

# XIX

## MUESTRA MICOLÓGICA VILLA DE GIJÓN

Gijón, 28 de Octubre de 2012  
Centro Municipal del Coto



FOTOGRAFIA: M<sup>º</sup> de la Paz Suárez

*Inonotus hispidus*

**EXPOSICIÓN DE SETAS**  
**CICLO DE CONFERENCIAS**  
**25º ANIVERSARIO DE LA S.A.M.**  
**2012**

Colaboran:



ASOCIACION DE VECINOS  
CEARES COTO VIESQUES



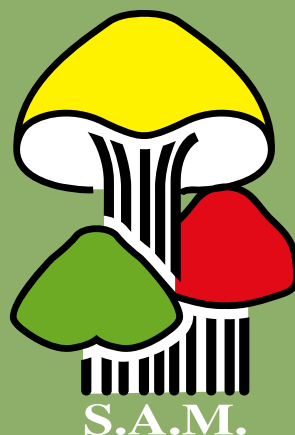
SOCIEDAD MIXTA  
DE TURISMO

Ayuntamiento de Gijón



Ayuntamiento de Gijón

Organiza:



S.A.M.

**SOCIEDAD ASTURIANA DE MICOLOGÍA**

Teléfono 678 354 313  
Avelino González Mallada, 42  
33204 GIJÓN (Asturias)  
info@asturianademicologia.com  
[www.asturianademicologia.com](http://www.asturianademicologia.com)



# PELETERIA MILANO P I E L

## ABRIGA TUS SUEÑOS

En milano piel encontraras diseños y modelos exclusivos.

Te ayudamos a diseñar tu prenda, ya sea nueva o usada.

En nuestros talleres realizamos arreglos y transformaciones

**No dudes en visitar nuestras tiendas en:**

URIA, 12  
33202 GIJON  
985 16 03 04

MENENDEZ VALDES, 4  
33201 GIJON  
985 17 18 71

JUAN ALVAREZGONZALEZ, 43  
33208 GIJON  
985 14 66 06

JOSE LOPEZ OCAÑA, 2  
33401 AVILES  
985 56 01 71

SAN TORCUATO, 9  
49004 ZAMORA  
980 52 17 33

[WWW.MILANOPIEL.COM](http://WWW.MILANOPIEL.COM)



# AHORITA

*Gatronomía casera mexicana*  
**CON Y SIN PICANTE**

Ezcurdia, 26 (frente a escalera 6)  
Tlf. 985 131 288 - GIJÓN

# AHORITA Mix

**Cafés, Vinos, Tapas, Pinchos y Montaditos**



## PASTELERIA · PANADERÍA "ALIJOS" ASTURIANOS

**ESPECIALIDAD EN HOJALDRE**

**PASTELERÍA BOLLERÍA EMPANADAS  
PAN DE LEÑA FABRICACIÓN PROPIA**

Enrique Martínez, 50 • Alarcón, 27 - GIJÓN  
Tifs. 618 792 494 / 627 207 348

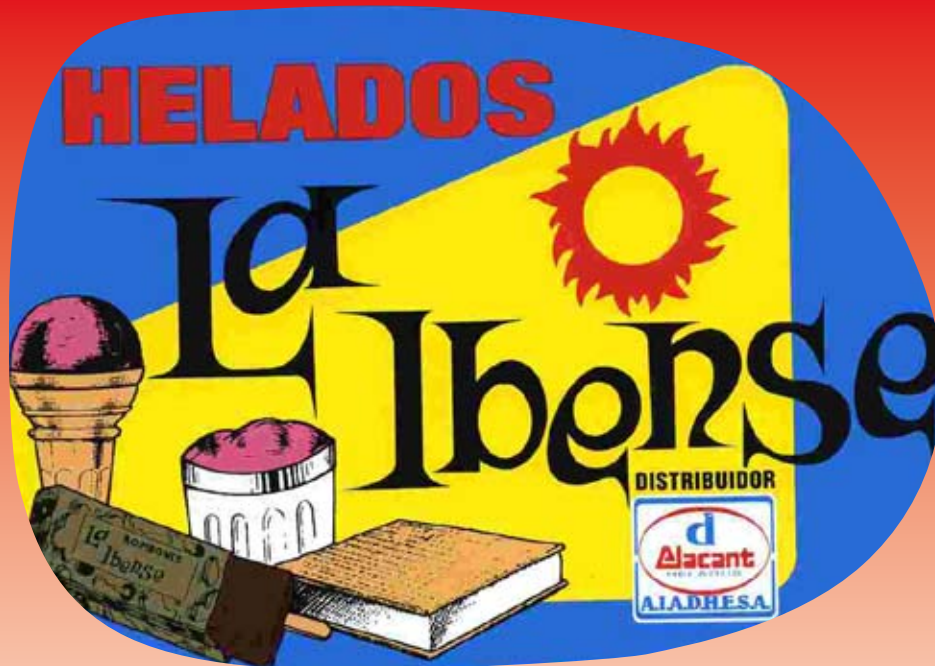
## Talleres SOLARES, S.L.

Especialidad en:

ELECTROEROSIÓN POR HILO / MATRICERÍA / EMBUTICIÓN  
CENTROS DE MECANIZADO / MECANIZACIÓN EN GENERAL  
TORNOS CNC / DECOLETAJE

Pol. Los Campones  
Avda. del Transporte, n.º 16  
33211 TREMAÑES (GIJÓN)

Tel.: 985 31 15 13  
Fax: 985 30 10 22  
[ts@talleressolares.com](mailto:ts@talleressolares.com)  
[www.talleressolares.com](http://www.talleressolares.com)



**Fabricante del riquísimo y más natural bombón helado de crema**

Fabricante nacional 473 • R.G.S. 28179/0  
Distribuidor: Alacant • A.I.A.D.H.E.S.A.

**TODO EN HELADO**

Emilio Tuya, 54 • Teléfono 985 36 53 37 • GIJON



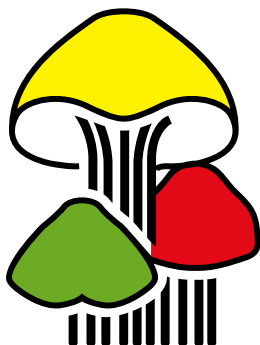
*Sidrería Restaurante*  
*Valentín*

*SURTIDO de setas de temporada*

Teléfono 985 336 388  
Rufo Rendueles, 3 • 33202 GIJÓN

## Editorial

ACTIVIDADES DE LA MUESTRA MICOLÓGICA .....	02
JARDÍN BOTÁNICO .....	03
(ACTIVIDADES) EXCURSIONES .....	04
MONTE DEVA .....	05
JORNADA DE HERMANDAD .....	06
CONCURSO DE DIBUJO.....	07
PÁGINA WEB .....	08
EXCURSIÓN A POR SETAS .....	11
COLECCIONABLE Nº 2 .....	15
NUESTRA RECETA.....	16
HONGOS ALUCINÓGENOS .....	17
MONSTRUOS .....	18
MONSTRUOS .....	18
ANTE LA DUDA .....	20
UN DÍA EN EL CAMPO DE GOLF.....	22
NORMAS PARA LA IDENTIFICACIÓN.....	24
CÓDIGO DE BUENA CONDUCTA .....	25
INTOXICACIONES POR INGESTA .....	26
SETAS TODO EL AÑO .....	33
SETAS POCO FRECUENTES .....	34
ACEITE DE SETAS .....	35



## Presentación 2012



*Ha pasado un año más:*

*Y como en años anteriores, me dirijo a todos vosotros para agradeceros vuestro apoyo y vuestra confianza en esta andadura.*

*El año pasado, pedíamos para esta nueva etapa, que siguieran en marcha los proyectos empezados e iniciar alguno más.*

*Siguiendo en la línea que nos demandáis, seguimos con el formato de la revista iniciado el año pasado, nuestro estudio micológico en el Jardín Botánico continúa a buen ritmo y vamos completándolo con especies nuevas que van apareciendo, nuestras excursiones mico-culturales cada vez son más participativas gracias a todos vosotros, continuamos con nuestras colaboraciones en el Monte Deva, Soto del Barco, nuestra jornada de hermanamiento con nuestros compañeros de Zamora, el concurso infantil de dibujo que después del éxito del año pasado, esperamos poder aumentar el índice de participantes en esta nueva exposición.*

*Iniciamos dos proyectos nuevos este año:*

- 1.- Un taller-cursillo de iniciación a la micología.*
- 2.- Un taller-cursillo sobre microscopía.*

*Este año estamos de ANIVERSARIO. Celebramos el 25º aniversario de la Sociedad Asturiana de Micología, y queremos celebrarlo con todos vosotros en una presentación de audiovisuales y una cena como colofón de nuestra muestra micológica.*

*Quiero daros las gracias a todos por vuestro apoyo y por demostrarnos cada día que, con camaradería, unidad, labor de equipo, empeño y entusiasmo, la Sociedad Asturiana de Micología, lejos de estar en crisis, aumenta y crece día a día.*

*Como siempre, para todos aquellos que sienten interés por la micología, recordaros, que en la Sociedad Asturiana de Micología, tenéis a vuestra disposición nuestro apoyo, en la medida que nuestros conocimientos nos permiten.*

*Sin más me despido esperando seguir contando con vuestro apoyo, confianza, comprensión y colaboración.*

*Francisco Casero Morcillo  
Presidente*



## Actividades de la Muestra Micológica

### **DOMINGO 28**

*En el Centro Municipal del Coto*

#### **EXPOSICIÓN**

*De las especies recolectadas y determinadas, de 11:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 h.*

### **LUNES 29**

#### **CONFERENCIA**

*A partir de las 19:00 horas en el Salón de Actos (Auditorio) del Centro Municipal del Coto*

#### **TEMA:**

*Setas con buena (o mala) leche: EL GENERO LACTARIUS*

#### **CONFERENCIANTE:**

*D. JUAN CARLOS CAMPOS CASABÓN.*

**CURRICULUM:** *Miembro activo de numerosas asociaciones micológicas, así como miembro del Grupo Ibero-insular de cortinariólogos (CIG). Coautor de publicaciones de FAMCAL, así como en el boletín de la Sociedad Micológica de Madrid y de la Asociación Zamorana de Micología. Miembro del comité organizador y del comité científico de las cuatro ediciones del Congreso Pirenaico de Micología, que se celebra en Jaca.*

### **MARTES 30**

**MISA** *a las 19:00 h. en la Iglesia Parroquial de San Nicolás de Bari del Coto, por los socios fallecidos durante estos 25 años.*

**EXPOSICIÓN Y PRESENTACIÓN** *a las 20:00 h. de la historia de la S.A.M., en el salón de actos (Auditorio) del Centro Municipal del Coto, con motivo del 25º ANIVERSARIO de la sociedad.*

**CENA SOCIAL** *a las 21:00 h., como clausura de las jornadas.*



# Estudio Micológico en el Jardín Botánico de Gijón



*Durante el pasado año 2011 La Sociedad Asturiana de Micología llevó a cabo una actividad destinada a la catalogación, estudio y seguimiento de las distintas especies de hongos que fructifican en este peculiar medio, muy rico y variado en biotopos, que es el Jardín Botánico Atlántico de Gijón.*

*Se determinó que, debido al interés suscitado tanto por parte de la Sociedad Asturiana de Micología como por parte de los responsables del Jardín Botánico, se pudiera proseguir con el estudio micológico durante un año más y así poder ir ampliando el catálogo con nuevas especies que sin duda irán saliendo a lo largo del año, como por ejemplo las "exóticas" *Stereopsis reidii* o la *Geopora sumneriana*, en la foto de la izquierda.*



*Esta actividad está abierta a cualquier socio que esté interesado en participar, por lo que tan solo tendrá que comunicarlo a la directiva para que ésta gestione los permisos pertinentes.*

*Sería una actividad muy interesante para todos aquellos nuevos socios que comienzan a dar sus primeros pasos en micología, ya que desde luego tenemos el mejor escenario y además con el mejor reparto de actores de la S.A.M. para que la actividad salga de película.*

*Javier Polancos.*

*Administrador de [asturianademichologia.com](http://asturianademichologia.com) y participante en el Estudio Micológico Botánico 2012.*



## *(Actividades) Excursiones*

- EXCURSIÓN AL PUERTO SAN LORENZO: 05-05-12
- EXCURSIÓN A SAN FELIZ: 09-06-12
- EXCURSIÓN A BOSQUE DE PLANIFÓLIOS: 14-07-12
- EXCURSIÓN A BOSQUE DE CONÍFERAS: OCT/NOV.
- EXCURSIÓN A BOSQUE DE CONÍFERAS: OCT/NOV.

(Excursiones sujetas a posibles modificaciones por razones climatológicas)

Mas información en: [www.asturianademicologia.com](http://www.asturianademicologia.com)



Reconquista  
café & vinatería

Calle Aguado, 1 - 33202 GIJÓN - Tlf. 985 369 218



• **MONTE DEVA:** Como ya viene siendo habitual, los días 10 y 11 de Noviembre, miembros de la S.A.M., acompañarán en una salida por la zona para buscar, clasificar y aportar setas para el taller micológico que realiza el PARQUE MONTE DEVA.

• **JARDÍN BOTÁNICO:** Por segundo año consecutivo, un equipo de miembros de la S.A.M. continúa con el estudio micológico sobre las especies encontradas en el Jardín Botánico Atlántico de Gijón. Seguiremos aportando información de la evolución del mismo, a través de nuestra web, [www.asturianademicologia.com](http://www.asturianademicologia.com).



• **SOTO DEL BARCO:** Una vez más, la S.A.M. colaborará con nuestros compañeros de Soto del Barco, en la recolección y clasificación de las distintas especies, para su exposición, que tendrá lugar los días 3 y 4 de Noviembre.

• **CURSOS DE LA SOCIEDAD ASTURIANA DE MICOLÓGIA:**

Curso de iniciación a la micología: los días 3 - 4 - 5 y 6 de Octubre.

