



ISPETTORATO MICOLOGICO

Azienda USL della Valle d'Aosta

Dipartimento di Prevenzione

S.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Loc. Amérique, 7/L – 11020 Quart (AO)

ORARIO DI APERTURA

Servizio gratuito

Si riceve previo appuntamento telefonico al n. di tel.

0165/545805



L'Ispettorato micologico, operante all'interno del Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda USL della Valle D'Aosta ha quale compito fondamentale la tutela della salute della popolazione per gli aspetti legati al consumo di funghi nell'ambito del controllo ufficiale sulla sicurezza alimentare. Il personale operante nell'Ispettorato micologico ha acquisito l'idoneità ai sensi del DM 686/96 ed è iscritto nel registro nazionale micologi.

RACCOLTA E CONSUMO DEI FUNGHI IN SICUREZZA

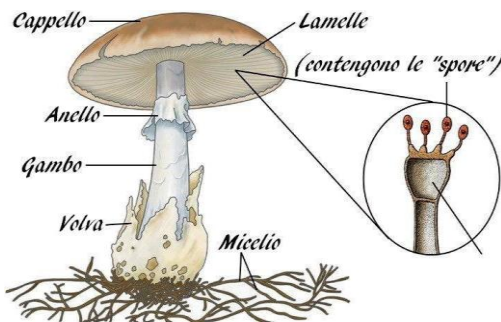
I funghi, questi sconosciuti...

I funghi non sono né piante, né animali, ma qualcosa di diverso.

I funghi che normalmente vediamo spuntare nel sottobosco, sono in realtà **il frutto (carpoforo)**, quindi solo una parte del fungo.

Il resto si trova sotto terra, sotto forma di filamento, detto micelio, che moltiplicandosi, prende un aspetto a forma di una "rete" irregolare.

I funghi si riproducono attraverso le spore, cellule prodotte dal fungo quando è maturo, che volano nell'aria e si depositano nel terreno dove, se trovano le condizioni ideali di calore e umidità, germinano, generando le ife, il micelio e quindi il frutto ("**fungo**" vero e proprio).



I funghi traggono il nutrimento per sopravvivere in tre modi diversi: elaborando le sostanze delle piante o degli animali morti (**funghi saprofiti**) come Agaricus – prataioli, nutrendosi di organismi viventi portandoli a volte alla morte (**funghi parassiti**) come Armillaria mellea – chiodino oppure nutrendosi dalle radici della pianta ma senza danneggiarla (**funghi simbiotici**) come Boletus edulis (porcino).

I funghi servono a decomporre il materiale organico, trasformandolo in nuove sostanze nutritive per le piante; le ife dei funghi aiutano inoltre le radici delle piante ad assorbire l'acqua e il nutrimento.

Ogni tipo di fungo spunta in un periodo dell'anno ben preciso, solo quando le condizioni di umidità e di temperatura sono ottimali per la sua crescita.

RACCOLIERE FUNGHI

Nel riconoscimento e nel consumo dei funghi evitare il pressapochismo: la sicurezza deve essere del 100%. Nel dubbio meglio rinunciare al consumo!



IL DECALOGO DEL BUON RACCOLTITORE

1. Raccogliere solo funghi conosciuti come sicuramente commestibili, integri e in buono stato di conservazione; scartare quelli troppo maturi o troppo giovani, ammuffiti, fradici o invasi da vermi.
2. I funghi vanno raccolti interi, senza tagliarli alla base, ma facendoli ruotare leggermente, avendo cura di non arrecare danno alla parte del fungo che rimane nel terreno (micelio) né all'ambiente circostante.
3. Portare sempre con sé un coltellino per pulire sul posto i funghi raccolti, eliminando alla base del gambo terriccio, foglie o altro, facendo attenzione a non alterare i singoli caratteri morfologici del fungo, ciascuno dei quali è fondamentale per un sicuro riconoscimento.
4. I funghi poco conosciuti o dubbi vanno riposti in contenitori separati per evitare, nel caso fossero velenosi, la frammentazione e il mescolamento con l'intero raccolto e trasportati integri per permetterne la corretta identificazione da parte del micologo.
5. Raccogliere, per l'uso alimentare, solo funghi che si conoscono perfettamente e, in caso di incertezza anche minima, evitarne il consumo.
6. Usare recipienti rigidi e aerati, ad esempio cesti di vimini, per mantenere i funghi integri e freschi e favorire la dispersione delle spore; evitare nel modo più assoluto i sacchetti di plastica o simili perché favoriscono la putrefazione e la formazione di veleni.
7. Al rientro a casa ricontrollare con calma ogni esemplare raccolto.
8. I funghi non raccolti, anche se riconosciuti non commestibili, non devono essere distrutti o calpestati, poiché essi svolgono un ruolo importantissimo nell'equilibrio del bosco e sottobosco.
9. I funghi assorbono sostanze chimiche, pertanto evitare di raccogliere funghi lungo strade trafficate, in prossimità di discariche e scarichi fognari, presso terreni coltivati e frutteti.
10. Evitare di somministrare funghi a bambini, anziani e donne in gravidanza.

