

**Hoxe é posible atopar cogomelos frescos, secos, en tarro... todo o ano, mais pouco se sabe do seu cultivo. Foron os chineses, hai miles de anos, os primeiros en cultivalos para consumilos como alimento e tamén como medicina. A Europa chegaron a partir do ano 1600, mentres que en Galicia non se empezaría a producir ata o século pasado. Malia que este alimento san e saboroso aínda non se incorporou plenamente ás mesas galegas, na actualidade todo o mundo pode ser produtor.**

# O cultivo de cogomelos en Galicia

[escribe **Alejandro Mínguez** | fotografía **A.M.**

Por desgraza, non podemos cultivar todos os cogomelos que recolleemos de xeito silvestre nos montes galegos.

A micoloxía é unha ciencia en constante avance e aínda hai moitas cousas que non sabemos dos fungos. Existe dificultade para illar o micelio de determinados cogomelos, para reproducir o ciclo de vida ou recrear condicións de substrato, humidade e temperatura. É máis sinxelo cultivar algúns cogomelos saprófitos, que son aqueles que viven de materia morta ou en descomposición, ao ser máis doada a elaboración do substrato, aínda que tamén se poden cultivar algúns simbióticos, aqueles que medran en colaboración cunha planta. Un proceso que aínda hoxe resulta sorprendente e

descoñecido para moitas persoas, que non saben que os cogomelos se poden cultivar ou que pensan que se sementan na terra coma un vexetal.

A historia do cultivo de cogomelos naceu hai miles de anos en Oriente, os chineses foron os precursores do cultivo de cogomelos para consumilos como alimento e tamén como medicina, xa que moitos teñen interesantes propiedades medicinais, mesmo os máis populares que atopamos na actualidade no supermercado como o champiñón ou os *Pleurotus*, etiquetados por erro en ocasións como "cogomelo de cardo". Xaponeses e mexicanos tamén foron dos primeiros en cultivar cogomelos, sen métodos científicos e con resultados moi desiguais. A Europa chegou a

partir do ano 1600. Os franceses foron os primeiros en cultivar o champiñón no século XVIII e por iso ao *Agaricus bisporus* se lle deu como nome popular "Champiñón de París". A Galicia non chegaría o cultivo de cogomelos para consumo masivo ata o século pasado, circunstancia na que seguro tivo que ver a micofobia existente en Galicia que arrastramos ata a actualidade. Hoxe atopamos cogomelos frescos, secos, en tarro... todo o ano. Cultívanse distintas variedades de *Pleurotus* como: *P. Ostreatus* ("ostra"), *P. Cornucopiae* ("escuro"), *P. citrinopileatus* ("tropical-amarelo"), *P. eryngii* ("de cardo"), *P. pulmonarius*, *Agaricus bisporus* (champiñón) e incluso variedades en ensaio, menos populares, como *Coprinus comatus*

("barbuda-matacandil") ou *Lepista nuda* ("pé azul").

Os procesos de cultivo de cogomelos teñen evolucionado moito nos últimos tempos. Se non hai moito que se empregaban toros de madeira para introducir o micelio ou semente do cogomelo para que se desenvolvesen, no interior de covas, adegas, túneles e espazos escuros, na actualidade cultívanse en invernadoiros e naves con substrato de cereal na maioría dos casos. Hoxe a temperatura, a luminosidade, a humidade e a ventilación precisa para o cultivo de cogomelos está en mans de ordenadores, de xeito que a produción de cogomelos semella a de calquera outro produto industrial. Hai riscos, xa que poden contaminarse e incluso verse afectados por outros fungos,

pero na actualidade podemos asegurar que se cultivan cogomelos en grandes cantidades con relativa comodidade e rigor científico.

