

## ÍNDICE

Prólogo	3	<i>Boletus erythropus</i>	58	<i>Hypholoma fasciculare</i>	104
La comarca de PRODESE	4	<i>Boletus pinophyllus</i>	60	<i>Lactarius deliciosus</i>	106
Habitat de la Serranía	7	<i>Calocybe gambosa</i>	62	<i>Lactarius sanguifluus</i>	108
Legislación	14	<i>Calvatia utriformis</i>	64	<i>Lepista nuda</i>	110
Recursos micológicos	18	<i>Chroogomphus rutilus</i>	66	<i>Lycoperdon perlatum</i>	112
Buenas Prácticas en la Recolección	20	<i>Clavariadelphus truncatus</i>	68	<i>Macrolepiota procera</i>	114
		<i>Clitocibe geotropia</i>	70	<i>Marasmius oreades</i>	116
Setas		<i>Clitocybe odora</i>	72	<i>Morchella esculenta</i>	118
<i>Agaricus arvensis</i>	28	<i>Coprinus comatus</i>	74	<i>Phellodon niger</i>	120
<i>Agaricus campestris</i>	30	<i>Coprinus domesticus</i>	76	<i>Pleurotus eryngii</i>	122
<i>Agrocibe aegerita</i>	32	<i>Coprinus micaceus</i>	78	<i>Polyporus squamosus</i>	124
<i>Aleuria aurantia</i>	34	<i>Coprinus niveus</i>	80	<i>Ramaria aurea</i>	126
<i>Amanita caesarea</i>	36	<i>Cortinarius glaucopus</i>	82	<i>Ramaria formosa</i>	128
<i>Amanita citrina</i>	38	<i>Cortinarius orellanus</i>	84	<i>Russula drimeia</i>	130
<i>Amanita junquillea</i>	40	<i>Cortinarius sanguineus</i>	86	<i>Russula sanguinea</i>	132
<i>Amanita muscaria</i>	42	<i>Crepidotus variabilis</i>	88	<i>Russula xerampelina</i>	134
<i>Amanita ovoidea</i>	44	<i>Fistulina hepatica</i>	90	<i>Suillus granulatus</i>	136
<i>Amanita pantherina</i>	46	<i>Fomitopsis pinicola</i>	92	<i>Suillus luteus</i>	138
<i>Amanita phalloides</i>	48	<i>Galerina marginata</i>	94	<i>Tremella mesenterica</i>	140
<i>Amanita rubescens</i>	50	<i>Gymnopilus spectabilis</i>	96	<i>Tricholoma equestre</i>	142
<i>Astraeus hygrometricus</i>	52	<i>Helvella leucopus</i>	98	<i>Tricholoma terreum</i>	144
<i>Boletus aestivalis</i>	54	<i>Hygrocybe punicea</i>	100	<i>Tuber melanosporum</i>	146
<i>Boletus edulis</i>	56	<i>Hygrophoropsis aurantiaca</i>	102		
				Glosario	148



## PRÓLOGO

Son muchos los recursos, las tradiciones, las costumbres, los cánticos populares, las recetas culinarias, los dichos y leyendas, los parajes singulares, las fuentes, los árboles con identidad propia, los personajes con historia... que ha parido la Serranía de Cuenca y que en estos momentos, los que ahora leemos estas líneas, queremos disfrutar de esta tierra. Tierra que hemos heredado gracias al buen hacer de nuestros abuelos y antepasados, y que hoy es para nosotros de incalculable valor.

Recientemente gran parte de la Serranía ha sido declarada Parque Natural, y son muchos los espacios de gran valor ecológico y paisajístico que salpican nuestra geografía y toman especial relevancia en nuestra comarca. Sin duda alguna es responsabilidad de todos y todas respetar y cuidar este patrimonio de manera sostenida, para que nuestros hijos y las generaciones posteriores, puedan disfrutar y desarrollarse plenamente en este privilegiado entorno en el que nos ha tocado vivir. Debemos educarles para que sean conscientes de que no son dueños de este patrimonio, sino sólo pasajeros, y que serán responsables de transmitir los valores del respeto y afecto a esta tierra a sus propios descendientes para conservar, por mucho tiempo este legado.

Sin embargo, la protección no está contrapuesta al desarrollo, y no debería suponer la incompatibilidad con el disfrute y uso racional de los recursos. El libro que ahora tienes en tus manos es sin lugar a dudas un ejemplo de cómo con respeto, conocimiento y amor por el medio natural se pueden deleitar los sentidos, especialmente con el recurso micológico de nuestra comarca.

Desde la Asociación Promoción y Desarrollo Serrano, PRODESE, pretendemos con la edición de esta guía aconsejarte cuando te encuentres en el medio natural, y te sirva de apoyo desde el momento que empiezas a planificar una jornada de recogida de hongos hasta el momento de encontrarlos, reconocerlos y recolectarlos, y en definitiva, disfrutar de este valioso recurso que nos regala nuestra tierra con el respeto que se merece.

Espero que este pequeño manual sea tu agrado, y compartas este mensaje con todos aquellos que te encuentres en el camino.

Víctor M. Alcocer Navalón  
Gerente de PRODESE





## LA COMARCA DE PRODESE

La comarca de la Serranía de Cuenca se sitúa en el Nordeste de la provincia de Cuenca, constituyendo una de las grandes comarcas naturales que componen la Provincia, junto con la Alcarria, La Mancha y la Manchuela Conquense. Nuestro territorio está compuesto a su vez por tres zonas con personalidad territorial propia, Serranía Alta, Serranía Baja y el Campichuelo, siendo unidades de relieve bien diferenciadas.

Estas tres zonas, aunque comparten las principales características de identidad de la comarca, le confieren la diversidad de paisajes y heterogeneidad suficiente para ser una zona de gran riqueza natural y contar con un alto potencial a desarrollar.

La Serranía de Cuenca limita con la provincia de Teruel y Guadalajara al norte y con la de Valencia al este. Está formada por un total de 73 municipios que ocupan una superficie de 4.838 Km en la que residen 18.501 habitantes (cifras procedentes del Padrón de habitantes 2007), siendo una de las zonas más extensas y menos pobladas de la región, con 3,8 hab/km<sup>2</sup>.

El conjunto de la Serranía pertenece a la rama castellana del Sistema Ibérico, un cordón de plataformas montañosas o sierras de cumbres aplanadas con orientación dominante noroeste-sureste, surcadas por estrechos valles y algunas depresiones intramontañosas.

Esta abrupta y particular orografía condiciona las comunicaciones y los límites geográficos entre las distintas regiones y provincias, y determina la fuente de riqueza económica, que se obtiene del sector primario (agricultura y selvicultura) y del creciente sector turístico.

En el caso que nos ocupa, las tierras de la Mancha y la Meseta turolense están separadas por el Macizo Ibérico, de forma que las comunicaciones van paralelas a las cumbres, abriéndose por los flancos suorientales. En el territorio de la Serranía Baja el eje Teruel-Cuenca transcurre por una hondonada, siendo este el lugar donde se concentra la





mayor parte de la población y la actividad de la zona. Este condicionante geográfico y más concretamente orográfico, ha determinado el aislamiento y dificultades de desarrollo de la comarca en su totalidad, condicionando el modelo de poblamiento y la actividad de sus pobladores.

Las peculiaridades de la zona han hecho que nos encontremos ante un territorio eminentemente rural, con un alto grado de aislamiento y una fuerte regresión demográfica lo que le confiere la denominación de zona de plena ruralidad según las actuales políticas de Desarrollo Rural (FEADER 2007-2013).

La Serranía de Cuenca ofrece un magnífico estado de conservación de sus recursos naturales, además de contar en su conjunto con una gran variedad de ambientes que le aportan una alta biodiversidad. Este buen estado del medioambiente en general le ha conferido el reconocimiento de las administraciones quedando reflejado en la gran superficie del territorio que se encuentra bajo alguna figura de protección ( el 41,48% de su territorio está bajo alguna figura de protección).

*\* ver mapa de localización al final del libro*





*Pinares maduros de pino negro con enebros. Los Palancáes*





Hábitat de la Serranía de Cuenca



*Riberas con denso sotobosque y prados húmedos. Huertas en la Vega del río Valdecabras*



### FAUNA DE LA SERRANÍA DE CUENCA



La elevada variedad de ambientes de montaña que alberga la Serranía Conquense ha favorecido el desarrollo de una alta diversidad faunística; el buen estado de conservación de los ecosistemas se manifiesta por la alta biodiversidad que podemos encontrar y la existencia de especies de especial interés de conservación recogidas en el Catálogo Nacional de Especies Amenazadas.

En su conjunto, la Serranía es particularmente importante para la conservación de las comunidades de aves que nidifican en los escarpes, en sus pinares y en sus ríos y lagunas, existiendo más de 160 especies catalogadas. Podemos destacar aves rupícolas, tales como el búitre leonado, alimoche común, águila real, búho real, y águila perdicera entre otras; comunidades de aves forestales como el águila calzada y culebrera, gavilán y otras especies nidificantes como el arrendajo, el pico picapinos, el pito real, etc. En los ríos de toda la zona son frecuentes el mirlo acuático, la lavandera cascadeña y el martín pescador, y en las lagunas nidifican también parejas de diferentes aves acuáticas como zampullín chico, ánade real, y rascón común además de algunas aves acuáticas y palustres nidificantes singulares, como el zampullín chico, y la focha común entre otras. En migración aparecen esporádicamente el águila pescadora y la cigüeña negra.







*Bosques caducifolios de frondosas. Tilos con avellanos y serbales en la Hoz de Beteta*

Además, existe gran variedad de comunidades de mamíferos que residen en estos pinares submediterráneos y de peces y anfibios en sus ríos de montaña bien conservados, que hacen de la Serranía un lugar especialmente diverso. Como elementos característicos de la riqueza faunística destacan especies de mamíferos insectívoros como el musgajo de la cabrera y el desmán ibérico, roedores como ardilla roja, lirón careto, y topillo. El conejo y la liebre suponen el principal recurso trófico de carnívoros como la garduña, comadreja, turón y gato montés, además de existir importantes recursos cinegéticos como la cabra hispánica, corzo, ciervo, gamo, muflón y jabalí.

Se ha reconocido también un importante valor de conservación para las especies de quirópteros (murciélagos) y para algunos grupos de invertebrados como pueden ser los lepidópteros (mariposas principalmente) entre los que destaca una especie endémica de la península, la mariposa isabelina (*Graellsia isabellae*).

La zona cuenta además con más de 15 especies de reptiles, 13 de ellas incluidas en el Catálogo como de Interés Especial, destacando el eslizón ibérico, lagarto ocelado, culebra lisa europea, culebra lisa meridional, culebra de escalera, culebra bastarda, etc.

Esta breve muestra denota una riqueza que puede catalogarse de impresionante en un territorio aparentemente uniforme pero de una gran diversidad como lo es la Serranía Conquense.





*Quejigars con pino negral y cornicabras en las solanas de la Hoz de Beteta*

### *UN TERRITORIO CON UN PAISAJE DESTACADO Y DE GRAN VALOR*

La Serranía de Cuenca es uno de los enclaves montañosos mejor conservados de la Península Ibérica, en la que los núcleos rurales de pequeña dimensión y dispersos en el territorio contribuyen a que la imagen de la Serranía sea la de una comarca eminentemente natural, con amplios pinares interrumpidos por ríos y barrancos que rompen la aparente uniformidad paisajística. El conjunto de la Serranía es un territorio con una gran geodiversidad, un relieve roto por el encajonamiento de los cursos fluviales que nos ofrece una enorme diversidad de paisajes que merece la pena recorrer.

En ella se combinan roquedales calcáreos en amplias plataformas o parameras como la de Tierra Muerta, dominio de roca salpicado por sabinas albar, con espectaculares relieves kársticos como la Ciudad Encantada, los Callejones de Majadas o las Torcas de Palancares, entre cuyas retorcidas y espectaculares formas pétreas se asientan pequeños jardines de avellanos, tejos, ciruelos silvestres, acebos y otras especies atlánticas que han sobrevivido gracias al microclima de estos enclaves.

Las Hoces angostas labradas por el agua son características de esta zona, ofreciendo grandes desniveles en los espectaculares cantiles rocosos de calizas y dolomías masivas que albergan una gran diversidad de especies vegetales al abrigo de estas paredes rocosas.

Amplias zonas de valles abiertos y fértiles originados por una depresión en el macizo de roca caliza, los "poljés" y Muelas como la de La Huérguina, delimitadas por la erosión y encajonamiento de los cursos fluviales.





*Pinares de pino albar a grandes altitudes. Huesas del Vasallo, Tragacete y Vega del Codorno*

Encontramos un paisaje dominado por amplios pinares de pino laricio, con gran cobertura vegetal acompañados de un sotobosque rico y diverso.

Manchas de Pino rodeno, que junto a la roca arenisca de color rojizo han originado un paisaje, el del "rodenal", de gran belleza por la tonalidad de colores que ofrece y las formas caprichosas que se han formado por la erosión de esta roca. Sabinares y enebrales que recuerdan a una dehesa donde las herbáceas y el prado se sustituyen por la piedra debido a la rigurosidad del clima.

Es por tanto la Serranía de Cuenca una zona de enorme belleza y un elevado capital natural que la ha hecho merecedora de múltiples figuras de protección. A parte del recientemente declarado Parque Natural de la Serranía de Cuenca y de albergar parte del Parque Natural del Alto Tajo, la serranía en su conjunto cuenta con otra figuras de protección como la Reserva Natural "Laguna del Marquesado", microrreservas como la "Laguna de Talayuelas" o la "Cueva de los Morceguillos" y monumentos naturales como las "Lagunas de Cañada del Hoyo", la "Hoz de Beteta y Sumidero de Mata Asnos" o el "Nacimiento del Río Cuervo" entre otros.

Además, este territorio cuenta con amplias zonas que serán incluidas en la futura red de espacios protegidos de la Unión Europea, ZEPA's (Zonas de Especial Protección para las Aves) y LIC's (Lugares de Interés Comunitario) que formarán parte de la Red Natura 2000.





*Prados abiertos con charcas estacionales y sabinar. Buenache de la Sierra*

### VEGETACIÓN DE LA SERRANÍA DE CUENCA

El paisaje vegetal que hoy en día nos encontramos en la serranía se encuentra condicionado por diversos factores como la acción humana, la climatología, exposición, suelo, pendiente y altitud, fundamentalmente, lo que hacen de esta comarca una zona de gran valor.

La elevada altitud media existente hace que la vegetación predominante se encuentre adaptada a un clima continental de montaña con temperaturas muy extremas, destacando el pinar de pino laricio, siendo una de las masas mejor conservada de Europa y que tapiza la mayor parte de la serranía. No obstante, el abrupto relieve ha estructurado la vegetación presentando en las zonas más bajas y soleadas amplios encinares que se mezclan con el pinar. A medida que ascendemos en altura éstos son sustituidos por quejigares en suelos calizos más profundos y en sustratos más ácidos por melojares, constituyendo un bosque mixto de gran calidad y belleza cuando se mezcla con el pinar.

En las zonas altas y expuestas con suelos pobres dominan la sabina y el enebro formando sabinars de gran importancia; por el contrario, las zonas menos expuestas y umbrías constituyen el dominio de otra especie de pino, el pino albar o silvestre acompañado en ocasiones por pies de sabinas y enebros rastreros.





*Pinares en umbria con bosquetes de arce de montpellier, olmo de montana y tilos. Rincón de Una*

Este paisaje vegetal también presenta en ocasiones vegetación atlántica adaptada a condiciones de elevada humedad y que ha sobrevivido en enclaves umbríos tras la retirada de los hielos. Así se pueden observar especies de tilos, avellanos, tejos, acebos y otras especies más características del norte de la península.

El sustrato calizo en su mayor parte, en ocasiones es sustituido por el zócalo paleozoico que ha dado lugar a suelos ácidos donde la vegetación rompe con su uniformidad. En estos sustratos se pueden observar bosques de pino rodeno, melojares, brezales y jarales que enriquecen la diversidad florística de esta tierra.



## LEGISLACIÓN

### *Uso recreativo del medio natural*

En los últimos años se ha incrementado turismo de naturaleza en nuestra comarca, donde el visitante ya no sólo desea un buen alojamiento y restauración, sino una serie de actividades de ocio que impliquen la aventura, el deporte, el riesgo y el propio conocimiento del medio natural donde se encuentra. Las empresas que realizan este tipo de actividades deben estar inscritas en los registros correspondientes tanto de turismo activo (Consejería de Turismo y Artesanía) como en el de actividades en el medio natural (Consejería de Industria, Energía y Medio Ambiente).