Curso sobre microscopía: fecha sin determinar.

Como siempre, toda la información al respecto, a través de nuestra web, [www.asturianademicologia.com](http://www.asturianademicologia.com).



*Boletus pinophilus*

## *Jornada de hermandad con nuestros compañeros de Zamora*



Este año, la S.A.M., celebrará su 2ª Jornada de Hermanamiento con nuestros compañeros de la Micológica de ZAMORA. Así que trataremos de devolverles la visita de cortesía que nos han hecho el año pasado.

Más información en [www.asturianademicologia.com](http://www.asturianademicologia.com)



*Parrilla - Bar*  
*Río Sil*

Carlos III nº 6 - Gijón      Tel. 985 369 341

The advertisement features a scenic background of a river flowing through a lush, green valley with steep, rocky cliffs. A white boat with a canopy is moving down the river, leaving a white wake. The text is overlaid on the image in a stylized, cursive font. The contact information is at the bottom.

# Concurso de dibujo infantil

La Sociedad Asturiana de Micología (S.A.M.) organiza su 2º concurso infantil de dibujo al aire libre el día 28 de Octubre de 2012 en las instalaciones del Centro Municipal del Coto.

**TEMA:** El tema será el dibujo de alguna de las especies de seta que estarán expuestas. (Se indicará a los concursantes que setas son).

**BASES:** - Podrán participar todos los niños/niñas comprendidos entre los 5 y los 8 años de edad

- Se establecerán **TRES CATEGORÍAS:**

- **3ª categoría** de 5 a 6 años. (1º - 2º - y 3º clasificado + 2 reservas).

- **2ª categoría** de 6 a 7 años. (1º - 2º - y 3º clasificado + 2 reservas).

- **1ª categoría** de 7 a 8 años. (1º - 2º - y 3º clasificado + 2 reservas).

-La hora de comienzo del concurso será a las 12:00 horas y el tiempo máximo para entregar los dibujos será a las 13:00 horas.

-Los dibujos quedarán expuestos hasta las 17:00 horas, hora en la que se otorgarán los premios a los concursantes.

- Los dibujos ganadores de las tres categorías y de los tres primeros clasificados en cada una de ellas, quedarán en propiedad de la S.A.M., quien se reserva el derecho de exponerlos o publicarlos.

- El jurado estará compuesto por CINCO miembros de la S.A.M. Quienes decidirán que obras de arte son las ganadoras.

- La decisión del jurado, será inapelable.

- Los participantes deberán ir provistos del siguiente material de dibujo: Bloc de dibujo, lápices de colores (si lo considera necesario), lápiz para dibujar y goma de borrar.

- En la entrega de premios, aquél concursante que no esté presente para su recogida, perderá su trofeo y éste pasará al concursante siguiente.

- La participación en el concurso, implica la aceptación de las bases del mismo.

**INSCRIPCIONES:** En las instalaciones de la S.A.M. C/ Avelino González Mallada,42 GIJÓN

**Teléfono:** 678 354 313 [www.asturianademicologia.com](http://www.asturianademicologia.com)

**FECHA TOPE DE LA INSCRIPCIÓN:** el 8 de Octubre de 2012 a las 20:00 h.



**PARAÍSO DEL NIÑO, S.L.**

Plg. de Falmuria, Nave 4  
33438 PRENDES  
Principado de Asturias

Teléfono 985 88 78 79  
Fax 985 88 76 23





En el anterior número de la revista os hablaba, de una forma general, de las principales funcionalidades de la página web de la sociedad: [www.asturianaademicologia.com](http://www.asturianaademicologia.com) y os animaba a participar en la misma mandando artículos, fotografías, cuentos, recetas, etc. y todo aquel material que considerara de interés. Pasado ya un año desde la anterior publicación, no puede hacer otra cosa que agradeceros sinceramente vuestra colaboración, ya que de un



Ilustración 1

modo u otro habéis sido partícipes de la buena marcha de la página web, que por otra parte es un instrumento a vuestra disposición para compartir con los demás nuestra afición por la micología. Quisiera hacer una mención muy especial a las féminas de la S.A.M., que se han mostrado muy entusiastas a la hora de mandar artículos, recetas, etc., de forma muy especial Pilar y M<sup>a</sup> de la Paz por sus recetas de cocina, Marta y Aurora por las fotos del concurso de fotografía y como no a los “Barones” de la Sociedad; Juan, Manuel, Ricardo, Paco, por sus siempre interesantes aportaciones para la página web.

Acabados ya los agradecimientos, me gustaría en esta ocasión enseñaros a enviar un artículo utilizando las herramientas de que dispone la propia página web, esto es sin necesidad de utilizar programas externos.

En primer lugar tendremos que estar registrados para poder continuar. Si no lo estamos, iremos a la sección “**Registrarse aquí**” y cumplimentaremos el formulario de registro. Una vez que tenemos nuestro nombre de usuario y contraseña iniciaremos sesión.

Ahora veremos que además del menú principal en la parte izquierda de la página, tendremos el “**menú de usuario**” (ilustración 2). En función de los privilegios que cada usuario tenga a la hora de acceder, podremos ser **autores**, **editores** ó **publicadores**. Los autores solo podrán crear nuevos artículos. Los editores podrán crear y modificar sus propios artículos, además de los de los autores, pero tanto los autores como los **editores** no podrán publicar directamente en la página web, será el administrador de la web quien lo publique de forma definitiva tras su aprobación. Los usuarios con perfil de “**publicador**” no necesitarán la aprobación del administrador.

Si pinchamos en la opción “**enviar artículo**” (ilustración 2) dentro del menú de usuario nos saldrá un editor de texto nativo para que podamos escribir. Daremos un título al artículo, el campo alias lo podemos dejar en blanco si queremos, y empezaremos a escribir en el editor de texto.



Ilustración 2

Destacar que para insertar una foto en nuestro artículo deberemos de hacer click en el icono “imagen” en la parte inferior izquierda, (ilustración 3).

Una vez seleccionadas de nuestro disco duro, las fotografías que queremos añadir al artículo, le daremos a “Iniciar subida”.

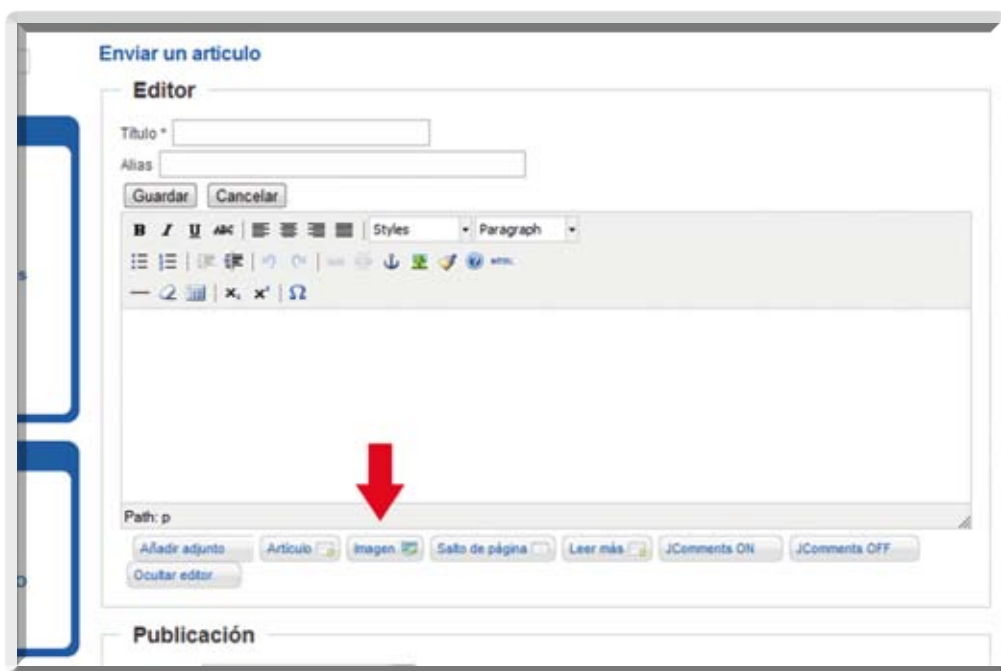


Ilustración 3

Después aparece una ventana en donde podemos ver las distintas carpetas del servidor (ilustración 4). Seleccionamos la carpeta “Fotos” y aparecen las miniaturas de las fotos que tenemos en esa carpeta. Ahora tenemos que subir las nuestras, para ello nos desplazamos hasta la parte inferior de la ventana y seleccionamos “Elegir archivos”.

Posteriormente solo tendremos que seleccionar la foto que hemos subido y darle a “insertar” en la parte superior derecha de la ventana.

Es muy importante que la foto que hayamos subido tenga un tamaño de no más de 640x480 pixeles ya que de

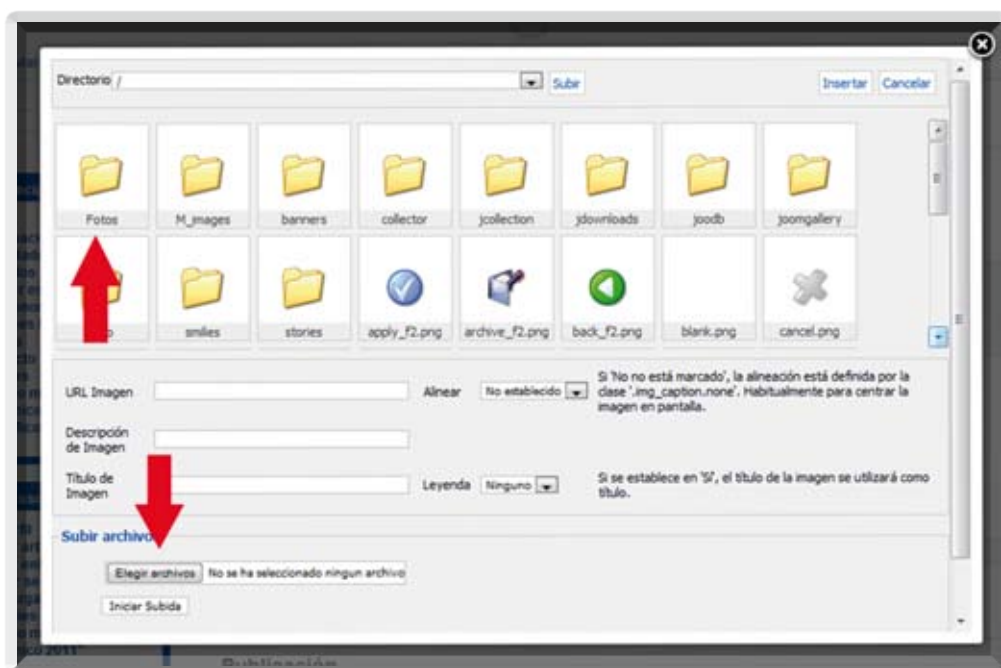


Ilustración 4

lo contrario nos obligaría a redimensionarla en el editor, además de que tardaría más tiempo en cargarse en la página web.

Por último cuando hayamos acabado nuestro escrito, seleccionaremos la “sección” en donde queremos que aparezca y le daremos a “Guardar”.

Si deseamos modificarlo posteriormente, solo hay que ir a la sección “Artículos” del menú principal y seleccionarlo para su edición.

Estos artículos que hemos subido, pendientes todavía de aprobación, solo serán visibles para nosotros ya que estamos viendo la web desde nuestra posición de usuarios registrados. Si cerramos la sesión de usuario, veremos la web sin ellos, hasta su publicación definitiva por parte del administrador.

Espero que este tutorial haya sido de vuestro interés y os animéis a utilizar la página web para seguir haciendo cada día más Sociedad. Para cualquier pregunta o aclaración enviar un correo a [javier@asturianademicologia.com](mailto:javier@asturianademicologia.com)

Javier Polancos

Administrador de [asturianademicologia.com](http://asturianademicologia.com)

PASTELERÍA - CATERING - DEGUSTACIÓN - RESTAURANTE

**Balbona**

**GIJÓN:**  
C/ Cabrales, 90 • 33201 Gijón • Tfno. y Fax: 985 34 51 46

**OVIEDO:**  
C/ Principado, 7 • 33007 Oviedo - Tfno.: 985 20 60 65

**CENTRO DE PRODUCCIÓN:**  
C/ Leonardo Torres Quevedo, 17  
Políg. de Roces 33211 Gijón • Tfno.: 985 16 88 57

UN UNIVERSO  
GASTRONÓMICO

Especialistas en celebraciones  
y banquetes de hoy para las  
personas de hoy.

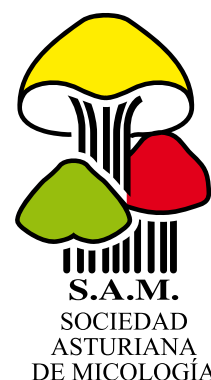
Conozca nuestro estilo de  
trabajo, porque acertar es  
importante.

## SOCIEDAD ASTURIANA DE MICOLOGÍA

Si quieres formar parte de esta **Asociación**, cubre éste cupón con tus datos y envíanoslo a la siguiente dirección: **Sociedad Asturiana de Micología**, Calle Avelino González Mallada, 42 - 33204 GIJÓN (Asturias)

NOMBRE		
DIRECCIÓN	CÓDIGO POSTAL	LOCALIDAD
TELÉFONOS	FAX	
E-MAIL		

Contáctanos en: [www.asturianademicologia.com](http://www.asturianademicologia.com) - Teléfono 678 354 313



## Excursión de recolección de setas del día 9/6/2012



Un pinar de la comarca de Omaña, en la parte noroccidental de la provincia de León, en la carretera de Astorga a Pandorado.

Eran las 8:00 de la mañana y el día parecía prometedor. Partimos desde el centro social en un autobús al que voy a llamar N° 1; transcurría todo con normalidad, todos íbamos animados y dispuestos a encontrar "PINICOLAS".

