

De re micológica

por

Máximo Ruiz de Gaona, Sch. P.

Vindicación de la lepiota pudica, Bull.

No se precisan grandes argumentos para concretar la importancia de los hongos en la economía humana; ya por el carácter letal o morboso de alguna de sus especies, ya también por el delicado sabor y alto poder nutritivo de otras, alcanzadas a veces con solo tomarse la molestia de dar un saludable paseo y extender la mano, como de las robustas bellotas de la edad de oro contaba el graciosísimo manchego D. Quijote, u obtenidas por ventura por procedimientos de cultivo siempre fáciles y remuneradores, siquiera exijan un poquito de entretenimiento y cuidado.

Apenas existe lugar en que no haya habido que lamentar terribles consecuencias, achacables únicamente o a una imprudente ignorancia, que se lanza a recoger e ingerir lo primero que le viene a la mano, sin ver quizá los productos, si no son de cosecha personal, y flándose de la ciencia micológica del campesino que *conoce por experiencia* cuatro o seis especies, pero que nada entiende de diferencias y semejanzas con elementos que, confundidos, acarrear luego momentos luctuosos, o a una confianza excesiva en procedimientos y señales nunca valederas científicamente; tales desgracias, la más de las veces evitables, impresionan tan profundamente, aun a personas de juicio formado, que en ocasiones cuesta verdadera lucha el llegar a inducirles a degustar las sabrosas y deliciosas talofitas, que con profusión sorprendente nos regala la naturaleza y que a tan altos precios buscan los buenos gastrónomos.

Reparo no pequeño oponen también hombres ilustrados alegando el ningún alimento de los hongos y concediéndoles a lo

sumo cierto poder aromatizante, no despreciable, pero que reduce su papel culinario a la categoría de especia, estimando que ésto no compensa los riesgos que pueden ocasionarse de la ingestión de especies no selectas y determinando abstenerse en absoluto de los fúngidos en la economía orgánica.

Consejo es éste inocente, pero lamentable, pues se priva a sí mismo y aparta a los demás, con sus insinuaciones, de un alimento, que, si unas veces de lujo, es de ordinario, o debe llegar a serlo, uno de los abastecedores de la mesa de las clases menos acomodadas, ya que resulta barato, abundante y eminentemente nutritivo.

Los análisis realizados en Alemania comprueban que los hongos contienen de dos a tres veces más sustancias nitrogenadas que el trigo, siendo uno de los alimentos más ricos en sustancias protéicas la *Psaliota campestris*, el famoso champiñón, que tan abundantemente crece en las praderas guipuzcoanas bajo el nombre de *Psaliota arbensis* y *Psaliota pratensis*, variedades de poco inferior calidad que la primera. Cuéntese que la cantidad de fosfatos, potasa y magnesia no es nada despreciable, pudiendo compararse a la de alimentos tan ordinarios como las lentejas y el trigo sin sufrir mucha mengua en el parangón, aventajándoles en cambio por su mayor facilidad digestiva; la potasa llega al 49 %; el ácido fosfórico de 30 a 38 % en los hongos, mientras que en la carne de vaca solo alcanzan el 36 y 34, respectivamente.

Debe, sin embargo, tenerse en cuenta que un excesivo lavado y cocción de los hongos lleva consigo gran pérdida de aquellos elementos alimenticios.

Conviene recordar al famoso montañés de Turingia, al hacer mérito del valor nutritivo de los hongos, el cual montañés no tomó como alimento durante más de treinta años sino hongos y llegó a centenario.

Con relación a la toxicidad o inocuidad de estas talofitas está bastante difundida la creencia de la imposibilidad de distinguir un hongo venenoso de otro que no lo sea. Tal opinión es errónea; no pueden ciertamente darse condiciones absolutas mecánicas, organolépticas o químicas que aseguren la probidad o maldad

de una especie, principalmente porque las variaciones locales pueden ser infinitas y los colores principalmente dependen de múltiples causas que los amortiguan y varían sin hacerles cambiar específicamente. No puede fiarse uno de quien sin haber ojeado tratado alguno de micología se precia de muy conocedor de la setas comestibles de la región (bien próximas tenemos fechas luctuosas provocadas inconscientemente por abastecedores normales de mercados); y ¡cuántas veces por prejuicios tradicionales se dejan abandonadas especies riquísimas y abundantes! Recuerdo perfectamente el caso de los niscals en Alsasua. Hasta la guerra de liberación española a nadie se le había ocurrido que tan deliciosos hongos fueran aptos para la mesa. Pero hubieron de venir brigadas de prisioneros destinados a la extinción de penas por trabajo y entre ellos numerosos catalanes conocedores de las cualidades del *Lactarius deliciosus* para que comenzase la recolección, primero ofreciéndose a los citados prisioneros, que sacaron muy buenos miles de pesetas al remitirlas a los mercados de Cataluña, y finalmente, aleccionados por el provecho y la práctica ajena, para consumo de los moradores de la población que desde entonces los recogen afanosamente.

