

Gruppo Ecomicologico



Montecchio Maggiore



***Spigolature
Ecomicologiche 2026***

Via S. Pio X n. 2 - 36075 Montecchio Maggiore (VI)

info@gruppoecomilogicomm.it

www.gruppoecomilogicomm.it

Sommario	pag.	2
Calendario attività Sciale 2026.	pag.	3
L'agenda del gruppo	pag.	4-5
LEPISTE PIU' COMUNI <i>G. Ferron</i>	pag.	6-9
SPECIE POCO COMUNI nelle nostre zone <i>M. De March</i>	pag.	10-11
FUNGHI A CONFRONTO <i>P. Braggion</i>	pag.	12-16
Tossicologia: BOTULISMO <i>P. Braggion</i>	pag.	17-19
ALBERI <i>M. De March</i>	pag.	20-21
FIORI ED ERBE spontanee del nostro territorio <i>D. Doro</i>	pag.	22-25
ERBE commestibili, aromatiche, medicinali <i>D. Doro</i>	pag.	26-27
POESIA <i>G. Cervato</i>	pag.	28
Vita associative 2025	pag.	29-30
Funghi in cucina <i>G. Pegoraro</i>	pag.	31

In copertina: ***Lepista flaccida*** (Sowerby) Pat

Progetto e impaginazione grafica: Pegoraro Giuseppe per il “***Gruppo ecomiologico***”
Montecchio Maggiore (VI) Marzo 2026

Regolamento per la consultazione ed il prelievo di libri e riviste

- 1) La biblioteca è a disposizione dei Soci in regola con il tesseramento.
 - 2) I libri e le riviste possono essere consultati in sede nelle serate d'attività del Gruppo (lunedì).
 - 3) I libri e le riviste possono essere prelevati dai Soci e portati a casa, previa annotazione nell'apposito registro, della data di prelievo, del titolo dell'opera e della firma del Socio. I libri prelevati possono essere trattenuti dal Socio per più settimane con l'obbligo tassativo di riportarli in sede negli incontri del lunedì sera.
 - 4) Il Socio è responsabile della buona conservazione e restituzione dei libri e delle riviste prelevate. I danni che deturpino i libri e le riviste o il loro smarrimento saranno addebitati al Socio.
- NB:** Si fa presente a tutti i Soci che il Gruppo è dotato di un telefono cellulare **N. 3397483596** che sarà attivato nelle serate del lunedì e in occasione degli eventi come mostre, gite e altre manifestazioni.
- A tutti gli associati che ci vorranno fornire il loro numero di cellulare o di e-mail, in ordine con il tesseramento, sarà possibile inviare dei messaggi per ricordare notizie ed iniziative inerenti all'attività del Gruppo.

N.B. Le serate avranno inizio alle ore 20.30 presso la sede sociale in Via S. Pio X n. 2 - 36075 Montecchio Maggiore (VI)

Dopo la chiusura dell'attività sociale, la sede rimarrà aperta nelle serate del lunedì per l'attività di organizzazione, studio e segreteria.

I Soci che intendono collaborare con il Consiglio direttivo, consultare libri, osservare diapositive e discutere di micologia sono sempre i benvenuti.

Calendario attività sociale 2026

- 30 marzo** Assemblea Ordinaria dei Soci: **Apertura anno Sociale 2026**
Approvazione del bilancio.
- 13 aprile** **CORSO DI MICOLOGIA DI BASE** (Morfologia 1ª parte) *Rel. P. Braggion*
- 20 aprile** **CORSO DI MICOLOGIA DI BASE** (Morfologia 2ª parte) *Rel. P. Braggion*
- 27 aprile** **CORSO DI MICOLOGIA DI BASE** (I generi 1ª Parte) *Rel. M. De March*
- 04 maggio** **CORSO DI MICOLOGIA DI BASE** (I generi 2ª Parte) *Rel. M. De March*
- 11 maggio** **CORSO DI MICOLOGIA DI BASE** (Tossicologia) *Rel. G. Ferron*
- 18 maggio** **CORSO DI MICOLOGIA DI BASE** (Commestibilità) *Rel. G. Ferron*
- 24 maggio** Domenica: **GITA PRIMAVERILE CAMPOFONTANA** *Acc. M. De March*
- 25 maggio** Conferenza: **RUSSULACEAE** *Rel. R. Baldisserotto*
- 08 giugno** Conferenza: **AMANITACEAE** *Rel. M. De March*
- 15 giu. / 20 lug.** . . . Ogni lunedì: **Funghi dal vero.** Determinazione e illustrazione dei funghi raccolti dai Soci. *Rel. Gruppo di Studio*
- 27 lug. / 17 ago.** . . **PAUSA ESTIVA**
- 24 ago. / 16 nov.** . . Ogni lunedì: **Funghi dal vero.** Determinazione e illustrazione dei funghi raccolti dai Soci. *Rel. Gruppo di Studio*
- 05/06 settembre** . . **46ª ESPOSIZIONE MICOLOGICA** a Montecchio Magg. (*c/o P.P. Giuseppini*)
- 26/27 settembre** . . **28ª ESPOSIZIONE MICOLOGICA** Grancona (VI) (*c/o Casa Alpina*)
- 11 ottobre** Domenica: **ESCURSIONE MICOLOGICA AL SORES** *Guidati da R. Sinico*
- 22 novembre** Domenica: **PRANZO SOCIALE** (con sottoscrizione a premi)
- 23 novembre** **Assemblea ordinaria dei SOCI chiusura ANNO SOCIALE 2026**
- 21 dicembre** **Scambio AUGURI NATALIZI** in sede

CORTE delle FILANDE (Conferenze fuori Sede)

Mercoledì 15 Aprile: “I GRANDI CARNIVORI” *Rel. Jessica Peruzzo.*

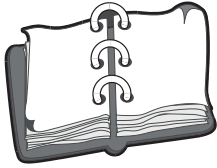
Mercoledì 22 Aprile: “I TESORI DEL BOSCO” *Rel. Pierluigi Braggion.*

GRUPPO DIDATTICA SCUOLE

Domenica 31 maggio: **CAMPO SCUOLA “EAGLES”** uscita con il “Gruppo Didattica Scuole” e gli “Alpini della Val Liona”, in località S. Gottardo, con gli studenti delle scuole primarie della Val Liona.

Nel corso dell'anno sono programmate 8 uscite didattiche con le classi di 4ª primaria dei vari plessi scolastici di Montecchio Magg. condotte dal “**Gruppo Didattica Scuole**”.

Soci accompagnatori: *R. Baldisserotto, L. Caletti, P. Colalto, A. Cracco, F. Ferrari, L. Fornasa, M.S. Omazzi, S. Pegoraro, L. Priante, C. Rigo, R. Santacà*



RELAZIONE del PRESIDENTE ANNO 2025

Il 2025 che abbiamo appena salutato, dal punto di vista micologico, è stato un anno molto positivo. Partito un po' in sordina con i funghi estivi si è rivelato poi, dall'estate in avanti, molto generoso e costante nella "fioritura" fungina che si è protratta fino alle prime settimane di novembre concedendo in questo mese delle ottime raccolte di "geotrope" e "morette".

Gli impegni che avevamo programmato sono stati tutti finalizzati ottimamente con la presenza in aumento nel numero di partecipanti: ai corsi, alle serate a tema in sede e alla Corte delle Filande, alle esposizioni micologiche a Montecchio Maggiore e in Val Liona. Una menzione particolare e un ringraziamento dobbiamo farlo ai partecipanti, agli organizzatori e alle persone che si sono adoperate per l'ottima riuscita del pranzo sociale, con una ricchissima, oserei dire quasi esagerata, estrazione a premi che ha registrato il numero record di 134 partecipanti, in una bella sala panoramica del ristorante Enrico VIII di Arcugnano.