A los pocos minutos de partir, Ricardo, nos propuso dado que el viaje sería largo, amenizarlo viendo por el televisor del bus, unos vídeos sobre micología, cosa que a la mayoría nos pareció interesante, así que comenzaron los vídeos y todos íbamos distraídos con ellos, incluso algunos de los pasajeros sobretodo en la parte de atrás, aprovechaban para echar una cabezadita.

Todo iba muy bien, y al entrar en el Huerna, después de Campomanes, tuvimos un pequeño contratiempo.

Los viajeros que íbamos en la parte trasera, empeza-

mos a notar algo extraño; en un momento, comenzó a salir humo de la parte trasera del bus y nos movimos para la parte delantera y avisamos al "jefe" Casero. En unos pocos metros, el chófer (que en todo momento mantuvo la serenidad), sacó el bus de la autopista hacia un área de descanso, donde todos salimos del bus para ver que había ocurrido y airearnos un poco; aunque la avería no era grave, no pudimos continuar con ese autobús (pero sí pudo llevarnos hasta un área de servicio donde aprovechamos para tomar un café mientras esperábamos el 2º autobús).

Aunque con un poco de retraso, salimos para el pinar que la mayoría, excepto unos pocos, no sabíamos hacia donde era; cual es nuestra sorpresa cuando llegamos a la Magdalena y tomamos dirección Camposagrado, anonadados estábamos, ya que había gente que iba por primera vez a una excursión de setas fuera de Asturias y quedaron asombrados al ver el pinar de Camposagrado.

Habíamos llegado al pinar sobre las 12:30 h. y se avisó al chofer para que sobre las 14:30 h. aproximadamente,



estuviese donde el bus para poder coger la comida. Hacia las 14:30 h. aproximadamente, empezó a llegar la gente hacia el bus, con sus capturas, así que se hizo una pequeña exposición con las variedades recolectadas y se explicaron sus características. Todos comentábamos nuestras experiencias en el pinar, todos habíamos visto abundantes “*Boletus*”, pero la mayoría, ya en estado de avanzado deterioro, no obstante, aún se encontraron algunos buenos ejemplares; a continuación nos dispusimos a comer; “espectacular”, habíamos preparado una comida campestre de película, departiendo las viandas y donde reinaban el buen ambiente y la camaradería.

a los mapas, fueron localizadas de inmediato; fue llegando el resto de la gente y a las 17:00 h. y comenzamos el regreso hacia Asturias.

Salimos en dirección Riello – La Magdalena, donde paramos una media hora para tomar café y a eso de las 18:00 h. iniciamos el regreso.

Vaciamos el bus y se le regaló al chofer unos *Boletus* para que los preparase para cenar cuando terminase su recorrido que era Colunga.



Sobre las 16:00 h. empezamos a contactar con la gente que faltaba y el hermano de uno que iba con nosotros y que se había acercado a la zona en su coche, hizo de coche de apoyo y se fue a buscar a dos chicas de origen ucraniano y residentes en Oviedo, que se habían perdido, y que gracias

Yago García Tamargo  
Socio nº 164 de la S.A.M.

**atelier**  
JOYAS  
*Reparaciones - Trabajos en general - Alianzas*  
Patricia Suárez  
Tf.: 984 19 00 30. Avda. Constitución 9 Bajo, 33208 Gijón.  
[atelier@atelierjoyas.com](mailto:atelier@atelierjoyas.com)

marcos y molduras  
**RUYMAR**  
bellas artes  
*academia de dibujo y pintura*  
Avda. de la Costa, 84 • Telf. 985 36 38 54 • 33201 GIJÓN





- Le facilitamos todo lo que necesita para viajar.
- Tenemos flota de autocares propia

*Profesor Miguel A. González Muñiz, 17*

*Teléfono: 985 38 07 77 - GIJÓN*

*www.gijonturviajes.com*

*E-mail: info@gijonturviajes.com*



- Alquiler de autocares de 10 a 55 plazas
- Excursiones y viajes:  
Provinciales - Nacionales - Internacionales
- Transportes escolares
- Transportes de personal a centros de trabajo

*Prof. M. Glez. A. Muñiz, 17*  
*Teléfono: 985 38 69 79*  
*33209 GIJÓN*

*Avda. de la Playa, s/n.*  
*Teléfono: 985 85 61 02*  
*33320 COLUNGA*

*E-mail: info@autocarescostaverde.es*

# RESTAURANTE-SIDRERIA SPORTING



*¡Jornadas gastromicológicas!*

SETAS SILVESTRES  
DE  
TEMPORADA

*¡Disfrute de lo nuestro!*

PESCADOS Y MARISCOS  
AUTÓCTONOS



Avda. Pablo Iglesias, 75  
Teléfono 985 364 631  
33204 GIJON



*Hygrophorus marzuolus*

COLECCIONABLE Nº 2

Fotografía Mª de la Paz Suárez



Pilar Fatou

## Nuestra Receta



Mª de la Paz Suárez

### CARPACHO DE SETAS

(SOLO PARA LAS QUE SE PUEDAN CONSUMIR EN CRUDO)

#### INGREDIENTES:

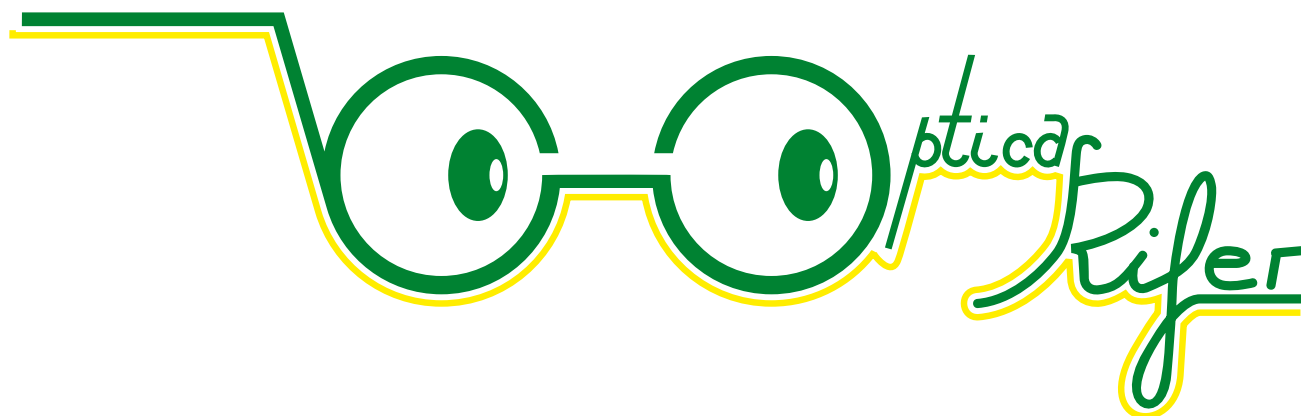
- 150 GRS. DE SETAS
- ACEITE
- SAL
- ZUMO DE LIMÓN Ó VINAGRE SUAVE

(carpacho de higróforo marzuelo)

**PREPARACIÓN:** En un mortero ponemos 3 partes de aceite por 1 de vinagre, que iremos añadiendo poco a poco y lo emulsionamos hasta que tenga un aspecto cremoso.

**PRESENTACIÓN:** Cogemos un plato grande y lo untamos con un pincel con la mezcla que tenemos, rociamos el plato con un poco de sal, ponemos las setas cortadas en láminas muy finas sobre el plato untado cuidando que no monten

unas sobre las otras, con el pincel repartimos el resto de la emulsión por encima de las setas, las salpicamos de sal, dejamos macerar 10 ó 15 minutos y listo para servir



Precios especiales para los socios de S.A.M.

Ramón y Cajal, 32  
Teléfono 985 13 24 06  
Fax 985 13 23 98  
33205 GIJÓN  
rifergijon@hotmail.es

Párroco Camino, 19  
Teléfono 985 47 02 50  
Fax 985 47 02 50  
33700 LUARCA  
opticarifer@hotmail.com

# Hongos alucinógenos

Hojeando antiguos comics me encontré en uno llamado “El Mago”, editado allá por los años 70, una serie de artículos sobre hongos alucinógenos que presentan una visión de estos muy propia de la época que vivíamos en aquellos años, es por ello que me atrevo a compartir aquí algunos retazos de los textos editados, sin entrar a valorar ni su validez científica ni su conveniencia social.

*“Egipto, Liberia, Borneo, Perú, Japón, China,.... culturas, razas, etnias, religiones y siglos diferentes y un culto en común: el hongo alucinógeno.*

*Demonios, hadas, seres de otros planetas; fuente de liturgias, protagonista de ritos y cultos; dioses de antiquísimas religiones; monarca de brujos y santos; Teonanacalt o “carne de Dios”... todo un arco iris de misterio y alucinantes perspectivas.*

*El hongo es una de las formas primigenias de vida. Se nutre de materias en descomposición que existieron desde el comienzo del ciclo biológico.*

*Ha vivido siempre con el hombre; diminuto, ignorado, rozando el olvido, guardando tesoros envidiables: Una modesta planta de raíces de varios cientos de metros. El ser vivo mas grande del mundo. Humilde, peligroso, desconocido, lejos del resplandor de la belleza. Un ser muy grande con apariencia de pequeño; un ser que obra milagros cambiando los acontecimientos personales e históricos”*

*“La amanita muscaria es el principal ingrediente de los aquelarres. Todavía hoy, en la provincia de Guipúzcoa se celebra este rito bajo la advocación de Belfegor, antigua divinidad moabita a quien se rendían cultos licenciosos en Palestina y que pasó como diablo a la mitología cristiana.*

*Los participantes comienzan untando sus axilas con una pasta fabricada a base de grasa de cerdo- originariamente se trataba de grasa humana- hachís y hierbas aromáticas. A continuación el oficiante distribuye las setas: dos pequeñas o una grande por persona, junto con un tarro de miel; y comienzan los cánticos. La borrachera se inicia al poco tiempo, el cuerpo deja de pesar y los movimientos se hacen fáciles y desencajados. Se baila y se corre, se salta a un ritmo enfebrecido mientras a voz en grito se invoca a Belfegor. La psicosis colectiva acaba poniendo ante los ojos de todos al Dios. Para algunos es un diablo carnudo que desciende envuelto en una nube de azufre. Está ahí. Se le puede ver, tocar. Habla con los presentes, responde preguntas. Las cuestiones mas intimas salen a la luz pública. Aquello que nunca se diría se grita. La ceremonia acaba en*

*orgía y, tras la orgía, un pacto de silencio hace que nada absolutamente de lo allí ocurrido trascienda al exterior, a los profanos...”*

*“México ha sido y es el vergel del hongo alucinógeno. Un repaso a su historia descubre la familiaridad de sus tribus con la recolección y empleo de estos seres. El catolicismo, la inquisición, la mano censora bajo la pauta implacable de los misioneros ortodoxos, la “civilización” de los conquistadores, no consiguieron acabar con las ceremonias clandestinas. Tras los altares, circunscritos a las zonas de la sierra Mazateca y de la Mixiería, bajo el fuego obsesivo del sol en el desierto, ocultos en la apariencia de la sumisión, brujos, hechiceros,... y sus pequeñas comunidades de creyentes los devoraban con sagrada beatitud. Aún en nuestro siglo las creencias de entonces permanecen inalterables: “Nuestro Señor atravesó el país y donde escupía allí crecía un hongo”...” Apareció allí donde Cristo tropezó bajo el peso de la cruz”... el hongo “es habla” y habla de muchas cosas: de Dios, del porvenir, de la vida y la muerte, dice donde encontrar los objetos perdidos, se ve también donde está Dios.”*

*“El hongo es un hilo que une a Dios, un vinculo con la divinidad protectora, el único recurso de felicidad del mundo indígena; su única estrella en un cielo empobrecido; la luz de una realidad gris, miserable y vacía. Efímera defensa contra los múltiples sufrimientos de la explotación y la esclavitud.”*

*“...Hay entre el oído y el mundo de los sonidos un velo de silencio, como existe entre la luz y el ojo una atmósfera que absorbe los rayos de longitud de onda demasiado larga o demasiado corta. Los hongos descorren este velo. Los sonidos adquieren una vibración peculiar; el mundo sordo recobra la plenitud de su orquestación y las mas leves entonaciones de la voz, los roces mas imperceptibles, se escuchan magnificados, traspuestos a un plano que ya no es el habitual, como si desaparecida la atmósfera terrestre a nuestros ojos les fuera dado contemplar sin daño la corona de rayos x de nuestro sol.”*

Alberto García Tamargo



## Monstruos

-Pepín, hijo, arriba, es hora de levantáársee. Bajo a por el pan y cuando vuelva quiero verte en el baño. No seas remolón.

-Pero si ya es mamá llamándome con su soniquete para el cole, ¡jooo! ¡meca! No puedo abrir los ojos, tengo las pestañas pegadas. Anoche me quedé viendo en la TV a Voldemort. ¿será uno de sus conjuros para que no descubra sus malvados planes? Voy a hacerme el dormido y me dejará en paz. Después me levanto de un brinco sin darle tiempo a reaccionar y me libraré de él.

-Buenos días Pepín, hoy eres muy puntual.

¡Leñe! Ya me vió. -Buenos días señorita.

-Hoy, que hace tan buen día, iremos de excursión. Veremos gran variedad de plantas, árboles y otros seres interesantes. Al final, me diréis lo qué más os gustó.

-¡Bien, señorita! ¿A dónde vamos?

-Ya lo veréis. Poneros en fila que vamos a coger el bus.

Subí el primero. Llamé a mi "compi" Fernan y nos sentamos juntos en los asientos de las ruedas para estar más altos. Pronto descubrimos nuestro destino, el Jardín Botánico. La señorita se encargó de las localidades. Entramos, pasamos un puente, cruzamos el arco de una puerta situada a la derecha y comenzamos a recorrer el camino que va bordeando un río con árboles en ambas orillas.

-Atención niños. ¿Qué río es éste?

