



presenta



## ANDIAM PER FUNGHI

**martedì 8 - 15 - 22 settembre \* ore 21,15**

Sede di Azimut Club Via dei Traeri, 100

3 appuntamenti pensati da Azimut per scoprire insieme le varietà fungine più raccolte sul nostro territorio: caratteristiche, riproduzione, habitat, modalità di raccolta, conservazione, presentazione in tavola e curiosità tra miti e leggende.

Il ciclo degli incontri si concluderà con una giornata nei boschi dell'Appennino Reggiano

**INTRODUZIONE**

Eccoci arrivati al nostro ultimo appuntamento. Nell'incontro precedente abbiamo parlato di alcune delle specie più comuni di funghi. Abbiamo identificato le loro caratteristiche fisiche, organolettiche, l'ambiente in cui si riproducono, la stagionalità e soprattutto il grado di commestibilità.

Concludiamo il nostro viaggio nella micologia amatoriale parlando della raccolta, conservazione e utilizzo in cucina dei funghi.

**LA RACCOLTA**

Potrà sembrarvi strano, ma i funghi sono una delle componenti del sottobosco più minacciate per questo sono state emanate molte leggi che regolano la raccolta intensa e smodata di tali esemplari.

Ogni regione e provincia ha norme che dettano prescrizioni e divieti a volte molto differenti tra di loro. Variano i giorni di raccolta, i limiti di peso giornaliero per persona, sono previsti tesserini o tasse differenti per residenti e non di un territorio e in alcuni casi la frequenza di corsi o il superamento di un esame.

Per quanto riguarda il nostro territorio è sufficiente rivolgersi agli esercizi convenzionati per acquistare direttamente il tesserino per la raccolta regolamentata.





## ESERCIZI CONVENZIONATI PER IL RILASCIO DEI TESSERINI PER LA RACCOLTA DEI FUNGHI EPIGEI SPONTANEI - ANNO 2015 - ( Legge Regionale Emilia Romagna n.6/1996 )

### COMUNE DI CASALGRANDE (RE)

- Bar International - Vitallunga - ☎ 0522.849656
- Lucy Bar - La Veggia -

### COMUNE DI CASTELLARANO (RE)

- Tab. Rubbiani - via Radici Nord,3 - ☎ 0583.850264

### COMUNE DI CERREDOLO (RE)

- Sweet Bar - Cerredolo, via Radici - ☎ 0522.809108
- Golden Bar - Cerredolo, via Radici - ☎ 0522.716038

### COMUNE DI FANANO (MO)

- Albergo Bar Gabriella - Canevare - ☎ 0536.68028
- Bar Italia - Via Roma 3 - ☎ 0536.68820
- Bar La Pace - Via Roma 6 - ☎ 0536.68865
- Bar Nazionale - Piazza Corsini 30 - ☎ 0536.66045
- Bar Punto G - via Porrettana - ☎ 0536.68306
- Ass. Fanano è - Piazza Marconi - ☎ 0536.68696

### COMUNE DI FIUMALBO (MO)

- Bar Colò - Dogana - ☎ 0536.73902
- Albergo K2 - Faldello - ☎ 0536.73913
- Alimentari Pettorelli - Fiumalbo - ☎ 0536.73101
- Pro Loco - Fiumalbo - ☎ 0536.73909

### COMUNE DI FORMIGINE (MO)

- Pesca & Sport - Via Cimabue, 7/9 - ☎ 059.557510

### COMUNE DI FRASSINORO (MO)

- Bar Tanta Fera - piazza Miami -
- Municipio - Via Roma 11 - ☎ 0536.969144
- Albergo Lunardi - Passo delle radici - ☎ 0583.649071

### COMUNE DI GUIGLIA (MO)

- Ed. Eta Beta - Roccamatatina - Guiglia ☎ 059.795014

### COMUNE DI LAMA MOCOGNO (MO)

- Bar Big - Via Nazionale 128 - ☎ 0536.44184
- Bar Taloo - Via Nazionale 118 - ☎ 0536.44031
- Bar Tazioli - Loc. La Santona - ☎ 0536.45014
- Municipio di Lama - Via XXIV maggio - ☎ 0536.44003

### COMUNE DI MARANO S.P. (MO)

- Bar Sport 2000 - via Circonvallazione Est, 157 - ☎ 059.744059
- Bar Puccini - Loc. Casona - ☎ 059.703021

### COMUNE DI MODENA

- Bar Jerry - Strada Morane 371 - ☎ 059.300162
- Bar Oasi - Vaciglio - ☎ 059.460116
- Tab. Salvioni - via F.lli Rosselli, 1 - ☎ 059.303121