Esta modernización permite unha maior cantidade de produción e, polo tanto, a rebaixa no prezo, sendo un alimento económico, san e saboroso, aínda pendente da incorporación á dieta de moitos fogares galegos. Existen ademais en Galicia ensaios ecolóxicos para o cultivo sobre o café usado das cafeterías por parte de dous biólogos en Vigo e doutros substratos ecolóxicos en distintas explotacións galegas para obter cogomelos de calidade e sans. Poden mercarse pola Internet kits para a produción de cogomelos na casa polo que todo o mundo pode ser produtor de cogomelos na actualidade. ■



Os champiñóns constitúen unha das variedades máis cultivadas en Galicia.

■ O que máis se produce en Galicia é *Pleurotus ostreatus*, por ser o máis sinxelo de cultivar. Pódese mercar o substrato de cereal esterilizado e xa inoculado co micelio do cogomelo, obtido de xeito artificial en laboratorio, e telo 20 días nunhas instalacións controladas para a expansión do fungo que despois dará lugar ao cogomelo. Unha paca de 20 quilos de cereal inoculado pode dar en condicións óptimas entre 5 e 6 quilos de cogomelos en tres colleitas. O champiñón ou *Agaricus bisporus*, tamén a variedade "Portobello", pode cultivarse con relativa facilidade, neste caso nun substrato con restos de esterco de equino e unha serie de reguladores de acidez do chan. Tamén aparece comercializado o *Lentinus edodes*

## O paraíso do cogomelo silvestre

En Galicia existen diversas plantas de cultivo de fungos en invernadoiros e firmas relacionadas coa micoloxía

ou "Shitake", un cogomelo que non aparece en Galicia de xeito silvestre pero que si se cultiva, aínda que neste caso o proceso é máis longo que nos dous anteriores.

En Pontevedra, "Hifas da Terra" vende castiñeiros inoculados, pí-lulas de cogomelos, micelio, kits para o cultivo... Tamén Agrosfera 2000 en Vilagarcía de Arousa ou "O Condado" comercializan cogomelos cultivados.

A Coruña conta coa firma "Portomuiños" que distribúe champiñón e *Pleurotus ostreatus* fresco. En

Lugo destaca Champivil coa firma "Castelo" que presenta unha ampla variedade de cogomelos, neste caso silvestres en conserva ou "Cogomelos da Muralla". Tamén hai actividade micolóxica en localidades como O Corgo, Vilalba, Santalla de Lamas ou Monterroso.

En Ourense a firma "Silvestris" comercializa cogomelos conxelados, existen outras firmas ligadas coa micoloxía, como Cuevas e Posada. En Celanova está en produción unha experiencia de cultivo de *Pleurotus ostreatus*.

En Galicia tamén podemos mercar cogomelos cultivados frescos procedentes de La Rioja ou Castela A Mancha, que son os principais produtores en España, o terceiro país na Unión Europea despois de Holanda e Francia. Tamén é habitual atopar conservas de cogomelos cultivados ou incluso silvestres, procedentes de oriente, con especies que en moitos casos non son de gran calidade, como a *Volvariella volvacea* ou *Pholliota nameko*, ou cando menos de moita menos calidade gastronómica que os *Boletus* do grupo *edulis* que atopamos en Galicia de xeito silvestre ou os champiñóns cultivados. Os chineses tamén cultivan con fins medicinais a *Ganoderma lucidum* e con fins gastronómicos e económicos

en España se cultiva a prezada trufa, ou *Tuber melanosporum*.

Os cogomelos cultivados ofrecen unha serie de vantaxes sobre os silvestres. En primeiro lugar a falla de estacionalidade, xa que están no supermercado de xeito regular, todo o ano. O control sanitario e oficial impide que existan intoxicacións e non acumulan metais pesados polo control existente do substrato. Cómpre destacar a ausencia de vermes ou pragas como acontece cos silvestres. Ademais é posible a reutilización do substrato no campo. Galicia é un paraíso do cogomelo silvestre e avanza no capítulo do cultivo, resta que sexan protagonistas nos pratos dos nosos menús por calidade e por ser alimentos nutritivos e moi sans. ■