Todos callados, mirándonos unos a otros con ojos de besugos sorprendidos.

-Es el río Peñafrancia. Nace en Deva y es afluente del Piles. No se os olvide.

Según avanzábamos veíamos diversidad de flores, algunas de vivos colores. Eran bonitas y brillaban con el sol, pero no nos paramos allí. Deseábamos explorar. Esperábamos encontrar grandes árboles de rugosos troncos. Con suerte, aparecería alguno caído sobre el río que nos sirviera de puente.

Pronto, oímos un chirrido y sonido de cataratas. Salimos corriendo a descubrir qué ocurría. Llegamos a una cascada en otro río que venía más alto que nosotros y se despeñaba hasta nuestros pies. No nos mojamos porque estaba canalizado.

Al lado de la cascada, una vieja noria giraba adelante y atrás movida por el agua y frenada, no sé para qué, por un

brazo negro de hierro. Miramos unos para otros y reímos por habernos dejado asustar por aquel trasto. Un silbido nos cortó la risa. Miramos hacia donde provenía el silbido.

-Una serpiente- gritó Julito mientras caía de culo arrastrando con él a Lucas y Pablo. Todo era follón y trompicones. Me pisaron en un pie y grité, gritamos todos y arrancábamos a correr cuando un nuevo silbido nos paró en seco.

-La serpiente nos escupe- gritó Julito. Todos la vimos. La cabeza de una serpiente, tan grande como la nuestra, nos observaba desde la ladera, llena de hierba y plantas, del otro lado del canal. ¡Menos mal! Nos escupía pero no nos alcanzaba. Su largo cuerpo serpenteaba entre la vegetación.

Bea, que venía retrasada, se había acercado por un lado cuanto podía a la cabeza de la serpiente y le hacía burla diciéndole "tururú" con el dedo pulgar sobre la nariz y moviendo los dedos.

-¡Cuidado Bea, te va a atacar! -Nos miró y comenzó a cantar en voz alta -Sois unos miedosos, sois unos miedosos... es de madera tontainas -nos gritaba mientras trataba de alcanzar la serpiente sin conseguirlo.

Esta vez quien se reía a carcajadas era la profe mientras apartaba a Bea del canal casi a punto de meterse en el agua. Todos reíamos y Bea, alzando los brazos, gritaba "Ra, ra, ra, Bea y nadie más". Salimos zumbando alejándonos de ella y gritando a coro "triqui, triqui, tra, Bea queda atrás".

De aquella cuchufleta nos sacó un grito emocionado -¡un puente!. Uno de los árboles estaba caído, cruzado sobre el río. -Un gigante lo derribó -nos dijo la señorita. -¿Un gigante? ¿Qué gigante? -Le preguntamos todos a una.

-El viento es una fuerza natural gigantesca y el que hizo hace unos días pudo con este árbol tan grande pero que está muy a la orilla del río y el agua se lleva la tierra en la que se asienta. Además, era muy viejo y estaba débil porque está cubierto de yedra que se alimentaba absorbiéndole la savia. Recordadlo y no seáis vosotros ni parásitos que os aprovechéis de los demás ni hospedantes de parásitos que vivan consumiendo vuestra energía.

-Fijaros cuantas setas nacieron en su tronco. Son *yesqueros multicolor*, su nombre científico es *Trametes versicolor*, se alimentan de la materia muerta, se dice por esto que son saprófitas. Son muy útiles en la naturaleza pues se encargan de descomponer la madera y así el ciclo de la vida se completa



- Nuestra "profe" sabe mucho de setas y las come.

Para asegurarse de que son comestibles va con su novio los lunes a la S.A.M. y confirman de qué especies son las setas que cogieron y sus propiedades gastronómicas mostrándoselas a varios socios, buenos conocedores de muchas setas, que las examinan una por una. Un lunes pedimos permiso a mamá y fui con ellos a la S.A.M. Vi algunas muy guapas como panales de abejas.

Otras raras con forma de orejas humanas y otras rojas con forma de olla.

Aquel árbol caído era nuestra oportunidad de cruzar el río, pero teníamos que subirnos a él por entre raíces mezcladas con tierra muy negra y cubierto de vegetación y setas. Para cuando la señorita Inés se plantó frente a nosotros como un guerrero y dijo: -Nadie se sube al árbol, ni se os ocurra- la prohibición era innecesaria pues nuestro entusiasmo por aquella aventura se tambaleaba como los árboles con el gigante, a la espera de un intrépido Spiderman de nuestro curso que abriera la marcha.

-Seguid el camino, estamos llegando al lago -dijo la "profe"  
- Veremos vegetación y animales interesantes.

-¡Bah...! Peces -contestamos y corrimos hacia el lago. Era una zona soleada. Nos llamaron la atención ruiditos como de toser, "crac, crac, crac"... que venían del agua, pero nada los producía. -Son ranas, mirad bien y las veréis- Yo no vi nada en el agua pero me fijé que, bajo un árbol cercano, había dos setas regordetas de color marrón, parecían dos "paisaninos" con boina. Me arrodillé para verlas bien.

-Pepín, levántate del suelo -Encontré dos setas, señorita.

Ella también se acercó a verlas. -Toma esta lupa, verás que tienen una red dibujada en el pie. Es un leve retículo que las distingue. Trata de ver los poros que tienen por debajo del sombrero.

Me estiro en el suelo, miro una muy de cerca. De una cueva en su pie sale un bicho largo y rechoncho, tiene boca, me mira con sus ojos negros redondos y me viene a la cara dirigiendo a mis ojos sus dos lanzas. ¡Que me pincha, mamáááá...!

-Ya estoy de vuelta ¿Pepín cómo vas? ¿ya estás listo?

-¡Socorro, mamá! Un monstruo me ataca.

-¿Todavía en la cama? ¿Qué te ocurre? Sudas a mares. Está pálido y frío como un témpano.

-Un monstruo de la seta con michelines, me ataca con sus lanzas.

-Pero hijo, los monstruos no existen, son de ficción. Parecen reales pero no lo son. Nos llevan a su mundo de fantasía pero nosotros tenemos que saber volver al nuestro. En jardines y bosques hay se-

res naturales vivos. Son valientes, se enfrentan a sus peligros y disfrutan con otros animales y vegetales de su entorno. Así que ánimo ¡has de ser valiente! Enfréntate a tus estudios y comparte el tiempo con tus compañeros.

-Allá voy. Hoy damos Dibujo, se me da muy bien y voy a inventar un monstruo.

Manuel González Diego  
Socio nº 316 de la S.A.M.



**RESTAURANTE - MARISQUERÍA**  
**Fernando**  
**LA CASA DE LAS SETAS**  
C/ Aguado, 34  
Tel. 984 399 541  
GIJÓN

Interior view of the restaurant showing tables set with blue cloths and white plates.



## Ante la duda...

Las Setas, que constituyen la parte fructificante de algunas especies de hongos, se pueden clasificar desde el punto de vista sanitario/alimentario en dos grandes grupos: Comestibles y venenosas.

Si bien es verdad que el número de las venenosas no es muy elevado (en torno a unas cincuenta), no por ello se puede desdeñar la peligrosidad de las mismas pues el consumo de algunas especies puede ocasionar incluso la muerte.

Además, desgraciadamente, esas especies venenosas son bastante comunes y a veces fáciles de confundir con otras especies comestibles, e incluso pueden aparecer juntas o muy próximas a éstas.

Por ello, es totalmente imprescindible, conocer, no solamente las especies venenosas, sino también, las comestibles que puedan ser susceptibles de confusión, en mayor o menor grado, con alguna de las venenosas.

No obstante, los peligros citados se pueden evitar si se siguen unas normas elementales, que se resumirán en: evitar ser temerarios, no consumir las setas que no conozcamos, ni fiarnos de falsas reglas (moneda de plata, vinagre, ajo, etc.).

Ni siquiera debemos de fiarnos “exclusivamente” de la comparación del ejemplar recogido con fotografías que aparezcan en libros, revistas, u obtenidas a través de Internet. Al respecto conviene recordar, que aún siendo una magnífica y potente herramienta, no todo lo que aparece en Internet, es de fiar, pues a veces pueden manifestarse opiniones erróneas o no contrastadas suficientemente.

Por ello solamente nos basaremos en el conocimiento de sus características (forma, tamaño, color, olor, etc.), de sus estructuras botánicas (volva, anillo, pie, láminas, sombrero, esporas, etc.), así como de los lugares y épocas en que cada especie aparece.

Aun así, solamente se recogerán para su consumo, los ejemplares que se tenga la absoluta certeza de haber identificado como comestibles, eliminando los dudosos o consultando a quien pueda ofrecer garantía de conocerlos e identificarlos perfectamente.

Tampoco hay que olvidar, que aun tratándose de setas comestibles, están expuestas, al igual que otros alimentos, a alteraciones que pueden hacerlas no aptas para el consumo, como: presencia de bacterias y parásitos, putrefacción,

contaminantes, etc...

## ALGUNAS NORMAS PRÁCTICAS PARA LOS RECOLECTORES DE SETAS

No comer setas que no han podido identificar sin lugar a dudas.

No permitir que los niños recojan setas para consumirlas.

No mezclar especies comestibles con otras dudosas cuando recolectan, pues pueden romperse y entremezclarse las partes.

No recoger setas muy jóvenes (con el sombrero aún sin abrir) pues no veremos si tiene laminas, o anillo y de que color o forma son. ¡Peligro! Posible confusión de *Agaricus* (láminas rosadas cambiando a marrones), con *Amanitas*, (láminas siempre blancas).

Tampoco se recogerán ejemplares viejos, agusanados, helados, etc.

No recoger nunca, las setas que estén provistas de volva, anillo, láminas blancas y con sombrerillo cuyas coloraciones varían desde el verde hasta el blanco (*Amanitas* mortales).

No recoger nunca, especies con un tamaño inferior a 10 cm., con anillo ligero, laminas blancas y sombrero con escamitas marrones concéntricas. (*Lepiotas* mortales).

Cocinar bien las setas antes de consumirlas. (Muchas son tóxicas en crudo)

El consumo de alcohol debe limitarse cuando se comen nuevas setas.

Cuando se prueba una especie por primera vez, debe hacerse en porciones pequeñas (no más de 150 g. por persona).

De las setas que se vayan a cocinar, dejar siempre algún ejemplar guardado en la nevera, ello puede ayudar en caso de intoxicación, a identificar la especie responsable.

Y como final, recordar que: Ante la duda... mejor es tirar los ejemplares dudosos, que sufrir una intoxicación por leve que esta sea.

Antonio Ángel Alonso Sandoval



**ARENAL  
GIJÓN**

**RESTAURANTE**  
• TERRAZA DE VERANO •

# • MENÚ DEL DÍA

- *Especialidades  
con auténtico sabor*

**ARROZ CON BUGRE  
CALDERETA**

**PESCADO FRESCO**

**CACHOPO DE LA CASA**

**PARRILLADAS DE MARISCO**

Emilio Tuya, 19 - 33202 GIJÓN - ☎ 984 298 232  
reservas@restaurantearenal.com  
[www.restaurantearenal.com](http://www.restaurantearenal.com)





## Un día en el campo.....de golf

Después de seis meses de hibernación golfera, y llegada la primavera, me dispongo a desempolvar el equipo de golf, para, como todos los años, iniciar una de mis aficiones favoritas y saludar a mis amigas que no me fallan nunca.

No penséis mal, mis amigas son las SETAS, pues convino el placer de jugar al Golf con el de ver, y en algún caso coger las setas que por el campo de juego aparecen.

Muchos días de la primavera y el verano, salgo de trabajar, voy a comer a casa, y con el bocado en la boca me dirijo al campo de golf de LA LLOREA para jugar nueve hoyos, la mitad del recorrido. Al tomar la desviación para entrar al recinto ya me fijo en una hilera de Sauces que hay en una ladera. ¿ habrá alguna seta ?. La hay. En concreto unos *Lactarius controversus* y los habituales *Leccinum scabrum*, que no fallan ningún año.

Voy a relatar un día de mediados de Julio de este año (llovió unos días antes). Suelo empezar a jugar sobre las cuatro de la tarde, y coincido casi siempre con los mismos golfistas, a la sazón, José Luis, Benito, Jesús, Vidal, Carlos, etc... y otros muchos habituales. Espero que os guste.

HOYO 1. Par 5. Salgo con la Madera 1... PAM... a la izquierda como casi siempre y entre los árboles ¡problemas!. Según me acerco a la bola observo si en un Chopo que está en un hoyo paralelo hay alguna (*Agrocybe aegerita*). Veo algo blanco, parece que hay. Ahora no puedo cogerlas para no interrumpir el juego, pero lo haré cuando juegue ese hoyo, si antes José Luis u otro setero no se adelanta. Segundo golpe a la calle. Tercer golpe al borde del hoyo. Al llegar miro en una ladera próxima y veo unas *Russulas virens*, que como siempre están agusanadas a pesar

de haber salido recientemente; también hay un par de *Russulas heterophyllas* y alguna *Vesca*, pero comidas por las babosas. Acabo el hoyo en seis golpes, uno por encima del par y sin cosecha. Echo un vistazo al otro lado del hoyo

pero no veo nada. En alguna ocasión he cogido algún *Boletus*.

HOYO 2. Par 4. Salgo Madera 3, corto y a la derecha. Camino de la bola y a la sombra de unos viejos robles que bordean el campo veo varias *Russulas* que no acierto a identificar en ese momento. Juego segundo golpe al borde del green, tercer golpe a medio metro de la bandera.

Cuarto adentro. Consigo el Par.

HOYO 3. Par 4. Cuesta arriba. Hago el hoyo en cuatro golpes. PAR. Este hoyo no se caracteriza por sus setas, es raro que vea alguna. Vamos una cosa similar a las que encuentro en el Puerto San Lorenzo cuando vamos de excursión.

