



Unión Europea

Fondo Europeo Agrícola
de Desarrollo Rural



JUNTA DE ANDALUCÍA

SETAS COMESTIBLES DE ANDALUCÍA

CONSEJERÍA DE MEDIO AMBIENTE Y
ORDENACIÓN DEL TERRITORIO



JUNTA DE ANDALUCÍA



Unión Europea

Fondo Europeo Agrícola
de Desarrollo Rural

SETAS COMESTIBLES DE ANDALUCÍA

Manual de identificación



SETAS COMESTIBLES DE
ANDALUCÍA

SETAS COMESTIBLES DE ANDALUCÍA

© Autores (textos, fotografías y dibujos)

Baldomero Moreno Arroyo

Javier Gómez Fernández

Elena Pulido Calmaestra

© Editorial Jabalcuz (para la 1.ª edición diciembre 2001)

Revisores 2ª edición: Laura Raya López, Javier Navarrete
Mazariegos, Alicia Paredes Calderón, María del Carmen Estrada
Jiménez y José Ramón Guzmán Álvarez.

Diseño interior: enrisanPublicidad

Diseño portada: Agencia de Medio Ambiente y Agua

Depósito Legal: J - 545 - 2001

I.S.B.N.: 84-95233-27-4

2ª edición financiada por la Consejería de Medio Ambiente y
Ordenación del Territorio

Ejemplar de difusión gratuita.

Imprime: Servigraf

Este libro se ha impreso utilizando papel procedente de una gestión forestal sostenible y con tintas que no contienen metales pesados. Todo ello aplicando criterios para la gestión sostenible de las publicaciones, en desarrollo por el proyecto Life+ Ecoedición de la Consejería de Medio Ambiente y Ordenación del Territorio de la Junta de Andalucía.

ecoedición

[proyecto piloto]

Impactos ambientales

Agotamiento de recursos fósiles	Agotamiento del ozono	Huella de carbono
		
0,17 kg petróleo eq	3,82E-8 kg CFC - 11eq	0,5 kg CO ₂ eq
3,87 %	0,06 %	1,63 %

El porcentaje hace referencia al impacto ambiental medio de un ciudadano europeo por día


RECYCLABLE
ecoedición.eu


JUNTA DE ANDALUCÍA
CONSEJERÍA DE MEDIO AMBIENTE Y ORDENACIÓN DEL TERRITORIO


LIFE08 ENV/E/000124





P R O L O G O :

Los hongos están presentes en casi todo lo que nos rodea, aunque muchas veces pasan desapercibidos. Desde siempre han formado parte de nuestra cultura, no solo por sus cualidades gastronómicas, sino también como parte de la mitología y de leyendas. No obstante, cada día somos más conscientes de su papel fundamental para el adecuado funcionamiento de nuestros ecosistemas y el mantenimiento de la biodiversidad. Además, la recolección de setas y trufas supone un gran valor socioeconómico para muchas comarcas andaluzas, sin olvidar su relevancia para el turismo de naturaleza y su atractivo en la educación ambiental.

Se trata de un recurso natural que, bien aprovechado, es capaz de aunar por

un lado servicios ambientales, como el buen funcionamiento ecológico o la conservación de hábitats y, por otro, bienes y servicios económicos, que dan lugar a un desarrollo sostenible. Si conseguimos que conservación y aprovechamiento racional vayan de la mano, muchas especies de nuestros hongos pueden ser una fuente sostenible de empleo y renta para la economía rural, contribuyendo a fijar población y mantener vivos nuestros pueblos.

En Andalucía, las setas y trufas no sólo acompañan en perfecta simbiosis a nuestros árboles y plantas por sierras y valles, sino que también transforman la materia orgánica para reincorporarla a los ciclos de la vida, desmenuzándola en elementos que nutrirán nuestros suelos



haciéndolos más ricos y productivos. Es un reino que, aunque continúa siendo un gran desconocido, nos aporta múltiples beneficios y nos ofrece unas enormes posibilidades de disfrute. Por todo ello, hemos querido hacer una nueva edición de esta guía de especies de hongos comestibles, como parte de las actuaciones que pretenden acercar el mundo de las setas y trufas andaluzas a todos los ciudadanos en el Plan de Conservación y Uso Sostenible de las Setas y Trufas de Andalucía.

A través de esta publicación planteamos al lector un recorrido por las principales especies comestibles de nuestra región, fomentando su conocimiento, e incitándole a visitar los muy diversos hábitats en donde es posible encontrarlas, desde

pinares a jarales, de manera que el descubrimiento de nuestra diversidad micológica constituya también una buena forma de conocer mejor la riqueza y belleza que albergan los paisajes andaluces.

Maria Jesús Serrano Jiménez

Consejera de Medio Ambiente y Ordenación
del Territorio



EP L V I N e I j O o

“Inter ea quae temere manduntur et boletos merito posuerin, opimi quidem hos cibi, sed inmenso exemplo in crimen adductos, ueneno Tiberio Claudio principi per hanc occasionem ab coniuge Agripina dato, quo facto illa terris uenenum alterum sibique ante omnes Neronem suum dedit”...” Libet et coquendin dare aliquas communes in omni eo genere obseruationes, quando ipsae suis manibus deliciae praeparant hunc cibum solum et cogitatione ante pascuntur sucinis nouaculis aut argenteo apparatu comitante...”

Plinio el Viejo
(siglo I d.C.)



(Entre los productos que es imprudente comer, nombraría y con razón, a los “boletos”, alimento sin duda muy delicioso, pero marcados por un trágico suceso, desde que Agripina los usó para envenenar a su esposo el emperador Tiberio Claudio, dando de esta forma un veneno peor al Mundo, su hijo Nerón, y ante todo a ella misma...” Me gustaría seguir, dando unas reglas generales sobre la cocción de los champiñones, ya que son el único alimento que la gente refinada, que se los comen de antemano con el pensamiento, preparan con sus propias manos, usando cuchillos de ámbar y vajillas de plata...)

Andalucía cuenta con un importante patrimonio que pasa por ser uno de los más ricos de nuestro entorno europeo. Ello ha conducido a la declaración de 165 Espacios Naturales Protegidos, lo que representa el 20,2% del territorio andaluz. En ellos y en el resto de las zonas serranas, bosques, pastizales, y riberas de ríos, se desarrollan unos manjares a los que dedicamos esta pequeña guía.

Es cierto que las gentes de Andalucía, consumen poco más de ocho especies diferentes de setas, pero no menos cierto es, que estas pocas especies consumidas cuentan con una cierta tradición popular y que con ellas se preparan deliciosos y arraigados platos típicos. Las setas cobran especial importancia en los Parques Naturales, donde el hombre ha sabido convivir en armonía con su entorno, utilizándolas en ocasiones como un interesante recurso gastronómico, y con importante potencial económico.

Esta publicación se propone acercar a los ciudadanos los recursos micológicos y su conservación, con un formato divulgativo y accesible que debe servir para fomentar el interés sobre el mundo de las setas y el conocimiento del medio natural andaluz. La guía quiere dar respuesta a las necesidades de difusión del capital micológico, aclarando que ofrece unas nociones generales para iniciarse en el conocimiento de las setas comestibles, que no para su consumo.

No hay que olvidar que el consumo de setas por personas inexpertas es una imprudencia, por lo que este libro sirve de aproximación a la rica diversidad de recursos micológicos comestibles de Andalucía, pero el consumo sólo deberá hacerse una vez se posea una gran experiencia en el reconocimiento de las especies y se identifiquen con seguridad los ejemplares y sus hábitats.



El hombre, desde sus orígenes, ha tomado de la naturaleza el alimento necesario para subsistir. En los bosques recolectaba bayas, frutos y raíces además de toda una serie de animales que cazaba y comía a la luz de sus hogares.

Cabría suponer, que las setas, un grupo de seres extraordinariamente llamativos en sus formas y colores, que se desarrollan en bosques y praderas, no pasaría desapercibido a nuestros antecesores. De hecho, se tiene constancia, de que en el Paleolítico y Neolítico, algunos grupos humanos mantenían en su dieta varias especies de setas (*Fistulina hepatica* y diversos boletos).

En la Roma Antigua, se consumían grandes cantidades de setas. Así, en los frescos de Herculano, aparece pintada una de las setas comestibles más conocidas y consumidas en la actualidad, el níscalo (*Lactarius deliciosus*).

En el siglo I a.C., el célebre naturalista romano Plinio el Viejo estudia a los hongos y dicta normas para distinguir a los comestibles de los venenosos.

Apicio, el mayor de los maestros de la cocina romana, en época del emperador Tiberio, en sus tratados gastronómicos, dedicaba un apartado

a algunas recetas culinarias para consumir las setas, trufas y "criadillas de tierra". Generalmente se consumían con "garum", una salsa muy apetitosa para los romanos, que se preparaba de la siguiente forma: en una vasija se colocaba una capa de hierbas olorosas (anís, hinojo, ruda, menta, albahaca, tomillo, etc.), encima de ella otra capa de trozos de pescado (salmones, anguilas, sardas, sardinas y jureles), después una espesa capa de sal y así alternativamente. Todo se dejaba reposar seis días y a continuación se removía durante 20 días más. El jugo clarificado que se obtenía de esta forma era el *garum*, cuya principal productora era una compañía con establecimiento en la Costa Sur

de España. Cuando no era posible preparar este líquido, se consumían asadas, fritas, o cocidas, aliñadas con algunas de las hierbas con las que normalmente se preparaba el garum.

Anecdóticamente, la reina e las setas comestibles, ya lo era también en la cocina romana, la Oronja, cuyo nombre científico, *Amanita caesarea*, hace referencia la afición de los emperadores romanos por esta deliciosa seta. Esta afición fue precisamente la que llevó a la muerte el emperador Claudio, a quién su esposa Agripina envenenó con la mortífera *Amanita phalloides*.



Andalucía, una región semiárida abierta a dos mares y hermana de África, a solo 14 km de ella, se manifiesta en un mosaico de biotopos en los que las setas juegan un importante papel. Nuestra región destaca por su heterogeneidad, por sus diferencias geográficas, geológicas, climáticas, botánicas y en definitiva ecológicas. Diferencias que son aprovechadas por un gran número de seres vivos que convierten a Andalucía en una región de gran diversidad natural.

Muestra de esta diversidad ecológica son sus Espacios Naturales Protegidos, en los que destacan como extremos, el lugar de mayor pluviometría de España (P. N. Sierra de Grazalema) y el de menor (Pje.N. Desierto de Tabernas); pinares (P. N. Sierra de Huétor), encinares (P. N. Sierra Norte de Sevilla),

y castaños; máximas altitudes de la Península (P. Nacional Sierra Nevada); farallones rocosos (P. N. Sierras Subbéticas) y dehesas serranas (P.N. Sierra de Cardeña y Montoro); litorales (P. N. Cabo de Gata-Níjar) e interiores (P. N. Sierras de Cazorla, Segura y Las Villas).

A primera vista, Andalucía se encuentra constituida por dos grandes cadenas montañosas, (Sierra Morena y las Cordilleras Béticas), separadas por una depresión fluvial (el Valle del Guadalquivir), que se extiende hasta el Océano Atlántico y se estrecha en su otro extremo.

Sierra Morena, al Norte de Andalucía, de suave topografía y cumbres niveladas por su senectud geológica, está constituida, en gran medida, por materiales de pH ácido sobre los que se desarrollan

setas tan conocidas y deliciosas como el popular "niscaló". En las dehesas de los Parques Naturales localizados en estas serranías, abundan especies nitrófilas como el tradicional, pero poco consumido en estas tierras, "champiñón silvestre" y la "barbuda".

Más hacia el sur, la orogenia alpina plegó y modeló la estructura de las Cordilleras Béticas, haciéndola rica en crestas, farallones y barrancos, intercaladas con llanuras de montaña (navas), en cuyas praderas abunda una de las setas más finas y sabrosas, la "seta de cardo". El pH básico de sus suelos y las tormentas veraniegas que se producen en localidades como el Parque Natural Sierras de Cazorla, Segura y Las Villas, hace que en Andalucía esté presente el hongo más cotizado del mundo, la "trufa negra", que alcanza en el mercado precios desorbitados (hasta 900€/kilo),

lo que le ha valido el sobrenombre del "diamante negro de la cocina".

El Valle del Guadalquivir se encuentra ocupado íntegramente por cultivos, con uso habitual de fitosanitarios y fungicidas, y salvo en las hoy delgadas franjas de vegetación ribereña que arropan a ríos y arroyos, las setas se encuentran prácticamente ausentes. Sin embargo, es en las riberas de estos cursos fluviales, y en las del resto de Andalucía, donde se desarrollan dos setas de gran calidad culinaria, la "seta del álamo" y la "seta de mimbre".

Dos exquisitas setas de aspecto muy diferente, el "rebozuelo", frecuente en el P. N. Los Alcornocales, y el "tentullo", en el P. N. Sierra de Aracena y Picos de Aroche, constituyen importantes recursos naturales en estos lugares, donde son buscadas tanto para su consumo directo,



como para su exportación a mercados catalanes y extranjeros.

Para concluir este recorrido por la geografía andaluza en la búsqueda de las setas más populares, nos adentramos en Andalucía Occidental (Huelva, Sevilla, Cádiz y Córdoba) donde encontraremos algunas setas de las más codiciadas. Una de ellas, la "tana", que crece en

otoño en los castañares y alcornocales onubenses, es llamada también "seta de los Césares", por algo será...; la otra, denominada "gurumelo", es primaveral y hay que ser un auténtico experto y competidor micófago para encontrarla.

BIOLOGÍA Y ECOLOGÍA DE LAS SETAS

Es frecuente que algunas personas llamen "setas" a las setas comestibles exclusivamente, y al resto, despectivamente, "hongos". Pues bien, este es el primer concepto que aclararemos en este apartado. Tanto las setas comestibles como las no comestibles, son en realidad la parte aérea del hongo, el

cual vive bajo tierra y está constituido por una serie de hilitos o filamentos enmarañados denominados micelio. La parte aérea del hongo es pues la seta o "cuerpo fructífero" y en ella se encuentran las microscópicas esporas (algo parecido a las semillas de las plantas).

Pero, ¿qué son las setas? popularmente se tiende a pensar, por su inmovilidad y fijación al suelo, que estos hongos forman parte del Reino de las Plantas, pero el hecho de no poder realizar la fotosíntesis ni presentar celulosa en sus paredes celulares, así como otros caracteres, los distinguen de ellas. ¿Son entonces animales? La ausencia de las características citadas y la presencia de una sustancia muy común en los animales, la quitina, los relaciona con ellos. Pero obviamente, también son muy diferentes a los animales. ¿Entonces, qué son? Son simplemente hongos, un reino diferente, el Reino Fungi.

El no poseer la capacidad de realizar la función clorofílica, les obliga a mantener una alimentación basada en mecanismos diferentes a los vegetales, adoptando para ello 3 formas de vida muy distintas:

Forma de vida parásita: Los hongos que adoptan esta forma de vida extraen su alimento de otros organismos, causando graves perjuicios, e incluso, en ocasiones, la muerte. Este es el caso de las infecciones fúngicas provocadas en animales y hombre, y de las plagas que aparecen en los cultivos agrícolas y plantas silvestres. Aquí se incluyen muchos hongos microscópicos (que no forman setas).