### COMUNE DI MONTECRETO (MO)

- Municipio di Montecreto - Via Roma - ☎ 0536.63722
- Bar Muretto Caffè - Via Roma - ☎ 0574.583920

### COMUNE DI MONTEFIORINO (MO)

- Unione Comuni Monatni - Via Rocca, 1 - ☎ 0536.962711
- Edicola Puntocapò - Montefiorino - ☎ 0536.965857

### COMUNE DI MONTESE (MO)

- Bar Il Caffè - Via Piccinelli, 10/16 - ☎ 059.982010
- Bar Cerro - Via A. Right, 875 - ☎ 059.981201
- Bottegona - Maserno - ☎ 059.980288
- Bar Tammy - Montese - Via Porrettana, 2205 - ☎ 059.980067
- Bar Castelluccio - Castelluccio di Montese -

### COMUNE DI PALAGANO (MO)

- Ass. Pro-loco - Via XXIII Dicembre 91 - ☎ 0536.961266
- Bar Venturelli - Monchio - P. Caduti 9 - ☎ 0536.966011

### COMUNE DI PAVULLO N.F. (MO)

- Bar Melody - S. Antonio - ☎ 0536.324827
- Bar Pineta - Via Giardini Sud - ☎ 0536.20001
- Melody - Via Marchiani 188 - ☎ 0536.21757
- Alim. Gianaroli - Piantacroce - ☎ 0536.41154
- Bar Stone Coffee - Piantacroce - ☎ 0536.41434
- Tabcch. Gorrieri - S. Antonio di Pavullo - ☎ 0536.51148
- Bar Bruschi - S. Antonio - ☎ 0536.21496
- Bar Chalet - V.le Martiri - ☎ 0536.20479

### COMUNE DI PIEVEPELAGO (MO)

- Bar Il Gelato - Via C. Costa 32 - ☎ 0536.71922
- Bar La Dolce Vita - Via Roma 98 - ☎ 0536.72060
- Parco del Frignano - Via Tamburù 8 - ☎ 0536.72134
- Bar La Torre - S. Annapelago - ☎ 0536.78728
- Ristorante Valleverde - Pievepelago - ☎ 0536.71351

### COMUNE DI POLINAGO (MO)

- Alimentari Lami - Polinago - ☎ 0536.47009
- Ed. Marastoni - Via Valrossenna, Gombola - ☎ 0536.48114

### COMUNE DI PRIGNANO (MO)

- Happy Bar - Via IV Novembre - ☎ 0536.894846
- Municipio - via Mario Allegretti, 216 - ☎ 0536. 892911

### COMUNE DI RIOLUNATO (MO)

- Camping Le Polle - Loc. Le Polle - ☎ 0536.75171
- Market Contri L. - Via Statale 71 - ☎ 0536.75212
- Market Testa M. - Via Statale 33 - ☎ 0536.75389
- Bar Gioia - Via statale 38 - ☎ 051.733404

### COMUNE DI SASSUOLO (MO)

- Bar Terminal - P. Staz. Autocorrere 9 - ☎ 0536.807452

### COMUNE DI SESTOLA (MO)

- Bar Veranda - C.so Umberto 1 - ☎ 0536.62083
- Ufficio Turistico - C.so Umberto 5 - ☎ 0536.62324
- Bar Centrale - C.so Umberto - ☎ 0536.62574

### COMUNE DI VIGNOLA (MO)

- Bar Chat Blanc - via Montanara, 1103 -

### COMUNE DI SAVIGNANO S.P. (MO)

- Mondo Montagna - via Tavoni, 981 - ☎ 059.762042

### COMUNE DI SERRAMAZZONI (MO)

- Snack Bar - via Estense - ☎ 389.6967193

### COMUNE DI ZOCCA (MO)

- Bar S. carlo - Montecombraro - ☎ 059.989551
- Bar Centrale - via M. Tesi - ☎ 059.987473
- Ed. Santi Monica - via M. Tesi - ☎ 059.986609
- Ed. Lorelyne - via M. Tesi 942 - ☎ 059/987087

## TESSERINI RACCOLTA FUNGHI 2015

SONO DISPONIBILI PRESSO GLI ESERCIZI CONVENZIONATI I TESSERINI PER LA RACCOLTA FUNGHI 2015 VALIDI PER IL TERRITORIO DEI COMUNI DEL PARCO DEL FRIGNANO E DELLE UNIONI DEI COMUNI MONTANI DEL FRIGNANO E VALLI DOLO, DRAGONE E SECCHIA.

