

LOS HONGOS

excelentes recursos forestales

INDICE

| | |
|--|-----------|
| PRESENTACIÓN. | |
| Hongos y protección de la naturaleza | PÁGINA 3 |
| ELEMENTAL INFORMACIÓN SOBRE LOS HONGOS | PÁGINA 5 |
| LOS HONGOS COMO RECURSO FORESTAL | PÁGINA 9 |
| ALGUNOS HONGOS COMESTIBLES DE LOS BOSQUES DE TENERIFE | PÁGINA 11 |
| FICHA DE OBSERVACIÓN | PÁGINA 12 |



Textos y fotografías hongos comestibles: Esperanza Beltrán

Diseño y Maquetación: Aeonium Promoción y Educación Ambiental S.Coop.

Impresión: Producciones Gráficas

Edición: Cabildo de Tenerife

PRESENTACIÓN.

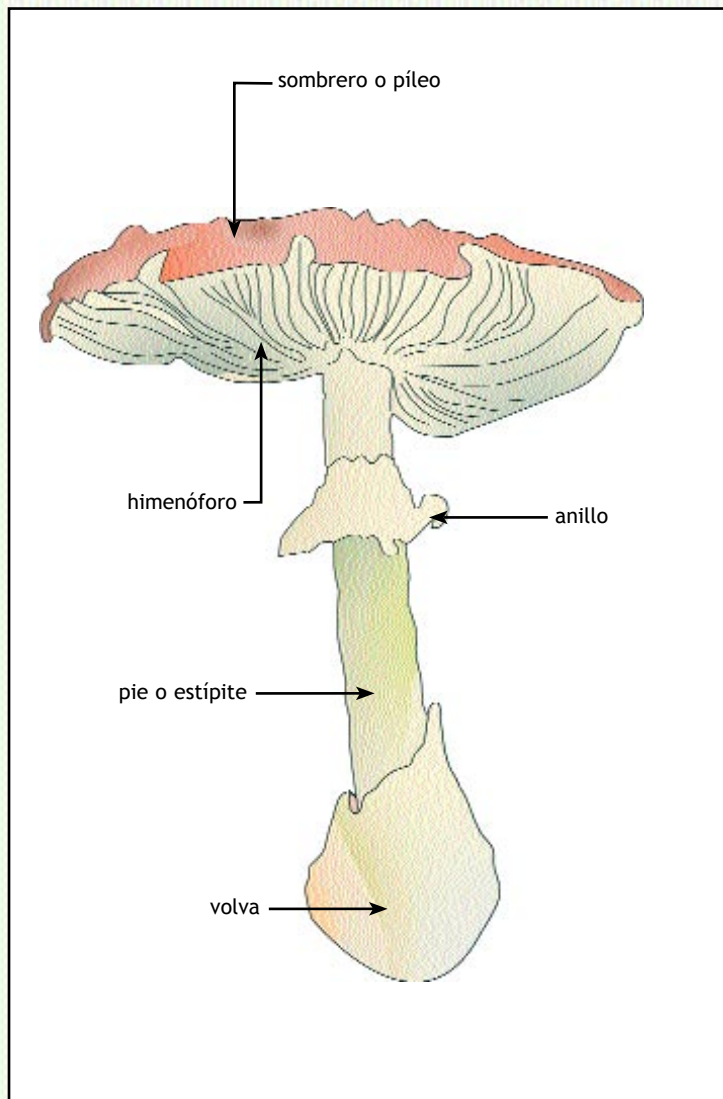
Hongos y protección de la Naturaleza

LA CONSERVACIÓN DE LOS ECOSISTEMAS ES DE VITAL IMPORTANCIA para el mantenimiento de la biodiversidad. Los hongos están amenazados si su medio natural está en peligro. Son organismos muy sensibles a la alteración de su hábitat y, por tanto, precisan una adecuada protección.

