

Avvertenze sul consumo di funghi

I funghi considerati commestibili devono essere conservati in contenitori rigidi ed aerati e conservati in luogo fresco. Il fungo deve essere sano, privo di muffe o eccessive tarlature, non imbevuto d'acqua e non eccessivamente maturo. Le operazioni di conservazione ed il consumo devono avvenire nel più breve tempo possibile, essendo prodotti molto deperibili, osservando scrupolosamente buone pratiche di preparazione. In relazione alle varie specie fungine raccolte od acquistate, possono essere applicate ricette o tecniche di preparazione e conservazione diverse. E' importante, tuttavia, utilizzare una cottura prolungata, poiché diversi funghi contengono tossine termolabili e, quindi, se non cotti adeguatamente, possono causare intossicazioni gastro-intestinali.

E' sconsigliata la cottura alla griglia o alla piastra in quanto questa pratica, soprattutto per i funghi più carnosi e consistenti, non garantisce la completa cottura al cuore del prodotto.

Si consiglia di NON CONSUMARE funghi:

- in caso di dubbio
- in grandi quantità ed in pasti ravvicinati
- crudi (ad eccezione delle pochissime specie che si prestano all'uso) o non adeguatamente cotti. La maggior parte dei funghi mangerecci provocano disturbi o avvelenamenti se consumati crudi o poco cotti.
- alle donne in gravidanza o in allattamento, ai bambini, agli anziani e immunodepressi
- alle persone con intolleranze a particolari alimenti, farmaci, o che soffrono abitualmente di disturbi allo stomaco, fegato, pancreas, senza il consenso del medico.

In caso di INSORGENZA DI DISTURBI dopo il consumo di funghi:

- recarsi immediatamente all'Ospedale già al primo sospetto od ai primi sintomi di malessere oppure contattare il proprio medico
- tenere a disposizione eventuali avanzi del pasto e dei funghi consumati
- fornire le indicazioni utili per l'identificazione delle specie fungine consumate e del loro luogo di raccolta.

Si ricorda, infine, che non esistono metodi, ricette, oggetti, metalli od altro in grado di indicare la tossicità del fungo; l'unico metodo sicuro per stabilirne la commestibilità è quello di classificarlo, sulla base delle sue caratteristiche come appartenente a specie di comprovata commestibilità. Pertanto, è opportuno sottoporre i funghi spontanei raccolti o ricevuti in regalo, al controllo dei micologi dell'Ispettorato Micologico.