### **NOVITA' 2015:**

#### **NON RESIDENTI**

TESSERINO DI COLORE BIANCO

-IL TESSERINO **SEMESTRALE** NON RESIDENTI POTRA' ESSERE ACQUISTATO AL COSTO RIDOTTO DI € 75,00 FINO AL 31/05/2015.

-SEMESTRALE DAL 1° GIUGNO 2015 IL COSTO DI RILASCIO SARA' INVECE DI € 90,00.

-GIORNALIERO € 15,00

-SETTIMANALE € 35,00 VALIDO PER LA SETTIMANA DI RILASCIO

-WEEK-END € 20,00

Giorni di chiusura raccolta funghi:

- LUNEDI'

- MARTEDI'

- VENERDI'

Quantità di raccolta funghi:

Kg. 3 al giorno.

-SEMESTRALE RIDOTTO € 60

Per i proprietari/affittuari di 2° casa nei comuni del Parco del Frignano (rilasciato solo c/o gli uffici del Parco, l'ufficio turistico di Sestola, di Fiumalbo, di Fanano e Comune di Frassinoro)

#### **RESIDENTI**

##### **Tesserino di colore GIALLO**

**RESIDENTI NEI COMUNI DI LAMA M., PAVULLO, POLINAGO, SERRAMAZZONI, MONTESE, MONTEFIORINO, PALAGANO, PRIGNANO:**

- Annuale € 30

- Giornaliero € 10

##### **Tesserino di colore VERDE**

**RESIDENTI NEI COMUNI DI FANANO, FIUMALBO, FRASSINORO, MONTECRETO, PIEVEPELAGO, RIOLUNATO, SESTOLA:**

- Annuale € 30

- Giornaliero € 10

##### **Giorni di chiusura raccolta funghi: TESSERINO VERDE**

- LUNEDI'

- MARTEDI' (aperta solo per i residenti, raccolta consentita solo all'interno dei comuni del Parco)

- VENERDI'

Quantità di raccolta funghi:

- Kg. 5 al giorno all'interno dei comuni del Parco;

- Kg. 3 al giorno al di fuori dei comuni del Parco.

##### **Giorni di chiusura raccolta funghi: TESSERINO GIALLO**

- LUNEDI'

- MARTEDI' (aperta solo per i residenti, raccolta consentita solo all'interno dei comuni dell'Unione Comuni del Frignano e dell'Unione dei Comuni Montani: Valli Dolo, Dragone, Secchia)

- VENERDI'

Quantità di raccolta funghi:

Kg. 3 al giorno. Kg. 5 al giorno all'interno dei comuni dell'Unione Comuni del Frignano e dell'Unione dei Comuni Montani;

Kg. 3 al di fuori dei comuni sopracitati

Le informazioni sopra riportate sono state prese dal sito GRUPPO NATURALISTICO MODENESE e sul sito della COMUNITA' MONTANA.

Ci sono comunque regole di comportamento che valgono in ogni caso. La prima e più importante è quella di non raccogliere mai funghi del quale non si è sicuri della commestibilità. E' buona norma essere accompagnati da una persona esperta e se questo non bastasse per fugare ogni dubbio rivolgersi agli enti preposti come **l'ispettorato micologico di zona** per fare esaminare gli esemplari raccolti. È gratuito e i giorni e gli orari di apertura potete trovarli sul sito dell'ausl di Modena [www.ausl.mo.it](http://www.ausl.mo.it)

La seconda regola riguarda il **rispetto del bosco** e dei suoi elementi. Mai strappare fiori rompere rami o sradicare o fare a pezzi funghi cosiddetti "matti". Quest'ultimo è un comportamento diffuso quanto sciocco perché favorisce la dispersione delle spore e quindi offre maggiori possibilità di prosperare e diffondersi proprio a quelle specie.



Proprio per salvaguardare la riproduzione dei miceti **i funghi devono essere raccolti interi**, completi di tutto il gambo anche se in alcuni casi andrà eliminato. I motivi per cui vanno raccolti interi sono due: il primo è dovuto al fatto che la base del gambo, correttamente raccolto, ci darà utili informazioni per la determinazione del genere e della specie, il secondo è di tipo ecologico, perché se non raccogliamo i funghi tagliando il gambo con un coltellino strappandolo e lasciandone un pezzettino infisso nel terreno questo marcirà in modo non naturale infettando il micelio sottostante facendolo anche morire.



Il fungo va pulito sul posto e va messo in un contenitore rigido e areato per facilitare la dispersione delle spore mature, evitare il surriscaldamento, schiacciamento o ammaccature che possono accelerare la marcescenza.