A diferencia de otras regiones españolas, en Canarias no existe tradición micológica. La búsqueda de hongos para el consumo es una actividad surgida en los últimos veinte años. Afortunadamente, la mayoría de los buscadores son respetuosos con la naturaleza. Otros, sin embargo, no han logrado captar el mensaje y los montes se ven invadidos de desaprensivos que arrancan los hongos del substrato, dañando considerablemente el micelio subterráneo, encargado de dar al año siguiente nuevos cuerpos fructíferos.

Cada vez se hace más necesaria y urgente una adecuada educación ambiental, dirigida a toda la sociedad. Recursos naturales como los hongos, pueden ser razonablemente aprovechados. La recolección de setas con fines gastronómicos es compatible con la conservación, si se realiza con moderación y respeto al entorno. Teniendo en cuenta sólo una cuantas reglas básicas, podremos entrar en la dinámica del necesario desarrollo sostenible.







ELEMENTAL INFORMACIÓN SOBRE LOS HONGOS

¿Qué es un hongo?

LOS HONGOS SON SERES VIVOS de muy amplia distribución en los diferentes ecosistemas. Se diferencian de los vegetales en que **no disponen de clorofila**, lo que les obliga a alimentarse a partir de otros seres vivos ya sea por descomposición, parasitismo o asociación.

Las setas representan sólo la parte emergida del conjunto del hongo. Bajo el suelo, hojarasca, en el interior del tronco de un árbol vivo o en descomposición, etc., se halla el micelio o parte vegetativa, que permite que se generen nuevas setas anualmente. Cuando las condiciones climáticas son favorables, el hongo se desarrolla con prodigiosa rapidez, originando entonces el nacimiento de un "fruto" - la seta - que aflora del substrato.

Corte del suelo donde se aprecia el micelio





Para la mayoría de los buscadores de setas, suele ser abrumadora la gran variedad de formas de los ejemplares que pueden encontrar a lo largo de su recorrido. Sólo la experiencia apoyada en la consulta de guías específicas, harán posible su reconocimiento, obstáculo que parece insalvable al principio.

Ni el especialista más experimentado reconoce en el campo todos los hongos que encuentra en su camino. Por tanto, se ha de adquirir la información indispensable que permita al aficionado hacer una selección de los más frecuentes y aptos para el consumo, iniciarse en el conocimiento básico de estos organismos que pueden, en el mejor de los casos, sorprenderle con una no deseada intoxicación si su osadía ha ido demasiado lejos.

No son ciertas las antiguas reglas mágicas para reconocer las setas comestibles de las venenosas. Afortunadamente existen guías de hongos, siendo válidas las referidas a distintas zonas del Hemisferio Norte, en especial de Europa y Norte América, debido a que la mayor parte de los hongos presentes en Canarias procede de esas latitudes.





¿Cuándo se desarrollan?

AUNQUE EN LA MAYOR PARTE DE EUROPA EL OTOÑO es la mejor temporada para la aparición de las setas, el clima de Canarias permite que éstas se desarrollen también durante los meses de invierno y primavera. Incluso en las vaguadas de los húmedos barrancos del monteverde canario, puede descubrirse alguna seta en los meses de verano. **Humedad y temperatura adecuadas, son los factores ecológicos decisivos en la aparición de estos peculiares seres vivos.**





¿Cuáles son los ecosistemas más idóneos?

LOS HONGOS, aparecen en hábitats muy variados, siempre que dispongan de nutrientes y que las condiciones climáticas les sean propicias. La diversidad de ecosistemas que existe en Canarias, determina que los hongos se desarrollen desde el nivel del mar hasta las cumbres. No obstante, **son los ambientes forestales los que presentan una mayor abundancia y variedad de especies.**

El monteverde canario es, sin lugar a dudas, el más rico en especies, sobre todo lignícolas, es decir biodegradadoras de los restos leñosos. Es de extraordinaria importancia el papel de estos hongos en el mantenimiento del equilibrio forestal.

En cambio, en el pinar dominan los hongos en simbiosis con el pino, igualmente indispensables en el desarrollo y buen funcionamiento de este ecosistema forestal. **La mayor parte de las setas comestibles de Canarias crece en los pinares.**





LOS HONGOS COMO RECURSO FORESTAL

La utilización de los hongos

EN LOS BOSQUES CANARIOS se da casi un centenar de especies comestibles y, por tanto, susceptibles de un moderado aprovechamiento.