HOYO 4. Par 4. El más difícil del campo. Salgo Madera 1 a la izquierda, entra en el raff (hierba alta). Al ir a buscar la bola, veo algún *Lycopodon* y varios *Agaricus campestris* en perfectas condiciones. No los cojo. Son pocos. Acabo el hoyo en 6 golpes después de caer en un maldito bunker (arena) que trato siempre de evitar, pero ya se sabe que el único animal que tropieza siempre en el mismo bunker es el hombre. Total; dos golpes más del par. En dirección a la salida del hoyo 5 veo un árbol con un buen ramillete de *Armillaria mellea*. Acabará con el árbol.

HOYO 5. Par 3. Salgo hierro 9. En el green. Buen golpe. Cojo el carro y miro a la derecha de la calle donde hay unos robles. Voy buscando alguna *Virens* o, incluso al-



gún *Boletus aestivalis* o *edulis*, pero mi gozo en un pozo. Acabo el hoyo en 3 golpes. PAR. Antes de salir del siguiente, hay que esperar a que toquen una campana porque no se ve a los jugadores precedentes, echo un vistazo entre los robles, castaños y arbustos que hay al borde del campo. Alguna vez he visto algo. En esta ocasión encuentro un par de *Boletus edulis*, aunque en mal estado. También alguna *Russula sororia*, unos *Lactarius fuliginosus* y alguna *Cornocybe*.

HOYO 6. Par 5. Salida cuesta arriba. No se ve donde bota la bola. Salgo Madera 5, con precaución. Hay fuera de límites por la izquierda y agua señalizada por la derecha. A pesar de todo la bola sale por la derecha... AGUA.... Me viene a la memoria algo que dijo un profesional del golf:

DIOS MÍO, DAME FUERZAS PARA DARLE DESPACIO A LA BOLA, pero es más fácil decirlo que hacerlo. No me queda más remedio que intentar buscar la bola entre los árboles y matorrales y ¡EH AQUÍ! que aparecen unas pocas trompetitas de la muerte (*Craterellus cornucopiodes*) y algún *cinereus*. Juro por lo más sagrado que no tiré la bola a propósito.

Segundo golpe, que es el tercero, por haber penalizado uno por agua, a la calle. Echo un vistazo a la derecha, entre robles, nada que echar a la cesta. Acabo el hoyo en 7 golpes. Dos más que el PAR del hoyo.

HOYO 7. Par 4. Salgo Madera 1. Procuro que la bola vaya a la derecha, cerca del Chopo que mencione en el hoyo 1. Desde lejos y según me acerco sigo viendo la mancha blanca. Están AHÍ. Veo unos buenos ejemplares de *Agrocybe aegerita*, tanto en la base del árbol, como en una hendidura importante que tiene a un metro del suelo. Cojo unas dos docenas. Ya tengo para un buen revuelto y encima hago el hoyo en 4 golpes. PAR. Que más se puede pedir.

HOYO 8. Par 3. Hay viento lateral. Hoyo difícil y con el viento mucho más. Cojo, con dudas, el hierro 6. Corto, al borde del green. Mientras los compañeros juegan su

segundo golpe, se me olvidó decir que comparto la partida con otros tres jugadores, me acerco a un grandioso roble que está a la derecha del green. Cojo dos *aestivalis*. Aprovecho a duras penas los sombreros. Veo algún resto, lo que quiere decir que había algunos más, pero otro aficionado se me adelanta. Acabo el hoyo en 3 golpes. PAR.

HOYO 9. Par 4. Salida estrecha. Utilizo para la salida la madera 3. Buen golpe al centro de la calle. Una vez que salimos los cuatro, nos dirigimos hacia nuestros carros y aprovecho para mirar entre unos robles y castaños, donde en otras ocasiones he visto alguna *russula*. En esta ocasión hay alguna *vesca*, unos *Lactarius piperatus* y un *Xerocomus chrysenteron*. Un poco más adelante veo alguna chivata y unos cuantos *Sullius* que no acierto a identificar

(llevaré una muestra a la S.A.M. para su identificación correcta). Por fin llego a la bola. Los compañeros son un poco comprensivos conmigo, conocedores de mi afición a la micología. Segundo golpe, hierro 9 al green de vuelo. Me felicitan los compañeros. Hecho un vistazo en un chopo que está al borde de la calle. Hay alguna. Cuando acabe la partida las cogeré.



Me dispongo a patear y veo otro chopo con más *Agrocybes*. Acabo el hoyo haciendo dos golpes para embocar. Total 4 golpes. Cumpló el PAR.

Se acaba la partida. Nos saludamos cortésmente como mandan los cánones de la buena educación. Cuando los compañeros se ponen en camino, me quedo un poco rezagado para coger las setas de chopo. También veo un par de *Coprinus comatus*, pero ya están algo ennegrecidos

Quedan por describir los otros nueve hoyos del campo, los situados al sur que decimos allí, también ricos en fauna micológica, pero eso, si los de la S.A.M. lo permiten, lo dejamos para otro año.

Germán Fernández Blanco



## SOCIEDAD ASTURIANA DE MICOLOGÍA

### NORMAS DE LA S.A.M. PARA LA IDENTIFICACIÓN DE SETAS

1. **ES UN SERVICIO VOLUNTARIO Y GRATUITO DE LA SOCIEDAD ASTURIANA DE MICOLOGÍA AL PÚBLICO EN GENERAL.** No se trata de un servicio oficial, ni del Ayuntamiento de Gijón, ni de la Comunidad Autónoma del Principado de Asturias. En definitiva, las personas que les atienden están empleando su tiempo de una forma altruista, llevadas de su pasión por la Micología.
2. **NOS LIMITAMOS A DECIRLES SI LOS EJEMPLARES QUE VD. PRESENTA SON COMESTIBLES O DESECHABLES.** No es ningún cursillo, ni clase. Cualquier orientación e información extra queda a criterio del experto que les atienda.. Acuérdesse de que si Vd. no es socio, no intente ejercer unos derechos inexistentes.
3. **SÓLO SERÁN ADMITIDOS A EXAMEN LOS EJEMPLARES SANOS Y COMPLETOS,** es decir, la seta ha de estar con su sombrero y pie enteros. Serán rechazadas las rotas, incompletas, congeladas, secas y las que por su estado de descomposición no permitan una observación completa de sus características macroscópicas... Se presentarán en continentes de material rígido, (cartón, cestas, etc.), **en ningún caso en bolsas de plástico.**
4. Ha de quedar bien claro que el juicio expresado del experto que les atiende se refiere **única y exclusivamente a los ejemplares que Vd. presenta, NO** a los que Vd. tenga almacenados en casa, **NO** a los que Vd. pueda recolectar al día siguiente, y **NO** a los que Vd. haya regalado a familiares o amigos, (por más que a Vd. le parezcan exactamente iguales). Aprenda algunas especies y empiece a consumirlas (bajo su responsabilidad).
5. **EL USO, O EL NO USO, DE LA INFORMACIÓN QUE EL EXPERTO LE DÉ, ES DE SU EXCLUSIVA RESPONSABILIDAD.** La Sociedad Asturiana de Micología y sus socios quedan libres de toda responsabilidad al respecto, al no ser este servicio un Peritaje Oficial, ni un Peritaje Colegiado, ni una Expertización remunerada.
6. **EL HORARIO SERÁ de 19:00 a 20:30 horas,** todos los lunes que no sean fiesta, en ese caso sería el martes, durante la temporada micológica.
7. **NO SE IDENTIFICAN SETAS SI NO SE CUMPLEN ESTAS NORMAS.**

Si alguien quiere obtener más conocimientos sobre las setas, le aconsejamos hacerse socio.



## *Código de buena conducta*



Salir a buscar setas y encontrarlas, es algo tan satisfactorio para los aficionados que debemos de ser los más interesados de que entre todos, logremos que sigan saliendo, es decir conservar el entorno.

El aficionado a buscar setas en el bosque, praderas o riberas de río (dependiendo de la estación del año) lo primero que debe de tener en cuenta es tratar de dejar la menor huella posible de su paso por el lugar, nada de dejar desperdicios, ni suelo levantado, ni rastrillado, etc., etc...

Se debe de llevar una cesta de mimbre y una navaja con cepillo para poder limpiarlas de tierra, y así, si tenemos suerte y llenamos el cesto, que sea solo de setas, -no de barro- debemos colocarlas en la cesta con las láminas o poros hacia abajo, así será más fácil limpiarlas al llegar a casa.

No debemos arrancar la seta con parte del suelo sobre el que creció, ya que podemos destrozar el micelio. Si estamos muy seguros de su identificación lo mejor es cortar el pie, si no, con cuidado se saca la seta entera. Si crecen en grupo, como la de cardo, cortarlas con la precaución de dejar que los pequeños ejemplares sigan creciendo.

No recogeremos las setas que ya estén muy maduras, blandas o muy empapadas de agua, la seta puede ser de cuatro tenedores, pero si no está fresca, no la vas a comer ni regalársela a nadie, en esto hay que tener tanto o más cuidado que con el marisco, si en el monte tienes dudas, en el trayecto de vuelta a casa (normalmente en el maletero del coche) la seta acabará incomedible.

Las setas que vayamos encontrando y no tengan ningún valor comestible o sean tóxicas, las debemos respetar y dejar que cumplan su función en el bosque.

Si cogemos alguna para su posterior estudio, hay que ponerlas aparte y no mezclarlas nunca con las buenas.

Aplicando estas sencillas normas de convivencia con la naturaleza contribuimos a poder seguir disfrutando de nuestra sana afición.

Francisco Casero

*A la vanguardia del  
vestuario corporativo*

**NORVIL**  
www.norvilsa.com

Pol. Ind. Mora Garay  
c/ Marie Curie, 6-8  
33211 Gijón - España  
Tfno: +34 985 301 875  
Fax: +34 985 301 969  
norvil@norvilsa.com



## Intoxicaciones por ingesta de setas

Aunque se puede afirmar que en nuestros días los envenenamientos por setas han disminuido considerablemente debido a una mayor formación e información de los aficionados, debemos reconocer, que aún se producen demasiados casos de intoxicación por ingesta de setas.

Las estadísticas indican que los casos de intoxicación por ingesta de setas, se sitúa en torno a los 10 casos por millón de habitantes al año.

Hace 50 años la mortalidad de los que consumían la *Amanita phalloides*, era aproximadamente del 30%. En la actualidad, la mortalidad ha disminuido a apenas un 5%. Se sabe que la mayoría de este 5% que tuvo un desenlace fatal consultó tardíamente y ello impidió la aplicación temprana del oportuno tratamiento.

### CLASIFICACIÓN DE LAS INTOXICACIONES

La tendencia vigente es la de dividir las intoxicaciones producidas por los hongos superiores en dos grandes grupos, dependiendo del tiempo de incubación o de latencia, esto es, el transcurrido desde la ingesta de las setas hasta la aparición de los primeros síntomas:

**-Intoxicaciones con periodo de incubación corto o de latencia breve, menor de 6 horas**, en general, aunque con algunas excepciones, los síntomas suelen ser de carácter leve, autolimitados y aparecen entre 30 minutos a tres o cuatro horas. Hay que descartar la ingesta de *Pasillus involutus*, que puede resultar mortal.

**-Intoxicaciones con periodo de incubación largo o de latencia prolongada, igual o mayor de 6 horas**, en general los síntomas aparecen oscilando entre las 9 y las 15 horas, pudiendo llegar en algún caso hasta los 10 - 15 días. Suelen ser de carácter grave.

**-Síndromes mixtos** (ocurren hasta en un 5%) por la ingesta combinada de varias especies de setas tóxicas con diferentes periodos de incubación.

### PERIODO DE INCUBACIÓN CORTO (menor de 6 horas) SÍNDROME GASTROENTERÍTICO O RESINOIDE.

#### -Periodo de incubación:

Suele ser de 1 a 3 --4 horas, aunque en ocasiones pueden manifestarse los síntomas a los 15 - 20 minutos o hasta 6 o más horas después de la ingesta.

#### -Sintomatología:

Principalmente náuseas y vómitos muchas veces acompañados de dolor abdominal y diarreas. Puede haber cefalea, malestar general y sudores fríos. En niños, ancianos o personas con patologías previas los síntomas pueden ser severos y producirse cuadros de deshidratación grave con debilidad extrema, mareos, calambres musculares, vahídos, etc., precisando ingreso hospitalario para tratamiento sintomático con sueroterapia endovenosa. En la mayor parte de los casos los síntomas se resuelven en 12 a 48 horas.

#### -Especies causantes:

Actualmente se conocen más de 300 especies de setas que

pueden producir este tipo de síndrome. Enumeramos únicamente aquellas que producen los síntomas más severos. (*Entoloma lividum*; *Omphalotus illudens*; *Omphalotus olearius*; *Tricholoma josserandii*; *Boletus satanas*).

### SÍNDROME PANTERÍNICO (micoatropínico o delirante)

#### -Periodo de incubación:

Entre 30 minutos y 3 - 4 horas.

#### -Sintomatología:

Consiste en náuseas, dolores abdominales y los signos llamados anticolinérgicos: Agitación, confusión, delirio, alucinaciones, incoordinación motora, dilatación pupilar (midriasis), taquicardia, enrojecimiento y sequedad de piel y mucosas, y posibles estados de euforia y agresividad seguidos de depresión, somnolencia y sopor profundo. El síndrome tiene el aspecto de una embriaguez, "borrachera por setas", por la incoordinación motora y los episodios de euforia e irritabilidad. Puede producirse una depresión neurológica que en algún caso ha llegado hasta el coma. No suele haber diarreas.

#### -Especies causantes:

(*Amanita pantherina*; *Amanita muscaria*; *Amanita gemmata*)

### SÍNDROME MUSCARÍNICO (sudorífero)

#### -Periodo de incubación:

De 15 minutos a 2 - 4 horas. Es a veces tan corto que los síntomas se inician antes de haber terminado la comida.