Sono quindi idonei per la raccolta: **ceste, borse e zaini** con rete al fondo. Assolutamente banditi sacchi di plastica!



Per effettuare una raccolta a regola d'arte è necessario essere muniti di un **coltello** meglio se a roncola e dotato di un pennellino al fondo per spazzolare i residui di terra e foglie dopo il taglio.



Da non tralasciare è il **bastone** utile per scovare il fungo spostando delicatamente le foglie o i cespugli che fanno da copertura proteggendo le mani da eventuali morsi di vipera o altro. Non solo la sua funzione di sostegno ci permette di procedere nel cammino con meno fatica salvandoci da eventuali cadute su rami, foglie, sassi bagnati e fango. E' possibile scegliere tra varie tipologie dal materiale, di castagno piuttosto che di ciliegio corniolo od olivo, alla forma diritto o con una curvatura alla sommità, dotato di biforcatura al piede o punta o semplicemente pari.

**L'abbigliamento** adatto per chi si appresta ad avventurarsi nel bosco alla ricerca di funghi non deve essere casuale. È necessario disporre almeno di pedule o scarponi che proteggano il piede e le caviglie da eventuali storte, insidie del terreno come sassi o radici , La semplice scarpa da ginnastica non basta in quanto le tacche non sono abbastanza marcate per fare presa su terreni viscosi e limitare gli scivoloni. In più permettono la penetrazione dell'acqua possibile anche solo camminando su erba bagnata dall'abbondante rugiada mattutina. Non è confortevole camminare con i piedi bagnati ,e infreddoliti.



Accompagnano pedule o scarponi calze idonee meglio se si indossano due paia il primo sottile e aderente il secondo più corposo con protezioni sul tallone, questo piccolo accorgimento limiterà la formazione di vesciche, infatti le due calze non sfregheranno sul piede ma tra di loro.

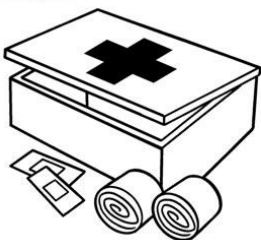


E' opportuno vestirsi a cipolla ma non vestirsi troppo, avere sempre con se un cambio in auto, un impermeabile per eventuali piogge improvvise, guanti e cappellino in caso di basse temperature soprattutto in ottobre.

Nello zaino o nella giacca multi tasche portare acqua fisico e pasti leggeri se si ci protrae a lungo nella dare energia frutta secca e semini da utilizzare come con caffè o the può servire per riscaldarci nelle fredde.



per idratare il ricerca . Aiutano a snack . Un termo giornate più



Sempre con noi un piccolo kit per il soccorso in caso di piccole ferite , pila per orientarsi prima di arrivare sulle zone di raccolta, accendino , nastro adesivo per qualsiasi evenienza come fasciare gli scarponi che potrebbero rompersi se usurati . Una borsa di plastica per proteggere il contenuto dello zaino, riporre i rifiuti da riportare a valle e custodire documenti chiavi dell'auto e tesserino per la raccolta .

## **PERICOLI NEL BOSCO**

Come già spiegato il giusto abbigliamento e l'attrezzatura adatta contribuiscono a preservarci da cadute o improvvise intemperie. Ma esistono altri pericoli nei quali potremmo imbatteci camminando tra gli alberi e i cespugli di un bosco come:

- VIPERE
- ALTRI ANIMALI SELVATICI COME IL CINGHIALE
- INSETTI COME ZECCHIE



## **VIPERE**

Le riconosciamo dal capo piatto e triangolare ben distinto dal corpo, la pupilla ellittica e verticale , il corpo finisce con una coda corta e appuntita. La livrea va dal grigio al marrone passando per tonalità rossicce. macchie trasversali scure attraversano il corpo. Può misurare fino a 80cm.



I luoghi preferiti di questo rettile sono gli spazi erbosi al sole, i limiti del bosco o i sentieri e ancora i luoghi sassosi magari vicino ad un torrente.

In generale la vipera è un serpente lento nei movimenti, se sente la vicinanza dell'uomo tende a scappare o ad immobilizzarsi tentando di mimetizzarsi. Non attacca spontaneamente se non infastidita. Il morso di una vipera non è così mortale come si pensa per l'uomo ma provoca dolore e gonfiori nella zona morsa , indebolimento , crollo della pressione , vomito e diarrea.