Existe un elevado número de libros de gastronomía fúngica, que presentan succulentas recetas, selectivas para las distintas especies.

En Canarias aparecen también especies tóxicas y algunas venenosas. Abre la lista de éstas últimas la "Oronja verdadera" (*Amanita phalloides*), seta mortal, con envenenamiento de incubación lenta y larga y para la cual no existe antídoto. Esta especie ha sido recolectada en castaños del Norte de Tenerife y en La Palma.

Otras intoxicaciones sin consecuencias fatales son las producidas por la "Falsa oronja" o "Matamoscas" (*Amanita muscaria*), que ocasionan trastornos gastrointestinales, seguidos de borrachera con delirios y agitación.

Si no hay seguridad de que se trate de una seta comestible, no se debe transportar sin protección en el mismo cesto de las comestibles. Será necesario un estudio detallado, utilizando bibliografía adecuada al llegar a casa, o consultar a un especialista. En cualquier caso,





Normas para la recolección

EL RASTREO Y BÚSQUEDA DE LAS SETAS requiere de un gran respeto por el entorno natural. **Se ha de levantar la hojarasca con cuidado -sin utilizar nunca rastrillo- y, una vez descubierta la seta, separarla del suelo con un cuchillo, procurando sacar completa la base del pie.** Es muy importante comprobar que ésta no presenta ninguna envuelta o capuchón sospechoso.

El ejemplar o grupo de especímenes, se envuelven en **papel de aluminio** y se colocan en un **cesto aireado**, nunca en bolsas plásticas, facilitando así la dispersión de las esporas. Si no se siguen estas normas básicas, pueden acelerarse los procesos de descomposición y resultar indigestos.

Los **ejemplares viejos, manchados o con gusanos no deben ser recolectados, ni tampoco pisoteados.** Constituyen un eslabón de la cadena alimenticia del bosque, además de contener millones de esporas que darán origen a nuevos individuos.

Durante la **noche se evitará la recogida**, desde una hora antes de la puesta del sol hasta una hora después de su salida, según las tablas de orto y ocaso.

Se **evitará** la recolección de hongos con fines alimentarios en **áreas contaminadas** y en bordes de carreteras o pistas muy transitadas por vehículos a motor.

Además, la recogida en **Espacios Naturales Protegidos** se someterá a lo dispuesto en la **normativa específica** que establecen sus Instrumentos de Planeamiento.



ALGUNOS HONGOS COMESTIBLES DE LOS BOSQUES DE TENERIFE

SETA DE BURDEOS o BOLETO COMÚN (*Boletus edulis*)

Fructifica a finales de otoño e invierno. Propio de pinar, si bien no muy abundante. De los boletos presentes en Canarias, destaca por el tamaño del sombrero, pequeño en relación al pie, largo, grueso, claviforme y ventrudo, ornamentado hacia el ápice con un retículo de finas mallas blanquecinas. Es un excelente comestible, clasificado en la categoría gastronómica superior.



REBOZUELO (*Cantharellus cibarius*)

Se desarrolla en otoño e invierno. En Canarias se encuentra ligado a castaños con cuyas raíces forma micorrizas. Se identifica con facilidad por su carpóforo de color amarillo-yema de huevo, de forma turbinada (de trompo), pliegues que parecen láminas y pie adelgazado hacia la base. Considerado como comestible excelente. Según algunos autores, macerado en alcohol proporciona un licor muy aromático.





NÍSCALO

(*Lactarius deliciosus*)

Hongo de otoño y principios de invierno; crece en pinares y matorrales asociados de jaras. Sombrero naranja, zonado, va tomando coloraciones verdosas con la edad. La carne al principio blanquecina, después naranja-zanahoria, destila látex anaranjado. Es buen comestible. A pesar de su carne de consistencia granulosa, es apropiado para acompañar carnes. Las sustancias colorantes son eliminadas por la orina, que adquiere un color rojizo, sin producir ningún trastorno fisiológico.