La Serranía de Cuenca tiene un gran potencial para ofrecer este tipo de servicios turísticos y deportivos, pero ha de hacerse siempre de manera sostenible, es decir, sin sobrepasar la capacidad de carga del medio, ya que muchos lugares de la Serranía son muy sensibles y son merecedores de permanecer bien conservados.

Por ello existe una amplia normativa a nivel regional que intenta regular el comportamiento que debemos tener cuando nos encontramos en el medio natural. La Ley 9/1999, de conservación de la Naturaleza en Castilla La Mancha es la norma básica que determina toda la reglamentación existente para la conservación de la naturaleza.

Por otro lado, las actividades de ocio y esparcimiento en el medio natural están reguladas por el Decreto 63/2006, cuyo objeto es la regulación del uso recreativo, la acampada y la circulación de vehículos a motor en el medio natural. Como norma general, queda prohibida la acampada libre, salvo algunas particularidades que se detallan en la citada norma, y la cualquier excursión organizada con vehículos a motor (4 x 4, quads, etc..) requiere autorización expresa de la Delegación de Medio Ambiente y Desarrollo Rural. La circulación con este tipo de vehículos debe hacerse lo más cuidadosamente posible, ya que los impactos ambientales y los daños a los caminos rurales son muy significativos.

Otra cuestión de vital importancia para nuestros montes es la prevención contra incendios. Actualmente se está haciendo una gran labor tanto en la prevención como en los servicios de





extinción, pero la parte más importante de todo ello es la concienciación de cada uno de nosotros como usuarios del medio natural y el extremo cuidado que debemos tener con el uso del fuego. La campaña promovida por la administración regional "Abre los Ojos", marca los siguientes 10 puntos fundamentales como buenas prácticas en esta materia:

- 1/** No utilizar el fuego en el medio natural en la época comprendida entre el 1 de junio y el 30 de septiembre
- 2/** Fuera de esta época, realizarlo únicamente en las zonas habilitadas para tal fin.
- 3/** No dejar abandonada una hoguera y tener a mano una provisión de agua en la prevención de un incendio forestal.
- 4/** No hacer fuego en días con fuerte viento. El fuego ha de mantenerse en unas dimensiones que lo hagan controlable en todo momento. Una vez finalizado el uso del mismo, proceder a apagarlo totalmente. Los útiles de cocina, al ser retirados, déjalos en zonas sin vegetación hasta que se enfríen.
- 5/** No fumar en el monte.
- 6/** No dejar abandonadas colillas ni tirar las mismas desde el interior de los vehículos.
- 7/** No dejar abandonados vidrios u otras sustancias inflamables.
- 8/** Cuando se utilicen elementos que producen calor o luz por medio de fluidos inflamables (camping-gas o similar), se cuidará de colgarlos en puntos que no ofrezcan peligro o de apoyarlos sobre una base horizontal.
- 9/** Los vehículos a motor que circulan por el monte han de estar dotados con dispositivos de seguridad que eviten la proyección de partículas incandescentes o el recalentamiento de elementos que puedan ponerse en contacto con la vegetación.
- 10/** En caso de producirse un incendio o si observas una situación negligente de terceras personas, comunícalo al Centro de Emergencias 112.



También nos ofrece 5 consejos básicos en el caso de enfrentarnos a un incendio en el medio natural:

- 1/** Si detectas un incendio, mantén la calma y llama de inmediato al teléfono de emergencias 112 precisando tu situación.
- 2/** Sólo si el incendio es incipiente, intenta apagarlo arrojando agua o tierra a la base de las llamas y eliminando vegetación de alrededor.
- 3/** Apártate de la dirección del fuego y permanece en terreno desnudo o quemado. No trates de cruzar las llamas.
- 4/** Evita quedarte en lugares con gran acumulación de combustible o puntos situados ladera arriba del incendio; aléjate pendiente abajo hacia zonas ya quemadas, contra el viento y sin correr, evitando vaguadas.
- 5/** Si las llamas te cercaran, protégete del humo tapándote nariz y boca con un paño húmedo. Busca refugio en piscinas o arroyos, tras una roca, un tronco o en una depresión, cubriéndote con tierra o arena.

Cuando planificamos una salida al medio, una buena fuente de información de las características ambientales y de los usos permitidos en ese lugar son los diferentes Planes de Ordenación de los Recursos Naturales de cada uno de los Espacios Naturales Protegidos que tiene la comarca, (aproximadamente el 42% del territorio está bajo alguna figura de protección), por lo que es recomendable recopilar la información de estos planes cuando nos disponemos a visitar cualquiera de estos lugares.

En el siguiente enlace web de la página oficial de la Junta de Comunidades de Castilla la Mancha (<http://www.jccm.es/maydr/inap/forms2/inapfi002.php>) encontramos toda la normativa relacionada con los E.N.P. de la región, y los usos compatibles, autorizables y prohibidos de cada uno de ellos.







A pesar de que la administración no tiene una estimación cuantitativa del aprovechamiento micológico, se considera un uso importante, y tanto en el Plan de Ordenación de los Recursos Naturales del Parque Natural de la Serranía de Cuenca, como en la ley de declaración (Ley 5/2007), se recoge como actividad compatible con el medio. Así mismo, dictamina que la recolección se deberá hacer de manera sostenible y habrá que esperar al Plan Rector de Uso y Gestión del Parque o a otra normativa sectorial por si el aprovechamiento micológico se regula de alguna manera especial. Mientras tanto, para hacer un uso sostenible del recurso micológico, podemos guiarnos por las buenas prácticas que se citan en esta guía para hacer una recolección respetuosa con el entorno.

Igualmente, la reglamentación del Parque reconoce que el aprovechamiento de hongos se realiza de forma masiva en muchos lugares de la zona y de la Serranía en conjunto, lo que puede poner en peligro la conservación de algunas especies muy buscadas. También explica la problemática del rastrellado y de la mala práctica en la recolección, dejando la puerta abierta a una posible regulación futura.

Sería interesante, desde el punto de vista del Desarrollo Rural y del beneficio de los municipios de nuestra comarca, mantener una estrecha colaboración con la administración para el desarrollo de esa posible normativa sectorial de regulación micológica, y sea un ejemplo más de aplicación de la metodología Leader y del papel fundamental de la población en la toma de decisiones y planificación del aprovechamiento de los recursos tradicionales rurales, como los micológicos.

*\* ver mapa en el principio del libro*



## RECURSOS MICOLÓGICOS Y DESARROLLO RURAL

La recolección de setas y hongos ha pasado de ser una actividad de ocio a convertirse en la actualidad en una actividad económica importante en muchas zonas de España. La gestión del bosque también ha experimentado un cambio, ya que en sus orígenes se consideraba una actividad puramente maderera. En los últimos años, la concienciación medioambiental ha avanzado en nuestra sociedad, y el desarrollo sostenible ha ido haciendo mella en algunas políticas sectoriales, como en la gestión de los bosques y el medio natural.

La gestión sostenible no sólo supone la incorporación de criterios de sostenibilidad en la silvicultura, va más allá, y considera el bosque como un ecosistema donde se debe tener en cuenta todos los usos y recursos que ofrece. Así, la primera premisa es conocer los recursos disponibles aparte de la madera, es decir, biodiversidad, agua, paisaje, pasto, caza, setas, etc. En este sentido, la recolección de setas es uno de los recursos incipientes en nuestros bosques que algunas provincias como Soria lo han entendido así, y han desarrollado una infraestructura productiva y comercial que diversifica la economía del mundo rural.

La diversidad de setas y hongos en la serranía es muy rica debido a las óptimas condiciones climáticas para muchas especies con alto valor gastronómico e indudablemente económico. Si consideramos los recursos micológicos como un recurso más, es indispensable inventariar las zonas con mayor potencial y gestionar el bosque de manera sostenible para optimizar su producción, que en la mayoría de las ocasiones es más rentable que la madera según el mercado actual. Por tanto, es el momento para que los municipios rurales y la población empiecen a poner en valor este recurso, a través de cotos de setas, con una recolección sostenible y la comercialización hacia mercados locales y nacionales.

La presente guía recoge los principales hongos que podemos encontrar en la Serranía de Cuenca, con aproximadamente 60 especies. Por ello no se ha seguido ninguna clasificación en su exposición, mostrando los diferentes hongos por orden alfabético.

En cada una de las fichas de cada hongo encontramos una descripción detallada, con su nombre científico y popular en la Serranía, el modo de vida, una descripción taxonómica, la aptitud para la comestibilidad y posibles confusiones con otras especies.

*Las fichas vienen acompañadas de los siguientes iconos:*

#### COMESTIBILIDAD



MORTAL



TÓXICA



NO COMESTIBLE



COMESTIBLE

#### ESTACIONALIDAD



PRIMAVERA



VERANO



OTOÑO



INVIERNO

#### MODO DE VIDA



SAPRÓFITO que se alimenta de materias orgánicas en descomposición



PARASITO HONGO que vive y se nutre a expensas de su huésped sin aportar ningún beneficio a este último



MICORRIZÓGENO crecimiento asociado al sistema de raíces de otras plantas

#### CALIDAD



COMESTIBLE, sin demasiado valor culinario



BUEN COMESTIBLE



EXCELENTE



## MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS EN LA RECOLECCIÓN DE SETAS

### *Los 20 puntos para una micología sostenible*

1/ Siempre cortar las setas, nunca arrancarlas para evitar destruir el micelio, y las pequeñas setas a punto de nacer del mismo tronco. Por ello se debe utilizar una navaja adecuada y afilada para evitar romper las setas más frágiles.

2/ No utilizar bolsas de plástico ni cubos para la recogida de las setas, ya que estas se apelmazan y se rompen, no se airean, y no permiten la liberación de esporas de las setas recogidas. Por ello es conveniente usar cestas, de forma que las esporas irán diseminándose por donde pasemos, y favoreciendo la creación de nuevos micelios.

3/ Utilizar una cesta de mimbre de la Serranía y Alcarria conquense, (de gran calidad y resistencia), para fomentar la artesanía local tradicional, y ya que las que se comercializan actualmente en los bazares de bajo coste son de importación, de mala calidad y muy poca resistencia.

4/ Tras cortar la seta, tapar el tronco y no dejarlo al descubierto. Esto evita desecaciones y contaminación del micelio, lo que impedirá que nazcan nuevas setas en días posteriores, así como en la siguiente temporada.





**5/** Nunca pisar, arrancar o destruir setas desconocidas, todas las setas cumplen un papel fundamental en el equilibrio del monte y el reciclado de los nutrientes. Además, pueden ser recolectadas por otras personas que sí las conocen.

**6/** Nunca usar rastrillos ni palos para remover el suelo, ya que además de romper las setas, se daña la estructura del suelo, y a la fauna y flora que allí vive, y se destruye el primordio, que es el tejido inicial de la espora, que originará nuevas setas.

**7/** Los ejemplares demasiado jóvenes, aún sin desarrollar, se diferencian mal, tal y como ocurre con las diferentes especies de amanitas, que son idénticas antes de abrirse y pueden dar lugar a confusiones fatales.

**8/** Las setas pueden variar mucho su forma, tamaño o color dependiendo del lugar donde nacen, el tipo de suelo, la humedad, o la edad de la seta, por ello no merece la pena arriesgarse a comerlas si no estamos totalmente seguros.



9/ No recolectar ejemplares viejos, ya que la alta producción de esporas puede resultar más indigesta (como en el caso de *Agaricus*, *Boletus*...), suelen contener parásitos, se conservan peor, y deben ser dejados en el monte sin destruirlos para favorecer que actúen como reproductores, liberando esporas.

10/ No hacer caso a creencias, dichos o refranes sobre comestibilidad de las setas, que hacen referencia a su color, olor, dónde nacen..., y comer sólo las que ya conocemos con total seguridad, y han sido revisadas por un experto. Algunas de las creencias FALSAS más extendidas son:

- Las setas llamativas o de colores vivos son venenosas, y las de colores claros son comestibles (FALSO), la *Amanita caesarea* es naranja y comestible, mientras que la *Amanita phalloides* es blanca-verdosa tenue, y es mortal.
- Las setas consumidas por animales o gusanos son comestibles (FALSO), estos animales poseen un sistema digestivo muy diferente, por lo que la toxina del hongo puede resultar inocua para un pequeño gusano, pero puede matar a una persona.
- Las setas venenosas hervidas con una cuchara o moneda de plata hacen que se ennegrezca la plata (FALSO), la oxidación de estos elementos no depende de la toxicidad de la seta.





- Las setas que crecen sobre tocones o madera son comestibles (FALSO), muchas especies de setas tóxicas, y algunas mortales crecen sobre madera viva o muerta.
- Si un animal doméstico come las setas y no le pasa nada, son comestibles (FALSO), pues los efectos nocivos pueden aparecer días e incluso semanas después de la ingesta.

**11/** No recolectar setas en cunetas de carreteras, ni cerca de zonas industriales, ni en márgenes de cursos de aguas contaminadas, ya que pueden estar contaminadas debido a que las setas tienen gran facilidad para absorber metales pesados y otros contaminantes.

**12/** Ha de conocerse perfectamente en qué estado pueden comerse las setas, ya que algunas setas son comestibles cocinadas, pero pueden resultar tóxicas crudas. En ocasiones resulta tóxica, y ha de desecharse, el agua que ha liberado la seta durante la cocción o preparación, como en el caso de las colmenillas *Morchella sp.* y los capirotos *Helvella sp.*



**13/** En el momento de la ingestión, es conveniente no mezclar las setas con la ingesta de alcohol, ya que en algunos casos pueden resultar indigestas, puede potenciarse su toxicidad, o incluso pueden resultar muy venenosas, aunque se trate de setas comestibles. Tal es el caso de algunas especies del género *Coprinus*.

**14/** Comer setas sólo en pequeñas cantidades y esporádicamente, ya que se trata de alimentos fuertes e indigestos, y que siempre acumulan metales pesados, que pueden pasar a nuestro organismo.

**15/** Cuando comemos una especie de seta por primera vez, aun habiendo sido reconocida por un experto, es mejor hacerlo en pequeñas cantidades, (menos de 150g.), y nunca por la noche, ya que dependiendo del metabolismo de las personas pueden resultar más o menos indigestas, o provocar algún tipo de reacción alérgica. Además es conveniente guardar algún ejemplar sin cocinar, para poder mostrarla al médico en caso de intoxicación o reacción.

**16/** No es conveniente lavar las setas hasta el momento de su preparación, ya que se degradan muy rápidamente, cambian de color y se estropean.







**17/** Debemos respetar y hacer respetar el medio ambiente, por lo que nunca debemos abandonar en el monte residuos, con especial precaución en el caso de envases de vidrio, que pueden herir a animales y personas, y pueden provocar incendios. A todos nos disgusta encontrar basuras en nuestro lugar favorito de setas, así que como tú serás seguramente el próximo en volver, haz que se mantenga limpio.

**18/** Recuerda que está prohibido circular fuera de las pistas. Parece ilógico intentar acercar unos metros más el coche a nuestro rodal de setas, cuando vamos a pasar todo el día andado varios kilómetros, además estamos compactando el suelo y aplastando las setas y la vegetación que las protege.

**19/** Recuerda que está prohibido hacer fuego y fumar en la época de mayor riesgo de incendios forestales, desde el 1 de junio al 30 de septiembre, según el decreto 63/2006, de 16 de mayo. El resto del año, sólo se podrá hacer fuego en las áreas recreativas acondicionadas para ello, y nunca fuera de estas, en el suelo, o en el monte, ni en días de riesgo.

20/ Como norma general, para los menos entendidos, nunca recolectaremos especies de setas comestibles que tengan parecido con una especie venenosa, como es el caso de las distintas especies de amanitas, tan difíciles de diferenciar para los inexpertos y que causan tantas muertes al año.

- Es común confundir la deliciosa *Amanita caesarea* con la tóxica *Amanita muscaria*. También es común confundir las comestibles *Amanita rubescens* y *Amanita spissa* con la tóxica *Amanita pantherina*. Más grave aún es la confusión de las comestibles *Amanita vaginata* y *Amanita ovoidea* con la mortal *Amanita phalloides*.

- También deben evitarse, como norma general, los Boletales cuya carne se torna azul al cortarlos, ya que la mayoría de estos son tóxicos.

- En cuanto a los champiñones, se debe tener cuidado de no confundir las diversas especies comestibles que se recogen popularmente, *Agaricus arvensis*, *Agaricus campestris*, *Agaricus sylvicola*, (muchas veces sin distinguir entre ellas), de la especie tóxica *Agaricus xantoderma*, que amarillea al tocarla o cortarla.