Tutto ciò tuttavia non nasce per caso, ma è il frutto del lavoro di un Gruppo coeso, con i soci che sostengono il Consiglio Direttivo e lo supportano con la loro presenza nelle varie iniziative, fornendo suggerimenti, portando omaggi, come in occasione della sottoscrizione a premi e prelibatezze nelle Assemblee di inizio e fine attività e nella serata degli auguri Natalizi in sede. Un Gruppo unito e affiatato, pur nelle specificità dei singoli, che trova nel rispetto della natura e nella conoscenza dei funghi il giusto collante che tiene unito in nostro *Gruppo Ecomicologico* da ben 48 anni.

Ma andare a raccogliere funghi, con il dichiarato scopo culinario, e magari con lo spirito e la curiosità di imparare a conoscerne uno in più, risulta essere solo un hobby o racchiude in sé qualche cosa di più profondo? Come ho accennato in occasione della serata degli auguri Natalizi in sede, l'andar per funghi forse non è solo un semplice passatempo ma un amalgama di fattori che portano ad uno stato psico-fisico positivo.

La natura è un rifugio prezioso per il benessere, una camminata all'aria aperta immersi nel bosco o nel verde di un prato ti porta allo stacco dalla vita frenetica e diminuisce drasticamente il bombardamento di stimoli a cui siamo costantemente esposti, ci disconnettiamo dalla tecnologia. Quasi certamente avremo con noi il telefono cellulare, per motivi di sicurezza, ma certamente non andremo su YouTube o su Whatsapp ogni mezzora. Il FOREST- BATHING (Bagno nella foresta), nel Giappone degli anni Ottanta veniva usato come antidoto allo stress, poiché alcuni studi avevano rilevato la conseguente diminuzione del suo ormone precursore, il cortisolo. Quando entriamo in un bosco il nostro sistema nervoso entra in uno stato

di calma. Immersi nella quiete, camminando lentamente, si presta maggiore attenzione ai suoni naturali, come il fruscio del vento che attraversa le chiome degli alberi, il canto degli uccelli o semplicemente il rumore di un animale che corre o dei nostri passi fra le foglie secche, e agli odori, di terra umida, di muschio, o di erba appena tagliata. Andare alla ricerca di funghi, sempre meglio se accompagnati da un familiare o da un amico, è parte di uno stile di vita attivo. L'attività fisica moderata e regolare rinforza il tono muscolare, migliora la circolazione sanguigna con beneficio cardiovascolare e consente un sonno più tranquillo e sappiamo che un buon dormire rigenera in modo significativo la mente e il corpo.

L'essere membro di un Gruppo Micologico, disquisire con gli amici di funghi, di ambienti naturali, di condizioni metereologiche, di fasi lunari, di alberi, di erbe selvatiche, sono fattori che stimolano la mente e il confronto interpersonale apre a nuove conoscenze. Il frequentare i corsi di micologia, per imparare a conoscere una nuova specie, per potere distinguere con sicurezza un fungo tossico da uno commestibile, confrontandosi anche con i colleghi, arricchisce il proprio bagaglio personale e ogni volta si aggiunge una tessera al mosaico del nostro sapere. Il potere imparare e volere conoscere con esattezza alcune tipologie di funghi, di alberi o di erbe selvatiche, stimola la mente e rafforza la memoria. Quando poi si riesce a costruire un proprio, anche se inizialmente piccolo, bagaglio di conoscenze si rafforza l'autostima e cresce la fiducia in se stessi.

Chi frequenta un Gruppo Micologico, ha sentito dire più volte che quasi tutta, per non dire tutta, la micologia passa o è passata per la cucina. Allora quando abbiamo fatto una bella camminata fra boschi e prati e torniamo a casa con il nostro bel raccolto ci accingeremo, il più velocemente possibile, a pulirlo e a cucinarlo. E anche in questo ambito ci sono, all'interno di un Gruppo Micologico, vari scambi di interessanti informazioni. Chi certe tipologie di funghi li preferisce insaporiti con l'aglio, chi li profuma con il brandy, chi li cuoce con un po' di cipolla, insomma le cose che si imparano e si insegnano sono tantissime e le ricette da provare con i vari abbinamenti sono molteplici. Quando infine un collega ci dice di avere realizzato, su nostro consiglio, una nuova ricetta e di averla trovata molto buona, qui ci si sente appagati e l'autostima migliora ulteriormente. Anche se il suggerimento non è proprio farina del nostro sacco ma è una competenza di nostra moglie.

Andare a raccogliere i funghi insomma non è un semplice passatempo, ma è un'attività che comporta la messa in pratica di diverse competenze e nel compierla, inconsciamente, aiutiamo il nostro corpo a stare bene, traendone beneficio sotto l'aspetto psico-fisico, e sono convinto che sia proprio questa combinazione di fattori che ci fa stare bene insieme, ormai da quasi dieci lustri.

IL PRESIDENTE *Pierluigi Braggion*

Alcune *Lepiste* tra le più comuni dalle nostre parti

A cura di *Giuliano Ferron*

Tra i funghi con portamento tricolomoide o clitociboide il genere "*Lepista*" comprende funghi la cui unica caratteristica macroscopica distintiva è il fatto che le lamelle si separano nettamente dalla carne, a pacchetti, lasciando la superficie interna del cappello perfettamente liscia, senza residui. L'altra caratteristica che identifica la specie si può apprezzare solo microscopicamente in quanto riguarda le spore; nel genere *Lepista* le spore sono ornamentate (ruvide) mentre quelle del genere *Clitocybe* sono lisce.

Con la biologia molecolare si sono evidenziate anche altre caratteristiche filogenetiche che hanno determinato l'ulteriore suddivisione in generi diversi. Per quanto riguarda la descrizione delle specie trattate si farà riferimento alla nomenclatura tradizionale. Nella descrizione stessa non sono incluse le "*Lepiste*" con colorazioni violette in quanto già trattate a parte nel bollettino "Spigolature Ecomicologiche 2006". Ultima informazione di carattere generale: nessuna specie del genere *Lepista* risulta essere tossica. Il consumo deve però avvenire solo previa adeguata cottura; per quanto riguarda i caratteri organolettici la componente aromatica di alcune *Lepiste* non è da tutti gradita e può provocare intolleranze in soggetti predisposti.

Lepista flaccida (Sowerby) Pat.

Sin.: *Lepista inversa* (Scoop.) Pat. - *Paralepista flaccida* (Sowerby: Fr.) Vizzini 2012

Cappello: 7 – 10 cm di diametro, elastico poco carnoso, a lungo involuto e presto depresso al centro, a forma di imbuto, igrofano, di colore giallastro/arancio o arancio/rossastro a volte con macchie rugginose, margine sinuoso.

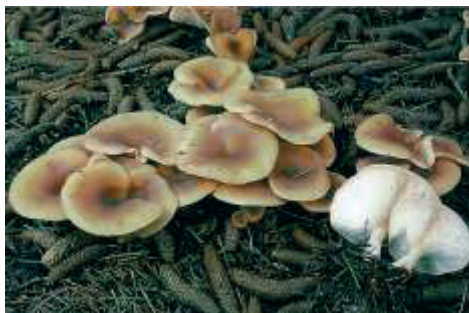
Lamelle: fitte, decorrenti, di colore arancio rosato pallido, separabili dalla carne del cappello; matura spore finemente verrucose, bianche in massa.

Gambo: 4-6 cm per 0,3 – 1 cm di diametro, piuttosto corto rispetto al diametro del cappello, cilindrico ingrossato alla base che ingloba il substrato, elastico ma presto molle, fibrilloso sub concolore al cappello.

Carne: rossastra, elastica e fibrosa, odore non gradevole come di gomma.