Forma de vida saprofita: Estos hongos se alimentan de materia orgánica en descomposición. A estos pertenecen buena parte de las setas comestibles que crecen en los bosques, sobre hojarasca, troncos secos y ramas podridas, que describimos en esta guía.

Forma de vida simbiótica: es una forma de vida en la que el hongo se asocia a las raíces de una planta, de forma que esta unión (micorriza), resulta



beneficiosa para los dos organismos asociados. Este es el caso de los populares y sabrosos nísalos que viven asociados

a diferentes especies de pinos, o de las "criadillas de tierra", que viven asociadas a las raíces de la "hierba turmera".

T O X I C I D A D

Existen muy pocas setas tóxicas y mortales, unas treinta de entre las miles que componen este inmenso grupo; el resto, simplemente no son comestibles, tanto por tener un sabor desagradable, como por el hecho de resultar algo indigestas. Pero ocurre, que estas setas tóxicas son relativamente comunes, y que el precio que se paga tras consumirlas es muy elevado, pudiendo llegar a causar la muerte.

En Andalucía es frecuente la mortífera y legendaria *Amanita phalloides*, que ocasiona la mayor parte de las muertes en España, generalmente al confundirla con champiñones. En algunas localidades abunda la *Galerina marginata*, que presenta el mismo tóxico que la anterior. Existen además, otras especies de gran toxicidad como *Entoloma lividum*, *Paxillus involutus*, *Cortinarius orellanus*, *Cortinarius splendens* y *Tricholoma tigrinum*, lo que nos debe hacer extremar precauciones.



En una de las regiones del mundo donde el olivo se cultiva con mayor profusión, no podría faltar la "seta del olivo" (*Omphalotus olearius*), cuya ingestión accidental causa graves trastornos digestivos.

En otro grupo se sitúan las especies alucinógenas, entre las que se encuentra una preciosa especie roja con escamas blancas en el sombrero, denominada "matamoscas" (*Amanita muscaria*), nombre que alude a las moscas muertas que se encuentran a veces a su alrededor. Si observamos estas moscas, veremos cómo echan a volar en poco tiempo, estaban bajo el efecto alucinógeno de esta seta.

Simplificando, podemos establecer dos tipos de intoxicaciones: las de periodo de incubación largo, es decir las que los síntomas tardan en aparecer de 9 a 24 horas e incluso

varios días después de su ingestión, entre las que se encuentran la mayoría de las setas mortales; y las de periodo de incubación corto, que son las menos graves, reduciéndose simplemente a intoxicaciones que no conllevan la muerte. Los síntomas de estas últimas aparecen generalmente a las pocas horas de su consumo. Y recuerde el dicho: "todas las setas se pueden comer, pero algunas una sola vez."



RECOLECCIÓN E IDENTIFICACIÓN

La identificación de setas debe realizarse de un modo minucioso y con prudencia, por lo que esta guía pretende servir de apoyo para el recolector que tras examinar detenidamente los ejemplares, sus láminas, sombreros, pies, el lugar y su forma de crecer, etc., esté firme y completamente convencido de que la especie es comestible. En ningún caso se trata de observar las fotografías que aparecen en esta guía y recolectar las setas de algún parecido. Hay que observar la seta y leer detenidamente las descripciones, y comprobar que coinciden todas las características descritas. Las descripciones presentadas en este libro se corresponden con la morfología tipo de cada especie, y hay

que destacar que la misma especie se puede presentar bajo diferentes formas y tonalidades de color según su edad, condiciones atmosféricas y el lugar en el que crece. Por tanto, la experiencia de observar muchas setas, será realmente la que nos permita conocerlas.

Las especies de setas de esta guía se presentan con el nombre científico y los locales más comunes. El nombre científico es universal, por lo que permite evitar confusiones con los nombres locales que se dan a las setas, que pueden ser diferentes según las regiones. Así, por ejemplo, la *Morchella esculenta*, se llama en Priego "cagarria", y en otras localidades "colmenilla" o "morilla".



O como sucede con *Lactarius deliciosus*, una de las setas más conocidas, que se denomina según regiones mízcalo, nízcalo (Andalucía), pinetell (Cataluña) o esne gorri (País vasco).

El nombre científico nos permite asegurarnos que nos referimos a la misma especie. Este nombre está compuesto por dos palabras, la primera se refiere al género, o grupo de setas con el que comparte ciertas características, la segunda es particular para cada especie. Para *Lactarius deliciosus*, la palabra *Lactarius* es el nombre genérico que designa a las setas que producen látex, y *deliciosus*, hace referencia a una seta en particular de látex anaranjado y características diferentes al resto de las productoras de látex.

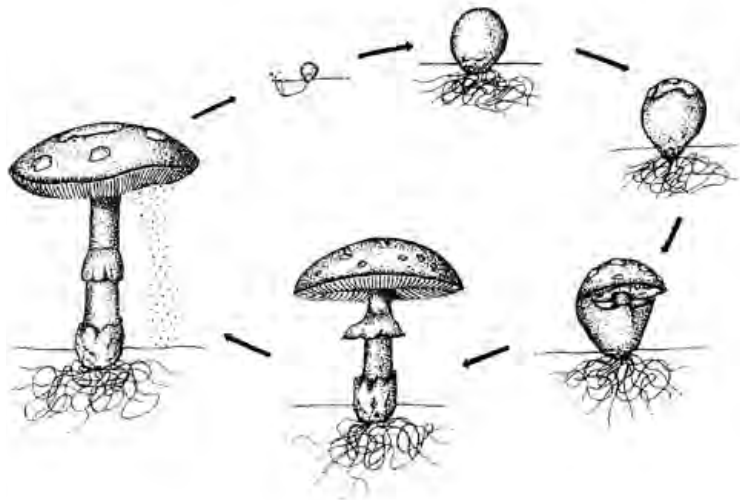
Sin entrar en más profundidades, un aspecto muy interesante para poder

disfrutar identificando algunas de las especies más comunes de setas, es su morfología, aspecto al que dedicamos algunas ilustraciones.

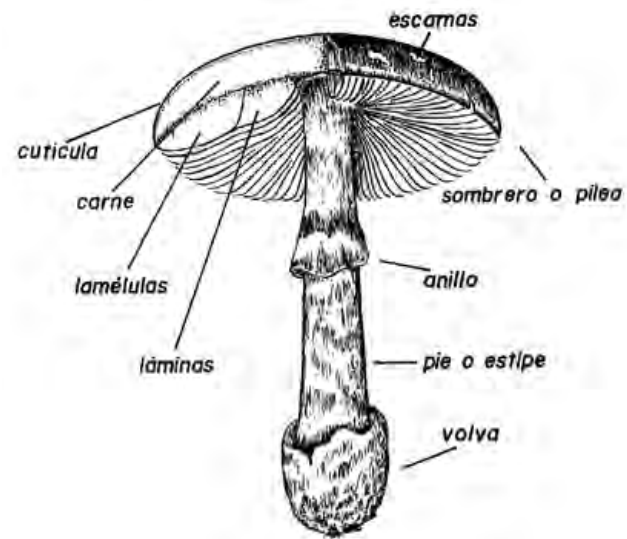
Otro carácter macroscópico fácil de observar, que nos ayudará a la identificación de la especie, es el color de su esporada, es decir de las esporas en masa. Puesto que las esporas son microscópicas, no podemos observar a simple vista su color, pero el conjunto de ellas (esporada), sí es visible. La esporada puede obtenerse cortando el pie y colocando el sombrero, con las láminas hacia abajo, sobre una cartulina, o metiendo el pie en un vaso de agua. Otra forma de observar la esporada es fijándonos, "in situ", en el campo, en los sombrerillos de otras setas que crecen bajo ellas o sobre su propio pie cuando crecen oblicuamente.



CICLO BIOLÓGICO Y DESARROLLO DE LA VOLVA Y ANILLO DE UNA SETA



MORFOLOGÍA DE UNA SETA TÍPICA



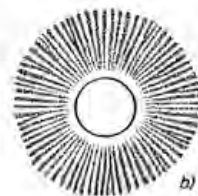
T I P O S D E L Á M I N A S



T I P O S D E S O M B R E R O S



OBTENCIÓN DE LA ESPORADA



T I P O S D E H I M E N I O



U N O

Sólo consuma las setas que tras examinar cuidadosamente compruebe sin ninguna duda que son comestibles.

D O S

Cuando recolecte setas deje siempre algunas para que completen su ciclo biológico y den lugar en años sucesivos a más setas.

T R E S

No recolecte ni destruya las especies no comestibles o las que no logre identificar, todas cumplen una importante función en el medio natural.

S I E T E

Los ejemplares serán cortados por su base mediante un cuchillo.

A efectos de identificación, se podrá extraer totalmente la seta cuando el rasgo taxonómico distintivo, caso de la volva, bulbo, rizomorfos, etc, se encuentre enterrado o semienterrado.

O C H O

Nunca utilice bolsas de plástico, las setas fermentan fácilmente en estos recipientes y pueden resultar indigestas. Utilice cestas o canastas, que están más ventiladas y además, de este modo actuaremos como dispersadores de las esporas que salen entre sus agujeros.

N U E V E

Antes de cocinarlas, repáselas una por una, para asegurar que no se desliza ningún ejemplar dudoso y peligroso.

**C U A T R O**

No recolecte setas de láminas blancas, con anillo, volva y sombrero blancuzco-verdoso, podría tratarse de alguna de las Amanitas mortales.

C I N C O

Nunca recolecte Lepiotas de menos de 12 cm, muchas de ellas son muy tóxicas.

S E I S

Para garantizar la permanencia de este recurso en el medio natural, solamente se recogerán aquellas setas que estén maduras, es decir, las que tengan el himenio perfectamente desarrollado. Tenga en cuenta que no debe recoger setas muy maduras o deterioradas, podrían resultar indigestas.

D I E Z

Guarde algún ejemplar en la nevera de cada una de las especies que vaya a consumir. Así, en caso de intoxicación servirá de ayuda al médico para determinar la especie tóxica consumida.

O N C E

Ninguna de las viejas y tradicionales reglas para diferenciar las setas venenosas de las comestibles son ciertas (ennegrecimiento de la moneda o cucharilla de plata, diente de ajo, comidas por animales, vinagre, etc). No haga caso de ellas, estudie bien a los ejemplares, de lo contrario podría resultar intoxicado.

D O C E

Ante una intoxicación acuda rápidamente al médico y llame al Instituto Nacional de Toxicología (Tel.: 915.620.420).



P A R T E D E S C R I P T I V A

CHAMPIÑÓN BIANILLADO

Características

Agaricus (g) = Seta de prado.

Sombrero de globoso a convexo, muy carnoso, de 5 a 10 cm de diámetro, con cutícula poco escamosa, blanca al principio y a veces ocrácea en la madurez; con margen grueso y enrollado hacia abajo. Láminas libres, apretadas y estrechas, blancas cuando muy jóvenes, pronto rosadas y finalmente pardo-negruzcas, como ocurre con todas las especies de *Agaricus*. Pie fuerte, corto y grueso, igual o algo mayor que el diámetro del sombrero, blanco, con anillo doble, membranoso y bien marcado, la parte inferior se asemeja a una falsa volva muy característica. Carne compacta, firme y espesa, blanca, con tonos rosados al presionarla o al corte. Olor y sabor agradables. Esporada negruzca purpúrea.

Hábitat

En suelos arenosos y abonados, formando grandes grupos, tanto en otoño como en primavera. Es abundante en el Parque Natural de las Sierras Subbéticas.

Especies semejantes

Es casi inconfundible por su anillo doble orientado hacia arriba. Es importante evitar los ejemplares con láminas blancas para no confundirlos con especies mortales del género *Amanita*.

Comestibilidad

Está considerado como un buen comestible. Resulta bueno con la siguiente receta: se limpian los champiñones, se les quita la cutícula y se trocean. Se fríen ajos y cuando están dorados se añaden los champiñones, tapando el recipiente para que se hagan en su jugo. Simultáneamente freímos patatas cortadas en daditos y las añadimos a los champiñones antes de que se consuma su caldo, removiéndolo todo y sirviéndolo posteriormente.

Bitorquis (l) = Dos collares.

Agaricus bitorquis (Quél.) Sacc.



CHAMPIÑÓN DE CAMPO, HONGO

Agaricus (g) = Seta de prado.

Campestris (l) = Que nace en los campos.

Características

Sombreros de 3 a 10 cm de diámetro, carnosos, hemisféricos de jóvenes, aplanándose en la madurez, lisos al principio para volverse algo escamosos con la edad. Bordo incurvado que excede de las láminas. Las láminas son libres, apretadas y desiguales, casi blancas en los ejemplares jóvenes, para pasar progresivamente al rosa vivo, luego marrón y negras en la vejez. Pie blanco, rechoncho y con un anillo colgante membranoso muy fugaz. Carne compacta, blanca, con tonalidades rosadas al corte o al quitarle la cutícula. Olor y sabor desagradables. Esporada pardo púrpura.

Hábitat

Se encuentra preferentemente en pastizales y prados abonados por estiércol de caballos, vacas, etc. Es común en primavera y otoño, formando grupos numerosos y corros de brujas. Muy frecuente en toda Andalucía.

Especies semejantes

Es una seta que, conociéndola, no entraña ningún peligro en la recolección, si exceptuamos su posible confusión con algunas especies del grupo *Xanthoderma*, algo tóxicas, de olor a fenol, cuyos pies y sombreros amarillean al tacto. Por otra parte, es muy peligroso confundirla con las mortales *Amanita virosa* y *Amanita phalloides* en su forma blanca, aunque estas se diferencian claramente por sus láminas blancas y volva muy patente.

Comestibilidad

Es un excelente comestible, muy popular en algunas provincias andaluzas tales como Jaén, donde se le conoce con el nombre de "hongo". Se pueden comer a la plancha, guisados, fritos o como se deseen. Se pueden preparar mezclándolos con cebollas y añadiéndoles sal y pimienta. El revuelto de champiñones es un plato exquisito y sabroso: se rehogan durante 10 minutos en aceite de oliva, a fuego lento, se le añaden huevos y se remueven continuamente hasta que se cuajen por igual, sirviéndolos cuando estén jugosos y calientes.

Agaricus campestris L.:Fr.



CHAMPIÑÓN ANISADO, HONGO DE BOSQUE

Agaricus (g) = Seta de prado.

Silvicola (l) = Que habita en los bosques.

Características

Sombrero de 4 a 10 cm de diámetro, al principio globoso, luego hemisférico y en la vejez convexo-aplanado; presenta un margen poco excedente. Cutícula fácil de separar de la carne, de color blanquecino, manchada de tonos amarillentos que se hacen más visibles cuando se rozan o frotan, casi lisa, pero con fibrillas. Las láminas son espesas, libres y de color rosa pálido cuando es joven, pasando a gris terroso y finalmente a negruzco. El pie amarillea al roce, es cilíndrico, algo bulboso y con un anillo membranoso persistente, ancho, tendiendo a ser doble. Carne blanca, firme, que tiende al amarillo en el pie, de sabor dulce y olor anisado. Esporada pardo-purpúrea.

Hábitat

Suele crecer en suelos ricos en materia orgánica, normalmente en bosques, tanto de coníferas como de planifolios, en otoños y en primaveras lluviosas, generalmente en poco número de ejemplares. Frecuente en toda Andalucía, en los hábitats antes mencionados.

