



*Il momento delle uscite a funghi è arrivato, non smetteremo mai di ricordare che con i funghi non si scherza.*

### **Ecco alcune regole a cui attenersi.**

- Non consumare mai funghi che non siano stati identificati con certezza (avvaletevi di micologi regolarmente abilitati alla cernita): un fungo dubbio si scarta SEMPRE!!!
- Non danneggiare i funghi velenosi o quelli che non si conoscono: svolgono indispensabili funzioni per il mantenimento dell'equilibrio biologico del bosco.
- I funghi si raccolgono interamente, cioè completi di ogni loro parte e non tagliandoli alla base (questo ne facilita il riconoscimento).
- Trasportare i funghi in contenitori rigidi ed aerati (cestini).
- Non usare mai (è anche vietato) le inquinati buste di plastica che rovinano i funghi e ne alterano le caratteristiche (potrebbero anche non essere più riconoscibili)
- Non usare uncini, rastrelli o altri attrezzi per muovere o grattare il sottobosco. Si danneggia irrimediabilmente lo strato di micelio che produce i funghi..
- Limitare la raccolta ai quantitativi di funghi necessari al consumo "risparmiando" gli esemplari troppo giovani (non hanno ancora prodotto i loro "semi") ed evitare quelli vecchi ed ammuffiti.
- Non fidarsi del riconoscimento fatto esclusivamente con le tavole o con le foto di libri di funghi.
- Non trasportare insieme funghi commestibili e funghi sconosciuti o velenosi.
- Non raccogliere i funghi, neanche se commestibili, che crescono lungo le strade, nelle discariche o in altri posti potenzialmente inquinati. Il fungo è una spugna che assorbe tutto quello che è presente nell'ambiente circostante.

## **Andar per funghi in sicurezza**

parla Ennio Carassai, presidente del Camm (tratto dal sito [www.funghiitaliani.it](http://www.funghiitaliani.it))

Raccogliere funghi ormai è una passione che riguarda sempre più persone. Nelle Marche gli appassionati sono circa 200 mila. Molti vanno a funghi perché pensano di trovarli facilmente, quindi di poterli mangiare, oppure perché credono che mangiare funghi faccia bene alla salute.

Ma come si diventa esperti conoscitori di questo alimento? Lo chiediamo a Ennio Carassai, presidente dell'Associazione micologica - naturalistica Monti Sibillini di Macerata, e presidente del Camm, Coordinamento associazioni micologiche delle Marche.

"Per diventare buoni conoscitori bisogna iscriversi a un gruppo micologico. Quindi si deve sempre studiare molto: la nostra associazione fornisce le nozioni di base, che poi si devono approfondire: nella nostra sede di via Zorli abbiamo circa 100 libri e uno stereomicroscopio. In futuro avremo anche il microscopio. Infatti, date le forti somiglianze fra specie commestibili e velenose, se non basta l'indagine macroscopica, occorre fare anche quella microscopica."

Quali sono le caratteristiche del fungo come alimento?

"E' un alimento molto pesante, non particolarmente nutriente, poco digeribile. Contiene molti sali minerali, un po' di proteine e vitamine, l'80/90% di acqua. I funghi non sono essenziali nell'alimentazione: dovrebbero essere mangiati solo per gustarne il caratteristico sapore."

Quali sono le località della Provincia di Macerata ricche di funghi?

"Le varietà di funghi in tutto sono 30 mila. Nella nostra provincia si trovano quasi tutte. In qualche zona è prevalente una certa varietà, piuttosto che un'altra. Crescono in montagna, ma anche al mare, praticamente tutto l'anno, tranne nei periodi di particolare siccità, come ad agosto."

Quali sono gli scopi della vostra associazione?

"Al contrario di quanto potrebbe sembrare, noi non vogliamo far crescere il numero dei raccoglitori, ma puntiamo all'educazione e alla prevenzione del rischio tossicologico. Troppe persone vanno a funghi senza avere le necessarie conoscenze, rischiando così l'avvelenamento. Oppure li raccolgono quando sono già marci, poi li buttano via. Con questi comportamenti scorretti, si causano danni all'ambiente. Ad esempio, molti riconoscono i funghi velenosi, li raccolgono e poi li gettano via, non sapendo che essi hanno una funzione importantissima per l'ambiente. E' il caso dell'Amanita muscaria, il fungo col cappello rosso, con verruche bianche - il fungo dei cartoni animati per capirci - che è velenoso, di secondo livello."

**Andar per funghi:** un opuscolo sul corretto comportamento (tratto dal sito [www.funghiitaliani.it](http://www.funghiitaliani.it))

E' stato realizzato dalla Provincia, in collaborazione con le Comunità montane di Camerino, Cingoli, San Ginesio e San Severino, il Parco dei Sibillini e il Camm. E' un pieghevole di piccolo formato, snello, che si può tenere nel taschino come una patente. "Andar per funghi" contiene gli indirizzi delle 12 associazioni micologiche che fanno parte del Camm, alcuni articoli della legge regionale 34 e una serie di norme di comportamento da seguire nella raccolta, tese anche a tutelare il bosco. Vi è stampato anche il numero verde dell'assessorato all'agricoltura della Provincia - 800/216659 - a cui si può segnalare ogni potenziale pericolo per l'ambiente. Le pubblicazioni possono essere ritirate presso il Parco dei Sibillini e le Comunità montane.

Vediamo alcuni dei consigli che riporta:

Usare recipienti rigidi e aerati, ad esempio cestini di vimini, che mantengano i funghi integri e freschi.

In caso di puntura di zecca, non cercare di estrarla da soli, ma rivolgersi al Pronto Soccorso. La zecca deve essere stordita con un batuffolo di alcool o benzina o petrolio. Quando lascia la presa, afferrarla con un fazzolettino di carta, girandola in senso orario. Mai staccarla bruscamente, perché, se non viene via intera, i resti possono procurare infezioni. Non utilizzare per la raccolta alcun tipo di utensile (rastrelli, uncini), ma raccogliere i funghi interi, estraendoli delicatamente dal terreno, pulendo subito quelli destinati al consumo e lasciando integri quelli destinati a una successiva analisi.

Raccogliere per il consumo alimentare solo gli esemplari freschi, scartando quelli troppo maturi o troppo giovani. Ricordarsi che alcuni funghi commestibili, se consumati crudi o insufficientemente cotti, possono dar luogo a intossicazioni.

Rispettare l'ambiente e gli animali che ci vivono, non sporcare, non danneggiare le piante e l'humus, non produrre rumori inutili.

Durante la ricerca portare con sé un bastone, indossare stivali e scarpe alte, e indumenti idonei, che coprano braccia e gambe.

La legge regionale ancora in vigore, permette di raccogliere solo due chili di funghi a persona. Quella nazionale, più recente, la 352, ha portato il limite a tre chili, che potrebbe essere recepito nella nuova legge regionale.