Habitat: fungo terricolo, ubiquitario, molto comune, cresce in tarda estate-autunno anche in numerosi esemplari nei boschi e nelle radure sulle lettiere di latifoglie e aghifoglie.

Commestibilità: commestibile.



Lepista gilva (Pers. : Fr.) Roze



Sin.: *Paralepista gilva* (Pers.) Vizzini 2012

Cappello: 8 – 10 cm di diametro, da campanulato a piano-depresso, carnoso, poco igrofano, beige-caffelatte, con presenza sulla superficie di guttule di piccole dimensioni distribuite soprattutto verso il bordo esterno (non sempre apprezzabili); margine sinuoso/lobato, involuto a volte costolato

Lamelle: fitte, decorrenti, separabili facilmente dalla carne del cappello, di colore bianco con riflessi carnicini; matura spore bianche – crema in massa.

Gambo: 4 – 6 cm corto rispetto al diametro del cappello, robusto e carnoso, un po' fibroso, con base spesso con residui fioccosi inglobanti sottobosco.

Carne: giallina con odore aromatico simil gomma.

Habitat: in boschi di conifere spesso su lettiera di aghi, sub cespitoso, si sviluppa in tarda estate autunno.

Commestibilità: commestibile.

Lepista panaeolus (Fr.)P. Karst.

Sin: *Lepista luscina* (Fr.) Singer

Cappello: 5 - 10 cm di diametro, piano convesso, margine prima involuto poi disteso, carnoso, cuticola liscia di colore grigiastro con anche tonalità brune, il margine reca come ornamentazione delle guttule più scure che a seconda delle condizioni climatiche possono esser più o meno evidenti.



Lamelle: fitte, da adnate a sub decorrenti, prima bianche poi brunastre, separabili facilmente dalla carne del cappello; matura spore rosato-grigiastre.

Gambo: 5 – 8 cm x 1 – 1,5 cm di diametro, cilindrico a volte incurvato alla base, da biancastro a grigiastro – concolore al cappello.

Carne: biancastra, fragile con odore farinoso e sapore dolciastro.

Habitat: tipicamente praticolo, cresce nei pascoli di montagna e nelle radure erbose dei boschi gregario-sub cespitoso anche in ampi cerchi.

Commestibilità: commestibile.

Lepista irina (Fr.) H.E. Bigelow

Cappello: 4 cm – 12 cm di diametro, da convesso ad appianato, anche leggermente depresso, con basso umbone ottuso, margine involuto, superficie pileica liscia da biancastra a ocrato-rosato con sfumature beige, un po' igrofana.

Lamelle: adnate, mediamente fitte di colore bianco-ocrato carnicino; separabili facilmente dalla carne del cappello, matura spore bianche.

Gambo: 5 - 10 cm x 1 – 2,5 cm di diametro, cilindrico, pieno ingrossato alla base, fibrilloso, concolore al cappello.

Carne: biancastra sfumata di rosa, odore intenso floreale tipico (iris).

Habitat: prati e pascoli alpini, cresce gregario formando ampi cerchi.

Commestibilità: non commestibile per i caratteri organolettici scadenti.



Lepista rickenii Bon



Cappello: 6 - 12 cm di diametro, carnoso, da giovane emisferico, poi piano-convesso, margine a lungo involuto, liscio, sericeo da opaco a brillante, da grigio a grigio chiaro-beige. Al centro screpolato, verso l'esterno decorato da guttule bruno scuro, margine a volte ondulato o incurvato.

Lamelle: da adnate a smarginate, fitte, separabili facilmente dalla carne del cappello. Da giovani crema-biancastro più tendenti a grigiastro con l'età.

Gambo: 5 - 7 cm X 1 - 2 cm di diametro, cilindrico, pieno, da bianco a grigiastro a bruno pallido.

Carne: spessa, bianca, odore di farina rancida, sapore tardivamente piccante-pepato.

Habitat: gregario in gruppi anche numerosi, nei prati erbosi, pascoli, da fine estate all'autunno.

Commestibilità: commestibile scadente; possibile confusione con le clitocybi bianche, da considerare pertanto non commestibile.

Lepista densifolia (J. Favrel) Singer & Clementon

Cappello: 4-8 cm di diametro, da convesso ad appianato, un po' depresso al centro, margine sottile, liscio, bianco con aspetto glassato in gioventù, pruinoso, ocre brunastro con l'età.

Lamelle: decorrenti al gambo, fitte, bianche con riflessi rosa salmone, ocre - rossastro con l'età, separabili facilmente dalla carne del cappello, matura spore color salmone in massa.

Gambo: 5 - 7 cm X 0,5 - 1,5 cm di diametro cilindrico, robusto, un po' fibrilloso, con colore al cappello.

Carne: biancastra, elastica dall'odore aromatico forte non gradevole, sapore mite.

Habitat: cresce in autunno su lettiera di aghifoglia in montagna.

Commestibilità: da non consumare in quanto facilmente confondibile con le clitocybi bianche tossiche dalle quali si differenzia solo per caratteri microscopici.



Riferimenti bibliografici e sitografici:

Cetto B. - 1982/85: I funghi dal vero vol. 2, 3 e 4 Ed. Saturnia;

Pelle G. - 2007: Funghi velenosi e sindromi tossiche - Ed. Bacchetta;

Assisi F., Balestreri, R. Galli - 2008: Funghi Velenosi - Ed. Dalla Natura;

G. D'Antuono, R. Tomasi - 1988: I Funghi Velenosi Ed. - edagricole;

Fabrizio Boccardo, Mido Traverso, Alfredo Vizzini, Mirca Zotti: Funghi d'Italia - Zanichelli

G.F. Gasparini - C. Feltrin - 2022 I Funghi dei Colli Berici Ed. Coop. degli operai Vicenza;

N. Sitta, P. Davoli, M. Floriani e E. Suriano: Guida ragionata alla commestibilità dei funghi - Regione Piemonte

A.M.I.N.T. - Associazione Micologica e Botanica - <https://funghi.funghiitaliani.it>:

Gruppo micologico <Giacomo Bresadola> (APS)

Specie poco comuni nelle nostre zone

A cura M. De March.

Panaeolus cinctulus (Bolton) Sacc. 1887



Cappello: 2-4 cm, emisferico, poi convesso, margine liscio, tomentoso, superficie glabra, di colore bruno-rosato, lucente con il secco. **Lamelle:** molto fitte, bruno-cioccolato con filo biancastro. **Stipite:** 4-8 x 0,3-0,6 cm, sottile, uguale, ricoperto interamente da pruina biancastra su fondo brunastro, brunovinoso al tocco. **Carne:** esigua, brunorossastro in particolare nello stipite,

odore fungino. Spore ellissoidali-citriniformi: 10-13 x 7-8 x 5,5-7 micron **Ecologia** primavera-autunno: su terreno concimato.

Commestibile: Tossico: sindrome *psilocibinica*.

Leucopaxillus tricolor (Peck) kuhner

Cappello: 3-15 cm. dapprima emisferico, forma che mantiene a lungo, poi disteso a completa maturazione, margine carnoso e fortemente involuto, superficie opaca e vellutata, bruno-ocracea, talora con sfumature rosate. **Lamelle:** fitte, adnate, dapprima gialle, poi marroni in vecchiaia. **Stipite:** 2-5 x 5-10 cm +/- cilindrico, robusto, ingrossato alla base, biancastro. **Carne:** soda e consistente, biancastra, con odore aromatico indefinibile, e sapore mite. Spore 6,5 x 4,5 micron. **Ecologia:** in autunno, in piccoli gruppi sotto latifoglie, localizzato in aree termofile mediterranee. Piuttosto raro.