La raccolta dei funghi in Valle d'Aosta è disciplinata dalla **L.R. 31 Marzo 1977 n° 16** a cui si rimanda per il contenuto ricordando principalmente che è vietata la raccolta sui terreni agrari fatta eccezione per i pascoli al di sopra dell'altitudine di 1800 metri slm.

Nei boschi è ammessa la raccolta di una quantità giornaliera non superiore ad **un chilo per persona**, eccettuati i casi in cui i singoli esemplari, non in aggiunta ad altri, eccedano da soli tale peso. La raccolta dei funghi è vietata da un'ora dopo il tramonto ad un'ora prima del levar del sole. Con le norme nazionali disciplinate dalla Legge 352/1993 si ricorda che è disposta la raccolta in contenitori che consentano la diffusione delle spore vietando l'uso di sacchetti di plastica. Non raccogliere esemplari troppo giovani o in cattivo stato di conservazione.



CONSUMARE FUNGHI

La commestibilità di un fungo può essere stabilita solo dopo una corretta identificazione cioè quando a quel fungo si arriva a dare il nome scientifico a cui corrisponde un giudizio di commestibilità / non commestibilità / tossicità.

Pertanto, di fronte ad un fungo che non si è mai raccolto e che non si conosce, bisogna rivolgersi al personale qualificato dell'Ispettorato micologico che opera **GRATUITAMENTE** c/o il Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda USL e diffidare dei presunti "esperti".

I metodi empirici che alcuni si ostinano ad adottare per verificare la commestibilità dei funghi, sono privi di ogni fondamento.

È VERO CHE...

- I funghi sono degli organismi altamente deperibili, pertanto vanno correttamente conservati e cucinati entro poco tempo dalla raccolta.
- Quasi tutti i funghi devono essere cotti; solo poche specie possono essere consumate crude.
- Tutti i funghi commestibili possono risultare tossici se troppo vecchi e mal conservati.
- I funghi hanno una difficile digeribilità per cui è consigliato mangiarli



cotti e in quantità moderata evitandone il consumo in pasti ravvicinati. Non sono in ogni caso l'alimento ideale per i bambini, le persone anziane, le donne in gravidanza, le persone intolleranti a particolari alimenti, farmaci o che soffrono abitualmente di disturbi a fegato, intestino, pancreas e patologie renali.

NON È VERO CHE...

- I funghi erosi da lumache o da piccoli roditori o quelli che ospitano diverse larve di insetti sono commestibili.
- La cottura dei funghi è sufficiente ad eliminare le sostanze tossiche.
- I funghi raccolti sul legno non sono velenosi.
- I funghi che crescono nei pascoli o nei prati non sono velenosi.
- I funghi che cambiano colore alla sezione o alla manipolazione sono velenosi.
- L'utilizzo di aglio e/o prezzemolo nella cottura possono essere utili a definire la commestibilità.



CONSIGLI PER LA COTTURA

La cottura consigliata, in particolare per le specie che contengono sostanze tossiche sensibili al calore, è la **trifolatura** (**devono bollire a coperchio aperto per almeno 30 minuti**).

Altre cotture, come la griglia o la frittura, non garantiscono la completa eliminazione di tali tossine e non assicurano una digeribilità per le specie particolarmente dure.

In particolare l'*Armillaria mellea* (chiodino) deve essere preparato come segue:

- Scartare la maggior parte del gambo, almeno fino all'anello;
- Immergere i cappelli in abbondante acqua in ebollizione e lasciarli bollire per almeno quindici-venti minuti;
- Scolarli eliminando l'acqua di bollitura;
- Successivamente possono essere cucinati in qualsiasi modo o congelati per un consumo successivo (previa cottura).





CONSIGLI PER LA CONSERVAZIONE

Prima di procedere alla conservazione verificare ovviamente che siano sicuramente commestibili, non deteriorati, non infestati e ben puliti.

Per l'**essiccazione** pulirli dai residui di terra senza lavarli, ridurli in fettine sottili per farli essiccare bene in tutte le parti ed infine conservarli in un luogo fresco e asciutto, anche in freezer, in piccole porzioni per evitare la formazione di muffe. Si consiglia di consumarli entro un anno dall'essiccazione per mantenere le migliori caratteristiche organolettiche.

