

### E' vero che ...

I funghi sono degli organismi altamente deperibili e pertanto vanno cucinati entro poco tempo.

Quasi tutti i funghi devono essere cotti, solo poche specie possono essere consumate crude.

Tutti i funghi commestibili, come qualsiasi altro alimento, possono risultare tossici se troppo vecchi o mal conservati.

### Non é' vero che ...

I funghi erosi da lumache o da piccoli roditori, o quelli che ospitano larve di insetti, sono sempre commestibili.

La cottura dei funghi è sempre sufficiente ad eliminare le sostanze tossiche

I funghi cresciuti su legno non sono mai velenosi.

I funghi cresciuti nei pascoli o nei prati non sono mai velenosi.

I funghi che cambiano colore al taglio sono sempre velenosi.



CONTROLLO DI COMMESTIBILITA' DEI FUNGHI		
L'Ispettorato Micologico è un servizio dell'ASL TO5 al quale puoi rivolgerti per sapere se i funghi raccolti da te, dai tuoi famigliari o che ti sono stati regalati, sono commestibili.		
Il servizio è GRATUITO ed è attivo da <u>Settembre a Novembre</u> nelle giornate indicate in tabella Nei restanti mesi il servizio è attivo previo contatto telefonico al numero 011/6806837		
Nichelino	Lunedì e Mercoledì	14.00 – 16.00
Carmagnola	Giovedì	09.00 - 10.00
Chieri	Martedì	14.00 – 16.00
		Via San Francesco d'Assisi 35
		Via Avvocato Ferrero 24
		Via De Maria, 1 (ingresso Ospedale)



**A.S.L. TO5**

Azienda Sanitaria Locale  
di Chieri, Carmagnola, Moncalieri e Nichelino

## FUNGHI: SAI COSA MANGI?



**Consigli utili per chi  
raccoglie e consuma funghi**

**ISPETTORATO MICOLOGICO**  
S.C. igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Tel. 011 6806837  
e-mail: [sian@aslto5.piemonte.it](mailto:sian@aslto5.piemonte.it)



Amanita phalloides – tossico mortale

**Ti piace raccogliere funghi ?  
Sei solito consumarli con la tua famiglia?  
Ti capita di regalarli agli amici o di riceverne in dono ?**

Raccogliere funghi da molti anni e ritenerti un esperto conoscitore non sempre costituiscono garanzia sufficiente ad evitare pericolosi errori e a tutelare la tua salute e quella dei tuoi famigliari.

**Perché dunque rischiare ?**

Segui alcuni semplici ma importanti consigli per vivere la tua passione in tutta sicurezza !



Amanita caesarea (Reale)– commestibile

## La raccolta

I funghi devono essere raccolti interi, cioè completi di ogni loro parte, senza strapparli o tagliarli alla base del gambo, con leggeri movimenti rotatori, in modo da conservare tutti gli elementi morfologici utili per il loro riconoscimento.

Vanno raccolti solo funghi che per il loro stato di conservazione assicurino una buona commestibilità, tralasciando quelli troppo vecchi, quelli impregnati d'acqua o diffusamente invasi da larve.

Non devono inoltre essere raccolti funghi in aree che potrebbero risultare inquinate, come ad esempio:

- terreni in prossimità di discariche di rifiuti; di stabilimenti industriali, di inceneritori, di centrali elettriche ecc.
- sponde di fiumi dove l'acqua si presenta sporca;
- zone adiacenti a strade a traffico intenso;
- frutteti, piantagioni e campi coltivati, trattati con prodotti fitosanitari.

## Dopo averli raccolti

Puliscili da terriccio, foglie e corpi estranei senza tuttavia eliminarne parti che potrebbero servire per il loro riconoscimento;

Trasportali in contenitori aerati e rigidi come, ad esempio, cestini di vimini.

## Il controllo

Rivolgiti **sempre al Centro di controllo micologico dell'ASL** portando per la verifica, in tempi possibilmente brevi, tutti gli esemplari raccolti.

**Il servizio di controllo è gratuito.**

**Diffida** del giudizio di commestibilità fornito da amici, parenti o da presunti esperti.

Inoltre, per stabilire la commestibilità dei funghi **non affidarti** in alcun modo ad improbabili criteri empirici (in base ai quali, ad esempio, i funghi velenosi rivelerebbero la loro tossicità durante la cottura annerendo un cucchiaino d'argento o uno spicchio d'aglio, o altre simili amenità) oppure facendoli assaggiare preventivamente ad animali domestici.

## Il consumo

Consuma soltanto funghi di cui sei assolutamente certo che siano commestibili, e comunque in quantità moderata e non in pasti ravvicinati.

Ricordati che i funghi sono un alimento **non adatto** ai bambini, alle donne in gravidanza ed in fase di allattamento, a soggetti con problemi di salute (ad esempio affetti da intolleranze specifiche, da malattie al fegato o ai reni, con gravi patologie in atto ecc.).