- También como norma general, y debido a la posible confusión de las comestibles *Macrolepiota sp.* con las tóxicas *Lepiota sp.*, rechazaremos las que tengan un sombrero con un diámetro inferior a 10 cm.

*\*Por todo ello, y aunque esta guía se ha realizado con suma cautela a la hora de incluir fotos representativas, y descripciones precisas, se debe extremar la cautela a la hora de ingerir setas, y deben ser siempre reconocidas previamente por un experto. Por ello se desaconseja totalmente ingerir setas que creamos son comestibles por su parecido a una fotografía en la que es mencionada como comestible, ya que como hemos mencionado, las setas pueden variar mucho sus características y apariencia, y dar lugar a confusiones. Por tanto, es preferible rechazar una seta en caso de no existir total seguridad de su comestibilidad, ya que un error puede ser fatal. Ya lo dice el dicho: "todas las setas se comen. Algunas sólo una vez" (Armando Guerra).*

# Los Principales Hongos en la Serranía de Cuenca





## *Agaricus arvensis*

Champiñón de prado // arvensis = de campo



### Hábitat y época:

Especie llamativa y de gran tamaño que aparece tras las primeras lluvias en primavera o en otoño en praderas, pastizales o herbazales de montaña. Frecuentemente numerosos, formando alineaciones o corros.

### Descripción:

**Sombrero:** Varía desde los 6 a los 30 cm. de diámetro. Al principio es globoso, más tarde convexo y finalmente casi plano. Su cutícula es blanca sedosa, y amarillea ligeramente en su madurez o si se ha rozado. Dicha cutícula cuelga del sombrero unos milímetros, en ocasiones con restos del anillo adheridos. Con las diferencias de humedad o temperatura se producen frecuentemente grietas en el sombrero.

**Laminas:** Libres, abundantes, finas y apretadas. De color blancuzco-grisáceo, con tonos rosados que se oscurecen hasta el marrón chocolate, casi negro.

**Pie:** Cilíndrico, consistente, separable del sombrero con facilidad, más grueso en la base. De color blanco que tiende a amarillarse en su parte inferior. Posee un anillo de gran tamaño, en forma de velo blanco, colgante.

**Carne:** Compactable, blanca, que vira lentamente al amarillo primero y más tarde a ocre mientras se oxida. Cuando se recolecta despidе un característico olor anisado. Sabor agradable que recuerda al de la nuez.

### Comestibilidad:

Muy buena, aunque a algunas personas no les agrada su especial sabor. Como *todas* los *Agaricus* comestibles son de mejor calidad los ejemplares jóvenes, siendo los adultos que tienen las láminas oscuras ligeramente problemáticos si no se eliminan estas antes de cocinarlas.

### Confusiones:

Como en el caso de la anterior especie de *Agaricus* comestible, hay que tener mucho cuidado con no confundirlos con las especies tóxicas o mortales de amanitas blancas, como son *Amanita verna*, *Amanita citrina*, *Amanita virosa* y *Amanita phalloides* var. *alba*, con las que comparten hábitat y algunas características como el color y el anillo, aunque nunca tienen láminas de color rosado.

También pueden confundirse con otras especies de champiñones silvestres comestibles, como *Agaricus campestris* aunque más peligroso es confundirse con ejemplares de *Agaricus xanthoderma*, tóxico, con olor a yodo y sabor desagradable, con el sombrero trapezoidal y que cambia de color al amarillo al cortarlo o rozarlo.



Hongo puchero,  
blanco o de majadal



## *Agaricus campestris*

Champiñón silvestre



### Hábitat y época:

Aparecen de forma abundante desde el principio de primavera hasta finales de otoño en praderas de pasto de animales, normalmente en hileras o grupos, pocos días después de las lluvias. También aparecen en jardines y céspedes abonados, y dehesas, así como en zonas con acumulación de materia orgánica o excrementos de ganado.

### Descripción:

**Sombbrero:** Como casi todos los *Agaricus* evolucionan desde la forma convexa a extendida o plana en su madurez.

Su tamaño varía hasta los 10 cm de diámetro. Tiene una cutícula gruesa de color blanco que se puede separar fácilmente, en la que aparecen escamas más o menos apreciables, de un color gris cremoso. El margen es muy excedente, sobresale y cuelga de la carne del sombrero.

**Laminas:** Libres, apretadas de un color blanco rosáceo que evoluciona a marrón-granate oscuro y más tarde a negro.

**Pie:** Cilíndrico, macizo, de color blanco y fibroso. Mide hasta 7 cm. de longitud y de 1 a 2 cm. diámetro. Tiene un anillo simple, al principio persistente más tarde se desprende, pero siempre dejando restos.

**Carne:** Consistente, corchosa y fácil de apelmazar. De color blanco, que al corte adopta un suave color rosáceo al oxidarse. Sabor y olor muy agradables a hongo.

### Comestibilidad:

Muy buena, más sabrosa que el champiñón cultivado. Es una de las setas más conocidas, recolectadas y consumidas por sus cualidades en la cocina, así como crudo en ensaladas. Como en todos los champiñones silvestres, es conveniente no recolectar los ejemplares maduros con las láminas negras, ya que son más indigestos. En caso de pretender aprovechar los ejemplares más adultos se deben retirar las láminas negras.

### Confusiones:

Como en otras especies de *Agaricus* comestibles, hay que tener mucho cuidado con no confundirlos con las especies tóxicas o mortales de amanitas blancas, como son *Amanita verna*, *Amanita citrina*, *Amanita virosa* y *Amanita phalloides* var. *alba*, con las que comparten hábitat y algunas características como el color y el anillo, pero nunca láminas rosadas.

También pueden confundirse con otras especies de champiñones silvestres comestibles, como *Agaricus arvensis* aunque más peligroso es confundirse con ejemplares de *Agaricus xanthoderma*, tóxico, con olor a yodo y sabor desagradable, con el sombrero trapezoidal y que cambia de color al amarillo al cortarlo o rozarlo.



Hongo blanco,  
puchero,  
hongo de majadal



## *Agrocybe aegerita*

Seta de chopo // aegerita = álamo negro



### Hábitat y época:

Aparece dentro de los tocones de chopos, en fructificaciones agregadas o apretadas, de forma que al crecer se deforman. Son saprófitos de árboles, se alimentan de madera muerta en descomposición, preferiblemente de chopos, olmos y otras especies de ribera. Aparecen en cualquier estación si la temperatura y la humedad son las indicadas, por ello en las alamedas de las riberas de los ríos, se pueden ver casi todo el año, excepto en invierno.

### Descripción:

**Sombrero:** El sombrero es globoso, que evoluciona a convexo, y en su madurez casi plano. Mide desde 3 a 14 cm, y es de color marrón claro, variando desde blanquecino a marrón oscuro, y con grietas, dependiendo de la luz y la humedad. Según madura se va aclarando desde el centro hacia perímetro, que en casos queda casi blanco. El margen es excedente, con algún resto del velo, ondulado y festoneado.

**Laminas:** Finas, sinuadas y con las aristas denticuladas. Son de un color blanco a crema que pasan con la maduración de las esporas a un crema oscuro y posteriormente a un marrón oscuro.

**Pie:** Cilíndrico, largo, fibroso, cubierto de pequeñas escamas, y atenuado en la base. Mide hasta 16 cm. de longitud por 1-1,3 cm. de diámetro. En la parte superior es marrón más oscuro el resto es crema claro. Tiene un anillo en la parte superior, persistente, y del mismo color que el pie, más sucio y oscuro en la madurez debido a las esporas.

**Carne:** Compacta y consistente, pero frágil, de color blanco cremoso más oscura en la base del pie. Olor afrutado característico, suave y agradable, cuando maduran es un poco más fuerte. Su sabor es dulce.

### Comestibilidad:

Muy buena, como es habitual los ejemplares jóvenes son de mayor calidad. El pie es muy fibroso y conviene desecharlo, así como los ejemplares viejos. Es una seta muy conocida y recolectada.

**Confusiones:** Es de difícil confusión por sus características determinantes, pero se podría confundir con otras especies que también nacen en tocones en choperas. También con *Gymnopilus spectabilis* o *Hypholoma fasciculare*, tóxica, pero estos prefieren normalmente la madera de las coníferas, tienen carne naranja y amarilla respectivamente, sabor amargo, olor desagradable y con láminas de color naranja y verde amarillento.





Seta de álamo  
o Seta de chopo



## *Aleuria aurantia*

Peziza anaranjada



### Hábitat y época:

Nace directamente sobre la tierra en zonas húmedas y en todo tipo de hábitats, siendo más abundante en suelo descubierto en pinares y bordes de caminos. Es una especie común y abundante en terrenos arcillosos. Se trata de una seta otoñal, pudiendo fructificar también en primaveras lluviosas y frescas.

### Descripción:

Ascocarpo: así se denomina la seta o cuerpo fructífero del hongo (carpóforo) en las especies pertenecientes a la Clase *Ascomycetes* (setas con forma de "Asco" o saco). Son setas con forma de copa de un color naranja muy vivo característico. Pueden llegar a medir hasta 12 cm. de diámetro, siendo su medida habitual de los 2 a los 7 cm. Cuando nacen varios ejemplares juntos y apretados, se deforman y pierden su forma redondeada característica.

La superficie del interior de la copa, es lisa de color más oscuro y de aspecto y textura más brillante que la exterior. Las esporas manchan de un color blanquecino. El borde es suavemente ondulado. No posee láminas ni pié.

**Comestibilidad:** Buena a muy buena. Puede consumirse cruda, en ensalada o aderezada, o puede hervirse.

**Confusiones:** Se puede confundir con *Sarcoscypha coccinea*, de color más rojizo con los márgenes menos lobulados, con forma más redondeada y que es saprófita de madera muerta, no nace directamente sobre la tierra sino de restos de madera en descomposición. No obstante no es tóxica.



# *Amanita caesarea*

Amanita cesárea, oronja



## Hábitat y época:

Generalmente nace en bosques de encinas, pero también es muy abundante en bosques de *Quercus* caducifolios (quejigos, melojos y robles albares). Aparece a principios de otoño o en pleno verano después de tormentas copiosas. Necesita calor para su crecimiento (es termófila), por lo que según avanza el otoño desaparece en zonas de gran altitud y clima frío.

## Descripción:

**Sombrero:** Diámetro que varía entre los 8 cm. y 20 cm. en grandes ejemplares ya desarrollados, con cutícula de color naranja butano, con restos blancos del velo de la volva sólo en algunos casos. Es carnoso y consistente. Evoluciona de redondo globoso a convexo y finalmente plano. La cutícula es separable, dejando ver la carne con color amarillento, de superficie lisa, viscosa con la humedad, después brillante. Margen agudo y estriado. Olor suave que pasa a ser desagradable en ejemplares muy adultos. Esta cutícula suele ser seca, no viscosa.

**Laminas:** Al principio de color amarillo pálido, crema, después amarillo dorado. Son anchas, libres, y numerosas. Tiene abundantes laminillas intercaladas, o lamélulas.

**Pie:** Cilíndrico, más delgado hacia el ápice, del mismo color de las láminas, recto, con un anillo frágil, normalmente roto, en forma de amplio velo, colgante, membranoso, estriado en la parte superior, y del mismo color que el tronco y las láminas. El pie es robusto y macizo. Varía desde 8 a 20 cm. de altura y de 1 a 3 cm. de diámetro. Es carnoso y de adulto algo esponjoso. En ejemplares muy jóvenes contiene a la seta en su conjunto la típica forma de huevo blanco, abriéndose el velo blanco y dejando al descubierto el sombrero en forma de "yema de huevo", desarrollándose más adelante en su forma adulta con pie y sombrero.

**Carne:** Blanca vainilla, amarillenta bajo la cutícula, espesa, tierna, de sabor agradable y olor suave.

## Comestibilidad:

Excelente, junto con la trufa es una de las setas más cotizadas, es considerada una seta exquisita pudiéndose consumir de numerosas y variadas formas, incluso cruda. Aunque es muy conocida, no es recolectada de forma habitual, sólo por los buscadores más expertos, por lo reducido de su hábitat y su corto periodo de fructificación.

## Confusiones:

Es difícil de confundir, aunque por parte de los menos expertos si es frecuente la confusión con la tóxica *Amanita muscaria* aunque esta posee tronco y láminas blancas y no amarillentas, y su sombrero si presenta restos blancos del velo y es de color rojo en lugar de naranja butano. Pueden darse confusiones por existir ejemplares de *Amanita muscaria* sin restos de velo en el sombrero, y éste de color más anaranjado por el exceso de lluvia.

Amanita





## *Amanita citrina*

*Amanita citrina*



### **Hábitat y época:**

Muy común. Crece en verano y otoño en bosques de coníferas (pinares), principalmente en suelos ácidos y bien drenados, arenosos.

### **Descripción:**

**Sombrero:** No muy grande, de hasta 10cm de diámetro, con cutícula de color amarillo-verde pálido, con grandes placas blanquecinas de restos del velo. La forma hemisférica del sombrero pasa a convexo y se aplana en la madurez.

**Láminas:** Son apretadas, libres, blanquecinas a amarillentas, y algo aserradas.

**Pie:** Esbelto, blanco amarillento pálido, y estriado en la parte superior al anillo. Crece engrosándose hacia la base, con un anillo en la parte superior, bien desarrollado, persistente, colgante y estriado.

**Carne:** Firme, blanca, con olor a rábano o patata, y sabor desagradable y amargo.

### **Comestibilidad:**

Sin interés culinario. Aunque no posea una marcada toxicidad es muy desaconsejable su consumo por su fácil confusión con la mortal *Amanita phalloides* de forma amarilla, lo que ha causado gran cantidad de accidentes.

### **Confusiones:**

Debido a su coloración, puede ser confundida con diversas especies de amanitas tóxicas de colores claros, como son *Amanita verna*, *Amanita virosa*, o incluso con la mortal *Amanita phalloides*.







## Amanita junquillea

Amanita gemada y Amanita junquillea



### Hábitat y época:

Puede aparecer desde primavera hasta finales de otoño, principalmente en bosques de coníferas (pinos) con suelos silíceos, y en ocasiones en suelos calizos.

### Descripción:

**Sombrero:** Pequeño y poco carnoso, de hasta 10cm. De joven es convexo, pasando a plano rápidamente. Posee el margen estriado, y la cutícula de color vainilla amarillento brillante, con placas blancas procedentes de restos del velo.

**Láminas:** Están apretadas, casi libres, y son de color blanco aunque se tiñen ligeramente de color ocre.

**Pie:** Es cilíndrico y frágil, ya que se vuelve hueco enseguida. El anillo, se sitúa en el centro del pie, y pronto se cae. El pie posee en la base el bulbo característico de las Amanitas, pero de aspecto globoso con girones en su parte superior, en forma de ribete.

**Carne:** De gran fragilidad, y tierna. De color amarillento al levantar la cutícula, sin olor característico ni sabor apreciable.

### Comestibilidad:

No comestible. Aunque en algunos lugares se consume, su toxicidad puede variar causando desde trastornos intestinales, a graves intoxicaciones, por lo que se desaconseja su consumo.

### Confusiones:

Debido a las variaciones de coloración que presenta, desde el blanco-crema al amarillo fuerte puede ser confundida con diversas especies de amanitas tóxicas de colores claros, como son *Amanita verna*, *Amanita virosa*, o incluso con la mortal *Amanita phalloides*.









## *Amanita muscaria*

Matamoscas, falsa oronja, amanita muscaria



### Hábitat y época:

Especie muy común y conocida. Habitualmente micorriza pinos y otras coníferas e incluso especies caducifolias. Aparece de finales de verano a finales del otoño. Podemos encontrarla en grandes cantidades los otoños lluviosos en zonas frescas de pinares de montaña. Prefiere suelos ácidos con gran cantidad de humus.

### Descripción:

**Sombrero:** Gran porte, entre los 10 cm. y 25 cm. de diámetro. Su cutícula viscosa separable es de color rojo brillante que cambia progresivamente al naranja con la edad, con numerosos restos blancos del velo de la volva. Estos suelen ser de textura algodonosa y dispuestos en círculos concéntricos, que amarillean con el tiempo. Es un sombrero carnoso, consistente y muy llamativo. Evolucionada de globo a convexo y finalmente plano como muchas amanitas. Margen incurvado y ligeramente estriado en la madurez. Olor inexistente.

**Laminas:** De color blanco, libres, anchas, numerosas, ventradas y desiguales. Tiene abundantes laminillas (lamélulas) intercaladas.

**Pie:** Cilíndrico, fácilmente separable del sombrero, recto, robusto, lleno y con anillo. Varía desde unos 12 a 20 cm. de altura y de 1 a 3 cm. de diámetro. El anillo es amplio, membranoso y con el borde ligeramente teñido de amarillo. Base del pie rodeado de volva escamosa, blanca.