In questo caso per non accelerare il flusso sanguineo e accelerare l'avvelenamento

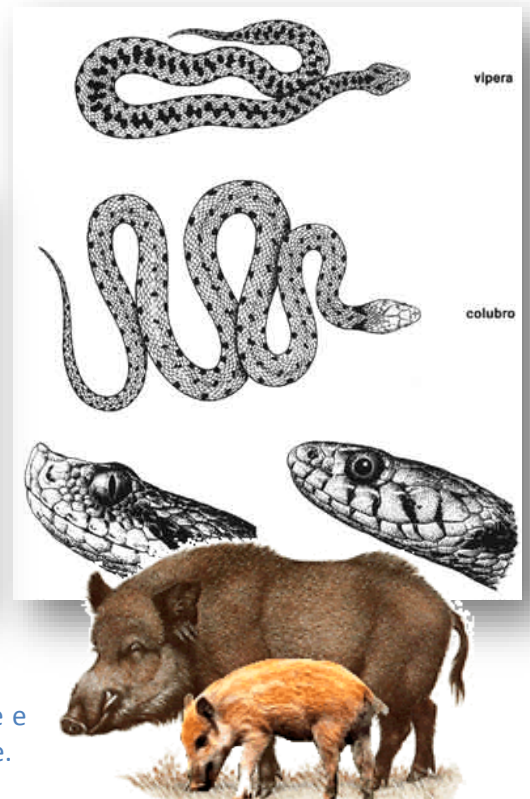
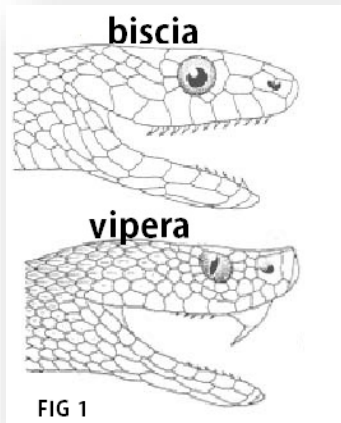
- mantenere la calma e non fare eccessivi sforzi fisici.
- Fasciare l'arto o la zona colpita come fosse una frattura senza bloccare la circolazione
- Disinfettare il punto morsicato
- Non applicare ghiaccio o tentare di succhiare via il sangue infetto

- Chiamare i soccorsi o andare all'ospedale più vicino dove raccontare l'accaduto. Somministrare autonomamente un antidoto può rivelarsi più dannoso che utile se non si è identificato chiaramente l'animale.

Il morso della vipera è riconoscibile sulla pelle da due ben evidenti forellini di circa 6-8mm di distanza da cui fuoriesce sangue misto siero, circondati da un alone rosso

**Consiglio:**

evitare di disturbare il rettile ed indossare calzature che proteggano fino a mezzo polpaccio.



**CINGHIALE**

il cinghiale è un mammifero molto forte e robusto dalla fisionomia tozza con un folto mantello e lunghe setole soprattutto sulle spalle, non è territoriale e percorre molti chilometri al giorno alla ricerca di ghiande e castagne.

Solitamente è un animale schivo e non costituisce un pericolo infatti tende di regola a fuggire dall'uomo e diventa pericoloso solo se ferito o impossibilitato alla fuga, in questo caso se l'animale carica



inaspettatamente è opportuno non scappare subito ma liberare il sentiero all'ultimo momento senza mai mostrargli le spalle. Oppure arrampicarsi su un albero per almeno 2/3 metri di altezza. Le femmine con prole non vanno disturbate perché potrebbero attaccare in difesa dei piccoli, è quindi sufficiente allontanarsi senza destare sospetto di voler infierire o ferire i cuccioli.

## **LE ZECCHHE**

Le zecche sono dei piccoli insetti che parassitano gli animali e anche l'uomo. La loro dimensione varia a seconda dello stadio di sviluppo da 1 a 3-4mm ma possono raggiungere anche il centimetro quando sono piene di sangue. Nel nostro paese si possono incontrare prevalentemente 2 tipi di zecca: la zecca dei boschi e la zecca del cane. Se la zecca del cane raramente si attacca all'uomo o ad altri animali quella dei boschi invece trova molto invitante la pelle umana ed è responsabile di infezioni e trasmissione di varie malattie che se individuate per tempo possono essere curate.



Le zecche dei boschi vivono nelle erbe e nei cespugli in particolare nel sottobosco nelle zone umide e ombreggiate con vegetazione bassa e foglie secche. In generale al disotto dei 1000 1200mt di altitudine.

Il periodo critico in cui la zecca si può attaccare all'uomo più facilmente è quello tardo primaverile ed estivo perché proprio in questi mesi necessitano di maggiore nutrimento.