#### -Sintomatología:

Se produce sobre todo una sudoración muy intensa, con aumento también de la secreción salivar y bronquial, con lagrimeo y contracción de las pupilas (miosis) lo que dificulta la visión, cefalea, vértigos, hormigueos (parestias), pulso lento (bradicardia) e hipotensión. De forma variable puede haber vómitos, diarreas y dolor abdominal.

#### -Especies causantes:

(*Inocybe patouillardii*; Otros *inocybes*; *Clitocybe rivulosa*; *Clitocybe cerussata*; *Clitocybe dealbata*; *Clitocybe phyllophila*)

### SÍNDROME COPRINICO (Intoxicación Cardiovascular)

#### -Periodo de incubación:

A los pocos minutos y asociado siempre a la ingesta de bebidas alcohólicas junto con las especies causantes.

#### -Sintomatología:

-Rubefacción facial, enrojecimiento torácico anterior y en extremidades, enrojecimiento de la mucosa conjuntival (ojo rojo) y gusto metálico en la lengua, sudoración, cefaleas, palpitations, taquiarritmias, dolor torácico, hipotensión que en ocasiones es acentuada, angustia, náuseas y vómitos.

#### -Especies causantes:

(*Coprinus atramentarius*; *Coprinus romagnesianus*; *Clitocybe clavipes*)

### SÍNDROME PSICOTRÓPICO (Alucinógeno)

#### Periodo de incubación:

De 15 minutos a unas 2 horas.

#### -Sintomatología:

El cuadro típico son las alucinaciones visuales, sobre todo visiones coloreadas e imágenes de color en movimiento constante, sensación de calor, excitación psicomotriz con alteraciones de la conducta, agresividad y a veces verdaderos e incontrolados ataques de pánico. Aunque infrecuentes puede haber incoordinación motora, convulsiones, midriasis (dilatación de las pupilas) y trastornos del ritmo cardiaco con bradicardia o taquicardia así como manifestaciones digestivas, sobre todo al inicio: náuseas, vómitos y dolor abdominal.

#### -Especies causantes:

(*Psilocybe semilanceata*; *Panaeolus sphinctrinus*; *Panaeolus sp.*; *Pluteus salicinus* y otros)

### SÍNDROME HEMOLÍTICO LEVE (Hemólisis por setas)

#### -Periodo de incubación:

Aproximadamente de 3 a 5 - 8 horas.

#### -Sintomatología:

Se produce una destrucción de glóbulos rojos (hemólisis) que origina la emisión de orinas oscuras durante unos dos días. Es frecuente la aparición de síntomas gastrointestinales leves.

#### Especies causantes:

(*Amanita rubescens*; *Amanita vaginata*; *Morchella sp.*; *Helvella sp.*)

### SÍNDROME HEMOLÍTICO GRAVE (Síndrome paxilínico, Hemólisis inmune)

La ingestión de la *Paxillus involutus* cruda o insuficientemente cocinada cursa inicialmente con síntomas gastrointestinales, debilidad e hipertensión, seguida de una hemólisis de carácter grave, con pigmentación intensa de la orina, dolor lumbar cólico, hipotensión manifiesta, y la posible aparición de insuficiencia renal grave.

Los síntomas se manifiestan a menudo muy rápidamente entre 1 a 4 horas después de la ingesta.

Esta especie se consume sobre todo en Europa central y ha causado y aún sigue causando numerosas intoxicaciones graves, algunas de ellas mortales.

*Dos micólogos de renombre murieron al final de la guerra por el consumo de Paxillus involutus, uno el alemán J. Schäffer en 1944 y otro el austriaco F. Neumann en 1945, al parecer este último consumió la Paxillus involutus cruda. En esos años, esta especie era considerada todavía como comestible.*

En la actualidad el consumo de *Paxillus involutus* está absolutamente desaconsejado. Incluso bien cocinada puede originar graves problemas sobre todo cuando se realizan ingestas sucesivas. Se sabe que su toxicidad se produce por un mecanismo inmunológico. Podemos consumir esta especie durante años sin alteraciones manifiestas y provocarse una intoxicación de manera repentina. La razón es que en la naturaleza se encuentran unas cepas inertes y otras inmunógenas de *Paxillus involutus*. Cuando se ingieren cepas inmunógenas, aunque estén bien cocinadas, se produce la formación de una pequeña cantidad de anticuerpos. Si se consume un número suficiente de veces, llega un momento, en el que la acumulación de estos anticuerpos en el organismo produce una reacción antígeno-anticuerpo que da lugar a una hemólisis de carácter grave que aunada a otros trastornos metabólicos, puede ser causa de la muerte del intoxicado.

Con todo lo reseñado debemos considerar a esta especie a todos los efectos como potencialmente mortal.

El tratamiento del síndrome hemolítico es complejo. Se basa en el adecuado aporte de líquidos para forzar la diuresis y así evitar el daño renal que pueden producir los productos producidos por la destrucción de los hematíes. Se ha demostrado eficaz la plasmaferesis en casos graves para retirar del plasma los anticuerpos causantes del cuadro. Dado el mecanismo inmunitario es coherente el empleo de corticoesteroides en dosis altas aunque aún no hay suficiente experiencia para demostrar su eficacia.

### INTOXICACIONES EXTRÍNSECAS (La acumulación de metales pesados y radioactividad)

No podemos en este caso referirnos a una intoxicación producida por la seta en sí, que puede ser botánicamente un excelente comestible, sino más bien a un problema de contaminación o toxicidad adquirida.

Los estudios indican que algunas setas tienen con respecto a otras una mayor capacidad de absorción de sustancias tóxicas. Ésta se realiza a nivel del micelio, pasando luego a los carpóforos durante su desarrollo.

Las setas que crecen cerca de vías transitadas por los medios de locomoción o cercanos a industrias contaminantes, pueden presentar también tasas de metales pesados y otros elementos tóxicos muy por encima de los umbrales recomendados por la "Organización Mundial de la Salud" que se sitúan en los siguientes valores: para el mercurio 0,05 ppm., para el cadmio 0,5 ppm. Y para el plomo 1,00 ppm. El mercurio sería el más peligroso por su propiedad de sintetizar una sal extremadamente tóxica, el metil-mercurio.

Aunque las tasas de metales pesados tales como cadmio, plomo o mercurio, no sean muy altas, podríamos encontrarnos con un verdadero problema de acumulación si consumimos en repetidas ocasiones estas setas. En base a ello, se aconseja no abusar en el consumo de setas, dado que los contaminantes pueden encontrarse incluso en zonas aparentemente limpias y a muchos kilómetros del foco contaminador.

Diversos estudios han revelado que el contenido en cadmio, plomo y mercurio es especialmente significativo y a menudo claramente superior a las cantidades máximas recomendadas por la "OMS" en las especies del género *Agáricus*, por lo que limitaremos o suprimiremos su consumo.

Un menor peligro parecen ofrecer las especies cultivadas al utilizarse, generalmente, sustratos libres de estos contaminantes.

La tendencia actual aconseja limitar el consumo de setas a 2 - 3 veces al año.

Un envenenamiento colectivo muy importante, causado posiblemente por un problema de contaminación, se produjo en la localidad rusa de Krasnodar en setiembre de 1991, por el consumo de setas comestibles de los géneros *Russula* y *Cantharellus*, con 240 intoxicados, de los cuales murieron 30 y entre ellos 11 niños.

Los análisis toxicológicos realizados por el instituto de Fitopatología del Cáucaso del Norte, Laboratorio de Biología molecular y Genética dieron los siguientes resultados en las setas analizadas:

- 1.- Ausencia de pesticidas, metales pesados y radioactividad.
- 2.- Los tests de toxicología integral mostraron en estas

setas la presencia de sustancias muy tóxicas de naturaleza desconocida.

3.- Por medio de los análisis cromatográficos los investigadores rusos descubrieron la presencia de micotoxinas, habitualmente ausentes, que se desarrollaron en las condiciones específicas de conservación de las setas crudas tras su recolección.

Posteriormente, en julio de 1992, se produjo en Rusia un nuevo grupo de intoxicaciones.

La nube radiactiva provocada por el accidente de Tchernobyl el 26 de abril de 1986, se extendió en una amplia zona de Europa. Las lluvias arrastraron las partículas radiactivas, contaminando en mayor o menor grado las setas de distintas regiones. Se han encontrado dosis de radioactividad bastante altas en setas recogidas a muchos kilómetros del lugar de la catástrofe. La cantidad de radioactividad encontrada en un mismo lugar varía bastante de unas especies a otras, ello se explica tal vez por la mayor o menor actividad de los micelios y la profundidad a que se encuentran los mismos.

Citaremos un extracto de la publicación de la "Comisión de búsqueda y de información independiente sobre la radioactividad" de noviembre de 1997.

Las especies que se consumen habitualmente y que tienen una fuerte capacidad de concentración de Cesio, entre 1000 a 3000 Bq./Kgr. De materia fresca son:

*Amanita vaginata*, *Cantharellus lutescens*, *Cantharellus tubaeformis*, *Hydnum repandum*, *Lepista nuda*, *Rozites caperata*, *Suillus luteus*, *Tricholoma equestre*, *Tricholoma terreum*, *Xerocomus badius*.

Nuestra región no se vió afectada por la nube radioactiva pero hay que tener muy en cuenta que el actual comercio de setas origina el traslado de los mismos de unos países a otros.

## SÍNDROME DE INTOLERANCIA ( En general de carácter leve)

Las setas son ricas en quitina, polisacárido nitrogenado complejo muy difícil de digerir, además de azúcares especiales entre los que se encuentran la trehalosa y el manitol. La trehalosa sólo puede ser degradada por la trehalasa y en algunas personas se da una ausencia de esta enzima. Los valores elevados de la trehalosa en el tracto intestinal junto con el manitol hacen que estas personas, si consumen setas, sufran dolores abdominales, aerofagia, vómitos, diarreas y dolor de cabeza.

Otras especies como por ejemplo los *Leucopaxillus* contienen antibióticos. Ello hace que algunas personas sensibles a los mismos presenten reacciones de intolerancia a estas setas en particular. En algunas personas la *Lepista nebularis*, profusamente consumida, es mal tolerada o provoca trastornos incluso bien cocinada.

Incluso la *Boletus edulis*, *Lepista nuda*, *Macrolepiota procerata*, *Coprinus comatus*, y otras especies comestibles, han producido trastornos digestivos.

En definitiva, la única forma de evitar este tipo de intoxicaciones es la abstención por parte de aquellas personas que no toleran bien estas u otras especies.

## PERIODO DE INCUBACIÓN LARGO (Igual o mayor de 6 horas) SÍNDROME FALOIDIANO (Hepatotóxico)

### -Periodo de incubación:

De 6 a 24-48 horas. En general suele oscilar entre 8-12 horas. Aunque no es una regla fija, son de mejor pronóstico las

intoxicaciones con periodo de latencia mayor de 15 horas.

### -Sintomatología:

Se podrían distinguir tres fases:

**-Fase inicialgastrointestinal:** con una duración aproximada de 1 – 2 días. En esta fase se produce vómitos profusos, dolor abdominal epigástrico en ocasiones intenso con pirosis y dispepsia, acompañado de copiosas diarreas fétidas y a veces sanguinolentas. Puede haber calambres musculares, sed intensa y otros signos de deshidratación.

**-Fase de mejoría aparente:** se produce hacia el segundo día y puede pasar más o menos desapercibida. El paciente se encuentra prácticamente asintomático y se cree curado. Se debe sobre todo a la medicación y la rehidratación recibida.

**-Fase de afección hepática:** hacia el tercer día se produce un grave empeoramiento del estado general con dolor en hipocondrio derecho, ictericia y otros signos de afección hepática, la cual puede ser severa con hipoglucemia, alteración de la coagulación, encefalopatía, somnolencia e incluso coma. Puede producirse insuficiencia renal. Los casos graves progresan y se puede desencadenar el fallecimiento en los 8 – 10 días después de la ingesta. Los casos más leves pueden recuperarse con restitución ad integrum de la función hepática y renal.

El que un paciente pase o no de una a otra fase y evolucione hacia la curación o hacia el deterioro hepático grave y potencialmente mortal, dependerá del tipo de especie consumida, del tamaño y número de ejemplares ingeridos, de su estado de salud previo y de la precocidad en la instauración del tratamiento.

### -Especies causantes:

(*Amanita phalloides*; *Amanita virosa*; *Amanita verna*; *Amanita porrinensis*; *Lepiota brunneo-incarnata*; *Lepiota josserandii* y otras; *Galerina marginata* y otras; *Pholiotina filaris*)

## SÍNDROME GIROMITRIANO (Intoxicación por giromitrina)

### -Periodo de incubación:

Usualmente largo de 6 - 9 horas a varios días si se produce por ingestas sucesivas y variando en función de la edad del consumidor.

### -Sintomatología:

Suelen aparecer síntomas digestivos habitualmente de escasa intensidad: náuseas, vómitos y diarreas con dolor abdominal cólico. Trastornos del Sistema Nervioso Central (SNC): vértigos, agitación, delirios, convulsiones, obnubilación, somnolencia, estupor y coma. Hepatotoxicidad con ictericia y elevación de las transaminasas. Suele ocurrir trascurridos unos días. Crisis hemolíticas con emisiones de orinas oscuras (coluria), anuria y posible fracaso renal.

### -Especies causantes:

(*Gyromitra esculenta*; *Gyromitra sp.*)

## SÍNDROME ORELLÁNICO (Cortinárico o Nefrotóxico) "Intoxicación por setas que contienen orellanina"

### -Periodo de incubación:

Muy largo de 3 a 17 días.

### -Sintomatología:

Tras un largo periodo libre de síntomas o con alguna leve molestia gastrointestinal, malestar general inespecífico y debilidad se presenta un cuadro de sed intensa, con poliuria, dolor lumbar y síntomas musculares con mialgias, temblores y mioclonías.

Evoluciona hacia una insuficiencia renal aguda con anuria.