**Carne:** Blanca al corte, aunque más anaranjada bajo la cutícula, espesa, tierna y olor y sabor inapreciables.

### Comestibilidad:

**Toxica**, no apta para el consumo. Tiene compuestos tóxicos que producen trastornos gastrointestinales intensos. Los supuestos efectos alucinógenos son muy variables según el terreno y la variedad de *Amanita muscaria* que se recolecte, y vienen acompañados de fuertes vómitos y diarreas.

### Confusiones:

Podría confundirse con la comestible *Amanita caesarea*, ya que algunos ejemplares de *A. muscaria* no poseen restos de velo blanco en el sombrero, y presentan un color más anaranjado a causa del exceso de agua, por lo que se asemejan bastante a dicha amanita comestible, no obstante las muscarias poseen láminas y pie blanco, mientras que las *A. caesarea* lo tienen amarillo crema.



Matamoscas



# *Amanita ovoidea*

Amanita ovoide



## **Hábitat y época:**

Aparece en los suelos calizos de la región mediterránea, en bosques de coníferas o frondosas.

## **Descripción:**

**Sombrero:** Robusto, de hasta 25 cm de diámetro. De forma ovoide pasando a extendido, y con el margen bordeado de girones colgantes, procedentes del velo. Posee gran espesor y tiene una cutícula lisa, de color blanco satinado, que va cambiando a ocre.

**Láminas:** Apretadas, anchas, dentadas, y de color blanco o blanquecino crema.

**Pie:** Es robusto, cilíndrico, y ligeramente abultado en la base. Es macizo, de color blanco, con una gran volva.

**Carne:** Es espesa, blanca y blanda, con un olor fuerte y algo desagradable, sobre todo al madurar. El sabor es poco apreciable.

## **Comestibilidad:**

Comestible mediocre. Apreciado por su tamaño, pero no tanto por su sabor.

## **Confusiones:**

Hay que tener cuidado de no confundirla con las especies blancas de Amanitas tóxicas o mortales, que aunque de aspecto más fino y frágil que esta robusta y gran amanita, pueden traer confusiones por parte de los menos expertos.



# *Amanita pantherina*

Pantera



## Hábitat y época:

Verano y otoño. Fructifica bajo coníferas y también bajo caducifolias, en suelos arcillosos o arenosos calizos. Puede aparecer en solitario o en grupos.

## Descripción:

**Sombrero:** De 4-12 cm de diámetro. Hemisférico, después convexo, finalmente plano-convexo. De color que varía entre el pardo-grisáceo y marrón claro. Cutícula separable con facilidad, húmeda, brillante, que presenta restos membranosos del velo en forma de numerosas verrugas de color blanco puro procedentes del velo, dispuestas regularmente, que pueden desprenderse con facilidad, incluso desaparecer con la lluvia. Margen redondeado, muy estriado.

**Laminas:** Laminas libres, redondeadas y apretadas con laminillas intercaladas. De color blanco.

Arista de aspecto harinoso del mismo color. Con lamélulas.

**Pie:** De 6-12 cm. de largo x 0,5-2 cm de diámetro. Cilíndrico ensanchándose hacia la base, terminando en un bulbo redondeado. Lleno que evoluciona a hueco. De color blanco sucio, presenta aspecto harinoso en toda su superficie. Anillo blanco, a media altura, membranso tipo falda colgante, persistente y algo estriado en su parte superior.

**Carne:** Poco consistente, tierna, de color blanco. Olor débil a rábano. Sabor dulce. No cambia de color al oxidarse.

## Comestibilidad:

**Muy tóxica.** Presenta el mismo síndrome que *Amanita muscaria*, pero más grave, y excepcionalmente puede ocasionar la muerte. Los síntomas consisten en excitación psicomotriz, convulsiones, estado de embriaguez, delirio, vértigos, alucinaciones, diuresis, vómitos, etc.; comienzan entre media hora y 4 horas después de la ingestión de las setas y pueden durar hasta 3 días.

## Confusiones:

Se puede confundir con *Amanita spissa* que se diferencia por tener la volva napiforme, las verrugas del sombrero membranosas y grises y el borde del sombrero no estriado. También se pueda confundir con la *Amanita rubescens*, que además de margen no estriado y verrugas nunca blancas tiene coloraciones rojizas en el pie y volva harinosa.





## *Amanita phalloides*

Oronja verde, cicuta verde



### Hábitat y época:

Muy abundante y llamativa, de ahí su peligrosidad ante las confusiones. Forma micorrizas con especies del género *Quercus*, por lo que es propia de encinares y quejigares. Especie otoñal de zonas frescas y húmedas con abundancia de materia orgánica.

### Descripción:

**Sombrero:** 6 - 15 cm. de diámetro. Subgloboso a convexo, finalmente plano-convexo. De coloración verde amarillenta, más oscura hacia el centro, normalmente sin restos del velo. Blanca en la variedad *alba*. Cutícula fácilmente separable con fibrillas radiales oliváceas oscuras. Margen más claro, incurvado a plano en la madurez, no estriado. **Laminas:** Bastante apretadas, libres, desiguales, anchas, ventradas, de color blanco puro. Con laminillas intercaladas (lamélulas). **Pie:** De 7-15 cm. de largo y 1-2 cm. de diámetro. Cilíndrico ensanchando hacia la base para terminar en un bulbo ovoidal. De color blanco, la superficie aparece jaspeada por fibrillas oliváceas, desde el anillo hacia abajo. Anillo blanco, apical, persistente, membranoso, que cuelga a modo de faldita, estriado por la cara superior. Volva blanca, vercosa por dentro, membranosa y amplia. **Carne:** Blanca, algo verdosa bajo la cutícula, gruesa y esponjosa en el bulbo. Sabor dulce. Olor perfumado agradable que se torna desagradable en la vejez. **Varietades:** Var. *Alba* de color blanco con zonas amarillas. Var. *Virides* color verde oscuro-botella. Var. *Citrina* de color verde amarillento. Var. *Umbrina* de color gris verdoso.

### Comestibilidad:

**Mortal.** Es la seta que ha producido más casos de muerte, por lo que su reconocimiento por parte de los buscadores de setas es muy importante. Produce una intoxicación con un largo periodo de latencia de 6 a 12 h. hasta que aparecen los primeros síntomas, lo que hace que en ese momento ya exista un daño irreversible en órganos vitales tales como el hígado y el riñón. Por ello es fundamental acudir a un hospital con la mayor urgencia.

### Confusiones:

Debido a la gran cantidad de variedades que posee, con distintos colores, puede confundirse con multitud de setas parecidas en su forma. El mayor número de confusiones que provoca esta seta se deben a sus formas más claras o albinas que se confunden con champiñones, que sin embargo son fácilmente distinguibles por carecer de volva y por sus láminas rosadas. Para cualquier aficionado es importantísimo conocer e identificar claramente esta especie, es la causante del 90% de los fallecimientos por ingestión de setas. Actualmente existen tratamientos bastante eficaces, e incluso trasplantes para los casos más irreversibles, pero hasta hace poco su ingestión, implicaba la muerte a corto plazo, ya que una única *Amanita* es suficiente para matar a un adulto.





*Cicuta, faloides*





## *Amanita rubescens*

Oronja vinosa o rojiza



### Hábitat y época:

Especie común en todo tipo de bosques de coníferas o frondosas, y en suelos diversos. Micorriza a numerosos árboles. Aparece temprano, desde finales de primavera, hasta el otoño.

### Descripción:

**Sombrero:** Evoluciona de globoso a convexo plano. Diámetro medio, que varía entre los 5 y 15cm, con cutícula de color típicamente rojizo vino, con tonalidades más claras, color café con leche, a casi blanquecinas. Adquiere tonalidades rojizas donde ha sido rozada o rota. Tiene numerosos restos del velo de la volva en forma de verrugas algodonosas y color blanco rosáceo. Es carnoso, consistente y frágil. La cutícula es separable, de superficie lisa y brillante. Margen delgado, incurvado a plano y no estriado. Olor a hongo.

**Laminas:** Apretadas, libres, numerosas, con lamélulas. De color blanco como su esporada.

**Pie:** Cilíndrico, más grueso hacia la base (claviforme). De color blanco a rosado a marrón o rojo vinoso claro. En su base tiene volva ovoide, del mismo color rosado pero más acentuado. Habitualmente atacada por numerosas larvas de insectos. Tiene anillo amplio, membranoso, de color rosa claro estriado, y borde festoneado.

**Carne:** Blanca, que cambia a un rosa vinoso al corte. Sabor algo amargo e inodora.

### Comestibilidad:

Muy buena, siempre que se cocine, ya que en cruda es tóxica. Pero hay que tener mucho cuidado con ella, por sus componentes tóxicos volátiles. No se debe comer nunca cruda y si muy bien cocinada.

Los componentes tóxicos de estas especies (hemolosinas), se evaporan a más de 65°C., por lo que es necesario cocinarlas bien para que se evaporen los compuestos tóxicos, y poder consumirlas con seguridad. Estas sustancias tóxicas destruyen los glóbulos rojos, produciendo anemias severas.

### Confusiones:

Se puede confundir con otras amanitas, sobre todo con la *Amanita pantherina*, que es muy tóxica. Los sombreros pueden tener un color parecido, pero se diferencian en que la carne de la *Amanita rubescens* cambia a rosado y en la *Amanita pantherina* no varía. Además el margen estriado, la volva circuncisa, y el pie blanco de la *Amanita pantherina*, diferencian claramente las dos especies.







## *Astraeus hygrometricus*

Estrella de tierra higrométrica // higrométrica = que mide la humedad



### Hábitat y época:

Muy frecuente en otoño e invierno, formando grandes colonias. Aparece principalmente en pinares, también en encinares y jarales mediterráneos.

### Descripción:

**Carpóforo:** Es el cuerpo fructífero del hongo, es blanco y globoso, de 2 a 4 cm de diámetro, y se abre en forma de estrella. En su interior, de color marrón oscuro, aparece un endoperidio blanquecino, en forma de bolsa, que libera las esporas marrones de forma similar al cuscú de lobo. La estrella es dura con aspecto de cuero, y aguanta en el suelo sin descomponerse meses e incluso años. Esta seta higrométrica abre sus brazos en tiempo húmedo, liberando las esporas, mientras que los cierra, volviendo a su apariencia inicial (en forma de bola), en tiempo seco.

Nace directamente del suelo. No tiene otras estructuras típicas de las setas como láminas o pie.

### Comestibilidad:

Debido a su gran dureza y la gran cantidad de esporas, **no posee interés culinario**. No posee olor ni sabor apreciables.







## *Boletus aestivalis*

boleto reticulado, estival o de verano



### Hábitat y época:

Aparece desde finales de primavera, hasta final del verano (es termófilo), sobre todo bajo bosques de frondosas (robles, quejigos y encinas), aunque también bajo coníferas (pinos). Prefiere suelos silíceos.

Suele crecer en grupos de varios ejemplares más o menos dispersos o alineados.

### Descripción:

**Sombrero:** De gran tamaño, hasta 25 cm. de diámetro. Al principio semiesférico, con el margen vuelto, casi pegado al pie, después convexo. El margen en los ejemplares jóvenes esta revuelto hacia el centro y es excedente, bastante regular. Superficie bastante variable, desde lisa y glabra a pubescente y afieltrada. En tiempo seco puede encontrarse resquebrajada en placas más o menos regulares, entre las que asoma la carne blanca. La cutícula es fácilmente separable.

**Himeno:** (Es la parte de la seta que produce las esporas, en general suelen ser láminas o tubos, como en este caso). Tubos casi libres, largos, (10-20 mm). Separables de la carne, primero blancos y con la madurez amarillentos verdosos coincidiendo con el comienzo de la esporada. Poros circulares del mismo color que los tubos, no azulean al roce.

**Pie:** De 5-20 cm. de largo por 2-8 cm. de diámetro. Más engrosado en la parte media, sobre todo en los ejemplares jóvenes, en los cuales, el tronco parece una bola. Recubierto de una malla de retículos bastante regular que se aprecia más en la parte superior. De color marrón claro, en ocasiones más blanquecino junto al suelo.

**Carne:** Espesa, blanca, incluso debajo de la cutícula, únicamente amarillenta en el plano de unión con los tubos, por contacto con los mismos. Olor y sabor agradables, ligeramente dulces, aunque empeora al secarse.

### Comestibilidad:

Comestible excelente. De calidad similar a *Boletus edulis*, aunque debido a las temperaturas moderadas y altas entre las que crece, es parasitada con más frecuencia e intensidad por larvas de insectos, encontrando incluso los individuos jóvenes con galerías marcadas en su interior.

### Confusiones:

No tiene confusión peligrosa posible, y aunque nace en primavera y verano, no suele ser fácilmente distinguido por los recolectores más inexpertos de los ejemplares de *Boletus edulis*, *Boletus pinophilus* o *Boletus aereus*, también comestibles y de similares características culinarias.





## Faisán

(al igual que el resto de especies de *Boletus*)





## *Boletus edulis*

Boleto comestible, Calabaza, Hongo y Viriato



### Hábitat y época:

Pinares maduros de alta montaña, con suelos silíceos, de cuarcitas o rodenos. Micorriza al pino albar *Pinus sylvestris*. Crece desde finales de verano hasta finales del otoño. Suelen crecer de forma dispersa, aunque en rodales marcados y constantes. Prefiere suelos frescos y húmedos con gran cantidad de materia orgánica. También aparece en turberas y zonas de musgos.

### Descripción:

**Sombrero:** De gran tamaño, con 7 a 25 cm de diámetro, y tubos bajo éste. Forma convexa pasando a aplanada, con cutícula marrón clara castaño mate, y margen excedente, que presenta una línea blanquecina en todo su contorno. Aspecto redondeado, y rechoncho, especialmente de joven, naciendo en forma de huevo.

**Tubos:** De color blanco crema, pasando a verdoso amarillento al madurar y comenzar la esporada. En este caso la esponja de tubos debe separarse del sombrero antes de cocinarse, por ser indigesta. Los tubos se separan con gran facilidad del sombrero, excepto en ejemplares muy viejos o pasados, y dejan a la vista una superficie amarilla vistosa de la parte inferior del sombrero.

**Pie:** Mácizo, de 5 a 20 cm de altura, y un diámetro de 5 a 10 cm, de color claro, blanco a crema, con un retículo blanco en relieve. Muy redondeado y consistente en los jóvenes, pasa a ser muy alargado e inconsistente en los individuos viejos.

### Comestibilidad:

Comestible excelente. Setas de gran calidad y reconocido prestigio, tanto en campo, como en la cocina. Junto con la trufa y la amanita cesárea son las tres setas más cotizadas y utilizadas en alta cocina. Puede degustarse crudo aliñado, o cocinado. Puede conservarse perfectamente desecado, en láminas. Es uno de los iconos más representativos de la micología.

### Confusiones:

En ocasiones no es fácil de distinguir del boleto de pino *Boletus pinophilus*, y en menor medida puede parecerse al boleto reticulado de verano *Boletus aestivalis*, aunque este último aparece en primavera a finales de verano, no en otoño. En cualquier caso las tres especies son excelentes comestibles.







## Faisán

(nombre común para todos los  
*Boletus* comestibles)



## *Boletus erythropus*

Pie rojo



### Hábitat y época:

Común en nuestros bosques de coníferas y caducifolias. Fructifica en verano y otoño, aunque puede aparecer esporádicamente en primavera con climas propicios. Prefiere los suelos silíceos.

### Descripción:

**Sombrero:** Tamaño medio-grande, entre 5 y 20 cm de diámetro. De forma hemisférica en jóvenes, pasando a convexo extendidas. Cutícula mate marrón, no separable de la carne, de color marrón rojiza, que azulea rápidamente al romperla.

Posee gran consistencia y dureza.

**Tubos:** Largos, hasta 2 cm, libres y fáciles de separar de la carne. Son de color rojo intenso en el exterior, y amarillo oliváceo la parte unida a la carne, aunque azulean rápidamente al separarlos.

**Pie:** Cilíndrico, ventruado y claviforme, más ancho en la parte inferior. De color naranja-amarillento a rojo. De 5 a 15 cm de alto y con un diámetro de 2 a 5 cm.

**Carne:** Gruesa y consistente, casi dura. De aspecto corchoso, y color amarillo, que vira rápidamente a azul al hacer un corte. Tiene olor agradable, y sabor dulce.

### Comestibilidad:

Tóxica en crudo. Puede comerse pero realizando previamente una larga cocción. Aunque al parecer su firme carne ofrece buen sabor, no tiene gran interés culinario ya que azulea al corte y ennegrece al cocinarlo.