Se si sceglie di conservare i funghi mediante **congelamento** è consigliabile una sbollentatura preliminare e l'utilizzo di funghi piccoli o spezzettati per facilitare una rapida e completa congelazione. Si consiglia di consumarli entro due/tre mesi dalla data di congelamento avendo cura di riportarla sul contenitore.

La **conservazione sott'olio** è particolarmente delicata perché può rendere possibile lo sviluppo della tossina da parte del Clostridium botulinum (tossina botulinica mortale). Per questo motivo è raccomandata un'attenta pulitura dai residui di terriccio che possono contenere le spore del batterio e una bollitura di almeno 20 minuti con acqua e aceto per creare un ambiente acido sfavorevole alla produzione della tossina.



ATTENZIONE



In caso di malessere dopo il consumo di un pasto con funghi **evitare di curarsi da soli**. È molto importante **raccogliere tutti i residui di pulizia o resti del pasto e recarsi al pronto soccorso** nel più breve tempo possibile, cercando di fornire tutte le indicazioni utili ad identificare la specie consumata ed il luogo di raccolta.



TOSSICITÀ DEI FUNGHI

I veleni contenuti nei funghi sono diversi e non tutti ben identificati.

Gli avvelenamenti non sono tutti uguali e in generale sono di diversa gravità, alcuni determinano solo modesti disturbi gastrointestinali, altri possono provocare quadri clinici molto gravi e talvolta mortali.

In generale l'effetto tossico dipende da vari fattori:

- Tipo di veleno del fungo;
- Quantità ingerita;
- Peso della persona, condizioni di salute ed eventuale sensibilità;
- concomitante assunzione di altre sostanze (es. *alcool*).



In base alla comparsa di sintomi dopo il loro consumo, i funghi tossici si distinguono in **funghi tossici a breve latenza** se i sintomi compaiono entro 6 ore dal pasto e **funghi tossici a lunga latenza** se superano le 6 ore. Sono questi ultimi quelli più temibili per gli esiti sulla salute potendo portare anche al decesso dello sfortunato consumatore.

VENDERE E SOMMINISTRARE FUNGHI

Il titolare di autorizzazione al commercio che intende vendere funghi freschi epigei spontanei sfusi e/o funghi secchi porcini sfusi deve **presentare una Segnalazione Certificata di Inizio Attività (SCIA) allo Sportello Unico degli Enti Locali della Valle d'Aosta (SUEL)**, corredata di **attestato di idoneità alla vendita**, che andrà conseguito dal rivenditore o da un preposto.

Non tutti i funghi freschi spontanei commestibili possono essere venduti

e/o somministrati, ma solo quelli che fanno parte dell'elenco pubblicato nel D.P.R. n. 376/1995 e successive modifiche ed integrazioni (vedi D.G.R. n. 2727/2005).



I funghi vanno preventivamente controllati e certificati dall'Ispettorato Micologico dell'Azienda USL o da altro micologo iscritto all'albo nazionale e regionale.

Su ogni singola cassetta o altro tipo di espositore contenente i funghi in vendita o destinati alla somministrazione, deve essere presente uno **specifico cartellino** attestante l'avvenuto controllo del micologo.

La stessa procedura deve essere rispettata dai commercianti o dai ristoratori che somministrino funghi. Anche i **funghi provenienti dall'estero**, pur in possesso di certificato d'importazione, devono essere sottoposti a certificazione micologica con le modalità sopra descritte.

Si ricorda che per ottenere la certificazione di commestibilità, i funghi devono essere:

- Riposti in cassette od altri imballaggi idonei da utilizzarsi per la vendita e contenenti una sola specie fungina;
- Freschi, interi, in buono stato di conservazione;
- Puliti da terriccio, foglie ed altri corpi estranei.

Per quanto riguarda la vendita dei funghi secchi, solo i "porcini" ossia le specie appartenenti al genere *Boletus edulis* e relativo gruppo (*che sono: B. edulis, B. reticulatus o aestivalis, B. aereus e B. pinophilus*) possono essere venduti sfusi; tutte le altre specie fungine di cui all'art. 5 del D.P.R. n. 376/1995 devono essere poste in vendita confezionate.

A maggior tutela del consumatore, la denominazione di vendita dei porcini secchi deve essere accompagnata da menzioni qualificative, che ne specificano la qualità. In ordine decrescente le menzioni qualificative sono: **extra, speciali, commerciali, briciole e in polvere.**

Le certificazioni di idoneità per l'autoconsumo come servizio al cittadino sono gratuite, restano invece a pagamento le certificazioni rilasciate ai venditori. Si ricorda che il commercio dei funghi spontanei in forma itinerante è vietato.





A cura della
S.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Azienda USL Valle d'Aosta

Maggio 2026