Especies semejantes

Podría confundirse con Amanitas mortales blancas, diferenciándose claramente por no tener volva, color diferente de las láminas y su olor. También podría confundirse con el tóxico. *A. xanthoderma*, que amarillea intensamente al roce en el pie y en el sombrero, y de olor desagradable a fenol, muy fuerte.

Comestibilidad

Para algunos autores resultan deliciosos en tortilla: se limpian y trocean, se rehogan en aceite durante unos 10 minutos, se escurren muy bien y se les añaden a los huevos batidos para hacer la tortilla. Un diente de ajo y un poquito de perejil a última hora le dan un buen sabor.

Agaricus silvicola (Vittad.) Peck



SETA DE CHOPO, SETA DE ALAMO

Características

Agrocybe (g) = Cabeza de campo. *Cylindracea (l) = Cilindro, por la forma del pie.*

Sombrero de 3 a 14 cm de diámetro. Primero es semiesférico, de color pardo-oscuro, después se extiende y va tomando tonalidades beige a pardo-claras. La cutícula se suele agrietar en tiempo seco. Láminas apretadas, blancas al principio y ocre en la madurez. Pie largo, esbelto, duro, macizo, fibroso, de color blanco pálido, con un anillo persistente de color blanco. Carne dura, blanca, con olor y sabor agradable. Esporada color tabaco.

Hábitat

Se desarrolla principalmente sobre tocones y troncos viejos de álamos, en primavera y en otoño. Frecuente en toda Andalucía. A pesar de su nombre vulgar, se puede desarrollar en otras muchas especies arbóreas, como higueras, olmos, sauces, nogales, etc.

Especies semejantes

Es una de las setas más conocidas y buscadas, por lo que los “seteros” la suelen conocer muy bien. Resulta difícil de confundir con otras setas, y menos aún con especies tóxicas. Podría confundirse con *Armillaria mellea* también tratada en esta guía, que presenta escamas en el sombrero y esporada blanca.

Comestibilidad

Desde antiguo se ha cultivado caseramente, enterrando tocones y rodajas de álamos, principalmente. Se considera un excelente comestible. Se puede consumir frita o a la plancha. Al ajillo resulta deliciosa, necesitando aceite de oliva, sal, ajo, perejil y guindilla: se limpian y eliminan los pies fibrosos, se añade sal y se dejan un ratito para que la tomen; se introducen en la sartén a fuego lento junto a los ingredientes citados hasta eliminar casi por completo el agua que desprenden.

Agrocybe cylindracea (DC.) Maire



TANA, YEMA, ORONJA

	<i>Amanita</i> (g) = Del monte Amanos, situado entre Turquía y Siria.	<i>Caesarea</i> (l) = De los césares.
Características	Sombbrero de 8 a 16 cm de diámetro, carnoso, hemisférico, aplanándose en la vejez y de color naranja-vivo. Cutícula ligeramente viscosa, fácil de separar. Láminas de color amarillo-oro, anchas y libres. Pie del mismo color que las láminas, grueso, carnoso, con volva amplia y membranosa de color blanquecino, y anillo membranoso estriado súpero y frágil, de igual color que el pie. Carne blanca de olor y sabor poco marcados. Esporada blanca-amarillenta.	
Hábitat	Especie frecuente a principios de otoño en los alcornoques y castaños de Andalucía Occidental, siendo muy abundante en el Parque Natural Sierra de Aracena y Picos de Aroche (Huelva) y en el Parque Natural Los Alcornocales (Cádiz-Málaga). Es menos frecuente en las provincias de Málaga y Sevilla, y prácticamente ausente en Andalucía Oriental.	
Especies semejantes	Por su color y belleza es prácticamente inconfundible. En último extremo, podría confundirse con la Matamoscas (<i>Amanita muscaria</i>), de láminas y pie blancos, y sombrero, generalmente, rojo vivo, con escamitas blancas, las cuales pueden desaparecer por el impacto de las gotas de lluvias.	
Comestibilidad	Está considerada un excelente comestible, cotizándose a precios muy elevados en Aracena, donde en algunos bares se puede degustar, siendo también exportada al extranjero y mercados catalanes. Cruda se consume en ensaladas y en pizzas. Una receta especialmente deliciosa son las "Tanas al limón", receta proporcionada por Tomás Jarillo: se prepara un recipiente con un dedo de agua y se introduce en su interior un soporte metálico sobre el que se colocan las tanas, para que no toquen directamente el agua; las setas han de colocarse con las láminas hacia arriba para que no pierdan el caldo; se le pone un poco de sal, unas gotas de limón y un chorreoncito de aceite y se introduce una cáscara de limón en el agua; se tapa la cacerola para conservar el aroma y se hierve durante unos minutos en función del tamaño de las tanas.	

Amanita caesarea (Scop.) Pers.



GURUMELO

Características

***Amanita* (g) = Del monte Amanos, situado entre Turquía y Siria.**

Sombrero de 7 a 17 cm de diámetro, carnoso, robusto, hemisférico en la juventud y convexo tendiendo a plano con una débil depresión central en la madurez. Cutícula blanca, después de tonalidades ocre-rosáceas y con la edad de tonos casi rojizos. Láminas apretadas, libres, blanquecinas, con la arista algo dentada, tomando un color cremoso con la edad. Pie macizo, robusto, con un anillo delicado que desaparece rápidamente; volva grande, muy llamativa, con forma de saco muy persistente, manchada generalmente de tierra. Carne compacta, blanca, que al corte o al contacto con el aire adquiere tonalidades rosadas, de olor a tierra húmeda y sabor intenso.

Hábitat

Crece, a principios de primavera, generalmente en bosques de encinas y alcornoques bajo jaras, tomillos, etc. Es muy conocida en Andalucía Occidental, principalmente en las provincias de Huelva, Sevilla y Cádiz donde es abundante, aunque también se han encontrado algunos ejemplares en Córdoba y Málaga.

Especies semejantes

Podría confundirse con *Amanita curtipes*, de menor tamaño, y láminas más aserradas y más separadas. Además, *A. curtipes* es otoñal y no primaveral. Podría confundirse con *Amanita phalloides* en su variedad blanca, a pesar de que un estudio anatómico detallado la hace muy diferente. Por tanto, es aconsejable que no sea recolectada por principiantes fuera de las provincias donde las conocen bien y son abundantes y populares.

Comestibilidad

Los gurumelos "asados con aliño" son un plato delicioso típico onubense: se elimina la cutícula, se le echan unos granos de sal y se asan sobre ascuas semiapagadas; una vez asados se trocean y se colocan en un recipiente hondo; se añade tomate triturado, pimiento morrón, cebolleta fresca y un ramito de culantro recién cortado, se adereza de sal, aceite y vinagre de vino dejando reposar mejor de un día para otro. Otras formas de cocinarlas son: "gurumelos y chocos con habas tiernas", "arroz con gurumelos" y "garbanzos con gurumelos", recetas todas facilitadas por el micólogo y gran micófago Tomás Jarillo.

***Ponderosa* (l) = Pesado, compacto.**

Amanita ponderosa Malençon & R. Heim



AMANITA VINOSA

	Amanita (g)	Rubescens (l) = Rojiza; por que enrojece en la madurez.
Características	Sombreros de 5 a 15 cm de diámetro, carnosos, hemisféricos inicialmente, luego convexos y por último abiertos, con borde no estriado. Cutícula pardo-rojiza, con manchas de tonalidades pardo-vinosas, recubierta de verrugas planas grisáceas a blanco-vinosas provenientes de la volva. Láminas blancas de tonos rosáceos más marcados en los ejemplares maduros; anchas y apretadas. Pie cilíndrico, de color blanquecino rosado, con la edad de color netamente vinoso, principalmente en la base; anillo colgante, amplio y estriado; base bulbosa sin los rasgos característicos de la típica volva de las Amanitas. Carne gruesa, blanquecina, que enrojece con el aire, de sabor dulce y olor poco apreciable.	
Hábitat	Está muy bien representada en Andalucía, siendo más abundante en su mitad Occidental. Es muy frecuente en el Parque Natural de los Alcornocales (Cádiz), así como en el Parque Natural de Aracena y Picos de Aroche (Huelva). Puede encontrarse en pinares y bajo frondosas, principalmente castaños, alcornocales y encinas, tanto en primavera como en otoño.	
Especies semejantes	Podría confundirse con la tóxica <i>A. pantherina</i>, pero esta tiene los bordes del sombrero estriados y además nunca enrojece.	
Comestibilidad	Aunque poco consumida en Andalucía, si exceptuamos algunas localidades de Huelva y Cádiz, está considerada como un buen comestible. Es muy apreciada en el Norte de España. Siempre hay que consumirla muy bien cocinada ya que posee hemolisinas termolábiles, que son sustancias capaces de destruir los glóbulos rojos de la sangre cuando se consume cruda, eliminándose éstas con la cocción.	

Amanita rubescens Pers.



AMANITA ENFUNDADA

Amanita (g)

***Vaginata* (l) = Que tiene vaina; por la volva.**

Características

Sombrero de 5 a 8 cm de diámetro, primero ovoidal para aplanarse con la edad, presentando un mamelón central y margen muy estriado. Brillante en tiempo seco y de color gris plomizo, normalmente con placas escamosas blancas procedentes de la volva o velo universal. Láminas blancas, libres, bastante anchas y apretadas. Pie frágil, hueco, recubierto por una volva blanquecina persistente. Carne blanca, dulce, de sabor agradable. Esporada blanca.

Hábitat

Muy frecuente en toda Andalucía, en otoños y primaveras lluviosas. La podemos recolectar tanto en encinares como en pinares, así como bajo las jaras en los bosques mixtos.

Especies semejantes

Esta *Amanita* sin anillo pertenece al grupo de las *Amanitopsis*, que se diferencian precisamente por esta característica, y comprenden distintas variedades de diferentes tonalidades tales como *A. vaginata* var. *alba*, var. *fulva* y var. *plumbea*. La que aparece en la fotografía es la variedad *plumbea* que además es la más frecuente de todas. Podría confundirse con algunas *Amanitas* tóxicas o mortales, aunque se diferencia fácilmente de estas por no presentar anillo.

Comestibilidad

Se puede decir que es un buen comestible, apreciado en algunas zonas. Pero por ser poco carnosa, frágil, y especialmente, por la posibilidad de que algún principiante la confunda con alguna otra *Amanita* mortal, se aconseja a éstos que no la recolecten. En caso de consumirla, es necesario que se haga siempre frita o cocida, ya que en crudo ha resultado para algunas personas algo tóxica. Otra forma de ponerla es al ajillo, como otras especies descritas.

Amanita vaginata (Bull.) Lam.



ARMILLARIA DE COLOR MIEL, SETA DE MEMBRILLO

Características

Armillaria (l) = Brazaletes; hace referencia al anillo. Mellea (l) = miel; por su color.

Sombrero de 4 a 15 cm de diámetro, convexo en la fase juvenil, para luego aplanarse y deprimirse un poco en la madurez. Como su nombre vulgar indica, es de color miel, más oscuro en el centro, donde normalmente tiene un mamelón. Cutícula separable con facilidad, recubierta de escamas pardo oscuras más patentes en ejemplares jóvenes, perdiéndose un poco con la edad. Láminas poco apretadas, blancas al principio, para con la edad pasar a amarillentas, normalmente manchadas de rojizo en la vejez. Pie esbelto, fibroso, elástico, de color crema a pardo blanquecino; con anillo persistente, grueso y membranoso, de tonos blancuzcos. Carne amarilla pálida, de olor y sabor algo amargo. Esporada blanca.

Hábitat

Es una seta que vive formando grandes grupos, tanto en otoño como en primavera, en árboles vivos (principalmente coníferas y planifolios), en madera vieja y raíces en descomposición. Según las condiciones donde se desarrolle, puede vivir como un simple hongo saprofito, desarrollándose como se ha indicado, o por el contrario manifestarse de forma destructiva, causando auténticos desastres en plantaciones forestales, frutales, etc. Frecuente en toda Andalucía.

Especies semejantes

Puede confundirse con otras especies de Armillarias, pero si las observamos detenidamente son fácilmente diferenciales. Por ejemplo, *A. oscura*, presente también en Andalucía, tiene el color del sombrero y las escamas, más claros. *A. tabescens*, es parecida pero no tiene anillo; y *A. gallica* tiene el pie bulboso.

Comestibilidad

Muy consumida en algunas comarcas. En el Parque Natural de las Sierras Subbéticas Cordobesas, donde se le conoce con el nombre de "seta de membrillo" tiene mucha aceptación, aunque se aconseja tomar las siguientes precauciones: 1) consumir solo ejemplares jóvenes y pequeños y 2) no comerla nunca cruda, pues puede resultar tóxica. Se puede consumir frita, rehogada con harina, etc.

Armillaria mellea (Vahl) P. Kumm.



PLATERA

	<i>Clitocybe (l)</i> = De sombrero inclinado.	<i>Geotropa (g)</i> = De espaldas al suelo; por su porte.
Características	Sombrero de 10 a 15 cm de diámetro, de color corteza de pan, inicialmente convexo, después plano y finalmente embudado, con un marcado mamelón central y borde enrollado. Láminas muy decurrentes, numerosas, apretadas, de color blanco-crema. Pie robusto, largo, engrosado en la base, del mismo color que el sombrero. Carne blanca y consistente, de olor y sabor muy agradables. Esporada blanquecina.	
Hábitat	Especie otoñal que se encuentra principalmente en prados, pastizales o claros de bosque. Crece en grupos de varios individuos formando círculos o hileras. Frecuente en toda Andalucía.	
Especies semejantes	Es parecida a otros <i>Clitocybes</i> de grandes dimensiones tales como <i>C. geotropa</i> var. <i>máxima</i> , de forma embudada pero sin mamelón en el sombrero.	
Comestibilidad	Comestible de excelente calidad siempre que se consuman solo los sombreros. En las provincias donde se consume se prepara de diversas formas; nosotros creemos que una de las más adecuadas es al ajillo, eliminando previamente el pie, ya que resulta algo correoso y duro.	

Infundibulicybe geotropa (Bull.) Harmaja



SETA ANISADA

***Clitocybe (l)* = De sombrero inclinado.**

***Odora (l)* = Oloroso;
por su fuerte olor anisado.**

Características

Sombrero de 4 a 7 cm de diámetro, hemisférico en la juventud, más tarde aplanado, de color verde grisáceo tendiendo, a decolorarse con la vejez, con borde ligeramente enrollado y ondulado. Láminas de color gris verdoso, algo más pálidas que el sombrero, y poco decurrentes. Pie algo retorcido, recordando a una porra en su base, de color verde-grisáceo. Carne blanco-verdosa, con un fuerte olor anisado. Esporada blanquecina.

Hábitat

Es una especie muy repartida por toda Andalucía, aunque no muy abundante, que crece sobre cualquier tipo de suelo en bosques de pinos y frondosas.

Especies semejantes

Dadas sus características morfológicas y su olor, es difícil confundirla con otras especies. Como mucho, podría confundirse con *Clitocybe suaveolens*. Del resto de los *Clitocybes* blancos, muy tóxicos, es por regla general, fácilmente diferenciable.

Comestibilidad

En gran parte de la bibliografía esta seta está considerada como un comestible mediocre. Su intenso sabor hace recomendable mezclarla con otras especies a modo de condimento. Se propone consumirla frita o en "confitura de anisadas" que se prepara de la siguiente forma: se cuecen a fuego lento en una cacerola con agua, añadiéndole azúcar en la misma proporción, canela en rama y ralladura de limón; cuando hayan tomado consistencia, se retiran del fuego, se trituran y se sirven.