Y es que no hay receta alguna segura en este menester si no es la que proporciona el conocimiento botánico de cada una de las especies que han de ingerirse, ya recogidas por uno propio, ya revisadas de antemano si han sido recolectadas por otros.

Los municipios, en cuyos mercados se exponen a la venta pública los hongos recogidos por casheros generalmente o por gente de la población que desea redondear un jornal en la época de producción y para cuyo objeto se emplean con frecuencia mujeres y niños, debieran por humanidad detenerse a considerar si no vale la pena gravar un poquito el erario teniendo al frente de dichos mercados un perito micólogo, conocedor científico de las especies regionales, antes de exponerse a lamentar entre la población desgracias irreparables.

Caso se ha dado de llevar por vez primera a la venta en el mercado de una gran población guipuzcoana el *Hydnum repandum*, bastante apreciada para la mesa pero cuyo consumo era

desconocido en la comarca, si no es en conserva, y hallarse el encargado de dar el visto bueno perplejo e indeciso entre... (la vida o la muerte), dejar la venta libre o lanzar toda la mercancía al río. Menos mal que la presencia de alguien que conocía científicamente la especie le sacó a flote de su ansiedad.

En el mismo puesto he podido observar rechazadas, junto a especies venenosas, otras que son la delicia de los buenos cata-dores; y en las correrías de búsqueda apreciar el desdén o el miedo con que se deja la *Rusula virescens* de delicado aroma y exquisito gusto, por temor, sin duda, de sufrir las consecuencias del cashero, cuyo humorismo despreocupado le llevó a asar para merienda media docena de *Amanita citrina* en lugar de la *Rusula*. Por dicha para él el susto fué morrocotudo, pero si no llega a tiempo el médico y con él un enérgico vomitivo, no hubiese tenido ocasión de confundir de nuevo dos hongos, en los cuales, quien los conozca científicamente, tendrá que hacer esfuerzos inauditos para buscar una concomitancia entre ambos.

Pues bien, una de las setas con las que en Vascongadas se tiene una prevención tradicional carente de fundamento, es la llamada *Lepiota púdica*. Muy contados son los que se atreven a apreciar sus deliciosas cualidades, y basta hacer una indicación en tal sentido para que inmediatamente sea rechazado con horror cualquier intento de persuasión para el consumo de aquélla. Testigo soy de ello en Tolosa y en el Duranguesado. En la primera población hubimos de sostener fuerte lucha y aun comerla cruda antes de decidir la voluntad de quien esperábamos su aderezo.

No es menos gracioso el caso del Dr. D. Patricio Moco-roa, de Tolosa, quien volviendo de una visita profesional a Alegría de Oria con su buen amigo y gran conocedor de los hongos D. Pedro Oñativia, se introdujeron en un maizal para despojarlo de las *Lepiotas* que blanqueaban su suelo. Salióles airada una vieja cashera, creyendo profanada su heredad, y hubo de darse a conocer el médico indicándole su ocupación. Rogó por todos los santos la vieja que no comiesen de aquellas setas porque morirían infaliblemente y, para apaciguarla, aseguróle D. Patricio que, como médico, las recogía para experiencias clínicas con conejos. Después comentaba

el doctor a modo de epifonema: «¡Cualquiera hacía comprender a la buena mujer lo sabroso de tales setas! y además, ¡buen precio tendríamos que satisfacer por un puñado de ellas, si acaba de posesionarse de su delicadeza!



LEPIOTA PUDICA. BULL.

Sinonimia: *L. naucina* Quélet.

Es un hongo de la familia de los Agaricáceos, tribu de los lepioteos, cuyos caracteres son, según Blas Lázaro (Botánica descriptiva.—Compendio de la flora española, 1920. Madrid): «hongo de cinco a ocho centímetros; carnoso, sedoso, liso, hendido, y granuloso en seco: laminillas blanco-rosadas; pedicelo de cuatro a seis centímetros inflado en la base, con anillo delgado y estrecho; carne blanca, aromática y de buen sabor, que crece en verano y otoño en el Norte, Centro y Sur de la Península».

Aunque Lázaro acostumbra diagnosticar las especies citadas en su obra, a ésta la dejó sin diagnóstico.

Interesa exponer la descripción que da Aranzadi en su obra «Euskalerriko Perrechikuak u hongos y setas del País Vasco,» (1897, Madrid) donde la describe con el nombre de *Lepiota naucina* Fr. sinonimia de *Lepiota pudica* Bull.

La supone creciendo en Lamiaco (Las Arenas de Algorta), en los pinares en septiembre, y la conceptúa comestible, aunque no apreciada en el país.

«Sombrero seco, liso, lampiño, espolvoreado de color blanco sucio, convexo, apezonado, de cuatro a diez centímetros y cerca de un centímetro de espesor. Láminas libres, aproximadas, blanquecinas, después rosadas. Pie blanco amarillento, estrechado de abajo arriba, de siete a catorce centímetros de alto; sabor de seta o barrengorri.»