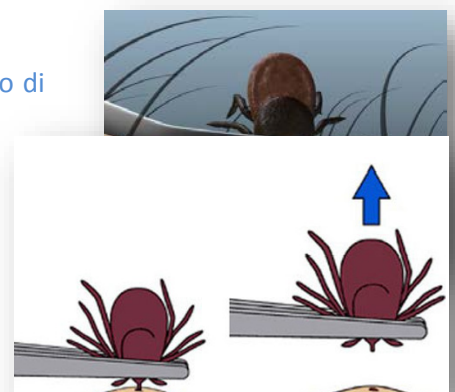
Per non essere punti è opportuno

- Indossare abiti chiari per identificare facilmente le zecche e rimuoverle prima che possano arrivare alla cute.
- Indossare pantaloni lunghi introducendo il fondo all'interno delle calze
- Evitare di sdraiarsi o sedersi a lungo direttamente sull'erba o in prossimità di cespugli
- Non addentrarsi nel fitto del bosco se non vestiti adeguatamente
- Utilizzare insetto repellenti e insetticidi (zanzarella, off, autan) direttamente sul corpo o sui vestiti
- Ispezionare tutto il corpo attentamente dopo l'escursione nel bosco per rimuovere il prima possibile la zecca.

Se ci accorgiamo della presenza sgradita di una zecca sulla pelle ecco il modo corretto per rimuoverla.

### **Cosa fare:**

Utilizziamo delle pinzette, possibilmente con le punte sottili, e cerchiamo di afferrare la testa del parassita il più vicino possibile alla cute. Se può esservi utile aiutatevi con una lente d'ingrandimento. Serriamo bene la presa e iniziamo a tirare lentamente ma in modo costante finché la zecca non molla la presa. Accertiamoci di aver estratto completamente la zecca. Se la testa è rimasta attaccata alla cute dovremo rimuoverla con un ago sterile come si fa solitamente con le spine oppure rivolgerci al nostro medico. Liberiamoci del parassita bruciandolo o immergendolo in alcool disinfettante. Disinfettiamo bene la zona del morso e laviamoci le mani con acqua e sapone.



### **Cosa non fare:**

- Evitate di tirare bruscamente la zecca o di torcerla: favorireste il distacco della testa.
- Non provate a schiacciare il parassita con le mani.
- Non utilizzate alcuna sostanza (alcool, petrolio, olio d'oliva, acetone) prima della rimozione: potreste indurre il parassita a rigurgitare aumentando le probabilità di infezione.

### **Non esitate a chiamare il vostro medico di fiducia se:**

- Non siete in grado di rimuovere la zecca.
- La testa del parassita è rimasta sottopelle e non sapete cosa fare.
- In seguito alla rimozione della zecca la zona del morso si irrita fortemente o compaiono febbri.

### **CONSERVAZIONE, ESSICCAZIONE E CUCINA**

Dopo la raccolta il fungo può essere conservato o consumato subito. Non tutte le specie però possono essere trattate alla stessa maniera. Vediamo ora come comportarsi con alcune delle tipologie viste durante i precedenti appuntamenti.

Tutti i Boletus "buoni" grazie alla carne bianca e soda si prestano al consumo anche a crudo, anche se può risultare un po' pesante da digerire. Diversamente può essere direttamente cotto nei sughi, essiccato, surgelato, o messo in vasetti sottolio. Primo passaggio è la pulizia con un pennellino o spazzolino e spugna asciutta o carta assorbente. Mai lavare il fungo che così perderebbe profumo e sapore!



Per **Essicare** un porcino è necessario, per gli esemplari più sviluppati, dividere il gambo dal cappello e procedere creando fettine dello stesso spessore (qualche millimetro). Le fette vengono disposte su cassette di legno o vassoi che devono poi essere esposte alla luce del sole per alcuni giorni, il contenuto va girato per permettere l'essiccazione su entrambi i lati. Nei giorni umidi e durante la notte i vassoi vanno messi al coperto in un luogo asciutto magari vicino ad una stufa come si fa in montagna. Per i ricercatori più tecnologici esistono elettrodomestici per essiccare i funghi in poche ore.



Il porcino in queste condizioni viene poi riposto in vasi di vetro con chiusura ermetica e si mantiene intatto anche per un anno massimo due.

Per cucinarlo è poi sufficiente farlo rinvenire mettendolo in acqua tiepida per una decina di minuti. L'acqua non va gettata ma utilizzata per insaporire le pietanze durante la preparazione.



Alla stessa maniera possono essere essiccati i funghi che appartengono alla famiglia dei Cantharellus come il galletto e il finferlo .

Morchelle e Ciocchetti invece vanno puliti dal gambo che viene buttato , solo il cappello viene infilato con ago e filo a mo' di collana e appeso a stufe o comunque in luoghi asciutti.