#### -Especies causantes:

(*Cortinarius orellanus*; *Cortinarius orellanoides*; *Cortinarius speciosissimus*; *Cortinarius henricii*)

### INTOXICACIÓN POR AMANITAS NEFROTÓXICA "Amanita próxima y Amanita smithiana"

La *Amanita próxima* muy parecida a la *Amanita ovoidea*, ha causado numerosas intoxicaciones tanto en Francia como en Italia. El periodo de incubación está comprendido entre las 2 - 48 horas después de la ingesta, pero generalmente los síntomas se manifiestan aproximadamente entre las 8 - 14 horas con náuseas, vómitos, dolor abdominal y diarreas. La mejoría de los trastornos gastrointestinales se produce hacia los 2 días, pero aproximadamente en la tercera parte de los casos se produce una insuficiencia renal cuyos síntomas comienzan entre 1 - 4 días después de la ingesta.

Recalcamos que el tiempo transcurrido hasta la aparición de la insuficiencia renal en el caso de la *Amanita próxima*, es claramente inferior al tiempo transcurrido en el caso del "síndrome orellánico", que se sitúa en una media de unos 9 días y puede evolucionar hacia una insuficiencia renal crónica, cosa que no sucede generalmente en la intoxicación por *Amanita próxima*.

El hospital de Cagliari en Cerdeña ha tratado numerosos casos de intoxicación por *Amanita próxima* con insuficiencia renal, con desenlace fatal en el caso de dos pacientes.

Los síntomas de afectación renal desaparecen más o menos en una veintena de días y las funciones renal y hepática se normalizan alrededor de un mes más tarde de la ingesta.

Las sustancias tóxicas que originan este síndrome son distintas de la "orellanina y de las amatoxinas".

La *Amanita smithiana*, una amanita blanca que ha sido consumida accidentalmente en Estados Unidos y Canadá, produce una intoxicación cuyos síntomas se manifiestan entre las 4 a 10 horas después de la ingesta, provocando inicialmente náuseas, dolor abdominal, vómitos, diarreas y ansiedad. A los 4 - 6 días se produce una insuficiencia renal, las funciones renales se ven alteradas durante largos periodos, pero la recuperación comienza a los 7 - 10 días. No se conocen casos de fallecimiento.

Los análisis realizados indican que las sustancias tóxicas que originan este síndrome son distintas de la "orellanina y de las amatoxinas".

### RABDOMIOLISIS PROVOCADA POR LA INGESTA DE (*Tricholoma auratum* (=T. equestre, =T. flavovirens))

La intoxicación provocada por la ingesta repetida de *Tricholoma auratum* (= *Tricholoma equestre*), difiere claramente de cualquier otro tipo de intoxicación producida por el consumo de setas tóxicas conocidas hasta la actualidad.

La *Tricholoma auratum*, cuyo nombre popular en el Sudoeste de Francia es el de "bidaou", ha sido considerado desde siempre como un excelente comestible, consumido regularmente no solo en Francia sino también en otros países entre los que se incluye España.

El primer fallecimiento registrado de un varón de 32 años, se remonta al invierno de 1992 y se produjo en un hospital bordelés junto con la intoxicación atípica de su mujer, habiendo consumido ambos la *Tricholoma auratum* (= *Tricholoma equestre*) unos días antes.

Desde el año 1992 hasta el año 2006 habían sido estudiados 12 casos de "rabdomiolisis", de los cuales 3 habían resul-

tado mortales y en todos los casos debido a la ingesta repetida de *Tricholoma auratum* (= *T. equestre*), conocido en España como "seta de los caballeros".

#### -Periodo de incubación:

Los primeros síntomas aparecen a los 2 - 3 días después de la última ingesta.

#### -Sintomatología:

Los pacientes describen al inicio debilidad acompañada de dolores que afectan sobre todo a los músculos de los miembros inferiores desde su raíz, esto es, especialmente en la parte superior de los muslos. Simultáneamente los pacientes intoxicados presentan sudoración profusa, distermia sin fiebre y a veces ligeras náuseas pero sin vómitos. La orina es oscura. Posteriormente, los dolores musculares aumentan, quedando el intoxicado sin fuerzas, los músculos están infiltrados y dolorosos a la palpación y los pacientes presentan eritema facial. No hay síndrome infeccioso, ni daño hepático, pulmonar o neurológico evidente.

#### -Signos biológicos:

El parámetro más significativo de este tipo de intoxicación es el aumento de la creatin fosfoquinasa (CPK) a valores extremadamente altos.

Las transaminasas también aumentan moderadamente pero los factores de coagulación dependientes del hígado se mantienen en los valores normales, con lo cual podemos pensar que esta intoxicación no produce afectación hepática de importancia.

La creatinina y la urea, indicadores eventuales de un daño renal, no aumentan "per se" más que débilmente y ello sólo en los casos más graves.

Este síndrome provoca lesión de las células de los músculos, lo que en medicina se denomina rabdomiolisis.

### EL SÍNDROME DE "SZECHWAN" (Síndrome hemorrágico)

Recibe el nombre de síndrome de "Szechwan o púrpura de Szechwan", el síndrome hemorrágico provocado por el consumo excesivo o repetido de la *Auricularia auricula-judae*.

El nombre de Szechwan (Sse-Tch'ouan), corresponde al de una provincia china donde se cultiva y se consume esta especie.

Este síndrome fue descrito en 1980 por el Dr. Hammerschmidt, un hematólogo del estado de Minnesota, extrañado por el número de hemorragias y púrpuras observados entre sus pacientes. Descubrió que la causa era debida al consumo frecuente de *Auricularia auricula-judae* basándose en que los pacientes afectados por este trastorno acudían asiduamente a restaurantes chinos, donde esta especie es muy utilizada en la elaboración de distintos platos y sopas.

La concentración de toxinas es distinta de unas recolectas a otras, dependiendo tanto de factores ecológicos como climáticos y tal vez también de variedades químicas.

Las hemorragias producidas por esta especie pueden ser de mayor o menor importancia y más o menos repetitivas en función de las condiciones de la persona afectada, la cantidad ingerida y la posible interacción con medicamentos que contengan antiagregantes plaquetarios como la aspirina.

Según algunos micólogos, las especies realmente consumidas en los restaurantes chinos y causantes del síndrome correspondían a tres especies distintas: *Auricularia auricula-judae*; *Auricularia polytricha* y *Auricularia porphyrea*.

### INTOXICACIÓN PRODUCIDA POR LA ERGOTINA

## (El fuego de San Antonio)

La ergotina es un alcaloide contenido en el “cornezuelo del centeno”, este esclerocio se cultiva hoy en día con el fin de aprovechar sus propiedades terapéuticas.

Cuando las condiciones son idóneas, los esclerocios fructifican dando lugar a un *ascomycete* denominado *Claviceps purpurea*. Además de otros alcaloides, los esclerocios son ricos en ergotamina uno de los principios activos de la ergotina con propiedades tetanizantes y que se utiliza actualmente en farmacología.

En la edad media se producían intoxicaciones masivas no exentas de mortalidad, consideradas como verdaderas epidemias, al consumir la harina contaminada por el cornezuelo del centeno.

Este tipo de intoxicación recibe el nombre de “ergotismo” y se manifiesta inicialmente con trastornos neuropsiquiátricos, alucinaciones, vértigos, hormigueos, movimientos incontrolados (“baile de San Vito”) y convulsiones tetaniformes. En casos severos se describen signos graves de isquemia por vasoconstricción simétrica en extremidades que puede desencadenar gangrena. (“fuego de San Antonio”).

Actualmente no conocemos ninguna cita sobre intoxicados por el consumo de pan de centeno contaminado por el cornezuelo.

## -ERITROMELALGIA O ACROMELALGIA (Síndrome eritromelálgico o acromelálgico = Enrojecimiento y dolor en la extremidad)

Intoxicación por el consumo de *Clitocybe amoenolens*: En septiembre de 1996, cinco personas de la región de “Lanslebourg en Saboya”, sufrieron una intoxicación que se supuso provocada por la confusión de la seta causante con la *Lepista inversa*.

El síndrome que presentaban no coincidía con los síndromes de intoxicación fúngica conocidos hasta ese momento en Europa.

Los intoxicados sufrieron los primeros síntomas aproximadamente a las 24 horas de la ingesta, padecían disestesias (sensaciones extrañas desagradables) y sobre todo algias intensas de predominio nocturno en las extremidades. La magnitud del dolor y su difícil control hizo que tres de ellos tuvieran que ser hospitalizados. Meses más tarde, uno de los intoxicados aún se quejaba de molestias residuales.

El tipo de intoxicación parecía corresponder con la producida por la *Clitocybe acromelalga*, especie conocida hasta el momento solamente en Japón, pero algunos de los síntomas, más tardíos y los caracteres tanto macroscópicos como microscópicos difieren de la especie *Clitocybe amoenolens* encontrada en “Lanslebourg”.

Esta especie no ha sido todavía recolectada en nuestro país y por lo tanto no se conoce ninguna intoxicación debida a la misma.

Al parecer es fácil durante la recolección la confusión con especies tales como la *Lepista inversa*, *Lepista gilva* o *Clitocybe gibba*, por lo que se recomienda evitar su consumo.

La intoxicación por el consumo de la *Clitocybe acromelalga*, es más o menos similar a la producida por la *Clitocybe amoenolens*.

Describimos en este apartado un resumen de la sintomatología causada por el consumo de la *Clitocybe acromelalga*.

El inicio de los síntomas se produce entre uno a varios días

después de la ingesta, se produce edema y enrojecimiento de los dedos de manos y pies. Al mismo tiempo se manifiestan dolores muy intensos, de predominio nocturno con frecuencia paroxísticos, y a veces intolerables, que van a prolongarse durante 3 a 5 semanas, haciendo pasar al intoxicado a veces por un verdadero tormento. Los síntomas parecen ser dosis dependientes. Generalmente los pacientes se recuperan sin ningún tipo de secuela en el plazo de 8 días a 5 meses.

Los síntomas empeoran con el movimiento, el calor, el contacto y la presión y se alivian sumergiendo los dedos en agua fría. No obstante estos baños no deben ser prolongados por la posible isquemia inducida. No existe un antídoto específico siendo el único tratamiento actualmente conocido el sintomático. El adecuado control del dolor es con frecuencia muy difícil habiéndose ensayado múltiples fármacos. Basándose en informes de casos se propugna como tratamiento el empleo de una asociación de Clomipramina (anafranil “R”), Acidoacetilsalicílico (aspirina) y Morfina a dosis relativamente altas.

Se han aislado, un compuesto desconocido la “clitidina” y tres aminoácidos de los cuales dos, ácidos acromélico A y B que han demostrado su poderosa toxicidad en las pruebas de laboratorio realizadas con ratones.

## INTOXICACIÓN NEUROTÓXICA POR EL CONSUMO DE “*Hapalopilus rutilans*”

La *Hapalopilus rutilans*, es una especie de color canela, consistencia suberosa y con la carne que reacciona al violeta con el amoniaco.

En Alemania se produjo un raro caso de intoxicación tras la ingesta por un adulto y dos niños de la *Hapalopilus rutilans* confundido al parecer con la comestible *Fistulina hepática*.

Los síntomas de la intoxicación consistieron en la aparición de trastornos digestivos y en la emisión de orina de color violeta. Uno de los niños sufrió transcurridas unas 12 horas después de la ingesta, signos de lesión hepática y renal y clínica neurológica con vértigos, somnolencia y dificultades en la visión. La alteración mostrada en el electroencefalograma realizado era compatible con signos de edema cerebral. La confusión de la *Hapalopilus rutilans* con la *Fistulina hepática* no es común ello justifica la rareza de este caso de intoxicación.

## ENCEFALOPATÍA POR EL CONSUMO DE “*Pleurocybella porrigens*”

Las primeras noticias sobre este nuevo tipo de intoxicación acaecida en Japón nos llegaron en noviembre de 2004. Según Nihon Kingakkai, miembro de la sociedad micológica de Japón, y Mainichi Shimbun, en fecha 22/10/2004.

Dichos micólogos refieren cinco casos de fallecimiento de 11 intoxicados que fueron hospitalizados en el departamento de Niigata y otros dos fallecimientos en las mismas condiciones de hospitalizados en el departamento de Yamagata. Para 10 de los 11 intoxicados de Niigata, los micólogos confirmaron el consumo de *Pleurocybella porrigens*, en japonés “*Sugi hira take*”, cuyo significado es “*Pleurotus del sugi*”, árbol majestuoso próximo al cedro del Líbano y cuyo nombre científico es *Cryptomeria japonica*.

Los intoxicados no presentan síntomas gastrointestinales como sucede en otros tipos de intoxicación. Los síntomas descritos consisten en una caída intensa del tono muscular (hipotonía) en las extremidades inferiores lo que les incapacita para caminar, apareciendo, a continuación, movimien-

tos incontrolados de los miembros, convulsiones y coma con un final trágico para cinco de los pacientes ingresados en el hospital del departamento de Niigata. La búsqueda de mohos, otros hongos parásitos, sustancias de la polución y pesticidas resultó negativa.

Los últimos datos que disponemos y aquí trascibimos sobre este nuevo síndrome están recogidos de la comunicación realizada por el Dr. Josep Piqueras del Hospital Universitario Vall d'Hebron para <micolist @eListas.net> el 16 de mayo de 2005:

Curiosamente la relación entre la enfermedad renal y la toxicidad sobre el sistema nervioso se pone de manifiesto en una interesante forma de encefalitis motivada por el consumo de *Pleurocybella porrigens*.

En septiembre y octubre de 2004, se detectó un brote de encefalopatía de etiología desconocida en las prefecturas de Yamagata, Akita y Niigata en Japón, que afectó a más de 40 personas. El resumen del estudio de diez casos en la prefectura de Yamagata refleja que los diez pacientes tenían fracaso renal crónico, y que siete se sometían a hemodiálisis. Todos los pacientes presentaban el antecedente de haber comido *Plauroocybella porrigens* dentro de un plazo de unas 2 - 3 semanas previas al inicio de los síntomas neurológicos.