### Confusiones:

Mantiene cierto parecido con el tóxico *Boletus satanas*, aunque éste tiene la cutícula del sombrero de color blanco o crema, y no marrón. Por ello se desaconseja su consumo a los menos expertos.



## Boleto rojo o Satanás

(nombre genérico para las diversas especies con tubos y pie rojos, la mayoría tóxicos)



## *Boletus pinophilus*

Boleto del pino



### Hábitat y época:

Aparece en primavera y veranos lluviosos, pero fundamentalmente en otoño. Como su nombre indica, nacen en bosques de pinos aunque a veces también en hayedos. Tienen predilección por los pinares maduros, siendo rara su aparición en pinares jóvenes. Prefiere suelos ácidos o arenosos.

### Descripción:

**Sombrero:** Cutícula de color marrón rojizo granate (caoba), lisa, y de difícil separación de la carne. De forma hemisférica que evoluciona a plano convexa, llegando a medir hasta 30 cm. de diámetro. Margen curvado que evoluciona a plano en la madurez. Se trata de un sombrero bastante irregular y rugoso, que difiere bastante con el sombrero liso y uniforme de los *Boletus edulis* y *Boletus aestivalis*.

Dicho sombrero mate aterciopelado y rugoso suele confundirse con las piedras.

**Himenio:** (parte de la seta que produce las esporas). Tubos casi libres, separables de la carne, primero blancos, luego amarillentos, pasando rápidamente a amarillo oliva en ejemplares maduros.

**Pie:** Muy grueso, macizo, consistente y muy ventruado hacia la base, tanto que en muchos casos supera en diámetro al sombrero. De color crema o marrón muy claro, con una retícula de mallas poligonales de tonos cremas a marrones en el ápice, y más ténue en el resto.

**Carne:** Consistente, espesa, blanca, bajo de la cutícula con tonos vinosos. Olor y sabor agradables, a hongo, dulces y perfumados. Una vez desecado, el olor es mucho más intenso. No cambia de color al cortarla.

### Comestibilidad:

Comestible excelente, al igual que el *Boletus edulis*, el *Boletus aereus* y el *Boletus aestivalis*, de los cuales a veces es difícil de diferenciar, por lo que se comercializan y se cocinan juntos, ya que tienen las mismas cualidades.

### Confusiones:

Como ya hemos comentado, no existe riesgo en su confusión, ya que es muy similar al resto de *Boletus* comestibles de gran calidad: *Boletus edulis*, *Boletus aereus* y *Boletus aestivalis*.



## Faisán

(nombre general que se da a los *Boletus* comestibles *pinophilus*, *edulis* y *aestivalis*)





## *Calocybe gambosa*

Seta de San Jorge, perrechico



### Hábitat y época:

Especie que fructifica en primavera en suelos humificados, húmedos y no contaminados. Aparece en prados y claros de bosque, bajo espinos, endrinos y otros arbustos. Siempre en grupos abundantes, en forma lineal. Crece a partir de San Jorge (23 Abril), aunque suele aparecer en mayo y principios de junio. Micorriza diferentes especies de rosáceas, como los espinos y endrinos.

### Descripción:

**Sombrero:** Seta carnosa de aspecto robusto, compacto. Con sombreros hemisféricos que evolucionan lentamente a convexos o plano convexos y con el perímetro sinuoso. De 5 a 12 cm. en ejemplares desarrollados. De coloración algo variable que va desde el blanco al crema o ocre, siendo el color más general el blanco cremoso. Cutícula separable de textura lisa y pruinosa. Margen enrollado y sinuoso.

**Láminas:** Láminas numerosas, apretadas, estrechas, escotadas y de color blanquecino a crema, al igual que el sombrero.

**Pie:** Robusto, ligeramente claviforme, fibroso, y corto con relación al porte de la seta, homogéneo con el sombrero y blanquecino.

**Carne:** Blanca, compacta, consistente y con un agradable olor y sabor a harina fresca.

### Comestibilidad:

Comestible excelente, se consume y comercializa como seta de gran calidad y muy cotizada, llegando a tener precios muy elevados los primeros ejemplares de la temporada. Es de consistencia dura y de un sabor especialmente harinoso, con un regusto un poco amargo, lo que hace que no a todos los aficionados les guste. En ocasiones es difícil de digerir, por lo que no se debe consumir en grandes cantidades.

### Confusiones:

Es difícil confundir esta seta por fructificar en primavera. Si fuera en otoño habría que tener cuidado con el tóxico *Entoloma lividum*, de láminas amarillas o rosas, espaciadas y libres. Además el sombrero tiene una cutícula de tonos grises con unas fibrillas radiales que es poco separable de la carne. Posee al igual que el *Hypholoma caomoides*, el *Agaricus campestris* o el *Craterellus cornucopioides* un efecto hipoglucemiante, es decir que baja el contenido de azúcar de la sangre, por lo que recomendado para los diabéticos, aunque de ninguna manera puede sustituir a la insulina.



Vizcaínas,  
setas de espino





## *Calvatia ultriformis*

Bejín aerolado, bejón



### Hábitat y época:

Aparece en praderas, bosques, prados y monte bajo. Muy abundante y conocida. Suele aparecer en grupos, incluso en corros, pero también aparece solitario. Crece de primavera a otoño.

### Descripción:

**Carpóforo:** De forma más o menos esférica o ovalada, globosa, piriforme, con una elongación aguda que hace la función de un pie al ser el punto de unión con el suelo. Mide desde 5 a 15 cm. de diámetro. La envoltura o parte exterior (exoperidio), es de color blanco, con escamas piramidales que se pierden con el tiempo. Debajo de esta cubierta se encuentra la parte interna (endoperidio), también de color blanco, que cambia a marrón con la edad y se cubre de restos blancos del exoperidio con cicatrices y protuberancias.

Con la madurez se rompe por la parte superior para expulsar las esporas.

**Gleba:** El interior del carpóforo (gleba), es el espacio donde se forman las esporas. De joven es blanco y de consistencia compacta que se va transformando a pulverulenta, con esporas de color marrón oscuro.

### Comestibilidad:

Es comestible en su juventud, cuando el interior (la gleba), es de color blanco, pero no posee gran interés culinario, por lo que no suele comerse. No obstante se le reconocen algunas propiedades medicinales, fundamentalmente desintoxicantes y antiinflamatorias.

### Confusiones:

Podría confundirse con los *Lycoperdon* (pedos de lobo) que son de menor tamaño, o con otras especies del mismo género, como la *Calvatia excipuliformis*, que tiene una marcada forma de pera invertida, con un largo pie. En cualquier caso no se trata de especies tóxicas o peligrosas.





Bejines



# *Chroogomphus rutilus*

Seta reluciente



## Hábitat y época:

Es muy común y abundante en verano y otoño, sobre pinares herbosos. Crece en grupos dispersos pero numerosos.

## Descripción:

**Sombrero:** Diámetro de 7 a 12 cm, de forma cónica acampanada, pasando a ser convexo y finalmente extendido es convexo, casi plano. El margen es liso y se curva hacia dentro. La cutícula es lisa, en ocasiones algo viscosa, de un color cobrizo metalizado, pardo rojizo.

**Láminas:** Separadas, no muy prietas, decurrentes, del mismo color del sombrero cuando son jóvenes, pero oscurecen al madurar.

**Pie:** Es alargado, macizo, y en ejemplares adultos es vuelve cada vez más fino y de color amarillento según descendemos hacia el suelo. Por ello toma en conjunto la forma, y en parte el color, de los grandes clavos usados en portadas de madera, de ahí su nombre:

*gomphos* = clavo.

**Carne:** Es blanda, de tacto suave al cocinarla, aunque el pie es más fibroso y duro. De color similar a la cutícula, aunque algo más clara o amarillenta.

## Comestibilidad:

Es comestible, aunque de baja calidad, sin un olor o sabor apreciable. Pese a su gran abundancia en nuestros pinares, no es apenas conocida ni consumida.

## Confusiones:

Debido a su forma característica y a su color cobrizo metálico único, no es fácil confundirla con otras especies, si acaso con el comestible gonfidio glutinoso *Gonphidius glutinosus* con el que se asemeja en la forma, pero no en el color.

Pie de perdiz



## *Clavariadelphus truncatus*

de almirez, mano de mortero, clavaria



### Hábitat y época:

Es común en encinares y robledales. Aunque prefiere pinares, con abundante suelo orgánico. Crece en grupos numerosos, es muy común y vistosa. Crece de verano a otoño.

### Descripción:

**Sombrero:** Fructificaciones de formas claviformes (forma de clavo o cono invertido) más o menos obtusas. En su parte de superior el sombrero llega a medir los 5 cm de diámetro, y hasta 10 cm de altura. Posee formas muy irregulares, y un color amarillento oscuro, casi anaranjado sucio. Cuando madura cambia a un color marrón ocre. El himenio (parte productora de esporas) se encuentra recubriendo toda la seta, tanto en el sombrero como en el pie.

**Pie:** Es la continuación del irregular sombrero hasta el suelo. Su diámetro es menor según descendemos por él.

Posee el mismo color que el sombrero.

**Carne:** es una seta maciza, densa, y marrón al corte.

### Comestibilidad:

A pesar de que posee un sabor dulce y azucarado, es un comestible mediocre, con pocas cualidades gastronómicas. No es conocido ni es habitual su consumo. Además tiene una textura fibrosa que hace más desaconsejable su consumo.

### Confusiones:

A pesar de su rara forma característica de mazo de almirez, se parece a otra especie de su mismo género, el *Clavariadelphus pistillaris*. No existe peligro, ya que aunque también es mediocre, no es tóxica.



# *Clitocybe geotropa*

Platera



## Hábitat y época:

Crecen al final de verano y en otoño, en prados y claros de pinares herbosos. Es frecuente y abundante, aparece formando alineaciones que pueden llegar a medir decenas de metros, y albergar varios kilos de estas setas. Suelen salir año tras año exactamente en los mismos lugares.

## Descripción:

**Sombrero:** alcanza gran tamaño, hasta 20 cm de diámetro. Aparece primero extendido, con el margen enrollado, y un gran abultamiento (mamelón) en el centro del sombrero, que pasará a ser deprimido con la madurez, con el margen abierto.

**Láminas:** Decurrentes y muy apretadas, se marcan profundamente en el margen, de color blanquecino, pasando a crema. Son desiguales y aserradas.

**Pie:** Es largo y abultado de joven y robusto. Como es común en este género, el color del pie es ligeramente más oscuro que el resto de la seta. Es fibroso y consistente, y suele desecharse.

**Carne:** es blanca y firme, y libera un agradable olor cianúrico (similar al que desprende el cianuro de las almendras amargas. Aunque alcanza grandes tallas, los ejemplares más grandes suelen sufrir ataques intensos de larvas de insectos, no pudiendo ser recogidos.

## Comestibilidad:

Es un Buen comestible, aunque son mejores los individuos más jóvenes, ya que los adultos se vuelven coriáceos, y debe desecharse el tronco por ser fibroso y duro.

## Confusiones:

Es posible confundirla con otra especie comestible del mismo género, la *Clitocybe gibba*. Su confusión con ella no acarrea más problema, pero deben tomarse precauciones de no confundirla con otras especies tóxicas del género *Clitocybe*, que aunque no mantienen apenas semejanzas, podrían ser confundidas.

Seta cucharera



# *Clitocybe odora*

Anisada



## Hábitat y época:

Aparece en acumulaciones de hojas o acículas, en sotobosques umbríos de frondosas y coníferas. Suele crecer en círculo en pequeños grupos, en verano y otoño.

## Descripción:

**Sombrero:** Tamaño pequeño o mediano, hasta 8 cm de diámetro. Extendido convexo de joven, pasando a plano con un abultamiento en el centro, pasando en la madurez a deprimido. Posee un color característico azul verdoso o grisáceo.

**Láminas:** Apretadas, adnatas, algo decurrentes y de color más claro que la parte superior del sombrero.

**Pie:** Delgado, algo abultado en la base, especialmente en ejemplares jóvenes, esbelto y más blanquecino que las láminas.

**Carne:** Tiene un fuerte olor a anís, y un color blanquecino. Su sabor también es anisado. Es firme en ejemplares jóvenes, pasando a ser elástica.

## Comestibilidad:

Comestible. Aunque debe desecharse el fibroso pie.

Posee un fuerte sabor anisado, que transmite al resto de alimentos con los que se cocina.

## Confusiones:

Debido a su característico color azul grisáceo, no es fácil confundirla con otras especies. Si acaso podría asemejarse a otros clitocibes, que se parecen en el aspecto general, aunque no en el color, como son: *Clitocybe phyllophylla* de color blanco cremoso, y *Clitocybe inornata* de color blanquecino sucio con tonos más oscuros, grisáceos o marrones en el sombrero.







## *Coprinus comatus*

Barbuda, apagador, matacandil



### Hábitat y época:

Es una especie nitrófila que aparece en cualquier terreno bien abonado, prados, jardines, bordes de caminos, arrastraderos de madera, zonas degradadas o quemadas. Abundante desde primavera hasta finales de otoño.

### Descripción:

**Sombrero:** De forma cilíndrica, ovoide a campanulado. De 3 a 8 cm. de diámetro y de 5 a 20 de alto. Cutícula fibrosa de color blanco, lisa en un principio que se rompe en grandes escamas de aspecto de pelo (barbuda) repartidas por toda la superficie. En el ápice del sombrero estas escamas no son blancas, sino marrones. Margen liso que se licúa. Se oscurece y deshace todo el sombrero a medida que crece, convirtiéndose finalmente en una tinta negra.

**Láminas:** Numerosas, anchas, muy apretadas, blancas al nacer que se vuelven rosas y luego negras por la maduración de las esporas y se disuelven en tinta negra. Tiene laminillas intercaladas (lamélulas).

**Pie:** Cilíndrico de 12-20 de altura por 1-1,5 cm. de radio. Es hueco, liso, frágil, quebradizo, con restos de velo como anillo blanquecino, farinoso y fugaz, que a menudo acaba en la base. Su grosor se atenúa en el ápice y en la base está hinchado.

**Carne:** Delgada, frágil, con olor suave pero agradable. Blanca en su juventud que cambia a negro cuando crece.

Sabor ligeramente fúngico.

### Comestibilidad:

Los ejemplares jóvenes son excelentes, delicados y tiernos. Se deben consumir solo las setas con las láminas blancas y al contrario de lo que se ha indicado en otras guías, el pie de estos ejemplares es aprovechable.

### Confusiones:

De difícil confusión, si acaso con el *Coprinus atramentarius*, de cutícula gris, lisa y acanalada, tóxica si se mezcla con alcohol.







## *Coprinus domesticus*

Coprino de las casas



### **Hábitat y época:**

Aparece en primavera y otoño, sobre restos de madera en descomposición, tocones, ramas, o restos de madera semienterrados.

### **Descripción:**

**Sombrero:** De elipsoidal ovoide a plano en la madurez. De 3 a 5 cm de diámetro. Cutícula de color pálido, ocráceo, más oscura en el centro, seca, acanalada y estriada; cubierta por un velo fino que se rompe en forma de placas piramidales, apareciendo hendiduras por todo el sombrero, así como grietas y malformaciones.

**Láminas:** Libres, apretadas, pálidas, luego grisáceas, con tintes violetas. Arista pruinosa.

**Pie:** Cilíndrico, membranoso, muy fino y frágil.

**Carne:** Poco aparente, muy fina, olor débil y sabor dulce.

### **Comestibilidad:**

Aunque no sea tóxica, carece de valor culinario por su pequeño porte, su fragilidad, y su ausencia de sabor característico. No es consumida.

### **Confusiones:**

Posibles confusiones con otras especies de pequeños Coprinus, aunque la mayoría de ellos no son tóxicos, y no poseen valor gastronómico, por lo que exceptuando la especie (*Coprinus comatus*) el resto no son tenidos en cuenta y no se recogen.





## *Coprinus micaceus*

Coprino micáceo



### Hábitat y época:

Crece en primavera y otoño, en prados y campos, en grupos apretados sobre tocones o raíces de árboles caducifolios y madera en descomposición. También aparece en bordes de caminos y jardines abonados.

### Descripción:

**Sombrero:** Entre 2 y 6 cm de diámetro, de forma parabólica, pasando a campaniforme. De color amarillento anaranjado, con más intensidad en el centro del sombrero. La cutícula aparece surcada de forma longitudinal por estrías marcadas. Posee de joven en el vértice del sombrero pequeñas granulaciones brillantes, en forma de mica, que desaparecen con facilidad. El margen se encuentra estriado y en ocasiones resquebrajado.