Clitocybe odora (Bull.) P. Kumm



MOLINERA

Características

Sombrero de 5 a 12 cm de diámetro, convexo, después embudado, con cutícula de color blanco a gris-perla, separable, pruinosa; margen de convoluto a incurvado. Láminas decurrentes, al principio blancas y después rosadas. Pie blanco, pruinoso, con la base ensanchada y algodonosa. Carne blanca y frágil, de olor a harina mojada y sabor dulce. Esporada rosada.

Hábitat

Se desarrolla generalmente en otoño en bosques de diferentes especies arbóreas, encinares, quejigares, castaños, etc.

Especies semejantes

Es fácil de confundir con especies tóxicas del género *Clitocybe*, pero *Clitopilus prunulus* presenta la esporada de color rosado y un fuerte olor harinoso.

Comestibilidad

Es de una comestibilidad excelente. Se recomienda para esta especie el «revuelto de setas»: se trocean las setas manualmente en un recipiente de agua, con lo cual el aroma aumenta. Se ponen las setas en una sartén para quitar el agua. Si están muy secas se añade agua para que tengan una cocción de aproximadamente media hora. Una vez quitada el agua se añade aceite y se fríen hasta que estén doradas, añadiendo en este momento la sal. Se baten los huevos y se mezclan con la sal en la sartén hasta que el huevo tome la compostura ideal. En el momento de añadir los huevos el fuego debe ser suave.

Clitopilus prunulus (Scop.) P. Kumm.



BARBUDA, CHIVATO

Características

Coprinus (g) = Excremento.

Sombrero de 4 a 12 cm de altura y de 3 a 6 cm de ancho, que de joven presenta aspecto de un huevo cerrado, para adquirir una morfología campanulada con la edad. Su color es blanquecino-pardusco, recubierto de escamas peludas muy patentes, de aquí su nombre específico. Con la edad el color blanco del sombrero cambia a rosáceo y después a negro, siguiendo un proceso de licuefacción característico de la mayoría de los *Coprinus*, apreciándose gotear una sustancia similar a la tinta. Las láminas están libres del pie, muy apretadas, casi pegadas unas con otras, blancas a rosadas y por último negras, hasta diluirse. Carne escasa, blanca al principio, haciéndose tinta al final. Pie liso, fibroso, hueco, blanco y fácilmente separable del sombrero. Esta seta al absorber la humedad del ambiente, se transforma en un líquido negro que contiene sus esporas.

Hábitat

Crece en primavera y otoño, formando grupos a veces muy numerosos, en bordes de caminos, arroyos, parques, linderos forestales y lugares estercolados. Frecuente en toda la Andalucía.

Especies semejantes

No puede confundirse con ninguna otra venenosa. En encinares, es frecuente otra seta parecida el *Coprinus ovatus*, también comestible, aunque de menor tamaño. Un "pariente" de "la barbuda" que podría encerrar alguna peligrosidad es el *C. atramentarius*, que contiene sustancias que provocan sudoración, enrojecimientos y palpitaciones, si se consume con alguna bebida alcohólica.

Comestibilidad

Es una delicada y exquisita seta cuando es joven y mantiene el color blanco. En el momento que comienza a teñirse de rosa-negruzco pierde casi todo su valor culinario. Con jamón y espárragos salteados resulta deliciosa. Una receta tomada de José Llaveró de la Asociación Micológica "Lactarius" de Jaén, es la "tortilla de barbuda con ajo porro": se fríen en poco aceite los ajos-porros, y cuando empiezan a dorarse se agregan las barbudas limpias y cortadas en trozos pequeños, en cantidad igual a la de los ajos-porros picados finamente; se sazona con una pizca de pimienta blanca; cuando se ha reducido el agua de las setas se agregan los huevos batidos y se cuaja la tortilla.

Coprinus comatus (O.F. Müll.) Pers.



LACARIA

Características

Laccaria (l) = Relativo a la piel teñida. Laccata (l) = Teñir; por el color de las láminas.

Sombrero de 2 a 5 cm de diámetro, inicialmente convexo y luego aplanado, ligeramente deprimido en el centro, con cutícula pardo-rojiza-mate, más rojiza con la humedad, de aspecto un poco granulado; margen ondulado a plano y del mismo color que el sombrero. Láminas adnadas, muy separadas y gruesas, de color rosa-pardusco, manchadas de blanco por el polvo de las esporas. Pie de color semejante al sombrero, largo, fibroso, con una base bulbosa que presenta restos de micelio. Carne del mismo color que la cutícula, fina, espesa, sin olor ni sabor característicos. Esporada blanquecina.

Hábitat

Suele crecer formando grupos numerosos, siendo muy frecuente en toda Andalucía. Fructifica en otoño en todo tipo de bosques, mostrando preferencia por suelos ácidos.

Especies semejantes

Se puede confundir con otras Lacarias, todas comestibles, como *L. bicolor* (de color pardo-rojiza), *L. amethystina* (de color violeta) y *L. proxima* (de tonalidades muy semejantes).

Comestibilidad

Es un comestible bastante aceptable, desechando el pie. Debido a su pequeño tamaño hay que recolectar muchas para poder cocinar un plato mínimamente presentable. Una receta recomendada por Armando Guerra, de la Sociedad Micológica de Madrid, es la de "confitura de Lacaria y Seta anisada" resultando un postre de una delicadeza extraordinaria. Se procede de la siguiente manera: en una cacerola se introducen los sombreros de Lacarias limpios, añadiendo el mismo volumen de azúcar, un par de ejemplares de seta anisada y un vasito de vino tinto, cubriéndolo todo con agua; se deja cocer unos 10 minutos desde que empieza a hervir, removiendo de vez en cuando hasta dejarle la consistencia deseada.

Laccaria laccata (Scop.) Cooke



NÍSCALO, MÍZCALO, GUÍSCANO

	<i>Lactarius (l) = Que posee leche; por el látex</i>	<i>Deliciosus (l) = Delicioso.</i>
Características	Sombrero de 4 a 20 cm de diámetro, de color anaranjado con tonalidades rojizas, adornado por círculos concéntricos más oscuros; convexo a umbilicado o hundido, con el margen enrollado hacia abajo. Láminas de color anaranjado, de igual color que el sombrero, apretadas y manchadas de tonos verdosos. Pie corto, hueco, cónico, con manchas oscuras. Carne dura compacta, granulosa, de color zanahoria al corte o rotura, olor aromático y sabor dulzón. Látex anaranjado. Esporada ocre-clara.	
Hábitat	Crece en otoño bajo pinares de suelos ácidos. Muy frecuente y apreciado en toda Andalucía, quizás el más conocido popularmente.	
Especies semejantes	Puede confundirse con <i>Lactarius sanguifluus</i>, aunque este tiene una coloración más oscura, púrpura-rojiza. También podría confundirse con el <i>L. semisanguifluus</i>, de características intermedias entre los dos anteriores. Más raramente con el tóxico “Falso nízcalo” (<i>Lactarius chrysorrheus</i>), más pequeño y de látex amarillento. Tanto <i>L. sanguifluus</i> como <i>L. semisanguifluus</i> son comestibles.	
Comestibilidad	Buen comestible, muy apto para conserva. Constituye un importante recurso económico en zonas deprimidas de la sierra, en las que durante los otoños se recolectan y exportan a mercados catalanes donde es muy apreciada. Tiene la propiedad, alarmante si se desconoce, de colorear la orina de rojo, lo que constituye un indicativo del buen funcionamiento renal. Una buena forma de cocinarlos son los nízcalos en salsa. Una vez limpios, echamos un poco de aceite de oliva en una sartén y doramos la cebolla hasta que se transparente, seguidamente se rehogan las setas con un ajo machacado y un chorrito de vino blanco, un poco de harina y sal, se dejan cocer de 10 a 20 minutos.	

Lactarius deliciosus (L.) Gray



NÍSCALO ARRUGADO

Características

Lactarius (l) = Que posee leche; por el látex

Sombrero de 5 a 12 cm de diámetro, de joven globoso-hemisférico, para aplanarse y deprimirse en la madurez. Cutícula de color anaranjado, pruinosa, poco separable, seca, mate. Margen rugoso, permaneciendo mucho tiempo enrollado. Láminas apretadas, de adnadas a ligeramente decurrentes, de color blanco a crema o amarillo-anaranjado, tomando un color lilacino al roce, y posteriormente pardo. Pie corto, cilíndrico, de tonalidades claras similares al sombrero, aunque con frecuencia presenta una zona rosa o pardo-rosácea en su parte superior. Carne espesa, elástica, frágil, de color blanco a pardusco, de sabor dulce y olor suave. Látex blanquecino, inmutable. Esporada blanquecina.

Hábitat

Especie otoñal frecuente en Andalucía, sobre todo en su mitad occidental, que habita en alcornocales y encinares de suelos ácidos. La fotografía fue tomada en el Parque Natural de los Alcornocales.

Especies semejantes

Por las características del sombrero, principalmente por sus rugosidades, resulta difícil de confundir con otras especies del género *Lactarius*.

Comestibilidad

Está considerada como un buen comestible, pero es poco consumido en Andalucía. La podemos cocinar, según José Romero Sánchez, de la siguiente forma: se derrite mantequilla y se rehogan en ella cebolla y ajos picados. A continuación se añaden las setas troceadas, zumo de limón, sal, pimienta y perejil, y se deja que se haga lentamente. Luego se agrega la Mairena, ligándola bien. Finalmente ponemos el Jerez y la nata líquida dejando que dé un hervor todo junto. En una fuente refractaria, lo espolvoreamos con queso rallado gratinándolo durante cinco minutos.

Rugatus (l) = Rugoso.

Lactarius rugatus Kühner & Romagn



NÍSCALO SANGUINOLENTO

Características

***Lactarius (l)* = Que posee leche; por el látex** ***Semisanguifluus (l)* = Semi = mitad; sanguifluus = del que fluye sangre.**

Sombrero de 4 a 10 cm, primero convexo y más tarde extendido, algo deprimido, en forma de embudo, con cutícula de color naranja y tonalidades generalmente verdosas, un poco vinoso hacia el margen, y hacia el centro con circunferencias concéntricas (zonado). Láminas apretadas, de color naranja-pálido, con tintes vinosos donde han sido dañadas, y finalmente verdosas. Pie cilíndrico, atenuado en la base, más pálido que el sombrero, tomando también tonalidades verdosas. Carne blanquecina al principio, manchada de color zanahoria por el látex, después anaranjada o vinoso y finalmente verde. Látex de color zanahoria o color sangre. Esporada ocre claro.

Hábitat

Especie otoñal que se desarrolla en bosques húmedos de coníferas.

Especies semejantes

Podría confundirse con *Lactarius deliciosus*, el cual no tiene el sombrero, carne y láminas de color verde, siendo éste también comestible.

Comestibilidad

Buen comestible, para la mayoría de los autores mejor que *Lactarius deliciosus*. Esta seta se puede cocinar de muchas maneras, pero la forma de disfrutar de su sabor más auténtico es haciéndola simplemente a la plancha.

Lactarius semisanguifluus R. Heim & Leclair



PIE AZUL

Características

Lepista (g) = Vaso amplio de metal o barro. Nuda (l) = Desnudo; por su lisa cutícula.

Sombrero de 5 a 13 cm de diámetro, de joven convexo, para luego aplanarse con la edad, manteniendo el borde enrollado. Cutícula lisa con tonalidades violáceas muy bellas, pero según la edad y el grado de humedad, puede pasar del azul-lila intenso a ocre-pardusco. Láminas finas y apretadas, algo decurrentes y de tonalidades violetas o lila-azuladas. Carne tierna, frágil, blanca-violácea, con sabor y olor agradables. Pie de tonalidades similares a las láminas, con fibrillas claras, algodonoso, y con una base algo bulbosa. Esporada ligeramente rosada.

Hábitat

Es común encontrarla en otoño y primaveras lluviosas, formando con frecuencia agrupaciones circulares ("corros de brujas"). Se desarrolla en gran variedad de terrenos, tanto en prados como en bosques de pinos y encinas. Es muy frecuente en toda Andalucía.

Especies semejantes

Es muy parecida a *L. sordida*, pero ésta es más pequeña y menos carnosa. Se ha confundido con algunas especies de los tóxicos cortinarios violetas, que se diferencian claramente por la presencia de una especie de tela de araña en el pie, típica de este género.

Comestibilidad

Es un buen comestible, de sabor suave y agradable. Es idóneo para freír o para mezclarlo con otras setas en platos combinados. En crudo puede resultar algo tóxica. Su coloración hace que no sea muy atractiva para muchos recolectores, siendo poco consumida en Andalucía.

Lepista nuda (Bull.) Cooke



SETA DE VACA, PIE VIOLETA

Características

Lepista (g) = Vaso amplio de metal o barro.

Sombrero de 4 a 12 cm de diámetro, al principio convexo, pero con el paso del tiempo aplanado y algo deprimido; margen incurvado, ondulado y de tonos más claros que el resto del sombrero. Cutícula de color crema ocrácea, separable, lisa y brillante en tiempo seco. Láminas blancuzcas, apretadas y sinuosas, siendo algo decurrentes en los ejemplares maduros. Pie cilíndrico, espeso, robusto y algo engrosado en la base, de un bello color violáceo de donde toma su nombre popular. Carne blanca, abundante, carnosa, con sabor dulce y agradable. Esporada crema rosácea.

Hábitat

Es una seta tardía que suele aparecer a mediados de invierno y es capaz de soportar las heladas. Especie prático y propia de pastizales de montaña, aunque es fácil verla en jardines y bosques mixtos formando "corros de brujas". Poco frecuente en general en Andalucía, aunque en algunos Parques Naturales como Sierras Subbéticas, Montes de Málaga y Cazorla, Segura y las Villas, la podemos ver con facilidad.

Especies semejantes

Similar a *L. nuda*, pero sin tonos violáceos en el sombrero y las láminas. Por su aspecto, también se podría confundir con algún *Tricoloma*, del que se diferencia rápidamente por el color del pie.

Comestibilidad

Es un buen comestible, pero poco conocido en Andalucía. Muy apropiada para una receta típica del P. N. de las Sierras Subbéticas como es el "mojete de setas". Ingredientes: pan, ajo, sal, aceite de oliva, harina y azafrán. Se enharinan y se fríen, las sacamos y le añadimos un migajón de pan, que previamente hemos remojado en agua y luego escurrido, agregamos uno o dos dientes de ajo picado, sal y una hebrita de azafrán, se marea a fuego lento hasta alcanzar la consistencia deseada.

Lepista personata (Fr.) Cooke



LIÓFILO AGREGADO

Características

***Lyophyllum* (g) = Hojas o láminas libres, sueltas.**

***Decastes* (g) = Decena, grupo.**

Sombrero de 3 a 7 cm de diámetro, convexo de joven, para deprimirse y aplanarse en la madurez, de color gris a tostado ceniza, brillante en tiempo seco y normalmente deformado por la presión que ejercen unos ejemplares con otros. Superficie glabra, adornada de pequeñas fibras radiales adnadas. Láminas blancas, adherentes y algo decurrentes en la vejez, finas y juntas. Pie blanco, fibroso, flexible, que normalmente reúne varios ejemplares en una sola base, de aquí su nombre popular. Carne de sabor dulce y olor agradable. Esporada blanquecina.