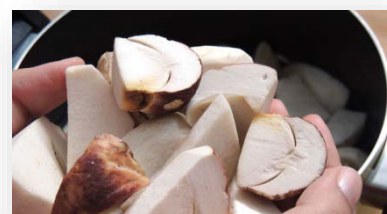
Se intendiamo **Congelare** il porcino , la pulizia è la stessa ma è preferibile tagliarlo a cubetti o preservare solo la testa intera e metterlo negli appositi sacchetti gelo . In freezer si mantiene per 6 mesi oltre è sconsigliata la consumazione.





la preparazione più classica per la conservazione dei funghi quella che può dare maggiore soddisfazione dal punto di vista gastronomico è la messa **sott'olio** . La procedura è semplice :

- Dopo aver grattato e pulito con spugna pennello e canovaccio i porcini più piccoli tagliarli in 4 spicchi senza dividere gambo e cappello.
- In una pentola versare in egual misura acqua e aceto bianco
- Aggiungere sale grosso e i funghi tagliati
- Accendere il fuoco e far bollire il tutto per 5 / 10 minuti
- Scolare i funghi e stenderli su un canovaccio ad asciugare
- Prendere i vasetti di vetro precedentemente sterilizzati (in acqua bollente per 10minuti)
- Inserire uno spicchio d'aglio qualche grano di pepe e una foglia di alloro, aggiungere un po' di funghi poi nuovamente pepe alloro e funghi (1 chiodo di garofano a piacere)
- Aggiungere olio di semi di girasole sugli strati e con un coltello fare uscire l'aria dal vasetto.
- Chiudere il vasetto con l'apposito tappo e attendere un mese prima di consumare.



## Porcini fritti

Gli esemplari maturi con la spugna appena diventata gialla sono i più adatti a questo tipo di cucina, anche il gambo può essere fritto ma il cappello rimane sempre il più gustoso. Sono adatti tutti i porcini con una carne compatta asciutta e priva di larve.



- Dopo la solita pulizia dividere il gambo dal cappello
- Tagliare in fungo a fettine massimo 5 millimetri
- Passare le fette in un piatto pieno di farina calibrata di grano tenero 00 “adatta per la sfoglia” (non assorbe troppo in fretta formando grumi)
- Riempire una pentola con 1/2 dita di olio per frittura
- Al momento opportuno immergere le fette di porcino nell’olio bollente e girare un paio di volte
- Appoggiare su un piatto con carta assorbente e aggiungere il sale a piacere



## Risotto in rosso ai Porcini secchi

- Per prima cosa è necessario prendere i funghi secchi e farli rinvenire per 10/15 minuti in acqua tiepida . Se sono presenti molte fette di gambo l'acqua dovrà essere più calda e la permanenza a mollo più lunga.
- Nel frattempo preparare una tazza abbondante di brodo vegetale
- soffriggere in una larga padella antiaderente della cipolla bianca
- Aggiungere il riso e farlo saltare per qualche minuto
- Sfumare il riso con il vino bianco secco
- Scolare i funghi e sminuzzarli con le forbici (tenere l'acqua di ammollo)
- Aggiungere i funghi al riso con un po' di sale e polvere di brodo vegetale
- Aggiungere 1 cucchiaio di pomodoro concentrato doppio
- Aggiungere durante la cottura il brodo precedentemente preparato e un po' di acqua filtrata dell'ammollo precedente dei porcini.
- A quasi cottura raggiunta aggiungere un cucchiaio di panna da cucina , una noce di burro e parmigiano reggiano





## Tortini di riso ai funghi con scamorza dolce e prosciutto saltato

Questa ricetta è ottima per riutilizzare il risotto avanzato a pranzo

- In una pentola antiaderente con un filo di olio saltare il prosciutto crudo



- Togliere il riso dal frigo



- Riempire stampini rotondi con il riso e posizionare le formine in un piatto spianato



- Appoggiare sulle formine di riso una fetta di scamorza dolce e un po' di prosciutto saltato
- Mettere nel fornetto per circa 10min a 160gradi



## Uova e Prugnoli o Galletti

- Pulire e tagliare in piccoli cubetti e funghi
- Se sono da freezer lasciarli scongelare lentamente adagiati in uno scolapasta
- Saltarli in una padella antiaderente con un po' di olio fino ad assorbimento dell'acqua
- Aggiungere il sale
- Nella stessa pentola rompere le uova e cuocere il bianco mantenendo il rosso intatto ma morbido all'interno
- Aggiungere un pizzico di sale e pepe sulle uova . Servire nello stesso piatto