**Láminas:** Se encuentran libres, y son estrechas, cambiando su color desde el blanco hasta el gris pardo, pasando a una tinta oscura tras licuarse.

**Pie:** Cilíndrico y hueco, recto o ligeramente curvado, y que alcanza diámetros de 0.2 a 0.5 cm, y de 4 a 10 cm de altura.

**Carne:** Muy escasa y fina, de color crema, y sin sabor ni olor característico apreciable.

### Comestibilidad:

Comestible pero mediocre, sin valor culinario debido a su pequeño tamaño y su dificultad de conservación. No debe mezclarse con alcohol, ya que puede producir taquicardias y bajadas bruscas de tensión.

### Confusiones:

Aunque el color amarillo anaranjado de esta especie la hace fácilmente identificable, podría confundirse con otros *Coprinus*, como *Coprinus domesticus*, que como ya hemos visto, no posee toxicidad.





## *Coprinus niveus*

Coprino blanco de nieve



### Hábitat y época:

Vive en campos y prados húmedos, con abundante acumulación de materia orgánica o excrementos de ganado. Aparece en primavera y otoño, y aunque nace en pequeños corros, no numerosos, lo hace de forma individual, como individuos aislados.

### Descripción:

**Sombrero:** Cónico, de pequeño tamaño y aspecto frágil, con 1 a 3 cm de diámetro y 4 a 8 cm de altura. Al principio es ovoide alargado, blanco, con flecos, pasando a ser más pardo, abriendo el sombrero a una forma de campana, mientras se licúa a tinta negra. La cutícula es escamosa.

**Pie:** Recto, esbelto, cilíndrico y recubierto de escamas también blancas.

**Láminas:** Libres y muy apretadas, pasando de blancas en la juventud a negras en la madurez.

**Carne:** Es inconsistente, muy fina, inapreciable, sin olor ni sabor característico.

### Comestibilidad:

Aunque no es tóxico, no posee interés culinario debido a su pequeño tamaño, a su escaso sabor y su dificultad de conservación.

### Confusiones:

Podría confundirse con ejemplares claros del coprino antialcohólico, *Coprinus atramentarius* que aunque no es tóxico, deben consumirse sólo los ejemplares más jóvenes, y nunca mezclarlos con la ingesta de alcohol, ni en el momento de comerlos, ni siquiera en días posteriores, ya que crea reacciones de congestión en la cara y tórax, hipertensión, ahogo. No obstante éste es de mayor tamaño, de color blanco sucio a gris oscuro, y aparece en apretados grupos.









## *Cortinarius glaucopus*

Cortinario



### **Hábitat y época:**

Especie común en bosques de coníferas y frondosas. Aparece en pequeños grupos, siendo abundante en pinares.

### **Descripción:**

**Sombrero:** Tamaño medio, hasta 12 cm de diámetro. Su forma varía desde hemisférico, cambiando a convexo y plano convexo en ejemplares maduros. Tiene el margen enrollado, y la cutícula brillante viscosa, ligeramente escamosa, de color marrón amarillento.

**Láminas:** Apretadas, anchas y libres, de color blanquecino violeta claro, cambiando a ocre y ferruginoso.

**Pie:** es corto y robusto, con un gran engrosamiento junto al suelo, en la base, de donde parten las cortinillas, como es típico en este género.

**Carne:** Firme y compacta, de color blanquecino o violáceo, sin un olor característico.

### **Comestibilidad:**

Es un buen comestible, aunque debe prestarse mucha atención para no confundirlo con alguna de las especies tóxicas de cortinarios, aunque posean distintas tonalidades de color que las diferencian.







## *Cortinarius orellanus*

Cortinario de montaña



### Hábitat y época:

Crece a finales de verano y otoño en bosques de coníferas y frondosas, en climas de montaña. Puede aparecer en solitario o en grupos.

### Descripción:

**Sombrero:** Acampanado a convexo, hasta 8 cm de diámetro, se abre pronto, conservando una protuberancia en el centro (mamelón).

De aspecto firme, seco y sedoso, el margen es regular y sinuoso, y posee un aspecto rugoso o aterciopelado. Color naranja oscuro.

**Láminas:** muy espaciadas y ventrudas, anchas, adnatas, color rojizo ocre, algo más claro y llamativo que el sombrero.

Con la madurez oscurecen a un color naranja muy oscuro.

**Pie:** cilíndrico, alargado, macizo y firme. Está recorrido por una retícula de fibrillas más oscuras. La cortina de fibras blancas que une al nacer el sombrero y la base del pie, característica de este género, se desprende rápidamente, cuando aún es muy joven.

**Carne:** es blanquecina, aunque con algunos tonos similares a la coloración exterior. Tiene sabor dulce y ligero olor a rábano.

### Comestibilidad:

**Mortal.** Posee una fuerte toxicidad, similar a la de la *Amanita phalloides*, que causa graves trastornos digestivos, con un efecto por acumulación muy retardado que aparece hasta diecisiete días después de la ingestión, y causa una gravísima nefritis, que puede conducir a la muerte. En cualquier caso los riñones sufren daños irreversibles y requieren de un trasplante.

### Confusiones:

Debido a su grave toxicidad debe conocerse bien esta seta, y evitar recolectar ejemplares de otras especies que mantengan cualquier similitud con éste cortinario. Podría confundirse con el rebozuelo atrompetado *Cantharellus tubaeformis*.





## *Cortinarius sanguineus*

Cortinario rojo



### Hábitat y época:

Fructifican en bosques de coníferas y en ocasiones en caducifolios. Principalmente en otoño.

### Descripción:

**Sombrero:** Convexo que evoluciona a plano de 2 a 4,5 cm. de diámetro. La cutícula es separable de color rojo sangre y ligeramente fibrosa. Margen incurvado a plano que se abre de forma radial.

**Láminas:** De mismo color rojo granate que el sombrero que pasa a marrón cuando las esporas maduran. Son adnatas, apretadas y con lamélulas.

**Pie:** Cilíndrico o fusiforme, de 4-8 cm de altura por 0,4 a 0,6 cm de diámetro. Rojo en ocasiones algo más claro que el sombrero, con restos de cortina del mismo color.

**Carne:** De color rojo que pasa con el tiempo a marrón. Olor a yodo y sabor algo amargo.

### Comestibilidad:

Posiblemente tóxico, no aconsejamos su consumo.

### Confusiones:

Podría asemejarse al *Cortinarius semisanguineus*, también **tóxico**, pero el color ocre que en conjunto tiene toda esta seta menos el de las láminas que es rojo, les distingue.



## *Crepidotus variabilis*

Crepidoto variable



### Hábitat y época:

Se alimenta de madera en descomposición, apareciendo en grupos sobre ramas y troncos en contacto con el suelo. Aparece principalmente en otoño, aunque en maderas de lugares muy húmedos puede aparecer en otras épocas. Podemos encontrarla si levantamos ramas o tablas húmedas en contacto con el suelo, siempre bajo estos, protegida del sol y la sequedad.

### Descripción:

**Sombrero:** Redondeado, normalmente con forma de riñón, con el falso pie en uno de los extremos, formando una depresión en el sombrero. Es de color blanco, pudiendo virar a crema, y en ocasiones muy vellosos.

**Lámelas:** De forma radial, en forma de abanico, convergiendo todas ellas en el pseudopie. Son de color blanco a crema, al igual que el sombrero. En la vejez se tornan rosadas hacia parduzcas.

**Pie:** En realidad no tiene pie, se une a la madera mediante una deformación del sombrero en uno de los lados, por ello adquiere esa forma característica de riñón.

**Carne:** Blanca e inodora.

### Comestibilidad:

No es comestible, ni posee valor culinario debido a su reducido tamaño.

### Confusiones:

Debido a su original forma con laminillas radiales, y su forma de crecer bajo la madera, no es fácil confundirla con otras especies.





## *Fistulina hepatica*

Hígado de vaca, lengua de buey



### Hábitat y época:

Es una especie parásita de caducifolios, especialmente de robles albares, quejigos y melojos (género *Quercus*). Aparece en tocones de árboles muertos, o en la base de los árboles aún vivos que son atacados, produciéndoles una descomposición de color marrón que oscurece su madera.

### Descripción:

**Carpóforo:** (seta o cuerpo fructífero visible del hongo). De formas variadas, generalmente aplanado con forma de hígado, fino en los bordes, y más grueso según nos acercamos al pie. Es más o menos circular y en ocasiones con un pequeño pie que le une a la madera. De cutícula aterciopelada con color característico brillante rojo hígado. Este color oscurece con la edad, pasando a granate aterciopelado. De 5 a 30 cm. de diámetro, a veces mayor y hasta 6 cm. de espesor. Se desprende fácilmente del árbol.

**Himenóforo:** (parte de la seta o carpóforo que porta las esporas). De aspecto tubular, con tubos cilíndricos de hasta 2cm. de longitud. De color blanco vainilla-amarillento mate, que enrojece al rozarlo. Este color evoluciona con la madurez a rojo sucio.

**Pie:** Aparece solo en ocasiones, y es de color rojo hígado en su parte superior y mas anaranjado crema por abajo, y de consistencia gelatinosa. Es de reducido tamaño.

**Carne:** Rojiza con venas purpúreas que la recorren, fibrosa, gruesa y consistente. De olor suave agradable y sabor salado.

### Comestibilidad:

Buena, incluso muy buena en ejemplares jóvenes. Se consume cruda en ensaladas o cocinada como grandes filetes de la misma manera que se cocina el hígado. Se conocen ejemplares de grandes dimensiones, de hasta 20 Kg. de peso y 2 m. de diámetro.

### Confusiones:

Debido a su inigualable y característica forma, color y aspecto aterciopelado, no tiene confusión posible.





## *Formitopsis pinicola*

Yesquero del pino



### **Hábitat y época:**

Parásito de madera muerta, generalmente pinos, pero a veces aparece en madera de caducifolios. También aparece en árboles vivos que se encuentran enfermos o poseen alguna parte del tronco en estado de descomposición, en los que origina una típica podredumbre marrón. Se ha utilizado como "yesca" para encender un fuego.

### **Descripción:**

**Carpóforo:** (Cuerpo fructífero visible del hongo). Un carpóforo perenne, puede alcanzar tamaños máximos de hasta 70 cm. de longitud por 40 cm. de anchura y hasta 30 de espesor, aunque lo normal es que mida 20 x 15 x 8 cm respectivamente. Coloreado a franjas que van desde el amarillo al naranja o blanco, siempre brillantes. Con el tiempo estos colores se oscurecen y el conjunto se endurece considerablemente, adquiriendo consistencia de madera. Sobre toda la superficie aparece una capa resinosa ligeramente inflamable. Su margen es obtuso y de un color típicamente amarillo anaranjado, siempre más claro que el resto. En ocasiones, cuando es joven, este borde está cubierto por unas gotitas de agua.

**Himenóforo:** (Parte del carpóforo encargado de la producción de esporas. Se encuentra en la parte de abajo). Tubular con tubos cilíndricos de hasta 10cm. de longitud. De color amarillento que evoluciona a gris y que se vuelve violeta-grisáceo al rozarlo. Como es una seta de larga vida, el himenóforo aparece estratificado por unas bandas blancas que se producen cada año.

**Carne:** De color crema, dura y suberosa. De olor ácido o a tabaco y sabor desagradablemente resinoso.

### **Comestibilidad:**

No es comestible por su sabor resinoso y consistencia dura y fibrosa, y similar a la madera cuando endurece.

### **Confusiones:**

Puede confundirse con otras especies de yesqueros, aunque su aparición en madera muerta de pinos y su coloración anaranjada rojiza que contrasta con el blanco de su parte inferior, hace que sea improbable. No obstante al no ser comestible no existe peligro de intoxicación por parte de otras especies tóxicas.



Yesca





## *Galerina marginata*

Galerina rebordeada



### Hábitat y época:

Se encuentra en grupos sobre madera de coníferas en descomposición, ya sea en tocones, troncos derribados o ramas muertas, todos ellos con abundante humedad y junto al suelo. Aparece en pinares de montaña, en verano y otoño, no es común.

### Descripción:

**Sombrero:** De pequeño tamaño, alcanzando hasta 5 cm. De aspecto cónico o campaniforme de joven, pasa a convexo con un abultamiento central (mamelón), y finalmente aplanado. Posee una cutícula mate y sin pelos (glabra), de color naranja sucio, a pardo leonado.

Se transparentan las láminas a través del sombrero, especialmente en el margen, que es bastante fino.

**Láminas:** Son estrechas y adnatas, de color más claro que el sombrero, naranja amarillento.

**Pie:** Es esbelto, cilíndrico y bastante delgado, con un anillo membranoso marrón anaranjado que en ocasiones no es visible. Es de color amarillento a marrón.

**Carne:** Es frágil y muy delgada excepto en el mamelón del centro del sombrero. Tiene olor y sabor harinoso.

### Comestibilidad:

**Mortal.** Un ejemplar de esta seta puede causar la muerte a un hombre adulto. Posee grandes cantidades de "amanitina", sustancia que también tiene la mortal *Amanita phalloides*. Su ingesta en crudo agrava aún más la intoxicación.

### Confusiones:

Se asemeja bastante a otras especies del mismo género, como son: *Galerina hypnorum* que aunque no es tóxica su pequeño tamaño y su parecido con la mortal, hace que no tenga interés culinario, y *Galerina autumnalis* también es mortal. Por ello desaconsejamos totalmente recolectar cualquier especie que pueda mantener el más mínimo parecido con la mortal *Galerina rebordeada*.





## *Gymnopilus spectabilis*

Foliota anaranjada



### Hábitat y época:

Crece en ramilletes abundantes sobre madera en descomposición, sobre todo en tocones y troncos en contacto con el suelo, de coníferas y robles. Aparece en verano y otoño, y es común encontrarlo. Muy llamativa debido al gran tamaño que alcanza, y a su color anaranjado.

### Descripción:

**Sombrero:** De gran tamaño, hasta 20 cm. De forma hemisférica, pasando a convexo y finalmente plana extendida. La cutícula es sedosa y fibrosa cubierta de fibrillas, de color anaranjado a ocre.

**Láminas:** Escotadas antes de su inserción con el pie, apretadas, anchas, de color amarillo que vira a anaranjado y parduzco.

**Pie:** Fuerte, deformado, curvado, ventruado en forma de maza. Muy fibroso y de color amarillento. Porta un gran anillo membranoso amarillento.

**Carne:** Amarilla, densa y firme, algo dura, sin olor fuerte pero sabor amargo.

### Comestibilidad:

No comestible, tóxica. Provoca efectos alucinógenos e intoxicaciones bastante graves.

### Confusiones:

Si atendemos a su descripción, con ejemplares de gran tamaño en ramilletes numerosos, de aspecto llamativo naranja y gran anillo, no encontraremos otras especies con las que podamos confundirla.





## *Helvella leucopus*

Bonete, capirote, orejones



### **Hábitat y época:**

A principios de primavera, en pequeños grupos, sobre materia en descomposición de chopos y olmos, en riberas arenosas.

### **Descripción:**

**Carpóforo:** Lobulado, en forma de silla de montar, con coloraciones marrón oscuro en el exterior, y blanco a grisáceo en la cara oculta interior. De hasta 10 cm de altura y 4 de ancho. La zona fértil productora de esporas (himenio) se encuentra en la parte exterior del carpóforo, de color marrón.

**Pie:** es cilíndrico y hueco, en forma de clavo, más ancho en la base, y con algunas oquedades en forma de malformaciones.

**Carne:** muy escasa y fina, formada por tres o cuatro lóbulos colocados en silla de montar, de color marrón por el exterior, y blanquecina por dentro, que dan lugar al carpóforo.

### **Comestibilidad:**

Son tóxicas, poseen ácido helvético que es destruido por el calor a más de 60° C. Esta sustancia destruye los glóbulos rojos si se consume en crudo, con lo que es necesario cocerlas durante al menos media hora. Aún así no recomendamos su consumo si no es por entendidos. Al igual que en el caso de las colmenillas, debe desecharse el líquido procedente de la cocción de las Helvellas.

### **Confusiones:**

Puede confundirse con otras especies del mismo género, aunque son de un color diferente. El resto de dichas especies también presentan toxicidad en crudo.

Morrinegrillos





## *Hygrocybe punicea*

Higróforo rojo



### Hábitat y época:

En prados y pastizales de montaña, o en pinares herbosos. Aparece en colonias, principalmente en otoño.

### Descripción:

**Sombrero:** Es de pequeño tamaño, de 2 a 7 cm, y rápidamente se despliega, con su apariencia irregular, ondulado, y con grietas en el margen. La cutícula, color rojo brillante es viscosa. En ejemplares adultos o por falta de humedad muestra tonos más anaranjados.