Hábitat

Forma grupos bastante numerosos cerca de tocones y raíces enterradas de caducifolios y en especial árboles de ribera, tanto en otoño como en primavera. Poco frecuente en general en Andalucía, aunque en los Parques Naturales de Sierras Subbéticas y Sierra Mágina se puede encontrar en abundancia.

Especies semejantes

Puede confundirse con algunas especies del mismo género, que normalmente tienen las láminas más oscuras y que ennegrecen al tocarlas, tales como *L. fumosu*, *L. imundum*, y *L. transforme*. Sin embargo esto no encierra ningún peligro ya que todos son comestibles.

Comestibilidad

Es un buen comestible, de sabor fino y delicado, pudiéndose cocinar de formas muy diferentes, frito, al ajillo, a la plancha, en tortilla, etc., siempre que utilicemos ejemplares jóvenes. Una forma particular con la que resultan exquisitas es en sopa, la cual podemos preparar cociendo 1 litro de leche y 250 gr. de setas limpias y troceadas, con un poquito de concentrado de carne; con la leche, un poco de mantequilla y una cucharadita de harina, se hace una salsa poco consistente que será la sopa, siendo los tropezones los trozos de seta mencionados; se salpimenta al gusto, pudiendo añadir también una pizca de nuez moscada.

Lyophyllum decastes (Fr.) Singer



PARASOL

Macrolepiota (g) = Lepiota grande.

Mastoidea (g) = Mama, por el mamelón del sombrero.

Características

El sombrero es primero cónico, después campanulado y por último extendido, con un mamelón muy pronunciado. Cutícula de crema a parda, con escamas menos abundantes hacia los bordes. Láminas libres, de color blanco al principio y después crema, separadas por un collar a modo de escote, apretadas, de anchas a ventradas, con laminillas. Pie cilíndrico, delgado, ensanchado en la base, hueco, largo, cubierto de finas escamas parduscas en toda su longitud, con anillo membranoso ligeramente móvil de color pardo en la cara inferior y blanco la superior. Carne no muy abundante, blanca, de olor y sabor agradables. Esporada blanca.

Hábitat

En otoño puede encontrarse fácilmente en claros de bosques caducifolios y perennifolios.

Especies semejantes

Se asemeja a *M. exorciata* y *M. procera*, aunque la primera presenta un pie de dimensiones semejantes al diámetro del sombrero, de color blanquecino y el mamelón es muy suave o nulo. La segunda es de mucho mayor porte, tiene las escamas muy levantadas y un pie muy escamoso, atigrado y con anillo doble.

Comestibilidad

Buen comestible, asadas están exquisitas. Una receta apropiada es la siguiente: se eliminan los pies y se desechan, se limpian, se rellenan con ajo muy picado, perejil, aceite de oliva, sal y un poco de pimienta, y se ponen a la brasa, aunque si no disponemos de brasa, la podemos poner al horno muy caliente.

Macrolepiota mastoidea (Fr.) Singer



PARASOL, PARAGUAS, GALLIPIERNO , APAGADOR

Características

Macrolepiota (g) = Lepiota grande.

Sombrero de 10 a 25 cm de diámetro. De joven casi esférico, en forma de maza de tambor, luego se expande y aplanar. Presenta un marcado mamelón central, liso en el centro. Los restos de la cutícula forman abundantes escamas de tonos tostados sobre un fondo blanquecino. Las láminas están algo separadas del pie, son blancas, delgadas y están muy juntas unas a otras. Carne blanca que vira un poco al rosa-tostado, de olor y sabor suave y agradable. Pie alto, hueco y fibroso, abultado en la base, fácilmente separable del sombrero y con un anillo doble, grande, móvil y lanoso por el borde. Esporada blanquecina.

Hábitat

Muy frecuente y abundante por toda Andalucía. Debido a su tamaño, es una de las setas más espectaculares, ya que como anteriormente se ha mencionado su sombrero puede llegar a medir hasta 25 cm y su altura 35 cm. Se cría en otoño en claros de bosques herbosos tanto de coníferas como de quercíneas.

Especies semejantes

Similar a otras "macrolepiotas" de gran tamaño tales como la *M. rickenii*, *M. excoriata* y *M. mastoidea*, todas comestibles, por lo que su confusión no entrañaría ningún peligro. NOTA IMPORTANTE: nunca deben consumirse lepiotas menores de 10 cm, ya que algunas pueden ser mortales, como son las "lepiotas" del grupo *Helveola*.

Comestibilidad

Excelente comestible. Una forma exquisita de prepararlas consiste en coger 2 ejemplares jóvenes y tiernos, eliminar los pies, rellenar las láminas de trocitos de jamón, ajo picado, perejil, sal y pimienta, después se tapa con el sombrero del otro ejemplar, a modo de bocadillo, se rebozan con huevo, pan rallado y harina, friéndose en aceite de oliva a fuego fuerte.

Macrolepiota procera (Scop.) Singer



SENDERUELA, SETA DE PALILLO

Características

Marasmius (g) = Lánguido, por su delgadez.

Oreades (g) = Ninfas de los prados.

Sombrero de 3 a 6 cm de diámetro, al principio cónico o convexo, para hacerse plano en la madurez, manteniendo un mamelón acusado. Cutícula no separable, higrófila y, dependiendo de la humedad ambiental, de color pardo-rojizo más oscuro en el centro; margen delgado, translúcido y estriado, levantándose en la vejez. Láminas blancas o crema rosadas, libres y separadas por laminillas del mismo color. Pie cilíndrico, largo, con la base algo bulbosa, rígido, cartilaginoso, y puede doblarse sin partirse. Carne blanquecina o crema pálida, con sabor suave y olor a almendras amargas. Esporada blanca.

Hábitat

Forma agrupaciones circulares o lineales (corros de brujas) ocupando grandes extensiones de terreno, en prados húmedos y lugares nitrogenados, tanto en primavera como en otoño. Muy distribuido por toda Andalucía, siendo localmente abundante en Sierra Morena.

Especies semejantes

Podría confundirse con *M. collinus*, que es tóxico, pero este tiene el pie frágil y quebradizo y olor alíaceo. También se asemeja a la *C. dryophilla*, de hábitat diferente, ya que prefiere los bosques.

Comestibilidad

Está considerada como un buen comestible. Cruda es algo tóxica debido al ácido cianhídrico que contiene, por lo que es necesario consumirla siempre cocinada. Es muy propia para desecarla. Es apropiada para todo tipo de guisos, sopas, etc. Una receta especialmente buena para esta seta es el "Fricandó de carne con senderuelas": Se fríen las setas en aceite de oliva y se "apartan". En el mismo aceite se prepara un sofrito de cebolla y tomate al que se añaden las setas y el agua del remojo. Por separado, previamente enharinada, se fríe la carne y se junta con los demás componentes. Se deja cocer durante unos minutos y se rocía con un poquito de vino blanco a fuego lento y con la cacerola tapada.

Marasmius oreades (Bolton) Fr.



SETA DE CAÑADILLA

Características

Melanoleuca (g) = Blanco y negro.

Grammopodia (g) = De pie rayado.

Sombrero de 5 a 13 cm de diámetro, de convexo o planoconvexo, anchamente mamelonado, con borde enrollado que se extiende con la edad; cutícula lisa, de color pardo grisácea, más oscura en el centro, quebradiza en tiempo seco. Láminas apretadas adherentes, suavemente decurrentes, blancas o algo amarillentas con la edad. Pie pardo, de tonalidades semejantes al sombrero, cilíndrico, recto, con la base claviforme, fistuloso, estriado por la presencia de fibrillas apretadas. Carne blanquecina, esponjosa, de olor farináceo fuerte y sabor suave. Esporada crema-pálida.

Hábitat

Esta especie suele crecer en grupos o formando "corros de brujas", en otoño, en pastizales y claros de bosques, siendo relativamente frecuente en toda Andalucía.

Especies semejantes

El género *Melanoleuca*, debido a que agrupa a especies muy semejantes (*M. vulgaris*, *M. excisa*, *M. bataillei*, *M. meridionalis*, etc), necesita una determinación de sus características microscópicas para su exacta identificación. Son setas todas ellas comestibles, de mayor o menor calidad, que se consumen en gran parte de Andalucía.

Comestibilidad

En Andalucía se consume de diversas formas, se recomienda, dado que es una seta de consistencia blanda y de poca carne, simplemente enharinada y frita.

Melanoleuca grammopodia (Bull.) Murrill



SETA DE CARDO

Características

***Pleurotus* (g) = Por su pie excéntrico.**

El sombrero al principio es convexo, para aplanarse con la edad y deprimirse un poco en el centro, con su borde enrollado. Color variable, de beige a pardo-rojizo o pardo-grisáceo. Cutícula gruesa y algo escamosa. Láminas blancas al principio, después cremosas u ocráceas, desiguales y muy decurrentes. Pie excéntrico y blanquecino, que al ser arrancado y desenterrado, puede observarse como nace de la raíz podrida del cardo corredor (*Eryngium campestre*), de ahí su nombre científico. Carne compacta, blanca, de olor y sabor no muy pronunciados. Esporada blanquecina.

Hábitat

Crece en pastizales y claros de bosque en los que abunde el cardo corredor. Muy frecuente en Andalucía, sobre todo en otoños y primaveras lluviosas.

Especies semejantes

Por su hábitat y características es difícil confundirlo con setas tóxicas. Su única posibilidad de confusión sería con otros *Pleurotus* comestibles como la seta de Cañaheja (*P. eryngii* var. *ferulae*), tratada también en esta guía.

Comestibilidad

Está considerada como un excelente comestible y una de las setas más populares. Se puede comer frita, al ajillo o como se desee. Una buena receta con la que resultan exquisitas son las setas de cardo en salsa. Ingredientes: Aceite de oliva, sal, cebolla, ajo, perejil, harina, pimienta negra y pimentón. Se hace un sofrito de cebolla condimentado con el perejil, pimiento, ajo y un poquito de harina, seguidamente se rehoga todo con pimentón y sal, se añaden las setas limpias y troceadas en pedazos pequeños, se mantiene en el mismo recipiente cociendo a fuego lento, durante 10 ó 15 minutos, hasta que la seta elimine parte del agua. Se puede añadir un poquito de guindilla picante.

Pleurotus eryngii (DC.) Quél.



SETA DE CAÑAHEJA

***Pleurotus* (g) = Por su pie excéntrico.**

***Eryngii* (l) = Cardo.
Ferulae (l) = Ferula o Cañaheja.**

Características

Sombrero de 6 a 18 cm de diámetro, bastante irregular (como se puede apreciar en la fotografía), plano o algo embudado, y con borde incurvado, de color ocráceo, muy similar al cortezón de pan, pero con tonalidades más oscuras. Láminas muy decurrentes, estrechas y separadas, de tonalidades más claras que el sombrero. Pie lateral y blanquecino. Carne compacta, espesa y blanquecina, de olor y sabor agradables. Esporada blanca.

Hábitat

Vive en pastizales de montaña y es frecuente sobre todo en las montañas calizas, creciendo en las raíces muertas de la cañaheja (*Ferula communis*) en primavera y en otoño. Se encuentra fácilmente en el P. N. Sierras Subbéticas y en el P. N. de Sierra Mágina.

Especies semejantes

Como se ha dicho, al hablar de la seta de cardo, es la única seta que podría tener cierta semejanza, pero la que en esta ocasión describimos tiene tonalidades más claras y vive sobre las raíces de una planta diferente. Hemos podido comprobar que algunos aficionados la han confundido con *Clitocybe gibba* y con *C. costata*, especies frecuentes en Andalucía, pero afortunadamente sin peligro de toxicidad.

Comestibilidad

Al igual que la seta de cardo, es un excelente comestible, propio para mojete de setas, fritas, al ajillo, etc... Un plato muy simple pero exquisito son las setas de cañaheja con ajetes: se sofríen los ajetes a fuego lento en aceite de oliva, cuando estos están empapados y blandos se añaden las setas ya limpias y troceadas con sal y pimienta, se dejan cocer a fuego lento durante unos 20 minutos y se sirven calientes.

Pleurotus eryngii var. *ferulae* (Lanzi) Sacc.



SETA DE MIMBRE, SETA DE OSTRA

Características

***Pleurotus* (g) = Por su pie excéntrico.**

Esta seta tiene un sombrero carnoso, de 5 a 7 cm de diámetro, excéntrico, de joven embudado con el borde enrollado para posteriormente extenderse en la madurez. Su cutícula es seca, lisa y de color variable, de grisácea a gris-pardusca. Las láminas son estrechas, apretadas, de color blanco o crema y muy decurrentes, con laminillas intercaladas. El pie es corto y lateral con respecto al sombrero, uniéndose unos ejemplares con otros para formar algo similar a un tejadillo. Carne blanca y espesa, de olor agradable. Esporada blanca o crema.

Hábitat

Es frecuente en toda Andalucía. Vive de forma saprofita sobre árboles viejos, troncos y ramas de caducifolios, principalmente mimbres, chopos, olivos, etc., de aquí que posea diferentes nombres populares que hacen referencia al árbol donde se recolectan. Se conoce popularmente con el nombre de "seta de mimbre" o "seta de olivo comestible". Crece en otoño y primavera. Es una de las setas más aptas para su cultivo, siendo común en todos los mercados.

Especies semejantes

Es parecido a otros *Pleurotus*, igualmente comestibles, pero más raros, como el *Pleurotus pulmonarius* y *P. cornucopiae*, por lo tanto no encierra ninguna dificultad ni posible confusión con setas venenosas.

Comestibilidad

Está considerada como un buen comestible. En Andalucía, junto con el champiñón cultivado, es una de las setas que más se consume. Resulta deliciosa frita y a la plancha, que es como generalmente se cocina. Una buena receta para esta especie son las "setas rehogadas": se calienta aceite y se dora una cebolla y un ajo, se agregan las setas troceadas y se marean durante unos 5 minutos, se le añade un cacito de caldo de carne y se dejan cocer a fuego lento durante otros 10 minutos, se sazona con sal y pimienta y se sirve espolvoreada con perejil picado.

***Ostreatus* (l) = Ostra.**

Pleurotus ostreatus (Jacq.) P. Kumm.



CARBONERA, SETA DE CERDOS

Russula (l) = Que tiende al rojo (muchas especies de este género tienen este color). ***Cyanoxantha (g) = Amarillo y azulado.***

Características

Sombrero de 7 a 14 cm de diámetro, primero hemisférico, luego aplanado y algo hundido en la vejez; borde liso pero algo estriado en la madurez; cutícula separable parcialmente y viscosa en tiempo húmedo, de tonalidades muy variables que van del morado al gris-violeta, verdosa o púrpura. Láminas apretadas, blancas y adherentes. Pie carnoso, cilíndrico, blanco, y ahuecado con la edad. Carne quebradiza, blanca, de sabor dulce y agradable, a avellana.

Hábitat

Esta *Russula* es muy sensible a los fríos, por lo que es difícil encontrarla más allá de finales de octubre o primeros de noviembre. "Prefiere" bosques de alcornoques encinas y castaños. Es muy abundante en Andalucía Occidental, y más escasa en Andalucía Oriental.