NÍSCALO SANGUÍNEO

(*Lactarius sanguifluus*)

Similar fenología y ecología que el níscalo, del que se diferencia por sus tonalidades rojizas, púrpuro-vinosas, naranja-vinosas. Sombrero plano-convexo y algo deprimido en el centro, zonado pero de círculos poco marcados; látex rojo-vino dulzaino. Buen comestible y hay quienes opinan que es más sabroso aún que el níscalo.



PISTONUDA

(Lepista nuda)

Fructifica en **otoño e invierno**. Común en **pinares mixtos** con fayal-brezal. El cuerpo fructífero es de color azul violeta-amatista cuando joven, que torna a marrón-violeta con la edad. Gregarios a cespitosos; el sombrero, carnoso, puede alcanzar los 20 cm de diámetro; la carne fresca tiene olor anisado. Muy apreciado por ser buen comestible, si bien se han descrito débiles efectos laxantes en personas muy sensibles.

**APAGADOR MENOR**

(Macrolepiota rhacodes)

Especie **otoñal**, en **fayal-brezal** y en **pinares mixtos**, poco frecuente. Se trata de especies de gran talla. Píleos o sombreros de hasta 20 cm de diámetro, no mamelonados. Pie largo, liso, de color uniforme, que se mancha de rojo inmediatamente por el roce; con anillo doble, de contorno hendido; carne blanquecina que vira al corte a anarajando-bermellón y finalmente rojizo-marrón. Buen comestible y de exquisito sabor. Es muy parecido al "parasol" o "apagador" (Macrolepiota procera), que también es comestible (excepto su duro y fibroso pie).





COLMENILLA

(*Morchella esculenta*)

Irregular en la época de fructificación, se ha observado en **invierno** y **primavera**, en lugares más o menos abiertos de ambientes de **monteverde**, aislada o gregaria. De píleo cilíndrico, subgloboso o cónico, con alvéolos que recuerdan un panal de abejas. De difícil taxonomía por su parecido a otras especies próximas. Excelente comestible, aunque no debe ingerirse crudo por su posible confusión con especies que presentan sustancias hemolíticas.



NACIDAS o CRIADILLA COMÚN

(*Rhizopogon vulgaris*)

Se desarrolla después de las primeras lluvias de **otoño** y puede observarse también a lo largo del **invierno**, si no es muy frío. Abundante en los **pinares** a los que está asociado por ser **especie "micorrizógena"** de coníferas. De desarrollo hipogeo, aflora a la superficie al madurar. Puede ingerirse cruda o preparada, pero en cualquier caso deben elegirse los ejemplares jóvenes y en buenas condiciones.



BOLETO PEGAJOSO o BOLETO PIE MOTEADO

(Suillus Bellini)

Se desarrolla con las **primeras lluvias otoñales** y, si la humedad y temperatura lo permiten, fructifica hasta finales de invierno. Especie propia de **pinar**, frecuente y abundante. Llama la atención su pequeño pie cilíndrico, algo curvado y atenuado en la base, corto en relación al diámetro del sombrero, blanco a amarillento, sobre el que se deposita cuando joven góttulas de látex de color rosado, que al secarse forman gránulos o manchas. La cutícula del sombrero muy viscosa. Los ejemplares jóvenes y privados de la cutícula son comestibles una vez cocinados.



SETA DE LOS CABALLEROS

(Tricholoma equestre)

Fructifica en **otoño e invierno**, ligada a los **pinares** y muy poco frecuente. Se caracteriza por el color amarillo general del carpóforo. Excelente comestible, conocida desde la Edad Media y reservada a los nobles, de ahí su denominación vulgar.



FICHA DE OBSERVACIÓN

NOMBRE CIENTÍFICO

NOMBRE COMÚN

FECHA OBSERVACIÓN

LOCALIZACIÓN

HÁBITAT

COLORACIÓN

TEXTURA

OTRAS OBSERVACIONES