Commestibile: non commestibile

Calocybe favrei (R. Haller Aar. et R. Haller Suhr.) Bon



Capello: 4-12 cm, inizialmente convesso, poi espanso ed appianato con l'età, superficie glabra, bluardesia con riflessi violetti. **Lamelle:** fitte, adnate-smarginate o sub-libere, gialle, macchiate di rossastro, poi nere al tocco. **Stipite:** 4-8 x 0,5-2 cm, cilindrico, spesso ingrossato alla base, fibrilloso, +/- concolore al cap-

pello. **Carne:** soda, giallastra dapprima, poi annerente alla frattura, odore debole, sapore mite. **Spore** 3,5-4,5x2,5-3,5 micron, ellissoidali. **Ecologia:** in autunno, in boschi misti in montagna.

Commestibile: Non commestibile. MOLTO RARO.

Un bellissimo fungo non di facile ritrovamento per la sua rarità ma che il nostro socio Riccardo Baldisserotto a trovato nel 2025 in zona Recoaro Mille (VI), portandolo il lunedì successivo in sede per la classificazione.

Clavaria fumosa Pers.

Carpoforo: 8-10 cm. di altezza, costituito da cespi di rametti allungati a sezione circolare, generalmente cavi, curvi, attenuati in alto e in basso, di colore bianco crema o brunastri, colore cuoio, grigio topo, grigio fumo, raramente molto scuri, più chiari alla base, fragili, quasi mai forcati.

Carne: biancastra, senza odori o sapori particolari.

Spore: 5-8 x 3-4,5 micron, ellissoidali. **Habitat:** generalmente nell'erba dei prati, nei tratti erbosi dei boschi, a volte su terreno nudo. Comune nei luoghi di crescita, ma non diffusa ovunque. (È una piccola Clavaria dalle tonalità chiare. Si riconosce per la sua estrema fragilità e per i rami che sono lisci e attenuati in punta).

Commestibilità: Senza valore.



FUNGHI A CONFRONTO

a cura di *Pierluigi Braggion*

Amanita rubescens Pers.: Fr.

Cappello: 5-12 cm. inizialmente emisferico poi disteso-pianeggiante; cuticola di colore bruno, bruno rosato con macchie nettamente rosa- vinate, ricoperta da verruche grigio-brunastre mai bianche; margine regolare, liscio.

Imenio: formato da lamelle larghe e fitte, bianche, arrossanti con l'età e al tocco.

Gambo: 8-22 x 1-2,5 cilindrico, farcito internamente con l'età; colore bianco-rosato che tende ad arrossare con l'invecchiamento, decisamente rossastro alla base e nelle scalfiture; base napiforme con alla sommità una impercettibile volva dissociata in piccole fioccosità brunastre; anello, ampio posto sulla parte alta del gambo, decorato al margine, striato e sovente giallastro nella pagina inferiore.

Carne: bianca, arrossante alla manipolazione e al taglio.

Habitat: in boschi di latifoglie e conifere, difficilmente fuori dal bosco.



Commestibilità: **COMMESTIBILE DA COTTO**

Note: *A. rubescens* è un fungo largamente consumato in diverse nazioni Europee; la sua commestibilità è tuttavia condizionata ad una completa e lunga cottura. Il suo consumo da cruda o non completamente cotta può causare intossicazioni di rilevante intensità.

Amanita pantherina (DC.: Fr.) Krombholz.

Cappello: 6-12 cm. da giovane emisferico poi appianato a maturità, cuticola normalmente lucente, leggermente viscosa a tempo umido di colore bruno grigiastro, bruno olivastro, con una zonatura più scura al centro, decorata con verruche di colore bianco candido, facilmente detersili, leggermente ingrignenti con l'età, margine con bordo decisamente striato anche se radialmente non molto esteso.

Imenio: formato da lamelle bianche, fitte, larghe e libere al gambo.

Gambo: 8-15 x 1-2 cm. liscio, da giovane farcito poi cavo negli esemplari maturi; attenuato in alto con alla base una volva circonscisa che si dissocia anche in esili cercini presenti nella parte bassa del gambo; anello mediamente basso, membranoso, esile a volte leggermente striato.

Carne: bianca, immutabile, odore debolmente rafanoide.

Habitat: cresce sotto boschi di latifoglie e conifere non di rado anche ai margini del bosco su terreno erboso.



Commestibilità: **TOSSICO** **Note:** il consumo di *A. pantherina* causa avvelenamento neutropico, di grave entità, tipico della sindrome panterinica: allucinazioni, deficienza respiratoria, momenti di euforia, collera, confusione mentale, paralisi, torpore e sonno profondo nella fase finale. I suoi maggiori principi tossici acido ibotenico, muscimolo e muscazone sono idrosolubili ma resistenti al calore non è perciò sufficiente la prebollitura e una prolungata cottura per inattivarli. E' possibile la confusione con l'*A. rubescens* perché frequentemente in natura si possono trovare degli esemplari non tipici con caratteri di difficile distinzione. Bisognerà prestare la massima attenzione: al viraggio o meno della carne, all'odore e alla pettinatura del bordo del cappello, caratteri questi non confondibili.

Cantharellus cibarius Fr.

Cappello: 2-12 cm. globoso, piano, sovente depresso centralmente; cuticola opaca di colore giallo-aranciato carico; margine involuto, sinuoso, lobato, irregolare.

Imenio: formato da pseudolamelle o pliche, grosse, forcate e anastomosate (collegate trasversalmente fra loro) decorrenti sul gambo concolori al cappello.

Gambo: 3-8 x 0,7-3 cm. svasato in alto con forma imbutiforme a volte ricurvo, pieno, sodo, carnoso, concolore al cappello.

Carne: bianca, giallo pallido in periferia; soda; odore fruttato; sapore con retrogusto leggermente amarognolo.

Habitat: praticamente ubiquitario, cresce indifferentemente sotto conifere e latifoglie dalla montagna al mare dalla primavera inoltrata all'autunno.



Commestibilità: **COMMESTIBILE OTTIMO**

Note: per la sua facile determinazione, per il suo buon sapore e per il fatto che non risulta quasi mai larvato è forse uno dei funghi più raccolti e consumati. Ogni anno tuttavia si segnalano intossicazioni dovuti alla confusione con *Ophalotus olearius* da parte di principianti o improvvisati raccoglitori.

Omphalotus olearius (DC.: Fr.) Singer

Cappello: 4-15 cm. solo inizialmente convesso poi subito depresso, fino a imbutiforme, sovente con umbone centrale; cuticola non igrofana, brillante con fibrille innate radiali; margine sottile, liscio a volte fessurato; colore bruno aranciato più scuro al centro.

Lamelle: fitte, forcate, nettamente decorrenti sul gambo, intercalate da numerose lamellule; colore giallo-aranciato più chiaro del cappello; a volte presentano luminescenza al buio.

Gambo: 4-20 x 1-5 cm. slanciato, fibroso, tenace, svasato verso l'alto, spesso ricurvo ed eccentrico; colore arancio-brunastro simile al cappello

Carne: fibrosa, tenace, giallo brunastra; odore non definito; sapore dolciastro, leggermente astringente.

Habitat: cresce cespitoso su ceppaie di varie latifoglie più raramente su conifere (pino), (G. D'Antuono, R. Tommasi 1988); estate – autunno.



Commestibilità: **TOSSICO**

Note: fungo decisamente tossico, che ancora oggi (2025) viene confuso con *C. cibarius*, pur presentando caratteri morfologici e luogo di crescita ben distinguibili. Alcuni autori portano in evidenza l'annerimento dell'*O. olearius* in cottura (G. Vacchelli Mazza, R. Mazza 2021), questo particolare è bene ricordarlo onde evitare pericolose intossicazioni.



Bibliografia:

N. Sitta, P. Davoli, M. Floriani, E. Suriano. - 2021: GUIDA RAGIONATA ALLA COMMESTIBILITA' DEI FUNGHI - REGIONE PIEMONTE.