Especies semejantes

Podría ser confundida con *R. virescens* que es más verdosa y se fragmenta en placas poligonales muy típicas. También podría confundirse con otras *Russula*, de tonalidades semejantes. Las *Russula*, en general, son difíciles de identificar, ya que la lluvia altera sensiblemente las tonalidades de sus sombreros.

Comestibilidad

Considerada como excelente comestible, aunque poco conocida y consumida en Andalucía, a excepción de ciertas zonas de Cádiz y Huelva. Una forma buena de prepararlas es al horno con salchichas o bacón: en una fuente de gratinar, se colocan con las láminas hacia arriba, cubriéndolas con un picadillo fino de ajo y perejil, y se alinean con sal y aceite. Entre las tiras de las setas se colocan otras de salchichas o de bacón; se cuecen al horno durante 10-15 minutos y se sirven muy calientes.

Russula cyanoxantha (Schaeff.) Fr.



RUSSULA CAMBIANTE

Russula (l) = Que tiende al rojo (muchas especies de este género tienen este color).

Virescens (g) = Que vira.

Características

Sombrero de 7 a 12 cm de diámetro, verdoso a verde-amarillento, o blancuzco-verdoso, convexo, expandiéndose en la madurez y a menudo deprimido en el centro. La cutícula se rompe hacia el margen, dejando ver una carne blanca, tomando un aspecto escamoso. Láminas casi libres, apretadas, estrechas, blancas. Pie blanquecino, normalmente ahusado, arriba pulverulento, y el resto suave. Carne blanca, sin olor distintivo, y sabor suave. Esporada crema.

Hábitat

Se trata de una especie otoñal que crece fundamentalmente en bosques de caducifolios, aunque también en bosque mixtos de alcornoques. La fotografía fue tomada en el Parque Natural de la Sierra de Aracena y Picos de Aroche.

Especies semejantes

Es fácilmente identificable por su sombrero verde que se rompe en pequeñas escamas. Se podría confundir con *Russula cyanoxantha* de tonalidades generalmente violáceas, que no presenta las escamas citadas, y que afortunadamente está considerada excelente comestible.

Comestibilidad

Buen comestible. Una receta apropiada para esta seta son las «rúsculas guisadas con patatas»: se doran las patatas con ajo picado en aceite de oliva, se añaden las setas y se rehogan juntas hasta que suelten el agua. A continuación se añade media cucharada de pimentón dulce y picante. Finalmente se añade agua y sal, y se hierven hasta que las setas estén tiernas.

Russula virescens (Schaeff.) Fr.



NEGRILLA, SETA DE ESTEPA, RATÓN

Características

Tricholoma (g) = De pelo, borde.

Sombrero de 3 a 6 cm diámetro, de color gris o gris-ratón, globoso, campanulado o convexo y generalmente con un mamelón central; presenta flecos y una fina lanosidad o fibrillas radiales que en la madurez toman aspecto de escamas. Láminas espaciadas, blancas pero teñidas ligeramente de gris. Carne blanquecina, más bien ligera y frágil, de olor y sabor poco apreciables. Pie blanquecino, firme, cilíndrico adelgazado en la base. Esporada blanca.

Hábitat

Especie frecuente, muy distribuida por toda Andalucía. Se desarrolla en grupos muy numerosos, principalmente en bosques de pinos. Es una especie algo tardía, que no suele encontrarse hasta bien entrado el invierno, soportando incluso algunas heladas.

Especies semejantes

Forma parte del grupo de los "Tricolomas grises", todos comestibles, a excepción del *T. pardinum*, especie tóxica, de mayor tamaño, con escamas más marcadas, propia de montañas y poco frecuente en nuestras latitudes. Un tricoloma muy parecido, también frecuente, es el *T. scalpturatum*, que se separa fácilmente del resto porque en la vejez amarillean sus láminas.

Comestibilidad

Es comestible muy apreciado y bastante bueno, aunque es frágil y se estropea fácilmente. Una receta muy apropiada para esta seta es el "panaché de setas". Ingredientes: aceite de oliva, ajos, cebolla, una loncha de jamón, guindilla, vino blanco, pimienta y sal. Se refrie la cebolla y el ajo, se añaden las setas bien limpias, y cuando estén cociendo, se vierte un vasito de vino blanco, se aliñan con sal, guindilla picante y pimentón a gusto. Se añaden trocitos de jamón o panceta muy fina. Cuando esté todo frito se retira del fuego y se sirve caliente.

Terreum (l) = De color terroso.

Tricholoma terreum (Schaeff.) P. Kumm.



REBOZUELO, CABRILLA, CHANTARELA

Características

Cantharellus (l) = En forma de copa.

Sombrero de 3 a 8 cm de diámetro, irregular, carnoso, al principio convexo, después aplanado-deprimido, y al final se extiende y toma la forma de un embudo, con el margen arroyado y sinuoso. Presenta pliegues o nervaduras ramificadas muy decurrentes que en realidad son los homólogos de las láminas. Es de color amarillo blanquecino o amarillo yema de huevo. El pie es cilíndrico amarillo y del mismo color que el sombrero. Carne firme, blanca y algo amarillenta hacia los bordes, de sabor afrutado, como el del albaricoque. Esporada cremosa.

Hábitat

En años lluviosos es un hongo frecuente, muy conocido en algunas comarcas de las provincias de Cádiz, Córdoba, Huelva y Málaga, siendo especialmente abundante en el Parque Natural de los Alcornocales. Crece en grupos numerosos en otoño y a finales de primavera, sobre todo en terrenos ácidos, bajo coníferas, frondosas y jarales.

Especies semejantes

Al parecer ha sido confundido a veces con la seta de olivo (*Omphalotus olearius*), tóxica, pero si nos fijamos en las láminas, hábitat, color y olor, se diferencian sin ninguna dificultad. Hay otros *Cantharellus* de diferentes tonalidades que resultan todos comestibles.

Comestibilidad

El rebozuelo es un hongo apreciado y cotizado en muchas regiones, que se comercializa alcanzando precios elevados. Tiene la cualidad de que no se parasita fácilmente. Se puede utilizar en cualquier guiso y es propio para consumirlo seco. Una receta de fácil preparación y muy apta para estas setas son los "rebozuelos a la provenzal": se cortan y doran en aceite caliente los rebozuelos limpios, se le añade un diente de ajo, perejil, sal y pimienta a gusto, se tapan y se rehogan durante 20 minutos y finalmente se espesa el líquido con pan rayado.

Cibarius (l) = Comida.

Cantharellus subpruinus Eyssart. & Buyck



TROMPETA AMARILLA

Características

***Cantharellus (l)* = En forma de copa.**

***Lutescens (l)* = Transformación al amarillo.**

Sombrero de 2'5 cm a 6 cm de diámetro, de color gris-pardusco más o menos oscuro sobre un fondo amarillo-naranja, con morfología tubular al principio, para embudarse al final. Las láminas están sustituidas por una especie de pliegues con grandes rugosidades y nervaduras decurrentes de color amarillo pálido. Pie largo, satinado, liso, de color amarillo-oro y tonalidades rosáceas. Carne delgada, flexible, de sabor dulce y un agradable olor a fruta. Esporada blanca cremosa.

Hábitat

Crece en otoño bajo pinares de suelos calizos, en lugares muy húmedos.

Especies semejantes

Se puede confundir con otros *Cantharellus*, todos comestibles, como el *C. tubaeformis*, de sombrero pardo-grisáceo, el *C. cinereus*, de color gris en su totalidad, etc.

Comestibilidad

Excelente comestible, es uno de los *Cantharellus* más deliciosos, teniendo además la cualidad de que no se agusana. Muy apropiado como guarnición de guisos y asados, pudiéndose desecar y usar posteriormente una vez remojado.

Craterellus lutescens (Fr.) Fr.



LENGUA DE GATO, DE OVEJA O DE VACA

	<i>Hydnum</i> (g) = Denominación primitiva de la trufa.	<i>Repandum</i> (l) = Replegado en lo alto y hacia arriba; por el borde del sombrero.
Características	Sombrero de 4 a 12 cm de diámetro, amarillo o blanquecino, aplanado, bastante carnoso, de morfología muy irregular, seco y aterciopelado, con borde lobulado. Como todos los <i>Hydnum</i> , en lugar de láminas o poros, poseen numerosos aguijones o púas que se desprenden fácilmente al tocarlos. Pie excéntrico, corto y macizo que con frecuencia crece unido al de otros ejemplares. Carne blanca-amarillenta, dura pero frágil y de sabor amargo. Esporada blanco crema.	
Hábitat	Generalmente se encuentra en bosques de encinas y más raramente en pinares, avanzado un poco el otoño, formando grupos o "corros de brujas". Aunque no es muy frecuente, podemos encontrarla en los Parques Naturales de Sierra Mágina, Sierras Subbéticas, Cazorla, Segura y las Villas, siempre que las condiciones meteorológicas sean favorables.	
Especies semejantes	Aunque menos frecuente, podría confundirse con el <i>H. rubescens</i> , de tonalidades rojizas, también comestible e incluso de mejor calidad culinaria. Por lo demás, debido a su particulares características, no existe ninguna otra confusión con hongos venenosos.	
Comestibilidad	Se considera un comestible bastante aceptable si se consumen ejemplares jóvenes y se preparan dándoles una cocción de unos 20 minutos, con lo cual eliminamos su sabor algo amargo. Se recomienda su preparación según la receta "tortitas de lengua de gato". Ingredientes: lenguas de gato, mantequilla, huevo, harina, aceite, sal y pimienta. Se rayan las setas limpias y se hace una masa con los ingredientes mencionados en proporciones razonables hasta formar unas tortitas que se rebozan con huevo y harina y se fríen en aceite caliente.	

Hydnum repandum L.:Fr.



LENGUA DE GATO ROJIZA

Características

Hydnum (g) = Denominación primitiva de la trufa.

Rufescens (l) = Que enrojece.

Sombrero de 3 a 8 cm de diámetro, de hemisférico a plano-convexo o algo deprimido, poco carnoso, con cutícula ocre a pardo-anaranjada. Bajo el sombrero no presenta láminas ni poros, sino una especie de agujones finos y frágiles de color blanco cremosos al principio y rojizos en la madurez, a modo de una densa alfombra. Pie a veces excéntrico, quebradizo y de tonalidades semejantes al sombrero o algo más pálidas. Carne blanco-cremosa, que con la edad suele tomar una cierta tonalidad encarnada. Sabor ligeramente amargo. Esporada blanco-cremosa.

Hábitat

Crece tanto en otoño como en invierno bajo coníferas y planifolios, en grupos poco numerosos. Aunque poco abundante, no es difícil observarla en los encinares de media montaña, principalmente durante los otoños lluviosos.

Especies semejantes

Es fácil de diferenciar de otros géneros, ya que no posee láminas, sino agujones. Se podría confundir con *Hydnum repandum*, mucho más frecuente, pero este último es más grande, carnoso y de color blanquecino.

Comestibilidad

Es un comestible bastante aceptable, muy buscado en algunas regiones. Una receta adecuada para esta seta es la «lengua de gato rebozada»: se limpian las setas y se eliminan sus agujones. Posteriormente se trocean en láminas gruesas, se salan, se añade una pizca de nuez moscada rayada, se rebozan en harina y huevo, y se fríen.

Hydnum rufescens Pers.



TENTULLO, TONTULLO, HONGO NEGRO

	Boletus (g) = Terrón de tierra.	Aereus (l) = Por su color bronceado.
Características	Sombrero de 6 a 18 cm de diámetro, primeramente hemisférico, después convexo, abierto solo en los ejemplares adultos, carnoso, seco y aterciopelado, de joven es de color oscuro, casi negro, después pardo-oscuro. Tubos y poros blancos en su juventud, siendo finos, largos y libres, para pasar en la vejez a amarillo-verdosos, como se aprecia en la fotografía. Pie duro, robusto, macizo, primero engrosado en la base y luego cilíndrico, de color pardusco, y superficie cubierta de un fino retículo. Carne blanca, dura y compacta, de olor y sabor agradables. Esporada ocre-amarillenta.	
Hábitat	Especie otoñal frecuente en los alcornocales y castañares de Andalucía Occidental, siendo muy abundante en el Parque Natural Sierra de Aracena y Picos de Aroche (Huelva) y en el Parque Natural Sierra Norte de Sevilla. En estas comarcas constituye, para algunas familias, un importante recurso económico, ya que se llega a pagar por él hasta a 10,82€/Kg., dedicándose en gran parte a la exportación.	
Especies semejantes	Fácilmente confundible con otra especie de hábitat parecido, el <i>B. edulis</i>, siendo este último más pálido, con cutícula algo viscosa, pie algo menos reticulado y también excelente comestible.	
Comestibilidad	Excelente comestible. Una de las mejores formas de cocinarlos es la proporcionada por Tomás Jarillo, de Calañas (Huelva), y se denomina "Tontullos al pimentón". Se procede de la siguiente manera: se cortan ajos en láminas finas y se fríen en un poco de aceite de oliva al que se le añaden unas hojas de laurel troceadas. Antes de llegar a dorarse se aparta la sartén y se le añade una cucharadita de pimentón dulce removiendo para que no se quemen. Se incorporan los tontullos picados en láminas añadiéndose un poquito de sal, friendo a fuego muy lento.	

Boletus aereus Bull.:Fr.



CALABAZA, SETA DE CALABAZA, HONGO BLANCO

	<i>Boletus (g) = Terrón de tierra.</i>	<i>Edulis (l) = Comestible.</i>
Características	Sombrero de 7 a 15 cm de diámetro, hemisférico, luego convexo-aplanado, pardo-castaño, con el borde más claro. Cutícula un poco viscosa, arrugada, aterciopelada de joven y lisa de adulto. Poros blancos al principio, después grisáceo-amarillentos y finalmente verdosos. Tubos largos y fáciles de separar del sombrero, del mismo color que los poros. Pie grueso, atenuado en la base, blanco a pardo, adornado por un débil retículo blanco en la parte superior. Carne blanca, inmutable, algo parda bajo la cutícula, primero dura y luego esponjosa. Sabor algo dulce y parecido en algo al de las avellanas. Esporada amarillo-olivácea.	
Hábitat	Especie otoñal que se desarrolla bajo todo tipo de bosques, planifolios, mixtos y de coníferas.	
Especies semejantes	Podría confundirse con <i>Boletus aereus</i>, considerado por muchos el de más calidad culinaria, por lo que no entraña peligro. <i>B. aereus</i> es de color más oscuro y no tan viscoso. También podría confundirse con <i>B. aestivalis</i> de pie mucho más reticulado y sombrero menos aterciopelado, y <i>B. pinicola</i>, de sombrero más rojizo. Todos estos Boletos son comestibles.	
Comestibilidad	Es, junto a <i>B. aereus</i>, el que presenta más importancia gastronómica. Resultan deliciosos los «boletos rellenos rebozados»: se limpian bien las setas, retirándose los tubos y la piel de los sombreros, los pies se reservarán para el relleno. Se corta un poco la parte interior del sombrero para sacar la pulpa y trocearla junto con los pies. En una cazuela se derrite mantequilla y se añaden las setas trituradas, sal pimienta y perejil picado. Se deja cocer todo a fuego lento durante 12 minutos y se añade salsa bechamel; se continua la cocción durante algunos minutos, se retira la cazuela del fuego y se deja que la salsa quede tibia. A continuación se rellenan los sombreros de las setas con esta salsa. Se unen los sombreros de dos en dos, se rebozan y se fríen.	

