



FUNGHI: UNA BONTÀ DA GUSTARE IN TUTTA SICUREZZA

Gli Ispettorati micologici dell'AUSL

Raccolti freschi e poi cucinati i funghi sono per molti un alimento prelibato. Non tutte le specie sono commestibili: alcune, infatti, sono responsabili di intossicazioni, anche gravi. Ecco alcune regole da seguire perché una passione non si trasformi in un rischio per la salute.

IL CONTROLLO

Per mangiare funghi raccolti, in tutta tranquillità, è bene farli controllare dagli Ispettorati micologici dell'AUSL. L'esame di commestibilità dei fun-

ghi raccolti per il consumo diretto è gratuito. Gratuite anche le prestazioni a favore dei dettaglianti e dei ristoratori. Il servizio è a pagamento per il commercio all'ingrosso, al costo di 4 centesimi per chilogrammo di funghi controllati. I funghi da sottoporre al controllo devono essere freschi, interi, sani, puliti e in buono stato di conservazione. All'esame di commestibilità deve essere sottoposto, nel più breve tempo possibile, l'intero quantitativo raccolto. Prima di acquistare funghi freschi, verificare sempre che la cassetta o l'involucro siano muniti di un'etichetta attestante l'avvenuto controllo da parte degli ispettori dell'AUSL o di un altro micologo iscritto al Registro Regionale o Nazionale.

IL CONSUMO

È molto importante cucinare e consumare soltanto funghi raccolti entro le 48 ore e conservati a bassa temperatura (circa a 4°C nello scomparto del frigo destinato alle verdure). Un fungo commestibile, invecchiando, può divenire tossico per colpa del cattivo stato di conservazione. Un'altra precauzione è quella di mangiare solo funghi ben cotti, perché, alcuni di loro contengono tossine termolabili, cioè che si degradano solo con un'adeguata e abbondante cottura. I funghi, inoltre, sono alimenti che possono creare difficoltà digestive: non sono adatti a bambini, anziani, donne in gravidanza e in allattamento.

LA CONSERVAZIONE

L'essiccazione non richiede attrezzature particolari, ma solo l'essenziale apporto del sole o di appositi essiccatori (non il forno). Una volta essiccati, i funghi si possono conservare nel congelatore o in contenitori ermetici, in luoghi comunque freschi e asciutti.

Il congelamento dei funghi freschi crudi è sconsigliato, in quanto vanno prima precotti o almeno sbollentati. I comuni chiodini, ad esempio, se congelati senza prima una prebollitura possono causare sindromi da intossicazione.

La conservazione sott'olio dei funghi richiede particolari accorgimenti per evitare lo sviluppo del **botulino** all'interno dei vasi, agente 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, l'impiego di alte temperature nella



preparazione e l'utilizzo di aceto o di altri acidificanti per abbassare il pH. Si consiglia di usare contenitori piccoli (max 300-500 millilitri) 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 finale 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 bisogna prima versare il liquido e poi i funghi. Il prodotto finito può essere conservato in luoghi freschi - non umidi - ma va consumato entro breve tempo. È importante sapere che la presenza della tossina del botulino non provoca modificazioni di odore o di sapore dell'alimento. Sono sempre da scartare le conserve che, all'apertura, lasciano uscire gas o presentino bollicine o altre alterazioni.

GLI ISPETTORATI MICOLOGICI DELL'AZIENDA USL

- ▶ **Sede di Parma, via Vasari n. 13/a:** il servizio è aperto nei mesi di aprile, maggio, giugno, luglio, agosto, novembre il lunedì dalle 16 alle 17.30; nei mesi di settembre e ottobre, il lunedì e il giovedì dalle 16 alle 17.30. Al di fuori dei periodi e degli orari sopra indicati, è necessario l'appuntamento, telefonando ai numeri 0521/396400 - 396405 - 396543 - 396411.
- ▶ **Sede di Langhirano, Via Roma n. 42/1:** è necessario l'appuntamento, telefonando ai numeri 0521/865310 - 865319 - 865309 - 865263.
- ▶ **Sede di Fidenza, Via don Tincati n. 5 loc. Vaio:** è necessario l'appuntamento, telefonando ai numeri 0524/515111-515733-515728.
- ▶ **Sede di Borgotaro, Via Benefattori n. 12:** il servizio è aperto nei mesi di aprile, luglio e novembre, il martedì dalle 16 alle 17.30; nei mesi di maggio, giugno, settembre e ottobre, il martedì e il giovedì dalle 16 alle 17.30. Al di fuori dei periodi e degli orari sopra indicati, è necessario l'appuntamento, telefonando ai numeri 0525/970266 - 970324 - 970326 - 300442 - 300495 - 300419.
- ▶ **Sede di Fornovo, Via Solferino n. 37:** è necessario l'appuntamento, telefonando ai numeri 0525/300442 - 300495 - 300419.