



Cada lunes el laboratorio de Ciencias de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas se llena de setas, algunas con valor culinario y otras tóxicas, llevadas por los aficionados con el fin de conocerlas

Los Lunes Micológicos o cómo saber si la seta que acabo de echar a la cesta es venenosa

Varios expertos asesoran de recolección y tipos de hongos en el Campus de Teruel a los aficionados



El experto Raúl Tena (Izq.) comentando una seta con Ramiro Gracia

M. Cruz Aguilar
Teruel

“Con las rúsculas no te vas a poner enfermo, no hay ninguna tóxica, pero mejor no te la comas que hay cosas mejores, no es ni de tercera categoría diría yo”, dice Pedro Blanco, experto en micología y encargado de asesorar los aficionados durante los Lunes Micológicos. La actividad, que se realiza desde hace más de tres décadas cada lunes por la tarde durante la temporada otoñal de setas, ayuda a los buscadores que acuden a discernir las especies con elevado valor gastronómico de aquellas otras que nos pueden provocar una indigestión o incluso matarnos.

A la actividad, que se realiza en el laboratorio de Ciencias de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, acuden los seteros con sus propias recolecciones para conocer con qué especies exactamente han llenado la cesta. Allí, los integrantes de la Asociación Micológica Turolense, les indican

EL DATO

53%

DE LA SUPERFICIE

de Teruel es apta para la producción de setas y algo más de un 30% se corresponde con estratos productores arbolados, donde se desarrollan algunas de las especies más valoradas.

si son una delicia culinaria o deben tirarla a la basura para no acabar hospitalizados.

Ramiro Gracia acudió este lunes con un gran cesto repleto de setas de diferentes especies recogidas en Moscardón. Entre ellas había un gran número de champiñones, pero ninguno comestible: “Tienen las láminas color tabaco, están repletas de esporas, no se pueden ingerir porque ya están pasados. Hay que cogerlos cuando están rosáceos”, explicaba Blanco ante los asistentes.

Todos los aficionados a coger setas conocen las de cardo y los

rebollones. Algunos incluso se atreven con los boletus, aunque no hay que recogerlos en tamaños pequeños porque es muy fácil confundirlos con el género *cortinarius*. Este lunes hubo quien descubrió las babosas, exquisitas en el plato y que en el campo son fáciles de identificar por sus colores y, sobre todo, por sus láminas separadas. Además, “si le pasas el dedo humedecido tienen tacto de baba, de ahí su nombre”, relata Blanco.

En muchas zonas de la provincia de Teruel este año está siendo un buen año micológico y prueba de ello es que en los dos Lunes Micológicos que se han llevado a cabo ha habido una gran asistencia de aficionados y también un buen número de especies diferentes sobre las bandejas de exposición.

Algunas, como la *Clitocybe odora* huelen a anís y no se aconseja su consumo, aunque sí se ha utilizado tradicionalmente en muy pequeñas cantidades para aromatizar guisos y postres. Tam-



Una pata de perdiz ('*Chroogomphus rutilus*') hallada en los montes de Teruel



Los champiñones con las laminas de color tabaco no se deben de consumir por su carga de esporas

bién había otras, como la *Tricholoma amaro*, que no es comestible y tiene un intenso sabor amargo, como su nombre indica.

El interés por las setas ha ido en aumento en los últimos años y prueba de ello es que cada vez hay más personas en los montes de Teruel con su cesta en busca de pequeños tesoros gastronómicos. Por eso, en los Lunes Micológicos asesoran también sobre cómo coger las setas, arrancando algunas, entre ellas los porros o los champiñones, y cortando otras, como los niscalos o las setas de cardo.

Una de las setas más prolífica en este último Lunes Micológico fue la *Amanita ovoidea*, conocida popularmente como harinera o farinera puesto que deja las manos manchadas de una crema blanca similar a la harina cuando la tocas. Los pedos de lobo (*Lycoperdon perlatum*) siempre resultan muy llamativos por el polvillo marrón que sacan cuando se aprietan y que antaño se usaba como cicatrizante. No tienen gran valor culinario y, en el caso de consumirse, que el experto Raúl Tena desaconseja por indigestos, deben ser siempre ejemplares jóvenes.

Precisamente el tamaño y el momento vital de las setas son dos aspectos muy importantes a tener en cuenta, puesto que cuando se trata de ejemplares muy pequeños pueden confundirse con sus gemelos tóxicos. Por eso, hay que coger las setas totalmente formadas y antes de que entren en declive, hecho que hace que incluso algunas con gran valor gastronómico resulten tóxicas, como es el caso de los champiñones.

Entre las setas que Ramiro Gracia metió en su cesta había un gran *Leucopaxillus lepistoides* que pesó 763 gramos en la báscula del laboratorio de ciencias. Es una especie comestible, "exquisita cuando no está tan desarrollada", comenta Blanco, pero cuyas peculiaridades gastronómicas son desconocidas para muchos y prueba de ello, como indica el micólogo, es que ni siquiera tiene



Restos de la seta conocida popularmente como farinosa o harinosa



Ramiro Gracia con un gran ejemplar de '*Leucopaxillus lepistoides*'

EL APUNTE

La sequía ha afectado a algunas zonas, pero las últimas lluvias han favorecido a otras

La provincia de Teruel es un lugar excepcional para encontrar diferentes especies micológicas con gran valor gastronómico. En algunos lugares, como Gúdar-Javalambre, la falta de lluvias ha afectado a la presencia de setas, sin embargo en otros, como la Sierra de Albarracín o la zona alta del Maestrazgo, las lluvias de finales de agosto y comienzos de septiembre han producido una explosión fúngica para delicia de los aficionados al monte.

La posición de los hongos en la cesta también es importante y deben colocarse como si estuvieran plantados, con el sombrero hacia arriba, porque así las esporas, que están en las láminas, van cayendo por el monte, favoreciendo la reproducción.

Las de siempre

Otro de los asistentes a esta última sesión micológica fue José Manuel, un gran aficionado a salir al monte pero que quiere conocer más setas puesto que ahora su consumo fúngico se reduce a la seta de cardo, al rebollón y "desde hace poco", concreta, también a los Boletus.

Lo mismo le ocurre a Ramiro Gracia, que aunque en sus últimas salidas al campo ha recogido todo lo que ha encontrado, lo ha hecho con el fin de que los expertos que acuden a los Lunes Micológicos le ayuden a discernir qué puede comerse y qué no puesto que, hasta ahora, sólo conocía los rebollones y las setas de cardo. "Mi mujer el otro día encontró babosas, pero nos las dejamos porque pensamos que no valían", explica. Seguro que la próxima vez que salga al campo las echa a la cesta para comprobar si son tan buenas en el plato como dicen los expertos.

nombre común. "La llaman seta de primavera, pero la gente no se la comía", argumenta el especialista. Entre las características que tienen es que se hacen de gran tamaño, que tienen un pie corto y grueso y que las láminas se sueltan fácilmente al tacto. De todas formas, las láminas hay que retirarlas porque, como ocurre también en otras muchas setas, en ellas están las esporas, que son indigestas.



El experto Pedro Blanco consultando un ejemplar en un libro especializado