P. Follesa – 2009: Manuale Tecnico-pratico per indagini su campioni fungini – Associazione Micologica Bresadola, Editore – Trento.

G. Pelle – 2007: Funghi velenosi e sindromi tossiche – BACCHETTE EDITORE-ALBENGA

A.M.I.N.T. - Associazione Micologica e Botanica – <https://funghi.funghiitaliani.it>

Gruppo Micologico Bresadola – Trento: Parliamo di funghi. Vol.2°. GIUNTA DELLA PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO.

G. D'Antuono - R. Tomasi - 1988: i FUNGHI VELENOSI . Ed. EDAGRICOLE

B. Cetto – Funghi dal vero Vol. 1° - Arti grafiche SATURNIA – Trento

F. Boccardo, M. Traverso, A. Vizzini, M. Zotti – Funghi d' Italia - ZANICHELLI

F. Bellù, G. Veroi – Per non confondere i funghi – casa editrice PANORAMA

G. Vacchelli Mazza, R. Mazza – Per non sbagliare Fungo! – ROMAR

G.F. Gasparini, C. Feltrin – I funghi dei Colli Berici – A. M. Bresadola A.P.S. Gruppo di Vicenza



CONSIGLIO DIRETTIVO IN CARICA 2025 al 2028

PresidenteBraggion Pierluigi

Vicepresidente . . Ferron Giuliano

Segretario Doro Daniele

Cassiere Doro Daniele

Consiglieri Baldisserotto Riccardo – Cracco Armando – Ferrari Flavio
Pegoraro Silvano – Luciano Priante – Claudio Rigo



GRUPPO DI STUDIO Responsabile: Massimo De March

Componenti: Baldisserotto Riccardo , Braggion Pierluigi, De March Massimo, Doro Daniele, Ferrari Flavio, Ferron Giuliano, Pegoraro Silvano, Rigo Claudio.



GRUPPO DIDATTICA SCUOLE

Responsabile: Silvano Pegoraro

Componenti: Caletti Loris, Colalto Paolo, Cracco Armando, Ferrari Flavio, Fornasa Luigi, Omazzi Maria Sonia, Pegoraro Silvano, Priante Luciano, Rigo Claudio, Santacà Rosella.

Clostridium botulinum

Una delle cose che maggiormente gratifica è consumare, durante un'occasione conviviale con famigliari o amici, una conserva o altra delizia alimentare fatta in casa, con le proprie mani, facendo sfoggio della propria abilità a volte con malcelata modestia. Ma per poter continuare a condividere la prelibatezza in totale serenità, è fondamentale adottare le dovute precauzioni per non incappare nel botulismo alimentare, una fra le malattie più temute, provocata dalle tossine botuliniche che si possono sviluppare all'interno dei contenitori di conservazione.

Il botulismo alimentare è una delle più pericolose insidie per quanto riguarda gli alimenti conservati. Questa intossicazione è provocata dai Clostridi patogeni, tra i quali il principale imputato è il *Clostridium botulinum*, ma nel tempo ne sono stati isolati anche altri: *C. baratii*, *C. butyricum*, *C. argentinense* e *C. sporogenes*. I Clostridi patogeni sono batteri sporigeni, anaerobi (vivono e proliferano in ambienti privi di ossigeno e di conseguenza di aria) presenti quasi ovunque. E' possibile rinvenire le loro spore nel suolo, negli animali, nell'acqua, nei vegetali, nella polvere, risulta perciò molto elevata la loro capacità di contaminare gli alimenti. Li rinveniamo nell'ambiente sotto forma di spore, perché questo è lo stato che taluni microrganismi adottano per la loro sopravvivenza in ambienti ostili. A questo stadio tuttavia non rappresentano ancora una minaccia per la nostra salute, ma lo diventano immediatamente quando le spore si trasformano in "cellule" vegetative in grado di rilasciare la tossina botulinica, ad oggi la tossina presente in natura più potente e letale per l'uomo. Essa è tuttavia termolabile ed è possibile inattivarla, esponendola alla temperatura di 80°C per non meno di 10 minuti.

I sintomi da avvelenamento botulinico generalmente si presentano in un periodo compreso fra le 12 ore e le 72 ore, ma il periodo di incubazione può essere molto variabile e i disturbi possono comparire solo dopo 2 ore oppure dopo due settimane. La sindrome si manifesta con una paralisi flaccida discendente: difficoltà di sollevare le palpebre, sdoppiamento dell'immagine, difficoltà nella messa a fuoco, difficile articolazione verbale, diarrea, vomito, spossatezza, in assenza di febbre. I disturbi si allargano poi alla deglutizione, alla respirazione e alla mobilità degli arti. La tossina botulinica consiste in un insieme di proteine, di piccole dimensioni, che entrano in contatto, per via ematica e/o linfatica, con le terminazioni nervose e procurano la paralisi sopra descritta che può evolvere in coma e morte del paziente. Ad oggi la mortalità si attesta globalmente sul 5/7 %. Si raccomanda perciò l'immediata ospedalizzazione della persona intossicata che verrà sottoposta alla decontaminazione gastroenterica con somministrazione di carbone vegetale. Tempestivamente verrà inoltre somministrato un antidoto a base di proteine di derivazione equina, capaci di legarsi con la tossina botulinica, in modo da limitare o inibire la sua capacità di interagire con le terminazioni nervose.

Ma andiamo per gradi.

Ogni entità animale, vegetale o fungina a fine vita subisce un deterioramento dovuto a elementi diversi, come: calore, luce, batteri, virus, muffe, lieviti, enzimi. Alcuni di questi elementi sono naturalmente presenti o vengono assunti durante le fasi di trasformazione e conservazione.

L'acqua è il substrato necessario per la loro proliferazione, se non sufficientemente acidificata a $\text{pH} < 4,6$. Il pH è un indicatore che ci specifica, in una scala da 1 a 14, l'acidità o l'alcalinità di un composto acquoso: $\text{pH}=1$ ambiente fortemente acido, $\text{pH}=7$ ambiente neutro, $\text{pH}=14$ ambiente fortemente alcalino o basico.

L'acqua inoltre non è importante solamente per la vita dell'uomo, degli animali o del mondo vegetale, ma lo è anche per la vita e lo sviluppo dei microrganismi che riescono a mettere in pratica la loro azione degenerativa utilizzando l'*acqua libera* contenuta negli alimenti.

L'*acqua libera* è una terminologia tecnica che non indica tutta l'acqua contenuta nel nostro alimento, ma solamente quella utilizzata dai microrganismi per le loro funzioni. Per conservare il nostro alimento dobbiamo quindi ridurre al massimo l'*acqua libera* a disposizione dei microrganismi e questo è possibile ottenerlo tramite l'allontanamento dell'acqua per disidratazione/essiccazione, per aggiunta di zucchero o di sale da cucina che legandosi con l'acqua totale rendono indisponibile quella *libera*.

Per rendere sicuri gli alimenti, come abbiamo detto pocanzi, dobbiamo quindi bloccare la germinazione delle spore in modo che non sviluppino lo stato vegetativo. Questo è possibile anche domesticamente adottando alcuni accorgimenti come l'acidificazione del preparato, l'aggiunta di sale o zucchero all'alimento o attraverso il suo rapido congelamento che deve essere immediatamente conseguente alla sua preparazione, in modo da non lasciare tempo alle spore di passare allo stato vegetativo. Le conserve che non possono subire i trattamenti sopra menzionati, per svariati motivi, devono subire un trattamento di sterilizzazione che non è possibile eseguire allo stato domestico. La sterilizzazione è un'operazione che riesce ad inattivare anche le spore dei Clostridi ma deve essere eseguita ad una temperatura controllata molto alta, non inferiore ai 121°C , raggiungibile solamente con vapore surriscaldato in impianti sotto pressione, condizione non realizzabile con la domestica pentola a pressione.

