



## 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

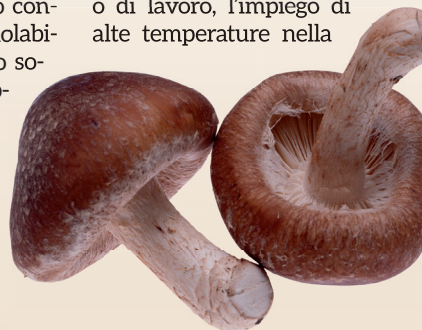
È molto importante cucinare e consumare soltanto funghi raccolti entro le 48 ore e conservati a bassa temperatura (circa a 4°C nello scomparto del frigo destinato alle verdure). Un fungo commestibile, invecchiando, può divenire tossico per colpa del cattivo stato di conservazione. Un'altra precauzione 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.