

Texto e fotos:

Alejandro
Mínguez

Os cogomelos silvestres aparecen durante todo o ano en Galicia, un territorio moi rico en cantidade e calidade. É certo que o período máis propicio para o seu crecemento é o outono e os primeiros compases do inverno. Coa chegada das primeiras choivas con temperaturas suaves aparecen os cogomelos máis madrugadores, comestíbeis como os *Agaricus campestris* ou champiñóns, e mantéñense até a aparición das primeiras xeadas, momento no que só resisten os máis duros como o *Craterellus cornucopioides*, *Cantharellus tubaeformis* ou o *Hydnum repandum* todos eles de gran calidade culinaria. Non obstante, cogomelos hainos durante todo o ano, comestíbeis, sen valor e tóxicos, por iso é preciso ter unha formación científica mínima para recollelos e rexeitar todo tipo de identificación popular que determina a comestibilidade polo hábitat, cor, cocción...

Na primavera e no verán con chuvias e temperaturas suaves é doado atopar determinadas especies, iso si, nunca como na época forte. Durante os meses de verán, cogomelos tóxicos, sen valor e excelentes comestíbeis adornan os nosos montes, praderías e soutos, aínda que esta circunstancia sorprende a moitos galegos, por relacionaren directamente os cogomelos silvestres co outono.

Entre os moitos cogomelos con interese culinario que podemos atopar facilmente no noso percorrido polo campo no verán en Galicia destaca o *Boletus reticulatus*, ou tamén coñecido cientificamente como *Boletus aestivalis*, cunha calidade equiparábel ao *Boletus edulis* ou Andoa. Este exemplar ten un sombreiro de até vinte centímetros de diámetro de cor marrón, que pode presentar unha tonalidade clara e algún desgarrado provocado polo exceso de temperatura. O himenio está formado por unha especie de esponxa ou tubos libres, que en exemplares novos é de coloración case branca, e vai madurando e collendo un aspec-

EN XULLO E AGOSTO PODEMOS APAÑAR EXEMPLARES DE INTERESE CULINARIO E TAMÉN TÓXICOS

Cogomelos de verán

A calidade e cantidade de fungos nas datas de calor é menor que no outono, aparecen na época estival sempre que chova algo e a temperatura sexa suave



TRAMETES VERSICOLOR, BOLETUS RETICULATUS, PLEUROTUS OSTREATUS, AMANITA RUBESCENS, DENDE A ESQ. E DE ARRIBA ABAIXO

to verdoso co paso do tempo. A carne é branca e compacta, de cheiro agradábel. O pé é robusto, grosso e carnoso, da mesma tonalidade que o resto do cogomelo e presenta a característica rede, moi marcada na parte superior que indica unha calidade gastronómica extraordinaria. O pé, que chega en exemplares maduros aos vinte centímetros de altura e ata sete de ancho, pódese comer aínda que nestas datas é moi fácil que estea com-

pletamente cheo de vermes, debido ao calor, polo que teremos que prescindir del. Aparece sobre todo debaixo de castiñeiros e tamén de carballos, pero pode medrar en hábitats hostís, como no medio dun valado de pedra próximo a un piñeiro e normalmente en grupo. Malia que resulta un pouco máis insípido que os excelentes cogomelos do seu xénero, como o *Boletus aereus*, *Boletus edulis* ou o *Boletus pinophilus*, por aparecer en

meses de calor, merece a pena apañalo para laminar e rebozar ou ben para incorporalo a un guiso de carne.

No apartado de comestíbeis cómpre salientar tamén a aparición nas datas de verán de exemplares de grande interese e moitas veces pouco coñecidos pola falla de tradición que aínda existe en Galicia, como a *Russula virescens* cunha característica cor verde, laminación e pé brancos, ou o *Canthare-*

llus cibarius amarelo-laranxa de doce cheiro e excelente textura que si é recoñecido e apreciado, que podemos introducir na nosa cociña de verán nunha ensalada e incluso nunha sobremesa. Por último destacar entre os comestíbeis de verán a *Amanita rubescens* abundante nos soutos, aínda que neste caso aconsellada só a súa recollida para afeccionados con certa experiencia pola similitude con exemplares tóxicos.

Cogomelos tóxicos

Tamén hai cogomelos velenosos na época estival. Cómpre sinalar a importante presenza de exemplares de *Amanita pantherina*. Trátase dun cogomelo con sombreiro de tonalidade verdosa no que aparecen restos brancos de membrana como pequenas folerpas, aínda que pode carecer delas. A carne e as lamelas son tamén brancas, sen cheiro apreciable. O pé branco, igualmente, e fibroso, presenta o característico anel en forma de saia na parte superior e a volva na súa parte final, que son sinais identificativos dos exemplares máis perigosos deste xénero, como a temíbel *Amanita phalloides*, que tamén pode aparecer no verán, incluso

na súa variedade alba ou as *Amanita virosa* e *A. verna* aínda que moito menos frecuentes. Cómpre sinalar que os exemplares de *Amanita pantherina* son moi tóxicos, e consumidos en grandes cantidades poden provocar a morte. É doado atopala entre outros cogomelos comestíbeis nun souto.

Sen gran valor culinario, non é difícil atoparse no campo con exemplares de *Scleroderma citrinum* e *Calvatia utriformis* “peidos de lobo” para moitos, e cogomelos de pequeno tamaño que moitas veces pasan desapercibidos. Na madeira atopamos exemplares de gran beleza e interese medicinal como pode ser o *Trametes versicolor*.

No supermercado, todo o ano

De non atopar ningún cogomelo de interese culinario de xeito silvestre, sempre queda a opción de mercar os cogomelos cultivados comercializados frescos no supermercado, presentes todo o ano. Cómpre destacar o *Pleurotus ostreatus*, o *Lentinus edodes* ou o *Agaricus bisporus*, os tres con moitas propiedades nutritivas e con compoñentes medicinais moitas veces descoñecidos que fan deles alimentos sans e saborosos. Tamén existe a alternativa de mercalos en conserva, pero sempre cun sabor e calidade inferior a aqueles que se atopan de xeito natural nas nosas fragas, ou conxelados, secos... moitos con selo galego.