La sterilizzazione rimane quindi una pratica sicura solamente se condotta in ambito industriale.

Un'altra pratica per la conservazione degli alimenti, possibile in ambiente domestico, è la pastorizzazione che però non inattiva le spore batteriche e che quindi va applicata in comunione con l'acidificazione o l'aggiunta di zucchero ai nostri preparati.

Le preparazioni in salamoia, per risultare sicure, devono essere preparate con un contenuto di sale non inferiore al 10%. Tali preparazioni vanno incontro ad una fermentazione acida naturale quindi non necessitano, se non per una nostra precauzione, di ulteriori trattamenti acidificanti o di pastorizzazione.

La conservazione di funghi o vegetali sott'olio deve essere preceduta da un trattamento acidificante. Si consiglia di sbollentare, per qualche minuto, il nostro preparato in una miscela di acqua e aceto, meglio se di vino in quanto recante un'acidità pari o superiore al 6%, lasciando poi il nostro prodotto scolato, a raffreddare su un canovaccio pulito, e successivamente invasarlo in un recipiente già parzialmente riempito di olio per evitare la formazione di bolle d'aria. Il prodotto deve essere poi totalmente ricoperto di olio e il contenitore riempito lasciando uno spazio di circa 1-1,5 cm. di aria dal coperchio. Il prodotto così confezionato andrà sottoposto a pastorizzazione con tempi e modalità a seconda del composto.

Quando si decide di preparare una conserva alimentare, la scelta e la preparazione degli ingredienti è molto importante. Innanzitutto sceglieremo prodotti di buona qualità non troppo maturi, né troppo acerbi, privi di parti marcescenti. La preparazione deve essere eseguita senza far passare molto tempo dalla raccolta o acquisto, eliminando le parti con lievi difetti. Si proseguirà poi con un rapido lavaggio per eliminare eventuali impurità come polvere, terriccio ecc. e dopo asciugatura si procederà con il trattamento di conservazione desiderato.

Anche l'igiene personale e degli attrezzi di cucina ricopre rilevante importanza. E' fondamentale il lavaggio delle mani e il rispetto delle altre norme igieniche come sarà opportuno l'uso di strumenti puliti, e asciutti, lavati magari in lavastoviglie. Per la cottura sono da privilegiare pentole in acciaio inox e non in alluminio o rame assolutamente sconsigliati nelle preparazioni con acidificazione. Per la conservazione sono da privilegiare i contenitori in vetro, da riporre poi in ambienti privi di luce, in quanto il vetro, essendo trasparente, non ripara l'alimento dalla luce. Il recipiente in vetro ha tuttavia il vantaggio di potere essere riutilizzato più volte con l'accorgimento di usare sempre tappi o guarnizioni nuove.



Quando andremo a ritirare dalla dispensa il nostro vasetto di composta, confettura (preparato a base di frutta) o marmellata (preparato a base di agrumi) controlleremo che il tappo abbia mantenuto il sottovuoto e non presenti il coperchio convesso (incurvato verso l'alto), non manifesti perdite di liquido, non emetta gas e al suo interno non ci siano bollicine risalenti verso l'alto. Se dovessimo notare uno di questi fenomeni, il contenuto è

immediatamente da smaltire e ASSOLUTAMENTE DA NON ASSAGGIARE. Nel caso alcuni attrezzi siano venuti a contatto con le tossine botuliniche si possono sanificare tramite bollitura, per un tempo non inferiore ai 10 minuti.

Nel caso invece il nostro vasetto risulti perfetto procederemo al suo consumo e l'eventuale parte rimanente si potrà conservare in frigorifero per alcuni giorni. *Buon appetito.*

Bibliografia:

Annibali F., Auricchio B., Calvetti F., Chavez Lopez C., Curiano C.M., Ianniello M., De Medici D., Monteleone D., Fiore A., Lena R., Locatelli C., Lonati D., Morini G., Paparella A., Pompa M.G. & Serio A. (2016) – *Linee Guida per la corretta preparazione delle conserve alimentari in ambito domestico.* Istituto Superiore di Sanità, Roma.

https://www.iss.it/documents/20126/0/LineeGuidaConserve2016_light.pdf/b028db68-e091-1592-a254-0586ec67e011?t=1582298941418

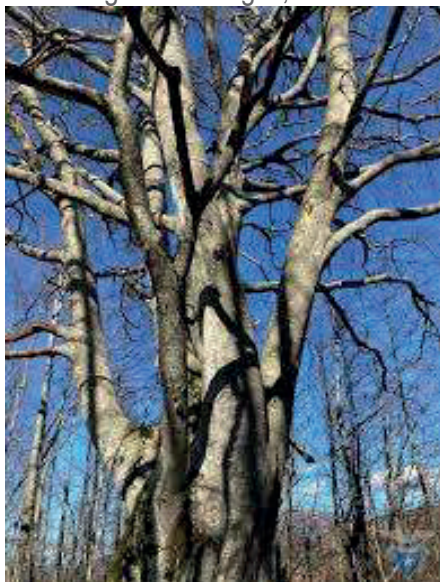
N. Sitta, P. Davoli, M. Floriani, E. Suriano - 2021: *GUIDA RAGIONATA ALLA COMESTIBILITA' DEI FUNGHI* - REGIONE PIEMONTE.

N. Oppicelli – 2024: *FUNGHI IN ITALIA Guida pratica alla ricerca e al riconoscimento* – ERREDI GRAFICHE EDITORIALI.

IL FAGGIO (*Fagus sylvatica*) L. 1753)

A cura di Massimo De March

Il **faggio** detto anche faggio comune, faggio selvatico o faggio occidentale è un albero appartenente alla famiglia delle fagacee. **Portamento:** la specie è caducifolia e latifolia, con crescita molto lenta e molto longeva arrivando a essere plurisecolare. E' un albero di grandi dimensioni 30 – 40 m di altezza, con fusto dritto e poco rastremato e presenta una corteccia liscia e sottile di color grigio-cenerina, con striature orizzontali e spesso con macchie



biancastre per presenza di licheni. Ha un legno duro e compatto.

Foglie: presenta fogliame denso e foglie ovali, più chiare nella pagina inferiore, le foglie sono brevemente picciolate, e sono disposte sul ramo in modo alternato. E' una pianta

monoica che produce fiori maschili e femminili sulla stessa pianta ma in posizioni diverse, la fioritura avviene solitamente nel mese di maggio. **Frutti:** i frutti chiamati faggiole sono grosse noci, trigoni rossicci, la germinazione avviene in aprile, dopo un periodo di riposo di almeno sei mesi.

LA FAGGETA è un ambiente importante per i funghi, ospita funghi simbiotici, saprotrofi e parassiti, nella faggeta possiamo trovare alcuni importanti generi fungini sia commestibili che tossici, troviamo:

Il genere **Boletus**: con i commestibili: *B. aestivalis*, *B. edulis* e *B. appediculatus*, il tossico *B. calopus*, il genere **Amanita** con le tossiche *A. phalloides* in primis e *A. panterina*. Le commestibili, *A. rubescens*, il gruppo delle *A. vaginate*, i classici **chiodini** e tanti altri.

▼ *Boletus edulis*



▼ *Amanita phalloides*



▼ *Amanita vaginata spec.*



▼ *Russula cyanoxantha*



▼ *Armillaria mellea*



▼ *Craterellus cornucopioides*



FIORI ED ERBE SPONTANEE DEL NOSTRO TERRITORIO



Testo e foto **Daniele Doro** 2026
Sezione G.I.R.O.S. "Colli Berici"

Nigritella miniata (CRANTZ) JANCH. (1959)

Sinonimo: *Nigritella rubra*

Famiglia: orchidaceae

Etimologia: Dal latino *miniatus*, riferito al colore rosso vermiglio (colore minio) dell'infiorescenza.

