non oltre i 50 °C).
Altro metodo per conservare i funghi è il congelamento: i funghi, ripuliti dal terriccio e lavati accuratamente, devono essere "scottati" in acqua bollente per qualche minuto (N.B. per Armillaria mellea la bollitura va eseguita come descritto sopra), poi scolati e lasciati asciugare bene, quindi riposti in piccole porzioni in congelatore a –18 °C, dove si possono conservare per un periodo non superiore a 3 mesi. Non è necessario lo scongelamento prima della cottura.
Le conserve casalinghe sott'olio sono sempre da sconsigliare per l'elevato rischio "botulino" cui ci si espone, ma se non potete rinunciare scegliete solo esemplari giovani e perfettamente sani, quindi puliteli e lavateli come sopra e scottateli in una miscela salata di 2/3 di aceto e 1/3 di acqua per 10 – 20 minuti, a seconda della specie e della grandezza dei funghi. Scolate e fate asciugare i funghi. Anche in questo caso l'Armillaria mellea deve essere prebollita come indicato sopra. Nei vasetti di vetro puliti e sterilizzati mettere prima l'olio (o una miscela in parti uguali di acqua bollita e aceto di vino) con aromi a piacere e poi i funghi, avendo cura di non formare bolle d'aria. Conservare i vasetti al buio, in un luogo fresco; si consiglia di consumarli dopo almeno 6 settimane dalla preparazione, per lasciare che assumano le caratteristiche di gusto attese e comunque non oltre un massimo di 6 mesi, come tutte le altre conserve casalinghe.

SEDI DI ISPETTORATO MICOLOGICO DELL'ATS DELLA CITTA' METROPOLITANA DI MILANO

- Milano: via Statuto 5 (primo piano - stanza 148). Tel: 02-8578.9764/9768. Dal 27 Agosto al 27 Novembre 2018, accesso libero Lunedì e Martedì dalle 9:00 alle 12:00.
- Garbagnate Milanese: via per Cesate 62 (presso RSA Pertini - edificio 1 - 5° piano). Tel: 02-49510524. Dal 3 Settembre al 29 Novembre 2018, accesso libero Lunedì dalle 9:00 alle 12:00 e Giovedì dalle 14:00 alle 16:00.
- Castano: piazza Mazzini 43. Tel. 02-85784369/85784375. Dal 3 Settembre al 26 Novembre 2018, accesso libero Lunedì dalle 14:00 alle 16:00.
- Parabiago: via Spagliardi,19. Tel. 0331-498633/498646. Dal 3 Settembre al 29 Novembre 2018, accesso libero Lunedì e Giovedì dalle 14:00 alle 16:00.
- Magenta: via al donatore di sangue 50 (Palazzina I Ospedale). Tel: 02-9797.3404/3407. Dal 3 Settembre al 26 Novembre 2018, accesso libero Lunedì dalle 14:00 alle 16:00.
- Vizzolo Predabissi: via Giovanni Paolo I, 8. Tel: 02-98115375/6. Dal 3 Settembre al 26 Novembre 2018, accesso libero Lunedì dalle 14:00 alle 16:00.
- Melzo: via Mantova 10. Tel: 02-9265.4805/4806. Dal 3 Settembre al 26 Novembre 2018, accesso libero Lunedì dalle 14:00 alle 16:00.
- Lodi: piazza Ospitale 10. Tel: 0371-5872559. Dal 3 Settembre al 26 Novembre 2018, accesso libero Lunedì dalle 14:00 alle 16:00.

Il servizio è gratuito e attivo tutto l'anno, ma fuori dai periodi e dagli orari sopra indicati è necessario prendere appuntamento telefonico con il micologo o tramite il servizio di segreteria, al numero della sede di Ispettorato Micologico prescelta.
I funghi devono essere portati all'Ispettorato Micologico nel più breve tempo possibile dalla raccolta e devono essere interi, sani, sommariamente puliti dal terriccio e posti in contenitori rigidi e forati.
È importante che venga sottoposto alla visita l'intero quantitativo raccolto.
I funghi giudicati non mangerecci saranno immediatamente confiscati per la distruzione.

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ATS Milano
Città Metropolitana