Boletus edulis Bull.:Fr.



BOLETO AMARILLENTO

	<i>Boletus</i> (g) = Terrón de tierra.	<i>Impolitus</i> (l) = No pulido; por el sombrero granuloso, flocoso.
Características	Sombrero de 10 a 15 cm de diámetro, hemisférico de joven para abrirse con la edad, de forma no muy regular, algo fibroso o granuloso. Color variable, normalmente pálido, amarillo-arcilloso o amarillo-ocre. Cutícula seca y finamente aterciopelada. Debajo del sombrero presenta unos tubos de color amarillo-oro o amarillo-violáceo, inmutables al tacto, delgados y de longitud mediana. Poros finos del mismo color que los tubos. Pie rechoncho, hinchado en la base y sin ningún tipo de retículo, de color amarillo o amarillo-pálido. Carne gruesa, de color blanquecino amarillento, con olor a fruta y sabor dulzón. Esporada de color marrón-oliva.	
Hábitat	Especie poco frecuente que se desarrolla en los encinares y alcornoques de Andalucía, tanto en suelos ácidos como básicos, principalmente en otoños lluviosos, creciendo en número reducido de ejemplares.	
Especies semejantes	Podría confundirse con el <i>Leccinum crocipodium</i> cuya carne en contacto con el aire vira al rosado-lilacino y después al negruzco. También con el <i>Boletus apendiculatus</i> menos frecuente y con un marcado retículo en el pie, que azulea al corte.	
Comestibilidad	Buen comestible, muy poco conocido en Andalucía a pesar de sus buenas cualidades orgánolépticas. Estas setas quedan muy bien a la parrilla: se eliminan los pies y los tubos, se colocan con el sombrero hacia arriba y se aliña con sal, pimienta, perejil y un chorreoncito de aceite, se ponen a fuego lento para no quemarlas, hasta que desaparezca parte del agua de la seta, secándolas y sirviéndolas muy calientes.	

Boletus impolitus Fr.



FAISÁN DE LA JARA

Características

Leccinum (l) = De la encina; por su hábitat.

Corsicum (l) = Originario de Córcega.

Sombrero de 4 a 8 cm de diámetro, hemisférico de joven para pasar a convexo con la edad. La cutícula es compacta y opaca en tiempo seco, de color pardo-rojizo a pardo-oscuro, agrietándose con la sequía prolongada; en tiempo húmedo es algo viscosa. Bajo el sombrero tiene tubos finos de color amarillo-claro que se separan fácilmente de la carne. Los poros son pequeños y de color amarillento. Pie cilíndrico, engrosado en el centro y más fino por la base, de aspecto áspero por la presencia de gránulos. Carne blanca o crema-pálida, compacta y espesa, de olor muy agradable a frutas. Esporada amarillenta.

Hábitat

Es una típica seta de la región mediterránea que vive en suelos ácidos acompañando a la jara, por lo tanto muy frecuente en Sierra Morena. Se desarrolla en otoños y primaveras lluviasas.

Especies semejantes

Es muy parecida, aunque de menor tamaño, a *L. lepidum*, pero éste prefiere encinares de zonas calizas. Se puede confundir con otros "Boletos", aunque sin peligrosidad en su consumo, ya que casi todos ellos resultan comestibles, a excepción del tóxico *Boletus satanas*, poco común y fácilmente diferenciable por los poros rojos y el color claro de su sombrero.

Comestibilidad

Es un comestible apreciado en muchas localidades de Sierra Morena, donde es muy buscado por los aficionados a las setas, y aunque suele ennegrecer con la cocción y oler un poco a yodo, resulta apetecible. En el Parque Natural de la Sierra de Cardena-Montoro, según Alfonso Vacas, se consume de la siguiente forma: se les quita el pie, se limpian los sombreros, se eliminan los tubos, se ponen boca-arriba, se les echa un chorreoncito de aceite, sal, ajo picado y perejil, y se ponen a la plancha a fuego lento unos 10 minutos.

Leccinum corsicum (Rolland) Bresinsky & Manfr. Binder



FAISÁN

Características

Leccinum (l) = De la encina; por su hábitat.

Lepidum (l) = Bonito, agradable.

Sombrero de 5 a 12 cm de diámetro, de joven hemisférico, plano-convexo en la madurez, primero amarillo-claro a pardo-anaranjado, después pardo-oscuro y finalmente aterciopelado, cuarteándose en placas delimitadas por grietas de color más pálido. Tubos largos, no soldados al pie, primero amarillentos, después amarillo-violáceos. Poros redondeados, de igual color que los tubos. Pie cilíndrico, ventrudo, con fuertes gránulos de color amarillo pálido, tomando tonalidades parduscas al roce o en la madurez. Carne blanquecina o algo amarillenta, enrojeciendo al corte y pasando después a tonalidades violeta-negruzcas. Olor y sabor muy agradables. Esporada olivácea.

Hábitat

Especie muy repartida por toda Europa, principalmente bajo árboles del género *Quercus*, frecuente en todos los encinares y quejigales de Andalucía.

Especies semejantes

Parecida a *Leccinum corsicum*, descrito en esta guía, aunque su hábitat y tamaño son diferentes.

Comestibilidad

Buen comestible, aunque poco conocido. En algunos países mediterráneos se comercializa adquiriendo precios muy elevados. Resultan muy sabrosos preparados con la receta descrita para *L. corsicum*, o bien con la siguiente: se eliminan los poros y se cortan en gruesos trozos, se rebozan en huevo y pan rallado, fríendose a fuego muy fuerte con abundante aceite durante poco tiempo, para que resulten esponjosos y suaves.

Leccinum lepidum (H. Bouchet ex Essette) Bon & Contu



BOLETO GRANULADO, BOJÍN

Características

***Suillus (l)* = De los cerdos; por su calidad. *Granulatus (l)* = Granulado, por su pie.**

Sombrero de 4 a 14 cm de diámetro, globoso a convexo, para extenderse con la edad. La cutícula se desprende con cierta facilidad, siendo viscosa en tiempo húmedo, de color pardo a pardo-amarillento. Debajo del sombrero presenta unos pequeños poros poligonales que en estado juvenil segregan unas gotitas acuosas dejando unas granulaciones pálidas o pardo-rojizas sobre el pie. Los tubos son cortos, de color amarillento y fácilmente separables de la carne. El pie es de una longitud mayor que el diámetro del sombrero, fibroso y atenuado en la base, con los gránulos característicos. Carne blanca amarillenta, dura de joven y blanda con la edad, de sabor dulce y olor agradable. Esporada ocre.

Hábitat

Crece de forma dispersa o en grupos, en bosques de coníferas, siendo muy común en el área mediterránea. Frecuente en otoños y primaveras lluviasas.

Especies semejantes

Se puede confundir con dos especies muy próximas, también frecuentes en Andalucía, como son el *Suillus bellinii*, de pie más corto y robusto con granulaciones más rojizas, y el *Suillus collinitus*, que tiene restos de micelio rosa en la base del pie, ambos comestibles.

Comestibilidad

Es un comestible aceptable si consumimos ejemplares jóvenes y quitamos los pies. El Bojín con tomate resulta muy sabroso; se cortan los pies, se eliminan los poros y la cutícula de los sombreros, se trocean y se cuecen a fuego fuerte, en aceite y con algo de sal. Esta seta suelta rápidamente agua, por lo que conviene esperar a que se evapore casi por completo. Simultáneamente, a fuego lento y removiendo bien, se habría frito el tomate con cebolla, el cual se añade a las setas, junto con un picadillo de jamón serrano. Se sirve caliente, y... “buen provecho”.

Suillus granulatus (L.) Roussel



GIROPORO

Características

Gyroporus (g) = De poros redondos.

Castaneus (l) = Castaño; por su color.

Sombrero de 4 a 8 cm de diámetro, de convexo a ligeramente extendido en la madurez, con cutícula fácilmente separable, aterciopelada y de color castaño, como indica su propio nombre, aunque en ocasiones es de color rojizo. Los tubos se separan fácilmente de la carne, forman un escote con el pie, y son blancos al principio, adquiriendo tonalidades amarillentas con la madurez. Poros redondos, finos, del mismo color que los tubos, pero oscureciéndose al rozarlos. Pie frágil, macizo cuando joven y hueco en la madurez, cavernoso y adelgazándose hacia la base, del mismo color que el sombrero. Carne muy compacta y frágil, blanca, aunque pueden apreciarse tonalidades algo rosadas. Sabor a avellana y olor ligeramente agradable. Esporada de color amarillo limón.

Hábitat

Crece en distintos tipos de bosques, prefiriendo los suelos silíceos, fundamentalmente en otoño.

Especies semejantes

Es una especie poco común que se asemeja a *Boletus badius*, diferenciándose por sus poros amarillos que azulean al roce, y a *G. cyanescens*, cuya carne se vuelve azul al roce.

Comestibilidad

Buen comestible. Una receta adecuada para esta especie son los «Buñuelos de Giroporos»: se limpian y se quitan los tubos y la piel del sombrero, se cortan en finas lonchas, se prepara una «gacheta» no muy clara (harina, agua, sal y levadura), se rebozan las lonchas de boletos y se frien en aceite muy caliente hasta que queden dorados.

Gyroporus castaneus (Bull.) Quél.



CAGARRIA

	<i>Morchella</i> = Esponja; por su aspecto esponjoso.	<i>Conica (l)</i> = Cónica.
Características	Sombrero de 4 a 7 cm de diámetro, cónico, obtuso, hueco, con la superficie en forma de panal de abejas, con costillas marcadas y paralelas dispuestas en línea recta partiendo del vértice hacia la base. Los alvéolos son irregulares y de morfología variable, de color grisáceo a pardo-ocráceo, con los márgenes ennegrecidos en la madurez. Pie cilíndrico, rugoso y en ocasiones engrosado en la base, hueco, blanquecino y con tonalidades pardas en la madurez. Carne frágil, delgada, blanquecina, de olor afrutado. La carne del pie es algo cartilaginosa. Esporada ocre-amarillenta.	
Hábitat	Crece en grupos reducidos, en bosques de ribera, alamedas fundamentalmente. También se puede encontrar en claros de encinar y pinar. No es muy frecuente, debido, generalmente, a la escasez de lluvia en la época primaveral, que es el periodo en que fructifica.	
Especies semejantes	Es fácil de diferenciar del resto de las especies del género <i>Morchella</i> más próximas y más comunes, como <i>M. elata</i> que presenta el ápice más agudo, y <i>M. esculenta</i> con las costillas no paralelas.	
Comestibilidad	Se trata de un excelente comestible, similar a <i>Morchella esculenta</i>. Las cagarrias en tortilla o revueltas con huevo resultan un plato rápido de cocinar y delicioso. Hay que tener en cuenta que para esta, como para todas las setas comestibles, existen autores que indican multitud de recetas, pero la mayoría son muy complejas y poco prácticas, con gran cantidad de ingredientes, pasando a un segundo o último plano el sabor de la seta en sí misma.	

Morchella conica Pers.



COLMENILLA, CAGARRIA, MORILLA

	<i>Morchella</i> = Esponja	<i>Esculenta</i> (l) = Por ser comestible.
Características	Las Colmenillas son setas que no poseen láminas sino una serie de alveolos, que como su propio nombre indica recuerdan a las celdillas de un panal de abejas. Su diámetro es de 4 a 20 cm, y su color amarillento. Pie blanquecino, cilíndrico, hueco y con una superficie áspera característica. Carne blanquecina acuosa, frágil, de sabor agradable. Esporada ocre amarillenta.	
Hábitat	Es una especie primaveral poco frecuente en Andalucía que crece en bosques de ribera. En el Parque Natural Sierra de Grazalema (Benamahoma, Zahara de la Sierra y El Bosque), incluso se hacen concursos sobre la recolección de este hongo. Las podemos recolectar en zonas húmedas, bajo chopos, olmos o fresnos.	
Especies semejantes	Existen varias especies parecidas como <i>Morchella elata</i> , <i>M. conica</i> , <i>M. semilibera</i> , etc., propias de otros hábitats, pero ninguna de ellas es tóxica, siempre que se consuman cocinadas y no en crudo. Se podrían confundir con alguna <i>Gyromitra</i> , tóxica en crudo, pero estas tienen un sombrero de aspecto cerebriforme y no poseen alveolos. También se puede confundir con la Verpa (<i>Verpa cónica</i>), de pie largo y sombrero en forma de dedal, arrugado, pero sin alveolos.	
Comestibilidad	Es una de las más apreciadas setas comestibles, encontrándose en mercados especializados a precios muy altos, tanto secas como frescas. Se pueden tomar en tortilla, rellenas, fritas, etc. Las "colmenillas salteadas" son un bocado delicioso propio de restaurantes de lujo: se cortan las colmenillas en rodajas bien limpias y se fríen en aceite unos minutos, se le añade sal y pimienta y se le retira el aceite sobrante, se pone mantequilla, cebolla, perejil y ajo picado, se dejan hervir lentamente, y se sirven calientes. En el P. N. Sierras Subbéticas se suelen consumir en tortilla.	

Morchella esculenta (L.) Pers.



OREJA DE GATO NEGRA

***Helvella* (l) = Legumbre.**

***Lacunosa* (l) = Cavidades; por las cavidades del pie.**

Características

Sombrero de 3 a 8 cm de altura y 2 a 3 cm de diámetro, con forma de silla de montar, con dos o tres lóbulos irregulares y contorneados, de color negro o pardo muy oscuro. El sombrero se encuentra más o menos soldado al pie a nivel del margen, que así mismo es muy ondulado y lobulado. Pie cilíndrico, hueco, de color blanco-grisáceo, más pálido que el sombrero. Longitudinalmente presenta unas acanalaciones o costillas muy características, formándose amplias cavidades, sobre todo hacia la base. Carne delgada, frágil, de olor y sabor poco apreciables. Esporada blanca.

Hábitat

Crece en bosques de encinas y quejigos, más raramente en pinares; suele formar grupos numerosos, siendo su época de fructificación el otoño.

Especies semejantes

Podría confundirse con *H. spadicea*, pero esta no presenta esas costillas características en el pie. *Helvella crispa* posee colores blanquecinos en el sombrero. *H. sulcata* es también una especie próxima, de menor tamaño y con el sombrero más negruzco, aunque para algunos autores se trata de la misma especie.

Comestibilidad

Es comestible, pero siempre con una cocción previa prolongada y tirando posteriormente el agua de la misma, ya que en crudo son tóxicas. Una buena forma de cocinarlas es como se hace con las colmenillas, es decir, salteándolas como se indica en la receta para esta especie.

Helvella lacunosa Afzel.



