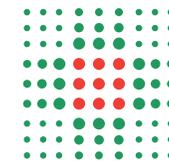


Informa salute

Notizie dall'Azienda UsI di Parma



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma

FUNGHI una bontà da gustare in sicurezza

Con le piogge di fine estate e l'autunno alle porte arriva la stagione di maggior fioritura dei funghi. Sono tante le specie, non tutte commestibili. Alcune di queste possono trarre in inganno e confondere anche gli appassionati "fungaioli" più esperti. Ecco, allora, tutte le regole da seguire, perché una prelibata pietanza non si trasformi in un rischio per la salute. Tutti i controlli agli Ispettorati Micologici dell'Azienda USL, presenti a Parma, Langhirano e Borgo Val di Taro.



IL CONTROLLO

Non esistono metodi empirici per riconoscere i funghi commestibili, come, ad esempio, le prove dell'argento, dell'aceto, del latte.... L'unico modo per essere tranquilli è quello di far controllare i funghi agli Ispettorati Micologici dell'AUSL, prima di consumarli. L'esame di commestibilità dei funghi raccolti per il consumo diretto e le certificazioni sanitarie obbligatorie per la vendita e/o la somministrazione sono gratuiti.

I funghi sottoposti a controllo devono essere: freschi (non congelati o scongelati, non essiccati, non diversamente conservati); interi (non recisi o tagliati, non spezzettati, non lavati, non raschiati o comunque privi di parti essenziali al riconoscimento); sani ed in buono stato di conservazione (non tarlati, non ammuffiti, non

fermentati, non fradici, non eccessivamente maturi); puliti da terriccio, foglie e/o altri corpi estranei; provenienti da aree non sospette di esposizione a fonti di inquinamento chimico o microbiologico (discariche di rifiuti, cumuli di macerie, sponde di corsi d'acqua lurida, pascoli ove si sia verificata transumanza soprattutto di pecore, parchi e giardinetti cittadini, vicinanze di aeroporti, autostrade, strade ad intenso traffico veicolare, stabilimenti industriali, forni inceneritori, cimiteri, centrali elettriche, frutteti e/o colture trattate con antiparassitari).

Attenzione: all'esame di commestibilità deve essere sottoposto l'intero quantitativo raccolto e nel più breve tempo possibile. Portare al controllo solo un campione non serve! Il quantitativo

lasciato a casa può contenere anche un solo pezzo di fungo velenoso o mortale. I funghi giudicati non commestibili saranno immediatamente ritirati e distrutti. Prima di acquistare funghi freschi, verifica sempre che la cassetta o l'involucro siano muniti di una etichetta attestante l'avvenuto controllo da parte degli Ispettori dell'AUSL o di un altro Micologo iscritto al Registro Nazionale.

IL CONSUMO

Utilizzare soltanto funghi raccolti nelle 48 ore e conservati a bassa temperatura (circa a 4° C nello scomparto del frigo destinato alle verdure), infatti un fungo commestibile, invecchiando, può divenire tossico, perché in cattivo stato di conservazione. Mangiare solo funghi ben cotti, perché, oltre

ad essere più facilmente digeribili, alcuni di loro contengono tossine termolabili, cioè che si degradano solo con una abbondante cottura. Ad esempio, i comuni chiodini (Armillaria mellea) necessitano di una pre-bollitura per 10/15 minuti seguita da una successiva ulteriore cottura a piacere. La frittura e la grigliatura non garantiscono la completa cottura.

Attenzione: si deve fare un uso moderato dei funghi, poiché sono alimenti che possono creare difficoltà digestive, in particolare nei bambini, nelle persone molto anziane, nelle donne in gravidanza e in allattamento.

LA CONSERVAZIONE CASALINGA

L'essiccazione non richiede attrezzature particolari, solo

l'essenziale apporto del sole o di appositi essiccatori (non il forno). È bene che i funghi sottoposti ad essiccazione siano il più possibile sani ed asciutti. Una volta essiccati, i funghi si possono conservare nel congelatore o in contenitori ermetici. **Il congelamento** dei funghi freschi crudi è sconsigliato: il fungo va prima precotto o sbollentato.

Importante: i comuni chiodini, se congelati senza prima una prebollitura, possono causare sindromi da intossicazione. La conservazione sott'olio dei funghi richiede particolari accorgimenti per evitare lo sviluppo delle spore del botulino, responsabile di una tossinfezione grave, talora anche mortale. Sono necessarie: la perfetta pulizia dei funghi e dei contenitori, del locale e dei piani di appoggio o di lavoro, le

alte temperature impiegate e l'utilizzo di aceto o di altri acidificanti per abbassare il ph. Si consiglia di usare contenitori piccoli (max 300-500 ml) e sterilizzati, facendoli bollire

chiusi con coperchi nuovi per almeno 15 minuti. Anche i funghi vanno bolliti, ad una temperatura di 100°C per 15/30 minuti, in una miscela di acqua e aceto. È possibile controllare il grado di acidità del preparato con una cartina di tornasole: se il ph risulterà inferiore a 4,5 si può stare tranquilli. Per evitare il più possibile la formazione di bolle d'aria, nel contenitore, dovrà prima essere versato il liquido, poi i funghi. Il prodotto finito deve essere conservato in luoghi freschi, non umidi, al di sotto di 10°C e va consumato entro breve tempo.

Attenzione: la presenza della tossina del botulino non modifica l'odore e il sapore dell'alimento, ma sono sempre da scartare le conserve che, all'apertura, lascino uscire del gas o presentino bollicine o altre alterazioni.

ALTRE ATTIVITÀ DEGLI ISPETTORATI MICOLOGICI

Oltre al riconoscimento ed alla certificazione dei funghi, gli Ispettorati micologici di Parma e di Borgo Val di Taro garantiscono: consulenza presso gli ospedali, in caso di avvelenamento da funghi, il servizio, nei periodi di maggior crescita dei funghi, è svolto anche in pronta disponibilità tutti i giorni della settimana, festivi compresi; verifica dell'idoneità dei commercianti che richiedono di poter effettuare la vendita dei funghi, con apposite commissioni d'esame; educazione sanitaria, attraverso l'organizzazione di corsi diretti alla cittadinanza; vigilanza presso le attività di produzione, trasformazione, confezionamento, commercio e somministrazione di funghi.

Ispettorati Micologici dell'Azienda USL Sedi, orari e modalità di accesso

Sede di Parma - via Vasari n. 13/a:

il servizio è aperto:

- nei mesi di aprile, maggio, giugno, luglio e agosto, il lunedì dalle 17 alle 18:30
- nei mesi di settembre, ottobre e novembre, il lunedì e il giovedì dalle 16 alle 19

Al di fuori dei periodi e degli orari sopra indicati, è necessario prendere appuntamento, telefonando ai numeri 0521/396400 - 396405 - 396543 - 396411.

Sede di Langhirano - Via Roma n. 42/1:

- Per accedere è necessario l'appuntamento, telefonando ai numeri 0521/865310 - 865319 - 865309

Sede di Borgo Val di Taro - Via Micheli n. 2:

il servizio è aperto:

- nei mesi di aprile, luglio, agosto e novembre, il martedì dalle 14:30 alle 17:30
- nei mesi di maggio, giugno, settembre e ottobre, il martedì e il giovedì dalle 14:30 alle 17:30.

Al di fuori dei periodi e degli orari sopra indicati, è necessario prendere appuntamento, telefonando ai numeri 0525/970266 - 970324 - 300442 - 970326.