### **Galletti e Porcini trifolati con la panna**

- Pulire e tagliare in piccoli cubetti e funghi
- Se sono da freezer lasciarli scongelare lentamente adagiati in uno scolapasta
- Saltarli in una padella antiaderente con un po' di olio aglio e prezzemolo tritato, fino ad assorbimento dell'acqua
- Aggiungere un mestolo di brodo vegetale per continuare la cottura
- A cottura quasi raggiunta mettere della panna da cucina (no liquida)
- Salare e servire come contorno



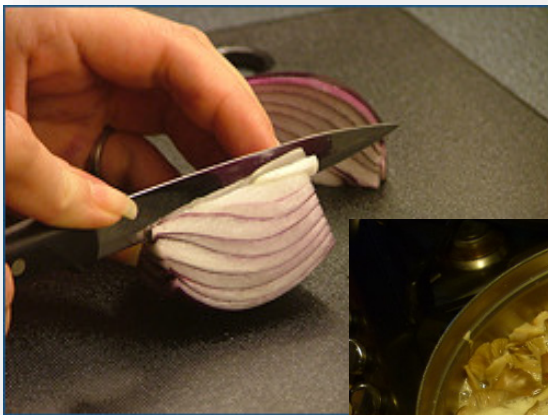
### **Sugo in rosso di Morchelle**

- Sciacquare in acqua tiepida le teste delle morchelle appena raccolte
- Bollire il fungo per almeno 20minuti in una pentola d'acqua
- Risciacquare più volte con acqua fredda le morchelle
- Tritare e sminuzzare i funghi
- Soffriggere in una pentola bassa un trito di cipolla prezzemolo e uno spicchio di aglio (non usare l'olio di oliva per non rendere troppo amaro il preparato ma olio di semi di girasole)
- Aggiungere il peperoncino (da togliere alla fine)
- Buttare le Morchelle e farle saltare assieme al trito
- Aggiungere sale e un pizzico di brodo vegetale in polvere
- Cuocere fino a che tutta l'acqua del fungo non sarà assorbita del tutto
- Aggiungere un cucchiaio di pomodoro concentrato
- Allungare con acqua tiepida
- Aggiungere la passata di pomodoro e un cucchiaio di panna
- A quasi fine cottura correggere di sale e aggiungere un pizzico di pepe



## Ciocchetti fritti

- Lavare il ciocchetto sotto l'acqua corrente
- Bollire per 30 minuti le teste
- Dopo la bollitura scolare i funghi e sciacquarli più volte sotto l'acqua tiepida per togliere la colla emessa durante la bollitura
- In una pentola antiaderente soffriggere una mezza cipolla tagliata in 2
- Aggiungere i ciocchetti e farli saltare un po'
- Aggiungere la farina calibrata più volte durante la frittura
- Prelevare i funghi pronti ed adagiarli su un piatto con carta assorbente
- Aggiungere il sale e servire



**LIBRI E SITI CONSULTATI**

- I FUNGHI DAL VERO Bruno Cetto (Saturnia)
- I FUNGHI E I LORO SEGRETI Nicolò Opicelli (Erredi)
- FUNGHI PER TUTTI Vol.1 Nicolò Opicelli (Erredi)
- FUNGHI PER TUTTI Vol.2 Nicolò Opicelli (Erredi)
- FUNGHI DEL BOSCO (Giunti Demetra)
- FUNGHI Paolo Cugildi (Edizioni del Baldo)
- FUNGHI E TARTUFI mensile
- PASSIONE PORCINI bimestrale
  
- <http://www.funghieturismo.it>
- <http://www.agraria.org>
- <http://www.trivero-italy.com/funghi-verofalso.html>
- [http://www.bagnonemia.com/Funghi/Funghi\\_doc.htm](http://www.bagnonemia.com/Funghi/Funghi_doc.htm)
- <http://www.micoponte.it/Index5.html>
- <http://faidatemaniam.pianetadonna.it/come-cercare-e-trovare-i-funghi-porcini-136922.html>
- <http://www.uncem.emilia-romagna.it/>
- <http://www.grupponm.org/>
- <http://www.cmfrignano.mo.it/>
- <http://www.ausl.mo.it>

## **RINGRAZIAMENTI**

Un ringraziamento particolare a tutti coloro che hanno partecipato alle 3 serate “Andar per funghi” .  
 A tutti i soci Azimut che mi hanno dato la possibilità di organizzarle e che mi hanno incoraggiata e sostenuta . Un grazie a Riccardo che mi è stato vicino e soprattutto alla mia famiglia che mi ha trasmesso questa magnifica passione.