OREJA DE JUDAS

	<i>Auricularia (l) = Oreja.</i>	<i>Auricula-judae (l) = Oreja de Judas.</i>
Características	Esta curiosa seta nace en forma de concha o copa ondulada, de 3 a 8 cm de diámetro, recordando a simple vista a una oreja, de aquí su nombre popular. Es de color pardusco, de consistencia elástica, traslúcida y de aspecto gelatinoso, recorrida por venas ramificadas, como se puede apreciar en la fotografía. Pie casi nulo o muy corto. Esporada blanca.	
Hábitat	Es frecuente encontrarla formando grupos, después de las lluvias, sobre ramas y troncos de árboles debilitados por la edad, como pueden ser alcornoques, higueras, nogales, sauces, etc. En tiempo seco se contrae y es difícil verla. Muy frecuente en toda Andalucía.	
Especies semejantes	Es difícil confundirla gracias a su característica forma de oreja, pero para el iniciado podría confundirse con la <i>A. mesenterica</i> , de hábitat muy similar pero con la parte superior muy pelosa y de colores diferentes.	
Comestibilidad	Aunque se consume poco en España, si exceptuamos algunas regiones como Cataluña y País Vasco, en la cocina oriental es muy apreciada, siendo frecuente verla en cualquiera de los restaurantes chinos andaluces. Se cultiva en Japón. Una forma de consumirla muy apetitosa es en crudo, aliñada como las ensaladas, y a pesar de su consistencia elástica resulta muy sabrosa.	

Auricularia auricula-judae (Bull.) Qué.



PEDO DE LOBO, FOLLÓN DE LOBO

Características

***Lycoperdon* (g) = Pedo de lobo; por la forma de dispersar las esporas.**

Se trata de un hongo globoso de 3 a 5 cm de diámetro, con una base alargada que le confiere una morfología piriforme cuando la sacamos de la tierra. De color blanco, al igual que la carne en su estado de juventud. La cubierta exterior está adornada por gránulos o espinas piramidales que se desprenden fácilmente. En los hongos maduros desaparecen las espinas y la seta se torna de un color pardo-amarillento, en cuyo interior existe una masa esporal pulverulenta de color pardusco que es expulsada por un orificio situado en la parte superior. Los niños se divierten pisando estos hongos ya que estallan desprendiendo polvo que no es más que la masa esporal. Esporada amarillo-verdosa.

Hábitat

Es uno de los pedos de lobo más frecuentes. Se desarrolla tanto en primavera como en otoño, bajo coníferas, frondosas, etc. Los ejemplares aparecen normalmente formando grupos. Muy frecuente en Sierra Morena y en otras localidades de Andalucía.

Especies semejantes

Hay varios pedos de lobo muy similares que pueden confundirse con *L. perlatum*, como son *L. umbrinum*, *L. pyriforme* y *L. molle*, pero que no entrañan ningún problema de toxicidad.

Comestibilidad

Han de recolectarse siempre muy jóvenes, es decir, cuando están completamente blancos. Resultan muy sabrosos fritos, pudiendo utilizarlos como guarnición en carnes y pescados. Hay que consumirlos rápidamente para que no se estropeen. Cortados en rodajas el tiempo de cocción es de unos 10 minutos. Una forma muy especial de comérselos es en arroz con leche.

Lycoperdon perlatum Pers.



LENGUA DE BUEY

Características

***Fistulina (l)* = Tubuloso como las cañas; con poros.**

***Hepatica (g)* = Con forma de hígado.**

Es una masa carnosa y viscosa de 10 a 20 cm de diámetro y 2 a 3 cm de espesor, con forma de lengua o hígado, de aquí su nombre. Su color es rojo a pardo-oscuro, similar al de un hígado, la parte inferior tiene un color crema rosado, con tubos cortos y finos, de color amarillento. La carne, al cortarla, segrega un látex parecido a la sangre. Pie lateral y casi inexistente, del mismo color que el sombrero, unido al tronco del árbol del que nace. Esporada rosada.

Hábitat

Crece en otoños sobre troncos de diferentes árboles, tales como robles, castaños, y quejigos. Muy frecuente en los castaños andaluces, donde es muy conocida aunque poco consumida.

Especies semejantes

Especie inconfundible.

Comestibilidad

Los ejemplares jóvenes pueden ser consumidos crudos, en ensaladas, o cocinados como cualquier otra seta. Hay que desechar los ejemplares viejos, más coriáceos y ácidos. Es una seta muy conocida en gran cantidad de países europeos, al igual, aunque en menos proporción, que en el Norte de España.

Fistulina hepatica (Schaeff.) With.



TURMA, CRIADILLA DE TIERRA, PATATA DE TIERRA

	<i>Terfezia</i> (árabe) = Trufa, en árabe Terfez. <i>Arenaria</i> (l) = Arenosa, por su hábitat.
Características	Este hongo subterráneo (hipogeo), muy semejante a una patata mediana, llega a medir de 3 a 10 cm de diámetro. La capa externa o peridio, en su fase juvenil es de un color blanco-amarillo, para pasar en la madurez a tonos rojizos y finalmente parduscos, siendo al principio lisa y agrietándose en la vejez. La carne (o gleba) es de tonos crema-rosados presentando una especie de tabiques más claros pero poco pronunciados. Presenta un olor fúngico suave y sabor dulce. Esporada ocrácea.
Hábitat	Es primaveral, muy conocida y bastante popular en algunas localidades de Sierra Morena, principalmente de las provincias de Córdoba y Jaén. Crece en las dehesas y bosques aclarados de encinas y alcornoques principalmente, bajo los que se desarrolla una pequeña planta anual denominada "madre de la criadilla" o "hierba turmera" (<i>Tuberaria guttata</i>) con la que establece simbiosis micorrícica. Es un hongo que se desarrolla casi por completo bajo el suelo, por lo que resulta difícil su localización y tan sólo los expertos buscadores consiguen buenas recolectas.
Especies semejantes	Muy parecida y de hábitat similar a <i>T. leptoderma</i> , la cual muestra preferencia por los jarales. En Sierra Morena, viviendo entre las jaras existe una especie parecida pero perteneciente al género <i>Choiromyces</i> , es la "criadilla jarera", especie también comestible, confundida a veces con <i>Terfezia arenaria</i> .
Comestibilidad	Buen comestible y muy apreciada en algunas localidades. Se puede consumir, y resultan muy buenas, revueltas con huevo y espárragos trigueros, o en tortilla, constituyendo arraigados platos típicos de algunas localidades.

Terfezia arenaria (Moris) Trappe



TRUFA NEGRA

	<i>Tuber (l) = Tumor, excrecencia.</i>	<i>Nigrum (l) = Negro.</i>
Características	Es un hongo subterráneo (hipogeo), de tamaño semejante a una pequeña naranja (de 2 a 10 cm de diámetro), aunque de morfología más irregular. Inicialmente pardo-rojizo, para pasar después a negro-mate, cubierto de verrugas poligonales no muy pronunciadas. Al corte presenta una masa compacta (gleba), tierna, negruzca, recorrida por venas blanquecinas ramificadas. Presenta un intenso y aromático olor. Esporada pardo-oscuro.	
Hábitat	Encinares, formando micorrizas con la encina. En otras regiones españolas y europeas micorriza también con otras especies diferentes de la encina. En Andalucía tiene una distribución muy localizada, estando sólo presente en algunas sierras de Jaén y Granada.	
Especies semejantes	Puede confundirse con la trufa de verano (<i>T. aestivum</i>), presente también en Andalucía, mucho más frecuente que la trufa negra, aunque de calidad culinaria inferior.	
Comestibilidad	Está considerada como el mejor de los hongos y setas comestibles, por lo que alcanza precios desorbitados, por ello se le ha denominado el "diamante negro de la cocina". Su búsqueda es muy laboriosa y complicada ya que es necesario la utilización de perros o cerdos adiestrados para este fin. Aunque en Andalucía se consume relativamente poco, es frecuente verla en los buenos supermercados en frasquitos de vidrio, utilizándose preferentemente para trufar pollos y pavos. Casi toda la producción española se destina a mercados italianos y franceses. Para quien tenga la suerte de encontrar unos ejemplares, se aconseja la siguiente receta, "tortilla de trufas": en un recipiente se mezcla una trufa rallada con cuatro yemas de huevo y vino de Jerez, sazonándolo todo con sal y pimienta; se montan las claras a punto de nieve y se incorporan a la preparación anterior; se calienta aceite en una sartén y, cuando esté muy caliente se vierte la preparación removiendo rápidamente con un tenedor. La cocción debe ser corta para que la tortilla quede jugosa.	

Tuber melanosporum Vittad



GLOSARIO

Acículas: Hojas de los pinos.

Adherentes: Ver adnadas.

Adnadas: Ampliamente unidas al pie, referente a la unión de las láminas con el pie.

Alveolos: Cavidades que presentan algunos grupos de hongos tales como el grupo *Morchella* (Colmenillas).

Anillo: Membrana que rodea al pie procedente del velo parcial que protege a las láminas.

Caducifolios: Árboles de hoja caduca que se cae en determinados periodos.

Carne: Masa interior de los hongos.

Carpóforo: Cuerpo fructífero de los hongos superiores productor de esporas.

Coníferas: Árboles o arbustos que producen conos o piñas.

Coriáceo: De consistencia muy dura, como la madera.

Corro de brujas: Grupo de setas que crecen formando círculos.

Cortina: Velo formado por numerosos hilos a modo de cortina que presenta el género *Cortinarius*.

Cutícula: Piel o cubierta externa del sombrero.

Decurrentes: Referido a las láminas que se unen y prolongan por el pie hacia abajo.

Delicuescente: Que se hace líquido.

Deprimido: Curvado hacia abajo.

Esporas: Células reproductoras capaces de germinar y producir otro hongo.

Esporada: Cúmulo de esporas en masa en la que apreciamos el color.

Hábitat: Sustrato o zona donde se desarrolla una determinada especie.

Hifa: Filamentos individuales que al agruparse forman el himenio y el cuerpo fructífero.

Himenio: Parte fértil de las setas.

Hipogeos: Grupo de hongos que se desarrollan de forma subterránea.

Látex: Líquido que segrega la carne de algunos hongos.

Mamelón: Abultamiento a modo de lomo de la parte central del sombrero de algunas setas.

Margen: Borde o zona periférica del sombrero o volva.

Micorriza: Simbiosis o estrecha relación entre la raíz de una planta y un hongo, beneficiosa para ambos.

Micelio: Masa de hifas que forman el verdadero hongo.

Planifolios: Árboles de hojas planas.

Poros: Aberturas de los tubos hacia el exterior.

Simbiosis: Asociación de dos seres de distinta especie en la que ambos resultan beneficiadas.

Tubos: Pequeños cilindros que forman el himenio de algunos géneros de hongos, en los que se aprecian sus poros.

ÍNDICES DE NOMBRES CIENTÍFICOS

<i>Agaricus bitorquis</i> (Quél.) Sacc.	33	<i>Lactarius deliciosus</i> (L.) Gray	61
<i>Agaricus campestris</i> L.:Fr.	35	<i>Lactarius rugatus</i> Kühner & Romagn.	63
<i>Agaricus silvicola</i> (Vittad.) Peck	37	<i>Lactarius semisanguifluus</i> R. Heim & Leclair	65
<i>Agrocybe cylindracea</i> (DC.) Maire	39	<i>Leccinum corsicum</i> (Rolland) Bresinsky & Manfr. Binder	107
<i>Amanita caesarea</i> (Scop.) Pers.	41	<i>Leccinum lepidum</i> (H. Bouchet ex Essette) Bon & Contu	109
<i>Amanita ponderosa</i> Malençon & R. Heim	43	<i>Lepista nuda</i> (Bull.) Cooke	67
<i>Amanita rubescens</i> Pers.	45	<i>Lepista personata</i> (Fr.) Cooke	69
<i>Amanita vaginata</i> (Bull.) Lam.	47	<i>Lycoperdon perlatum</i> Pers.	123
<i>Armillaria mellea</i> (Vahl) P. Kumm.	49	<i>Lyophyllum decastes</i> (Fr.) Singer	71
<i>Auricularia auricula-judae</i> (Bull.) Quél.	121	<i>Macrolepiota mastoidea</i> (Fr.) Singer	73
<i>Boletus aereus</i> Bull.:Fr.	101	<i>Macrolepiota procera</i> (Scop.) Singer	75
<i>Boletus edulis</i> Bull.:Fr.	103	<i>Marasmius oreades</i> (Bolton) Fr.	77
<i>Boletus impolitus</i> Fr.	105	<i>Melanoleuca grammopodia</i> (Bull.) Murrill	79
<i>Cantharellus subpruinosis</i> Eyssart. & Buyck	93	<i>Morchella conica</i> Pers.	115
<i>Craterellus lutescens</i> (Fr.) Fr.	95	<i>Morchella esculenta</i> (L.) Pers.	117
<i>Infundibulicybe geotropa</i> (Bull.) Harmaja	51	<i>Pleurotus eryngii</i> (DC.) Quél.	81
<i>Clitocybe odora</i> (Bull.) P. Kumm.	53	<i>Pleurotus eryngii</i> var. <i>ferulae</i> (Lanzi) Sacc.	83
<i>Clitopilus prunulus</i> (Scop.) P. Kumm.	55	<i>Pleurotus ostreatus</i> (Jacq.) P. Kumm.	85
<i>Coprinus comatus</i> (O.F. Müll.) Pers.	57	<i>Russula cyanoxantha</i> (Schaeff.) Fr.	87
<i>Fistulina hepatica</i> (Schaeff.) With.	125	<i>Russula virescens</i> (Schaeff.) Fr.	89
<i>Gyroporus castaneus</i> (Bull.) Quél.	113	<i>Suillus granulatus</i> (L.) Roussel	111
<i>Helvella lacunosa</i> Afzel.	119	<i>Terfezia arenaria</i> (Moris) Trappe	127
<i>Hydnum repandum</i> L.:Fr.	97	<i>Tricholoma terreum</i> (Schaeff.) P. Kumm.	91
<i>Hydnum rufescens</i> Pers.	99	<i>Tuber melanosporum</i> Vittad.	129
<i>Laccaria laccata</i> (Scop.) Cooke	59		

INDICE DE NOMBRES VULGARES

Amanita enfundada	46	Hongo negro.....	100
Amanita vinosa	44	Iacaria	58
Armillaria de color miel	48	Lengua de buey	124
Barbuda	56	Lengua de gato.....	96
Bojín	110	Lengua de gato rojiza	98
Boleto amarillento.....	104	Lengua de oveja	96
Boleto granulado.....	110	Liófilo agregado.....	70
Cabrilla	92	Mízcalo.....	60
Cagarria	114	Molinera.....	54
Calabaza	102	Morilla	116
Carbonera	86	Níscalo	60
Champiñón de campo	34	Níscalo arrugado.....	62
Champiñón anisado	36	Níscalo sanguinolento.....	64
Champiñón bianillado.....	32	Negrilla.....	90
Chivato	56	Oreja de gato negra	118
Colmenilla	116	Oreja de Judas	120
Criadilla de tierra.....	126	Oronja	40
Faisán	108	Paraguas	74
Faisán de la jara.....	106	Parasol	74
Follón de lobo	122	Patata de tierra	126
Gallipierno.....	74	Pedo de lobo	122
Giroporo	112	Pie azul	66
Guíscano.....	60	Pie violeta	68
Gurumelo.....	42	Platera.....	50
Hongo	34	Rebozuelo.....	92

INDICE DE NOMBRES VULGARES

Rusula cambiante	88	Seta de mimbre	84
Senderuela.....	76	Seta de palillo	76
Seta anisada	52	Seta de vaca.....	68
Seta de álamo	38	Tana	40
Seta de cañadilla.....	78	Tentullo.....	100
Seta de cañaheja.....	82	Tontullo.....	100
Seta de cardo	80	Trompeta amarilla.....	94
Seta de cerdos	86	Trufa negra.....	128
Seta de los chopo	38	Yema	40
Seta de membrillo	48		

NOTAS

NOTAS

NOTAS

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....