A los datos de ambos autores podemos añadir alguno de nuestra experiencia. Crecen casi exclusivamente entre los maíces a fines de verano y comienzo de Otoño, siendo septiembre la mejor

época. Es casi imposible confundirla, porque puede decirse que no se asocia a ninguna otra seta y desde luego sin temor alguno, pues las compañeras, de haberlas, no son perjudiciales. Acaso podría uno temer su confusión con las Amanitas, familia ésta que junto a especies reinas, como *A. Coesarea*, comprende las más venenosas entre las setas: tal confusión provendría del anillo, ya que la *Lepiota* carece de volva. Pero adviértase que el de nuestra especie es estrecho y libre y con muy poco esfuerzo y cuidado puede hacerse correr a lo largo del pie, lo que no se logra con el de las amanitas, por ser fijo; además, el pie puede separarse fácilmente del sombrerillo en la *Lepiota pudica*.

También A. Maublanch (*Les champignons de France*, 1926) indica la posible confusión de esta especie con las Amanitas blancas, de las que la distingue, dice, la falta de volva.

Advierte que diversas *Lepiotas* descritas como especies distintas no son sino formas de *L. naucina*, como en el caso de *L. carneifolia*, Gillet, de sombrerillo más oscuro, gris, y después rojizo. También sucede probablemente lo mismo con las *L. densifolia* Gillet y *L. cinarascens* Quélet, cuyas laminillas permanecen blancas.

Un hongo enteramente blanco con sombrero sedoso-fibriloso, que Frías y Quélet denominan *L. holoserica*, acaso no sea otro que la especie que tratamos.

Esta especie es excelente comestible en cualquier forma, pero como mejor sabe es asada a la parrilla.

Para prepararlas, se separan los pies, que son coriáceos; se rellena el sombrerillo con una mezcla bien amalgamada de perejil, cebolla, sal, manteca o aceite, setas picadas (para lo que se aprovechan los ejemplares más pequeños) y ajo. Colócanse los sombrerillos así rellenos sobre una parrilla a fuego lento, y cubriéndolo todo con un papel untado de aceite o manteca.

Pueden consumirse guisadas. Para ello en una cazuela de barro se pone aceite con cebolla bien picada (poca). Al comenzar a dorarse ésta se agrega bastante ajo y perejil bien picados, y cuando comienza a notarse el aroma se añaden las *Lepiotas* cortadas, sal y un vasito de vino blanco. Tápese la cazuela y déjese cocer a

fuego lento, teniendo cuidado de agitar a menudo por las asas.

He aquí un alimento sano y delicado, al alcance de cualquiera y que negligentemente se deja perder por una mal entendida conseja, que nadie sabe a qué atribuir.

Del propio modo dejan de consumirse otras muchas especies que crecen en el país, unas veces por su rareza y peligro en la clasificación y otras simplemente por ignorancia. Tal sucede con el llamado cuerno de la abundancia y las *Psaliota arvensis* Fr. y *P. pratensis* Sch. que nadie se toma la molestia de recoger, sino que más bien son consideradas venenosas debido al ennegrecimiento de las laminillas en el tiempo de la esporulación, pero que no son sino variedades del afamado champiñón.

En cambio, cuántos dolores no han de atribuirse a la *Rusula emética*, purgante, al confundirla con la *Rusula rósea*, y a veces verdaderos envenenamientos producidos por las *Rusula rubra* y *R. sanguinea* que tan fácilmente pueden confundirse con la *rósea*; lo mismo que acontece con las guíbelurdiñas tan estimadas, *Rusula cyanoxantha*, al confundirla con la *R. nigricans* o la *R. consobrina*.

¿Qué perjuicio ha podido causar el *Boletus Scaber* para que así se le desprecie, y a qué atribuir sino a la ignorancia el desuso del *Craterellus cornucopoides*, cuando a falta en el país, de la trufa *Tuber melanosporum*, pudiera fácilmente suplirla por su aroma tan semejante al de ésta? Notemos del propio modo el vacío que en la región se hace a otras especies, algunas tan delicadas y apreciadas en otros sitios, como el pie de rata, la *Clavaria coralloides* y *C. amethystina*, que no escasean entre las especies propias del país, y los *Rhodopaxillus paneolus* y *R. Nudus*, deliciosísimos.

Estimo que sería conveniente un estudio y divulgación de las especies comestibles y venenosas de los hongos y setas vascongadas, idea que no se pasó por alto a los iniciadores del Museo Regional de Historia Natural, y sobre todo, la formación de competentes micólogos, que pudieran asesorar la inocuidad o efectos venenosos de todas las partidas expuestas al mercado público o simplemente con ocasión de consultas de aficionados. De este modo podrían orillarse, no digo todas, pero sí gran parte de las

graves consecuencias subsiguientes a la anarquía que supone el consumir las setas guiándose únicamente de la costumbre, o de la *ciencia práctica* de quienes por pasar su vida en contacto con el bosque *se supone*, no sé por qué, *deben de* conocer cuáles sean buenas y cuáles perjudiciales, sin que jamás hayan tenido otro motivo de conocimiento que la tradición o su experiencia.