Descrizione: Piccola pianta erbacea perenne, alta da 10 a 30 cm, con 5-10 strette foglie e con un unico stelo portante una densa infiorescenza di forma ovoide-globosa, tendenzialmente allungata, composta da numerosissimi piccoli fiori rossi. La riproduzione di questa specie è asessuata (apomissia).



Habitat: Praterie alpine, soprattutto su substrati calcareo-dolomitici. Solitamente la si rinviene tra i 1.400 ed i 2.500 m di quota.

Fioritura: Da giugno a luglio, in funzione della quota.

Diffusione: Il suo areale è concentrato nelle Alpi orientali. In Italia è presente in Lombardia, Trentino Alto Adige, Veneto e Friuli Venezia Giulia.

Osservazioni: Tipica pianta dei pascoli alpini. E' caratterizzata da un'infiorescenza ovata di colore rosso cremisi brillante. Non è impollinata dagli insetti in quanto si riproduce per apomissia. Pianta protetta come tutte le orchidaceae.

Coeloglossum viride (L.) HARTM. (1820)



Famiglia: Orchidacee

Sinonimo: *Dactylorhiza viridis*

Etimologia: Dal latino *viride*, riferito al colore dei fiori prevalentemente verdi.

Descrizione: Pianta erbacea perenne, mediamente robusta, alta da 15 a 35 cm, e con 2-4 foglie lanceolate. Infiorescenza cilindrica mediamente lassa, composta da 5-25 piccoli fiori, da verdi a giallastri fino a bruno-rossastri. Sperone nettario corto (2-3 mm)

Habitat: La si rinviene frequentemente nei prati e pascoli montani, ma anche in boschi radi e cespuglieti. Dai 500 ai 2600 mt di quota, raramente anche a quote più elevate.

Fioritura: Da giugno ad agosto a seconda della quota.

Diffusione: E' diffusa dal Nordamerica all'Asia orientale. In Italia è presente in tutta la penisola. Rara nel Sud Italia, assente in Sicilia e Sardegna.

Osservazioni: E' una specie che si adatta a molteplici substrati. Non sempre è agevole individuarla in quanto, dato il suo colore, si confonde facilmente con l'erba. Le piante in ombra-mezzombra presentano un colore verde-giallastro, porpora-brunastro in pieno sole, soprattutto a quote elevate. I fiori hanno uno sperone con parecchio nettare ed emettono un debole profumo. Viene impollinata da piccoli insetti, formiche, piccole api. Pianta protetta come tutte le orchidaceae.



Cichorium intybus LINNEO (1753)

Famiglia: Asteraceae

Etimologia: Dal latino *intibus*, *intubus*, nome con il quale si indicava una pianta simile alla cicoria.

Nome volgare: cicoria, radicchio.



Descrizione: pianta perenne, con peluria sia nel fusto e rami che nelle foglie. Fusto eretto, ramificato, alto anche 1 mt. Foglie basali con segmenti acuti e foglie sul fusto più o meno lanceolate. I capolini sono portati all'apice delle ramificazioni e sono formati da fiori ligulati azzurri, raramente bianchi.

Habitat: Comunissima in ambienti

ruderali, negli incolti, lungo i cigli stradali, nei campi e lungo i sentieri. La si può rinvenire anche oltre i 1.000 mt di quota.

Fioritura: Da luglio ad ottobre.

Diffusione: Presente in gran parte dell'Europa. In Italia in tutta la penisola.

Osservazioni: Pianta molto comune di facile individuazione, soprattutto quando è in fiore. Le giovani foglie possono essere utilizzate in insalate e come erbe cotte. Il sapore è amarognolo. E' considerata una pianta officinale in quanto ha proprietà toniche, diuretiche, depurative, febbrifughe e lassative. E' una buona pianta mellifera. La radice torrefatta era utilizzata come succedaneo del caffè. Dalla pianta selvatica derivano molte cultivar selezionate e coltivate espressamente per l'alimentazione umana. Si ricordano il radicchio rosso di Treviso, di Verona, il variegato di Castelfranco e le cicorie da taglio.



Bellis perennis LINNEO (1753)

Famiglia: Asteraceae

Etimologia: dal latino *bellus* = bello, grazioso. *Perennis* con riferimento al ciclo perenne della pianta.

Nome volgare: Pratolina, margheritina.

Descrizione: Pianta perenne, priva di fusto, con rosetta basale di foglie spatolate; capolini che possono raggiungere i 3 cm di diametro, portati da uno stelo di 10-20 cm; i fiori periferici sono ligulati, bianchi o con sfumature rosate, quelli del disco centrale sono tubolosi e di colore giallo. I semi sono dei pappi che vengono dispersi dal vento.



Habitat: Predilige prati, incolti, suoli calpestati, periodicamente falciati, anche giardini e parchi. La si rinviene dal livello del mare fino a 2.000 mt di quota.

Fioritura: La fioritura può avvenire tutto l'anno. Generalmente ha una pausa estiva.



Diffusione: E' diffusa in tutta Europa.

Osservazioni: Specie comunissima che predilige ambienti antropizzati.

L'impollinazione dei fiori avviene da parte di insetti.

Sono state selezionate anche delle cultivar ornamentali, con capolini più grandi e colorati. I fiori si aprono al sorgere del sole per poi richiudersi al tramonto.

In medicina popolare viene impiegata per le sue virtù antinfiammatorie, depurative, toniche e diuretiche. Le foglie giovani possono essere consumate in insalata; i capolini ancora in boccio possono essere preparati sott'aceto.

ERBE COMMESTIBILI, AROMATICHE e MEDICINALI

Urtica dioica Linneo 1753

A cura di Daniele Doro

Famiglia: Urticaceae

Etimologia: Il nome *Urtica* deriva dal latino *urere*, bruciare, a indicare l'effetto delle sostanze irritanti contenute nei peli. *Dioica* per il fatto che i fiori maschili e femminili sono portati da piante distinte.

Nomi volgari: ortica comune, ortiga.

Descrizione: Pianta erbacea perenne dioica (presenta piante maschili e piante femminili separate) alta dai 30 ai 250 cm. Ha un fusto eretto, poco ramificato, densamente peloso, striato, scanalato in alto a sezione quadrangolare.



Le foglie, portate da lunghi piccioli, sono grandi, opposte e di forma ovoidale/lanceolata, appuntite e con margine seghettato. Verde scuro nella pagina superiore, verde chiaro e pelose in quella inferiore. Fusti e foglie sono ricoperti da peli contenenti una sostanza urticante che la pianta adotta a scopo difensivo. L'apice silicizzato dei peli possiede una piccola sfera che, rompendosi, lascia uscire un fluido irritante per la pelle. L'irritazione provoca eritemi sulla pelle e una sensazione di prurito che lentamente poi scompare. I fiori sono piccolissimi, di colore verde/giallo pallido, riuniti in piccole spighe. Fiorisce in estate. Oltre che per seme, la pianta si diffonde anche grazie alle radici striscianti dalle quali nascono nuove piante.

Le foglie dell'ortica sono un alimento per i bruchi delle farfalle Vanessa Io e Vanessa dell'ortica.

Habitat: Comune nei campi e terreni incolti, lungo le strade di campagna, lungo i fossati e nei pressi di rovine di abitazioni. Predilige luoghi a mezz'ombra, umidi e ricchi di azoto. In montagna è comune con estese popolazioni nei pressi delle malghe e nei prati concimati con letame. La si rinviene dal livello del mare fino a 1.800 mt di quota

Diffusione: Presente in Europa, Asia e Nord Africa. In Italia è presente in tutte le regioni.