**Láminas:** Se encuentran muy espaciadas, son ventrudas, con lamélulas, y de consistencia cérea. Se oscurecen al roce.

**Pie:** Robusto, alargándose después y volviéndose hueco, por lo que adquiere gran fragilidad. Suele tener un color más claro y menos vivo que el del sombrero, variando del amarillo al rojo pasando por el naranja.

**Carne:** Blanca con matices de rojo, escasa y quebradiza, poco densa. Apenas tiene un olor o sabor característico.

### Comestibilidad:

Es comestible, aunque no posee un sabor apreciable, además es de pequeño tamaño y apenas tiene carne, por lo que no cuenta con grandes cualidades culinarias.

### Confusiones:

Puede confundirse con otras dos especies del mismo género, como son *Hygrocybe coccinea* y *Hygrocybe conica*, con aspecto y coloración similar, aunque la primera es completamente roja brillante, sin matices amarillentos o anaranjados en tronco ni en láminas, y el segundo posee una marcada forma cónica. A ambas se les sospecha cierta toxicidad.





## *Hygrophoropsis aurantiaca*

Rebozuelo anaranjado



### Hábitat y época:

Aparece en verano y otoño en bosques de coníferas, formando pequeños grupos. Es una especie muy común.

### Descripción:

**Sombrero:** Tamaño pequeño, hasta 7 cm de diámetro. Al principio convexo, con el margen enrollado. En la madurez es plano, con una depresión en el interior. La cutícula es aterciopelada, sin brillo, de color naranja claro o amarillenta.

**Láminas:** Espesas y cerradas, no muy anchas, bastante decurrentes, en ocasiones bifurcadas cerca del margen. De coloración similar a la del sombrero, anaranjado claro.

**Pie:** Delgado, elástico y persistente, curvado desde la base, y bastante fibroso. De color también anaranjado, algo más oscuro que el resto de la seta, se oscurece desde la base con la edad.

**Carne:** Es blanda y esponjosa, delgada cuando el sombrero está abierto, amarillenta. Con olor suave.

### Comestibilidad:

Comestible. Aunque en alguna ocasión podría haber mostrado una leve toxicidad. Aunque es comestible no se considera de gran interés culinario, además no tiene el mismo aroma del verdadero rebozuelo *Cantharellus cibarius*.

### Confusiones:

Suele confundirse frecuentemente con el rebozuelo *Cantharellus cibarius*, un buen comestible, con un olor afrutado, carne blanca más densa y firme, y de un color general más uniforme y amarillo.



## *Hypholoma fasciculare*

Hífoloma de láminas verdes



### Hábitat y época:

Fructifica en primavera y otoño, sobre troncos y tocones de frondosas y coníferas, a los que parasita en ocasiones cuando se trata de árboles enfermos. Aparece en abundantes ramilletes, muy apretados.

### Descripción:

**Sombrero:** Tamaño mediano, entre 2 y 7 cm. Al principio es convexo, con un mamelón central, desplegándose pronto quedando extendido. Es delgado y poco carnoso. La cutícula es lisa, de color crema en el margen, y más amarillento y oscuro en el centro. El margen es incurvado, aplanándose en la madurez.

**Láminas:** De coloración amarillo azufre en la juventud, pasando a verdosas en la vejez. Son finas y aserradas, adnatas, muy apretadas, y se separan con mucha facilidad del sombrero.

**Pie:** Es hueco, sinuoso curvado, fibroso, y cilíndrico, de 0.5 a 1 cm de diámetro. Alcanza gran longitud, de 5 a 13 cm, acabando en punta en la base. De color amarillo azufre, adquiriendo tonos rojizos junto al suelo.

**Carne:** Elástica y fibrosa, de color también amarillo azufre, de olor desagradable a yodo y sabor amargo.

### Comestibilidad:

Tóxico. Produce intoxicaciones y trastornos gastrointestinales graves.

### Confusiones:

Se asemeja a *Hypholoma capnoides*, cuyas láminas son grisáceas en lugar de verdosas.





# *Lactarius deliciosus*

Níscalo



## Hábitat y época:

Aparece en otoño y principios del invierno en pinares, en grupos, en ocasiones numerosos, tanto en suelos silíceos como calizos. Es bastante abundante en años lluviosos.

## Descripción:

**Sombrero:** En su nacimiento es convexo, evolucionando a extendido y finalmente deprimidos. De hasta 25 cm. de diámetro, quebradizo y carmoso. Margen liso y enrollado, hasta que en su vejez pasa a aplanado, con márgenes finos, muy frágiles y quebradizos, comúnmente de color más claro. Cutícula no separable, de un típico color anaranjado, a franjas en círculos concéntricos más claros o más oscuros, a imitación de los anillos de crecimiento en un tocón de pino recién cortado. En su madurez aparecen manchas verdosas, también donde se ha roto o rozado. Tiene la cutícula ligeramente aterciopelada y en tiempo húmedo algo viscosa. Todo el carpóforo emana un látex anaranjado que mantiene su color.

**Láminas:** Adnatas o ligeramente decurrentes, apretadas, arqueadas, con lamélulas y láminas bifurcadas. De color naranja que vira a verde en las zonas que se raspan. Arista entera y del mismo color.

**Pie:** Corto con respecto al sombrero, cilíndrico, quebradizo, de hasta 8cm de longitud por 3,5 cm de diámetro. De color naranja blanquecino, con círculos oscuros deprimidos de color más rojizo.

**Carne:** Blanca, que vira inmediatamente al anaranjado al corte y posteriormente al verde. Es consistente, maciza, arenosa o granulosa, de sabor dulce ligeramente acre y olor agradable que recuerda a la resina.

## Comestibilidad:

Es un buen comestible, aunque algo áspero, muy bueno si se cocina adecuadamente. Muy usado en gastronomía popular y en restaurantes en otoño. Es sin duda la seta recolectada por más aficionados, y en mayores cantidades.

## Confusiones:

Aunque es la seta más recolectada por los más inexpertos debido a la dificultad de confusión, en ocasiones puede recolectarse equivocadamente el falso níscalo *Lactarius torminosus*, que posee un color más apagado y pálido, con la cutícula aterciopelada, y que emana un látex blanquecino. No es comestible.

Puede confundirse también con el falso níscalo de la encina *Lactarius chrysothoecus*, similar en coloración al níscalo, aunque algo más pálido. Nace bajo encinas, la confusión se da cuando éstas aparecen entre pinares. Desprende un látex llamativo de color amarillo azufre fluorescente.



Mizclos, hongos,  
rebollones





## *Lactarius sanguifluus*

Lactario color sangre



### Hábitat y época:

Aparece a finales de verano y otoño en pinares, principalmente en pinares de pino negral con sabinar, en páramos, con litosuelos sin grandes acumulaciones de acículas y materia orgánica, por lo que suelen aparecer al descubierto, en grandes acumulaciones en corros.

### Descripción:

**Sombrero:** Tamaño medio, hasta 12 cm de diámetro, pasando de plano convexo con el margen enrollado cuando es joven, a deprimido en la madurez. La cutícula es lisa brillante, de aspecto descolorido y color pálido, con zonas blanquecinas, rosadas y verdosas.

**Láminas:** Son apretadas y estrechas, decurrentes, de color rosa pálido vinoso, que apenas se colorean de verde al roce.

**Pie:** Robusto y corto, hueco en su parte intermedia, con pequeños hoyos circulares o depresiones llamadas escróbilos. Con coloración rosada blanquecina.

**Carne:** firme, frágil y de color prácticamente blanco, excepto en las partes en contacto con la cutícula y las laminillas, así como en el contorno del tronco, donde es rosada o rojiza oxidado. Emana un látex color rojizo. Su sabor es dulce y apreciado.

### Comestibilidad:

Buen comestible. Normalmente se le considera de mejor calidad que el niscalo *Lactarius deliciosus*, es más suave y más apreciado en la cocina.

### Confusiones:

Es de difícil confusión. Es muy similar al niscalo común, pero de aspecto más descolorido, más apagado, y un contraste muy fuerte entre la carne blanquecina y el rojo vinoso fuerte de su contorno y su látex. Ninguno de las demás especies comestibles del género *Lactarius* posee una coloración parecida. El resto de falsos niscalos tóxicos tampoco mantiene parecido, además sus látex son blancos o amarillos.





Mizclo negral,  
borrachos



## *Lepista nuda*

Pie azul



### Hábitat y época:

Aparece en primavera y en mayor cantidad en otoño, hasta noviembre, en verdes herbazales de pinares y bosques de frondosas caducifolias, con suelos con abundante hojarasca, en hileras y corros. Es común y se encuentra en grandes cantidades.

### Descripción:

**Sombrero:** Tamaño mediano, de 5 a 15 cm de diámetro, carnoso y convexo a aplanado, con cutícula separable, de color azul violeta que pierde su vistosidad con la madurez, pasando a ser marrón viscoso, de aspecto aguachado o helado, con tonos rosados o violetas pálidos, especialmente en el margen.

**Láminas:** Apretadas y finas, aserradas, escotadas, de un bonito color violáceo, que se pierde en la madurez pasando a ser más parduzco y apagado.

**Pie:** Es carnoso, fibroso, robusto y abultado en la base. De color violeta, con tonos más oscuros y con fibrillas blanquecinas algodonosas.

**Carne:** De color igualmente violeta, algo más grisácea, espesa, frágil, tierna, y con un olor aromático anisado característico, difícil de definir.

### Comestibilidad:

Buen comestible. Muy apreciada y de grandes cualidades culinarias, con una textura suave y tierna, y un olor y sabor perfumados. Se cultiva con frecuencia sobre estiércoles.

### Confusiones:

Puede confundirse con *Lepista personata*, y con el cortinario púrpura, *Cortinarius purpurascens*. Ambos son también comestibles.



## *Lycoperdon perlatum*

Bejín perlado, cuesco de lobo



### **Hábitat y época:**

Aparece en primavera, verano y otoño, de forma individual o en densos grupos compactos o alineaciones. Es muy común en prados y pinares.

### **Descripción:**

**Receptáculo:** Redondeado y blanco, con pequeños agujijones redondeados. Es de color blanco aunque puede volverse más oscuro con la edad, pasando a tener tonalidades más pardas o marrones. Su interior, la gleba, es de color blanco corchoso y comestible en su juventud, pasa a ser marrón pardo, y alberga gran cantidad de esporas que serán liberadas de forma espectacular por un orificio en la parte superior.

**Pie:** Es en realidad una prolongación del receptáculo, y no es separable de éste. Además está desprovisto de agujijones.

### **Comestibilidad:**

Comestible de joven, cuando su carne aún es blanca y compacta. No obstante hay que pelarlo, y no es de gran interés culinario, al no poseer un sabor determinado.

Se le atribuyen propiedades medicinales como cicatrizante.

### **Confusiones:**

Puede confundirse con otras especies del género *Lycoperdon*, aunque la mayoría son comestibles.



Pedo de lobo



## *Macrolepiota procera*

Apagador, matacandil



### Hábitat y época:

Crece en corros o grupos, en ocasiones numerosos, sobre todo en claros, lindes y márgenes de bosques, a finales de verano y otoño.

### Descripción:

**Sombrero:** De gran tamaño, entre 10 y 30 cm de diámetro. De joven globoso u ovoide, en forma de huevo elevado sobre un largo pie, con la típica forma de palo de tambor. Se despliega alcanzando gran diámetro, con un mamelón central, en forma de paraguas semiabierto. La cutícula es blanquecina a marrón claro, mate algodonosa, con grandes escamas más oscuras, fáciles de arrancar. El margen es irregular, con restos colgantes.

**Láminas:** Libres, apretadas, ventrudas, de color blanquecino que se va oscureciendo con la edad.

**Pie:** Casi cilíndrico, ensanchado en la base formado un bulbo, que permanece enterrado, y se vuelve hueco con la madurez. Porta escamas marrones, de tonalidad más oscura, y un anillo corchoso en la parte más superior, de gran grosor, y móvil (característica de las macrolepiotas).

**Carne:** Aunque es tierna en el sombrero, el pie debe desecharse por ser fibroso. Es de color blanco, oscureciéndose con tonos rosados. Olor y sabor agradable a avellana.

### Comestibilidad:

Buen comestible. Muy buscada y apreciada por los buscadores de setas. De gran interés culinario por su textura, sabor y tamaño. Son mejores y más sabrosos los ejemplares jóvenes que aún no se han abierto completamente.

### Confusiones:

Puede confundirse con otras especies del mismo género, sobre todo con la comestible *Macrolepiota rhacodes*, algo más pequeña, y con el pie sin escamas. La mayoría de las macrolepiotas son comestibles, excepto la tóxica *Macrolepiota venenata*, con placas gruesas no pelosas. Debe tomarse la precaución de no recolectar nunca supuestas macrolepiotas con un sombrero de diámetro inferior a 10 cm, para eliminar la posibilidad de confusión con las especies del género *Lepiota*, de pequeño tamaño, la mayoría de ellas tóxicas o incluso mortales.

Parasol



## *Marasmius oreades*

Senderuela, senderilla



### Hábitat y época:

Crece en grupos muy numerosos, normalmente en alineaciones, formando corros. Aparece en primavera y otoño, en prados y pastizales. El corro de brujas donde aparece suele denotarse en la hierba aunque la seta no esté presente ya que esta tiene un color verde más oscuro, o se encuentra seca.

### Descripción:

**Sombrero:** Tamaño pequeño, de 2 a 6 cm de diámetro. Hemisférico cónico en la juventud, pasa a ser aplanado, en forma de sombrilla, con un marcado mamelón en forma de pezón de vaca. El margen es estriado y fino, y la cutícula color crema rosado, con un color más oscuro y brillante en el mamelón.

**Láminas:** Libres, ventrudas, espaciadas y con lamélulas. De color crema o blanco sucio.

**Pie:** Color similar a las láminas, más claro que el sombrero. Largo y fino, muy correoso y duro, difícil de romper o cortar.

**Carne:** Blanca y firme, gruesa en el centro del sombrero. Posee un olor agradable a almendras amargas (contiene ácido cianhídrico) y un sabor dulce.

### Comestibilidad:

Excelente. Algo tóxico en crudo por el cianuro que contiene. Cocinada da un sabor excelente a los guisos. Muy utilizada y reconocida. Es fácil recolectarla en grandes cantidades.

### Confusiones:

Puede confundirse con el tóxico *Marasmius collinus*, aunque su pie es frágil y quebradizo, y posee láminas apretadas. También tóxico es *Clitocybe dealbata*, de aspecto parecido, pero más grisáceo y con un pie más engrosado y blando, el riesgo de confusión aparece cuando crecen ejemplares de este clitocibe blanqueado entre las senderillas.

Paragüillas,  
setas de carrerilla



## *Morchella esculenta*

Colmenilla, cagarria, morilla



### Hábitat y época:

Crece en primavera, entre marzo y mayo. En linderos, bosques húmedos, o de ribera, y en lugares degradados o quemados.

### Descripción:

**Carpóforo:** De tamaño medio, de hasta 15 cm de altura y 5 de anchura. Esférico ovoide, con numerosos y profundos alveolos, que componen el himenio en este género. De color amarillento ocre a marrón claro en la madurez, con el interior blanquecino.

**Pie:** De color blanquecino crema, cilíndrico, hueco, insertado al sombrero por la parte más inferior de este.

Ambos, carpóforo y pie son huecos, y se encuentran conectados.

**Carne:** Blanquecina, de olor fúngico y afrutado.

### Comestibilidad:

Excelente comestible. Es una de las setas más apreciadas en gastronomía, aunque no tan conocida por los menos expertos.

Puede conservarse seca, o molerse para usarla como especia. Es algo tóxica en crudo, por lo que debe cocinarse bien, y desechar el agua que expulsa durante la preparación.

### Confusiones:

Puede confundirse con el resto de especies del género *Morchella*, *Morchella rotunda*, *Morchella conica*, *Morchella elata*, también buenos comestibles, con formas más o menos cónicas y colores más claros o más oscuros.

Mucho más peligrosa es la confusión con el bonete *Gyromitra esculenta*, que es mortal y su toxicidad se atenúa con la cocción.

Posee un sombrero en forma de cerebro, y es de color pardo rojizo.

Piñuelas, tocaillas





## *Phellodon niger*

Hindo negro



### **Hábitat y época:**

Aparece en otoño, en bosques de coníferas. Prefiere los suelos calizos. No es muy común.

### **Descripción:**

**Sombrero:** De color gris azulado con agujones en su cara inferior de color blanco azulados en la juventud, pasando a un color negro o marrón oscuro en su parte superior, y grises los agujones de la parte inferior. Es de tamaño medio, de 4 a 10 cm de diámetro.