El cuadro de encefalitis fue subagudo; los síntomas iniciales consistían en temblor, disartria y/o debilidad de las extremidades que duraron de 2 a 11 días, seguidos por grave trastorno de la conciencia y convulsiones resistentes, que se tradujeron en un "estatus epiléptico" en cinco de los pacientes. Se objetivaron mioclonias en 4 pacientes y reflejo plantar en extensión (Signo de Babinski) en 3 de ellos. Los exámenes radiológicos del SNC (TAC y RM) no ofrecían nada reseñable en las fases tempranas y sí en cambio, de tres a ocho días después del inicio del cuadro apareciendo lesiones evidentes en las áreas de la ínsula y en los ganglios basales en 6 de los 10 pacientes y todos mostraron anomalías en el trazado (...). Tres pacientes murieron a los 13, 14 y 29 días después del inicio del cuadro. Dos pacientes presentaban un mes después de la encefalitis, un trastorno persistente de la conciencia. Un paciente mostró parkinsonismo después de recobrar el trastorno de la conciencia. Cuatro pacientes se recobraron casi completamente alrededor de un mes después del cuadro de encefalitis. En 3 de los 4 pacientes que se recobraron, la insuficiencia renal no era severa y no necesitaban tratamiento con hemodiálisis.

Este estudio sugiere que esta rara enfermedad puede constituir una entidad clínica de encefalopatía no conocida hasta el presente, que estaría producida por el consumo de una seta considerada como comestible, pero que se presentaría tan solo en el caso de personas con patología renal previa.

La *Pleurocybella porrigens*, también presente en Europa y considerada como comestible, crece sobre los troncos caídos de *Picea*, *Abies* y *Pinus*. Podría recolectarse sobre todo en las zonas montañosas pero no se consume en nuestra región.

### EN CASO DE ENVENENAMIENTO

En el caso de sufrir una intoxicación, lo más adecuado es trasladar al intoxicado a los servicios de urgencia del hospital de referencia más cercano. Siempre que sea posible se aportarán los restos que se tengan de los ejemplares consumidos, los que no se han cocinado, los trozos que se hayan desechado al limpiarlas extrayéndolos incluso de la basura, las setas

cocinadas que hayan sobrado o si es preciso las muestras de los vómitos.

En todo caso la diagnosis y tratamiento de la intoxicación es función del equipo médico, que podrá recabar la ayuda de un micólogo, para tratar de identificar la especie o especies causantes de la intoxicación.

Si nos encontramos fuera de nuestro entorno o en un país europeo distinto al nuestro, podemos acudir de manera gratuita al "SOS Deiak", número de teléfono "112", de coordinación de las emergencias, para solventar traslados u otro tipo de dificultades. Este número es común para nuestro País y el resto de Europa.

Es muy importante que el intoxicado y/o sus familiares aporten los siguientes datos al centro de asistencia:

- Hora de la ingesta de las setas.
- Si se han consumido en días anteriores o en comidas sucesivas.
- Tiempo entre la ingesta y la aparición de los síntomas de intoxicación.
- Otros alimentos que se hayan ingerido además de las setas.
- Forma de preparación: crudas, cocidas, a la plancha....
- Personas intoxicadas en la misma comida, señalando si han consumido o no setas.
- Descripción de las setas y lugar de recogida.
- Muestras o restos de las setas, incluso de la basura o de los vómitos del intoxicado.

### CONSIDERACIONES GENERALES

En este trabajo hemos analizado y expuesto las principales especies tóxicas que se encuentran en la naturaleza pero pueden existir otras no contempladas que también contienen toxinas.

Tanto la sintomatología como los periodos de incubación o la gravedad de las distintas intoxicaciones pueden presentar variaciones aunque se trate de la misma toxina, debido entre otras causas a la susceptibilidad individual, la edad y el estado previo de salud del intoxicado.

Debemos tener en cuenta que un buen número de especies son perfectamente comestibles bien cocinadas y pueden resultar más o menos venenosas si se consumen crudas o poco cocinadas.

Hemos presentado sobre todo las especies que incluso cocinadas resultan tóxicas. Prestamos atención a la *Russula olivácea*, por el elevado número de intoxicaciones que está provocando y que, sin embargo, resulta perfectamente comestible bien cocinada.

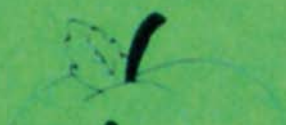
Debemos recomendar el consumo moderado de especies que están perfectamente identificadas como comestibles, que se desechen aquellas que no tengamos absoluta certeza de no producir efectos perjudiciales.

Y para concluir, hemos querido destacar e informar de la gran labor de la Sociedad de Ciencias Aranzadi y de los micólogos Pedro Arrillaga Anabitarte y Xabier Laskibar Urkiola que han hecho posible este trabajo.

Ricardo F. Fernández



Restaurante - Sidrería

  
El Llavianu

Amplia variedad de carnes selectas

Arroces, pescados y mariscos del Cantábrico

Espichas para grupos

*"Si quies quedar como un paisanu  
ven a comer al Llavianu"*



Donoso Cortes, 6 Gijón Telf: 984 49 21 13  
[www.sidreriaellavianu.com](http://www.sidreriaellavianu.com)



ZAPICO

SIDRERIA

Especialidad en carnes y Parrilladas de pescado y mariscos

**Jornadas de setas silvestres del 22-10-12 al 04-11-12**

C / Río Sella, 7. 33210 - Gijón, Asturias.  
Telf: 985 38 40 06



Pilar Fatou

## Setas todo el año



Mª de la Paz Suárez

Es sabido que las setas son un producto de temporada, por eso, si queremos disfrutar del placer de consumirlas cuando en el bosque escasean, no nos queda otra solución que conservarlas.

Pero conservar setas no es nuevo, basta con echar la vista atrás para comprobar como a lo largo del tiempo se han utilizado diversos métodos para su conservación y que, unas veces en salmuera, otras encurtidas, últimamente congeladas y más frecuentemente por secado, todos pretenden el mismo fin; eliminar el tejido vivo, para inactivar sus enzimas haciéndolas inhóspitas para los microbios de la descomposición.

Sabemos, porque hay testimonios históricos, que ya en la antigüedad se secaban alimentos utilizando el calor del sol, del fuego e incluso, el de la arena. Hoy en día lo más usado es el aire caliente, bien proporcionado por armarios diseñados expresamente para ello o, en su falta, por hornos o pequeños secadores eléctricos caseros en los que la temperatura es fácil de controlar.

Con la desecación conseguimos que el 90% del contenido inicial de la seta en agua, quede reducido a unos índices de entre 5% y el 35%, franja de humedad en la que muy pocos organismos pueden crecer sobre ellas.

Y en esta técnica de secado con aire, es donde hoy queremos hacer hincapié, no solo porque sea la más usada o la más antigua, si no porque con ella se consigue mantener e incluso potenciar el sabor y el olor de un buen número de especies. No obstante, como hay algunas setas que al secar pierden su aroma y otras, especialmente las de textura fibrosa, que pueden endurecerse hasta hacerse incomedibles, tendremos especial



cuidado en elegir ejemplares sanos, poco maduros e idóneos para la deshidratación que, en nuestra opinión, son los boletus, las morchelas, las senderuelas y las trompetas, aunque cada uno podrá elegir para desecar según sus gustos o posibilidades de recolección.

Para el secado de setas en horno doméstico, es necesario que una vez laminadas lo más finas posible, las extendamos sobre una rejilla evitando que queden amontonadas.

La temperatura del horno a 40°, la función de aire seleccionada y su puerta entreabierta para crear corriente, evitaran que la superficie de la seta se seque demasiado deprisa e impida la pérdida de humedad del interior de la misma. Un proceso que necesita como mínimo de tres a cuatro horas, pasadas las cuales, las setas estarán listas para ser envasadas

Pero si no queremos usar armarios, ni hornos, ni aparatos de ningún tipo, siempre nos queda usar el recurso de nuestras abuelas que consistía en ensartar las setas una a una a manera de guirnalda y luego colgarlas en un lugar seco y aireado. O más sencillo aún, como hicieron nuestros ancestros prehistóricos, simplemente extenderlas y secarlas al calor del sol.

Las aplicaciones de las setas deshidratadas en La cocina son múltiples. Lo más frecuente, es sumergirlas en agua durante cierto tiempo para hidratarlas de nuevo y consumirlas como si fuesen frescas, también pueden ser trituradas y convertidas en harina, usarlas para espesar salsas o hacer rebozados.

Incluso hoy las hemos utilizado para preparar un riquísimo aceite aromatizado con el que dar sabor a guisos, carnes, pescados o ensaladas y del que aquí os dejamos la manera de hacerlo.





**Hotel Gijón**  
APARTAMENTOS

Pedro Duro,6 • 33206 Gijón - Asturias  
Teléfono 985 35 60 36 • Fax 985 35 99 57  
www.hotelgijon.com  
e-mail: hotelgijon@hotelgijon.com



**Hotel Gijón**  
CENTRO CIUDAD  
Al lado Puerto Deportivo  
y Playa Poniente.  
Parking concertado a 25 m.

Todas las habitaciones con:  
- Baño - Calefacción -  
- Teléfono - Caja fuerte -  
TV | Canal +, Canal Satélite Digital



## Setas poco frecuentes en Asturias

Queremos destacar aquí la singularidad de estas especies, quizás por su rareza o quizás por la poca frecuencia con que podemos encontrarlas en nuestra comunidad.

**Favolaschia calocera:** Este basidiomiceto de color amarillo vivo y con el himenio con poros en forma hexagonal, fue descrito por primera vez en la isla de Madagascar y posteriormente en Nueva Zelanda en 1960. En Auckland en 1969. Desde 1999, se encuentra en Génova (Italia). Esta parece ser la primera mención para Europa. En Australia, Tailandia, China, Kenia, y la isla de La Reunión, en 2005. El 01-01-2003, es descubierta en Gijón -Asturias - (España) por nuestro "hoy" presidente (S.A.M.) Francisco Casero Morcillo. Tres años después, el 20-09-2006, se hace la primera cita para la península Ibérica. Es un género que contiene alrededor de 50 especies. Se cree que a pesar de no ser alucinógeno, se ha utilizado por diversas culturas nativas de donde procede, como amuleto o como visionario.



**Geopora sumneriana:** Curiosa especie que forma sus cuerpos fructíferos de manera hipógea, con una forma globosa que emerge parcialmente, abriéndose por un orificio apical para luego agrandarse y romperse en lóbulos en forma de estrella. Tiene la superficie externa muy tomentosa, con unos pelillos que atrapan granos de arena entre sí. Habita zonas arenosas y está asociada exclusivamente a cedros. Catalogada en el Jardín Botánico de Gijón, por el equipo de la S.A.M.

**Laurobasidium lauri:** Este homobasidiomiceto, perteneciente al orden Exobasidiales, forma un cuerpo fructífero ramificado claviforme, que recuerda a un amasijo de cuernos de ciervo. Las ramificaciones jóvenes se parecen a las agallas producidas por algunos insectos, son verdosas y están cubiertas irregularmente de granulaciones pardo-rojizas, que al cortarlas longitudinalmente, se puede apreciar la parte interna de un color verde kiwi y un intenso olor a laurel. Fue encontrada por nuestro amigo y colaborador Javier Vigón (A quien desde aquí felicitamos y dedicamos este artículo), en las inmediaciones de Colunga (Asturias) sobre *Laurus nobilis* y catalogada por nuestros compañeros de la S.A.M. (Ricardo Fernández) y (M<sup>a</sup> de la Paz Suárez). (posiblemente estemos ante la primera cita para -Asturias-).



**Stereopsis reidii:** Especie relativamente nueva en la península Ibérica, pues creemos que las primeras apariciones, datan del año 1997 y ha sido localizada en muy escasos lugares. En Asturias, está citada por primera vez en Somiedo por nuestro compañero y gran micólogo Enrique Rubio. Se trata de unos basidiomas que recuerdan una forma de cantharellus, de consistencia frágil pero fibrosa y de un color blanco-níveo, con amplios pliegues rugosos y un pedículo blanquecino. Catalogada en el Jardín Botánico de Gijón, por el equipo de la SAM.



### Tu mejor café

C/ RAMON Y CAJAL ,26

TEL:984493905

33205 GIJON







Pilar Fatou

## Aceite de setas



Mª de la Paz Suárez

### Ingredientes

- 0,5 l. de aceite suave, a ser posible de girasol
- 15 gr. de setas deshidratadas

### Forma de preparación:

- Colocar las setas en un recipiente profundo, echar el aceite y dejarlas macerar al menos durante doce horas.
- Pasado el tiempo de maceración, colocar el recipiente a

fuego muy bajo (unos 70°) procurando que ni siquiera se produzcan burbujas en el fondo y mantener durante una hora.

- Dejar enfriar e introducirlo en un frasco de cristal con tapa hermética.
- Finalmente guardar en lugar fresco, fuera del alcance de la luz para que no añeje y pueda ser usado



*Boletus edulis*



*Craterellus cornucopioides*

# platero

## librería

**Especialistas en libros de Micología  
y Cocina de Setas**

Teléfono 985 36 39 29  
Emilio Tuya, 50 - 33203 GIJÓN - (Asturias)



*Hemitrichia serpula*



*Clathrus archeri*



*Diachea leucopoda*



*Datronia mollis*



*Ganoderma lucidum*



*Rhizopus stolonifer*



Soluciones  
Publicitarias

Feijoo, 60 - 33204 GIJÓN (Asturias)  
Teléfono 985 361 704 - Fax 984 190 637  
[www.publical.com](http://www.publical.com)

- diseño gráfico y fotocomposición
- imágenes corporativas
- rotulación
- corte de vinilo
- regalo publicitario
- tablas de mareas 2013
- calendarios F-1 2013
- calendarios liga de fútbol 2013/14