Osservazioni : L'ortica è stata coltivata ed utilizzata fin dall'antichità per uso medicinale, alimentare e per produrre fibre tessili estratte dai fusti. Oltre all'*Urtica dioica* esistono anche altre specie, non sempre di facile distinzione ma comunque con le medesime proprietà, come: *Urtica urens*, *Urtica membranacea* e *Urtica pilulifera*.

Commestibilità: La pianta ha proprietà medicinali, tra le quali il trattamento dell'artrite, dei reumatismi e delle infiammazioni. Le radici sono usate in fitoterapia per trattare



l'ipertrofia benigna della prostata. Per uso alimentare si possono utilizzare le piante intere (fusti e foglie) purché siano giovani e succose. Più comunemente vengono utilizzate le giovani foglie, preferibilmente da raccogliere non oltre l'inizio della fioritura. Per ovvi motivi l'ortica non è utilizzabile cruda. E' una delle piante selvatiche più note ed utilizzate in cucina. Ottima se cucinata insieme alla parietaria. Si può usare anche per passate di verdura, minestre, risotti e frittate.

Ricette con le ortiche

Frittata di ortiche e salame

Ingredienti per 2 persone: 250 g di foglie di ortica, 20 g di formaggio grana o pecorino, 50 g di salame o sopressa, 2 uova, 10 g di farina, olio extravergine di oliva, aglio, pepe e sale.

Lavate le foglie di ortica, sbollentatele e tritatele finemente. Sbattete le uova insieme alle ortiche, formaggio, pepe e un pizzico di sale. Se il composto risultasse molto liquido, aggiungere della farina.

Fate rosolare in padella un aglio schiacciato, poi toglietelo ed aggiungete il salame tagliato a piccoli dadini e fateli rosolare. Poi aggiungete il composto di ortiche e formaggio e cuocete la frittata da entrambi i lati.

Zuppa di fagioli con ortica e finocchietto

Ingredienti: fagioli cannellini lessi, foglie di ortica, finocchietto selvatico, olio extravergine di oliva, pancetta, aglio, delle nocciole non tostate, dei tarallucci, sale e pepe.

Fate rosolare l'aglio nell'olio, aggiungete la pancetta tagliata a dadini, le nocciole tritate, le foglie di ortica, il finocchietto selvatico e fate soffriggere tutto insieme. Aggiungete i fagioli lessi con l'acqua di cottura. Salate e pepate e lasciate cuocere per mezz'ora. Servite con una spolverata di granella di tarallucci.

Risotto alle ortiche

Ingredienti per 2 persone: 80 g di foglie di ortica, 150 g di riso, 25 g di burro, 25 g di formaggio grana o pecorino grattugiato, ½ lt di brodo di carne, ½ cipolla, 30 ml di vino bianco, 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva, sale.

Lavate e tritate le foglie di ortica. Tritate la mezza cipolla, in un tegame fatela indorare nell'olio e poi aggiungete l'ortica tritata, aggiungete il riso, mescolandolo e annaffiandolo con il vino, quando sarà evaporato aggiungete un mestolo di brodo che nel frattempo avrete messo a bollire. Continuate a mescolare e aggiungere brodo man mano che il riso si asciuga. Una volta cotto, togliete dal fuoco il riso e fatelo mantecare con burro e formaggio grattugiato.



BOSCO IN FIORE

*Anche tu albero dal nome strano
che mostri prima i fiori di fogliare,
orni ad aprile il paesaggio montano
di un colore vermiglio da ammirare.*

*Anche l'orno con bianca chioma
fa lauta scena nel tenero verdino,
ed espande nell'aria un lieve aroma
nel sotto bosco umido prealpino.*

*Il bosco mostra il fresco vestire
con i suoi copiosi verdi virgulti,
per il nido del fringuello coprire
fino ch  i piccoli saranno adulti.*

*Anche tu uomo, cambia a primavera,
rigenera il tuo essere
dalla pi ta nera.*



Cercis siliquastrum
fiore dell'albero di Giuda

Giovanni Cervato

DELEGHE OPERATIVE ANNO 2025 / 2028

APERTURA / CHIUSURA SEDE SERALE: Armando Cracco

ISCRIZIONI: Flavio Ferrari, Luciano Priante,

BRINDISI APERTURA/CHIUSURA/NATALIZIO: Luciano Priante

RELAZIONI ESTERNE: PRESIDENTE (Pierluigi Braggion), Silvano Pegoraro

RAPPORTI CON AICS: Silvano Pegoraro

GITA COLLI BERICI: Daniele Doro

GITA SOCIALE AUTUNNALE "SORES": Roberto Sinico

MOSTRA MICOLOGICA DI MONTECCHIO MAGGIORE: Giuliano Ferron

MOSTRA MICOLOGICA DI GRANCONA: Pierluigi Braggion

INVIO POSTA E COMUNICAZIONI: SEGRETARIO Daniele Doro

PRANZO SOCIALE: Claudio Rigo

RIVISTA "SPIGOLATURE ECOMICOLOGICHE": Giuseppe Pegoraro

BIBLIOTECA, AGGIORNAMENTO LIBRI E RIVISTE: Riccardo Baldisserotto

AGGIORNAMENTO SITO INTERNET E NEWS: Silvano Pegoraro

VITA ASSOCIATIVA 2025



◀ *lunedì dedicati ai Corsi di Micologia*



◀ *...conferenza in sede
condotta da D. Doro...*



*...domenica 18 maggio ▲
◀ gita primaverile sui colli Berici...*



*...6/7 settembre mostra micologica ▲
nel complesso dei P.P. Giuseppini
di Montecchio Maggiore...*



**...27/28 settembre mostra micologica ▲
Presso Casa degli Alpini di Grancona ►
In Val Liona...**



◀ ... Domenica 12 ottobre gita al Sores... ▲



**▲ ...23 novembre PRANZO SOCIALE ▲
◀ ristorante Enrico VIII di Arcugnano**
~~~~~

Si ringrazia per le foto fornite dai Soci:  
**P. Braggion, D. Doro, F. Ferrari, G:  
Ferron, S. Pegoraro, C. Rigo**



## Burger con funghi e radicchio

### Ingredienti per 4

200gr per 4 cappelli di funghi di circa 8 o più cm di diametro (tipo *Agaricus bisporus*-champignon, porcino ecc) - 30gr **provola affumicata** - 4gr granella di nocciole - 4 **panini rotondi** - un cespo di radicchio rosso - aceto balsamico - **maionese**, olio extravergine d'oliva e sale qb.

**Esecuzione:** Per la ricetta del burger con funghi e radicchio, pulite i funghi eliminando i residui e tagliando i gambi. Spennellateli con un filo di olio e qualche goccia di aceto balsamico, infornateli a 180 °C per circa 15 minuti. Spuntate il cespo di radicchio, tagliate le foglie a listerelle e conditele con un cucchiaino di aceto balsamico, un filo di olio e un pizzico di sale. Affettate finemente la provola. Sfornate i funghi e lasciateli raffreddare per un paio di minuti. Tagliate a metà i panini, distribuite sulle basi una manciata di radicchio rosso, una fetta di provola, un cucchiaino abbondante di maionese e il cappello di fungo. Completate con granella di nocciole e chiudete i burger con le calotte superiori dei panini.



**INGREDIENTI VERSIONE VEGANA** (sostituire gli ingredienti in grassetto)

4 funghi **Portobello** *Agaricus bisporus* (diametro cappello almeno 8cm) - **200g tofu affumicato** - 30g granella di nocciole - 4 **panini integrali rotondi** - un cespo di radicchio rosso - aceto balsamico - **maionese vegana** - **salsa di soia** - olio extravergine d'oliva - sale



**tanto per sorridere**



*Gruppo Ecomilogico*



*Montecchio Maggiore*

*Spigolature Ecomilogiche 2026*