Posee agujones en lugar de láminas, los cuales constituyen el himenio.

**Pie:** Es en realidad una prolongación del sombrero, con forma cónica invertida, y con abundantes agujones de color claro.

### **Comestibilidad:**

No comestible, es muy duro y coriáceo.

### **Confusiones:**

Puede confundirse con otra especie del género, *Phellodon tomentosus*, con sombrero aterciopelado, marrón con bandas rojizas concéntricas, y con el margen y los agujones blancos. Tampoco es comestible por su dureza.







## *Pleurotus eryngii*

Seta de cardo



### Hábitat y época:

Aparece en otoño y en primaveras propicias en prados y campos, eras y terrenos improductivos o pedregosos, en general en cualquier lugar donde habite el cardo corredor *Erygium campestre*, ya que esta seta vive saprofitamente de la raíz muerta de uno de estos cardos, de ahí su nombre "eryngii" de "Erygium". Podemos comprobar cómo el profundo pie de la seta se encuentra recubierto de los restos de la raíz de este cardo.

### Descripción:

**Sombrero:** De mediano tamaño, alcanza de 4 a 10 cm de diámetro. Convexo de joven, con el margen muy enrollado, pasando a aplanado, y luego deprimido. Cutícula separable de color marrón, abarcando desde el marrón más claro, hasta casi negro. En ocasiones jaspeado con manchas más oscuras.

**Láminas:** Decurrentes, gruesas, espaciadas, de color blanquecino, pasando a tonos más cremas o amarillentos con la edad.

**Pie:** Macizo, algo excéntrico, no central, más delgado hacia la base, donde se aprecia el micelio blanquecino y los restos de la raíz del cardo que envuelven al pie de la seta en su parte subterránea.

**Carne:** Blanca y firme, sólida en el sombrero y algo correosa en el pie. Olor agradable.

### Comestibilidad:

Excelente comestible. Es una de las setas más recogidas popularmente, por lo amplio de su distribución, su abundancia y su fácil identificación, sin posibilidad de confusiones. Muy comercializada por su alto valor culinario. En la actualidad se cultiva.

Puede conservarse desecada.

### Confusiones:

No tiene fácil confusión con otras especies. Se asemeja a la comestible *Pleurotus ostreatus*, aunque esta nace en troncos y tocones, con el pie en un extremo del margen.



Seta de cardo



# *Polyporus squamosus*

Poliporo escamoso



## **Hábitat y época:**

Coloniza tocones y troncos caídos de frondosas, principalmente en sauces y chopos en riberas. Aparece desde primavera a otoño.

## **Descripción:**

**Sombrero:** Grueso y carnoso, desplegado de forma circular. Con abundantes escamas de color marrón que contrastan con la cutícula color crema.

**Troncos:** Cortos, no separables del sombrero. Decurrentes. Los poros son blanquecinos, anchos y granulados, que pasan a amarillento.

**Pie:** Firme y fibroso, aparece en un lado del sombrero. De color marrón.

**Carne:** Blanca y densa, compacta y elástica, que se vuelve coriácea y dura. Olor fuerte a harina.

## **Comestibilidad:**

Comestible. Aunque sólo los ejemplares jóvenes, ya que se vuelve duro e incomedible.

## **Confusiones:**

Aunque se asemeja en la forma a otras especies del género *Polyporus*, las escamas oscuras que destacan sobre el sombrero claro hacen que la especie sea fácilmente reconocible.





## *Ramaria aurea*

Cresta de gallo



### Hábitat y época:

Aparece en verano y otoño en bosques de coníferas, de forma indiferente con suelo silíceo y calizo. Es frecuente encontrarla en grandes cantidades.

### Descripción:

**Carpóforo:** muy ramificado, en forma de coral, voluminoso, de tamaño considerable alcanzando los 20 cm de diámetro. De color amarillo brillante en la juventud, pasando a un amarillo menos vivo en la madurez. Adquiere coloración ocre debido a la liberación de esporas.

**Pie:** Corto, grueso y blanco, denso y carnososo.

**Carne:** Blanca, muy frágil y quebradiza en las ramas, y más elástica la base. Sabor dulce y olor aromático.

### Comestibilidad:

Comestible. Un poco coriácea e indigesta en ejemplares viejos. Es recomendable desechar el agua donde la hemos cocido.

### Confusiones:

Se asemeja en su aspecto general a la también abundante *Ramaria formosa*, de color blanco crema, con las ramas más alargadas y próximas, colocadas verticalmente. Es tóxica.



Coliflores, cagarrias,  
cascarrias





## *Ramaria formosa*

Clavaria elegante



### Hábitat y época:

Crece en verano y otoño, en pinares y bosques de frondosas. Es muy común.

### Descripción:

**Carpóforo:** Muy ramificado, con ramas muy bifurcadas y largas, paralelas y frágiles, con las terminaciones denticuladas. De color blanco crema, aunque adquiere tonos rosados o anaranjados. Coincidiendo con la esporada toma colores ocres.

**Pie:** Corto, robusto y blanquecino.

**Carne:** Es frágil y quebradiza, blanquecina, y rosada al roce o corte. Posee un sabor amargo.

### Comestibilidad:

**Tóxica.** Causa trastornos intestinales fuertes.

### Confusiones:

Puede confundirse con otras especies comestibles del mismo género, en especial con *Ramaria aurea*. Aunque se diferencian en el color, cuando se trata de ejemplares viejos, la coloración es muy similar, y se hace difícil su correcta identificación.





Cagarrias, cascarrias





## *Russula drimeia*

Rusula acre



### **Hábitat y época:**

Crece en otoño en pinares arenosos. Muy común y frecuente.

### **Descripción:**

**Sombrero:** Tamaño medio, hasta 10 cm de diámetro. Convexo de joven, pasando a extendido, y a deprimido. Conserva en ocasiones un pequeño mamelón central. La cutícula, de color liliáceo o púrpura, no se puede separar.

**Láminas:** Estrechas y apretadas, algo decurrentes, de color blanco crema.

**Pie:** Cilíndrico y esbelto, blanquecino con suaves tonalidades purpuras o violetas. Frágil, parte limpiamente como una tiza.

**Carne:** de olor afrutado, pero sabor muy picante. Firme y frágil.

### **Comestibilidad:**

No comestible, debido al intenso sabor picante que posee.

### **Confusiones:**

Es fácil confundirla con otras especies de rusulas, ya que encontraremos de forma frecuente más de 20 especies diferentes, variando muy poco entre unas y otras especies. Un cambio en la tonalidad del color debido a la falta de luz o el exceso de agua, puede conducir a múltiples confusiones. Por ello desaconsejamos su consumo a los menos expertos, ya que existen varias especies no comestibles, y algunas son tóxicas.







## *Russula sanguinea*

*Russula sanguinea*



### Hábitat y época:

Muy común en verano y otoño. Aparece en pinares, prefiriendo suelos arenosos. Suele crecer en el mismo hábitat que el niscalco, por lo que muchos buscadores dicen que las rusulas indican el lugar donde están los niscalcos, como se puede apreciar en la fotografía, juntos rusula y niscalco, ambos russulales, aunque como vemos el segundo exuda látex, mientras que las rusulas no.

### Descripción:

**Sombrero:** De tamaño mediano, alcanzando los 10 cm de diámetro. Carnoso, de forma convexa que pasa a desplegado, con el margen enrollado hasta entonces. La cutícula, seca, de color rojo sucio carmín, puede decolorarse y pasar a rosa claro o incluso crema.

**Láminas:** Decurrentes, aserradas, de color blanco amarillento que pasa a crema o vainilla con la madurez.

**Pie:** Cilíndrico, macizo, de color blanco con tonos rosados claros que pueden aparecer en mayor o menor medida. Es quebradizo, se troncha limpiamente como una tiza, como el resto de las especies de este género.

**Carne:** Firme, densa, de color blanco, aunque rojiza bajo la cutícula. Posee un sabor amargo.

### Comestibilidad:

No es comestible, debido a su sabor amargo, por lo que no tiene cualidades gastronómicas.

### Confusiones:

Como ya hemos comentado, el género *Russula* posee multitud de especies, muy similares en aspecto, que se diferencian levemente en las tonalidades de color.





# *Russula xerampelinaa*

*Rusula xerampelina*



## **Hábitat y época:**

Desde finales de verano hasta principios de otoño, en bosques de coníferas. Frecuente en pinares de pino silvestre.

## **Descripción:**

**Sombrero:** De tamaño medio a grande, alcanzando los 15 cm de diámetro. Convexo de joven, pasando a plano convexo, y más tarde deprimido. La cutícula, no separable, viscosa y brillante, de color rojo púrpura oscuro, a veces casi negro en el centro.

**Láminas:** Anchas, prietas, de color blanquecino pasando a crema pálido.

**Pie:** Robusto, cilíndrico, ensanchado en su base, es frágil y quebradizo y rompe limpiamente. De color blanquecino, adquiriendo tonalidades rosadas, o incluso rojizas o púrpuras, aunque se mantiene blanco en el engrosamiento de su base, junto al suelo.

**Carne:** Muy firme, blanca, ocre al corte o roce, con olor intenso a marisco cocido, y sabor dulce.

## **Comestibilidad:**

Comestible, aunque sin gran interés culinario.

## **Confusiones:**

Si se pretende recolectar esta especie para consumo debe identificarse con cautela, debido a la compleja identificación de las rusulas, por su amplio número de especies, todas ellas tan similares. Además algunas de ellas son tóxicas.





## *Suillus granulatus*

Boleto granulado



### Hábitat y época:

Aparece de primavera a otoño en bosques de pinos, y en prados herbosos próximos a estos. Es muy común, y crece en grandes cantidades.

### Descripción:

**Sombrero:** De tamaño mediano a grande, puede alcanzar los 12 cm de diámetro. De forma globosa en principio, pasa a convexa y plano convexa en la madurez. Posee el margen muy enrollado, y la cutícula, que se separa con facilidad es viscosa, lisa, brillante elástica. De tonos crema o marrón claro en la juventud, pasa a ser marrón pardo rojizo.

**Tubos:** Forman el himenio. Son adnato decurrentes, separables, de color amarillo, cambiando a un amarillo sucio más oscuro. Los poros son poligonales, también de color amarillo, pasando a amarillo verdoso cuando empiezan a liberar esporas. En la juventud exudan gotas lechosas.

**Pie:** Es cilíndrico, más delgado en su punto de contacto con el suelo. No posee anillo, es de color blanquecino amarillento pálido, más pardo en la base, y macizo.

**Carne:** Corchosa, apelmazable, espesa y blanca y más amarillo limón en el pie. Con olor y sabor algo ácido.

### Comestibilidad:

Comestible. Debe eliminarse la cutícula, que se desprende fácilmente, para evitar que produzca trastornos digestivos.

### Confusiones:

Puede confundirse con otras especies del género *Suillus*, aunque si tenemos en cuenta que no tiene anillo, que exuda látex blanquecino, y no posee pigmentación rojiza en el pie, es complejo confundirlo. Podría asemejarse, en especial de joven al *Suillus bellini*, aunque este denota una coloración rojiza ladrillo en el tronco.





Pejín





## *Suillus luteus*

Boleto anillado



### Hábitat y época:

Crece en grupos y alineaciones abundantes en zonas herbosas de pinares, en especial de pino silvestre. Aparece en otoño y en ocasiones en primavera. Es muy común.

### Descripción:

**Sombrero:** De tamaño medio, hasta 10 cm de diámetro. Es denso y carnoso, abombado convexo que se despliega ya en la vejez. La cutícula es muy brillante y viscosa, de color marrón pardo rojizo, se separa con facilidad, y muestra estrías oscuras en la juventud. En ocasiones el margen conserva restos del anillo.

**Tubos:** De color amarillo claro, con poros redondeados también amarillos, que palidecen con la edad.

**Pie:** Es cilíndrico y recto, macizo, viscoso y membranoso, con el anillo color blanquecino en la parte superior, que pasa a marrón oscuro.

**Carne:** Blanca o amarillenta, que pierde la consistencia con la madurez y se vuelve viscosa en el sombrero. Correosa en el tronco.

### Comestibilidad:

Comestible. Debe eliminarse la cutícula, que se separa con facilidad. Hay que seleccionar los ejemplares más jóvenes, ya que los adultos se deshacen y se vuelven viscosos.

### Confusiones:

Debido al gran anillo, con velo blanco en la juventud, que esconde los tubos, no es fácil confundirlo con otras especies.



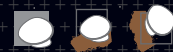
Pejín





## *Tremella mesenterica*

Tremella mesentérica



### **Hábitat y época:**

Crece sobre ramas y madera muerta de coníferas y algunas frondosas. En ocasiones puede aparecer atacando ejemplares enfermos o moribundos, sobre madera viva, en ese caso actúa como parásito.

### **Descripción:**

**Carpóforo:** De aspecto amorfo, similar a un cerebro gelatinoso, con lóbulos ondulados. Mide hasta 10 cm de largo. Su coloración en amarillenta a naranja vivo. No tiene láminas, por lo que las esporas se producen entre los pliegues del himenio (parte fértil de la seta). El pie es en realidad una pequeña base con la que se sujeta a la madera.

**Carne:** Gelatinosa, translúcida, elástica, de coloración similar al exterior. Sin sabor ni olor aparentes.

### **Comestibilidad:**

Sin valor culinario. Debido a su sabor insípido, y su textura gelatinosa, que puede resultar desagradable.

### **Confusiones:**

De difícil confusión por su aspecto y llamativa coloración naranja. Existen otras especies del mismo género, pero con coloraciones diferentes que no llevan a confusión.





# *Tricholoma equestre*

Seta de los caballeros



## Hábitat y época:

Desde finales de verano a finales de otoño crece en grupos, a gran profundidad, en suelos arenosos sueltos de bosques de coníferas. En ocasiones es difícil de localizar, ya que solo se aprecia un abultamiento en la arena, y la seta aparece varios centímetros por debajo, levantando un pequeño montículo arenoso.

## Descripción:

**Sombrero:** de tamaño medio, hasta 12 cm de diámetro. Es cónico convexo, pasando a aplanado. Con la cutícula separable, de color amarillo azufre, con tonos marrones en el centro, y de aspecto viscoso de joven.

**Láminas:** De color amarillo azufroso limón, muy llamativas, ventradas, apretadas y sinuadas.

Se rompen con facilidad, y aparecen lamélulas.

**Pie:** Alargado, fibroso, de color amarillo azufre, que parte longitudinalmente en tiras, que se curvan ampliamente hacia fuera.

Algo engrosado en la base.

**Carne:** Gruesa y abundante, blanquecina amarillenta, de olor y sabor suaves.

## Comestibilidad:

Excelente comestible. Aunque se ha consumido como tal desde siempre, puede presentar cierta toxicidad, especialmente si se consume en grandes cantidades, y durante varios días seguidos. Puede causar la grave enfermedad denominada "rabdomiolisis", que ha causado varias muertes en Francia, donde es muy consumido. Por ello se encuentra prohibida su comercialización.

## Confusiones:

Puede confundirse con el tóxico *Tricholoma sulphureum* con el que guarda cierto parecido. Más grave, y hasta cierto punto frecuente es la confusión con *Amanita phalloides*, mortal, que ha causado graves accidentes por confusión con la seta de los caballeros. Aunque su parecido no es muy grande, se trata de una confusión que causa la mayoría de las muertes por esta amanita.

Seta de los caballeros



# *Tricholoma terreum*

Negrilla, ratones



## Hábitat y época:

En otoño e invierno, y en ocasiones en primavera. Crece en alineaciones de suelos de pinares, prefiere los de pino silvestre con sabinas. Es común y crece de forma abundante.

## Descripción:

**Sombrero:** Pequeño o mediano, de hasta 8 cm de diámetro. Cónico a convexo con un mamelón central. La cutícula, de color gris jaspeado, más claro en el margen, que puede ser más o menos oscura. Se separa con facilidad.

**Laminas:** Bastante espaciadas, escotadas, con lamelas, de color blanco sucio, con tonalidades grises que se transparentan de la cutícula.

**Pie:** Fino, sedoso, blanquecino a grisáceo y bastante fibroso.

**Carne:** De color blanco sucio, a gris. Frágil y delgada, sin olor ni sabor característicos.

## Comestibilidad:

Buen comestible. Seta muy apreciada y recolectada en grandes cantidades. Mengua bastante al cocinarla.

## Confusiones:

Debe ser recogida sólo por buenos conocedores, ya que existen diversas especies del género *Tricholoma* con coloraciones similares a esta seta. no obstante, su carácter gregario, y los lugares donde aparece pueden servirnos para aprender a identificarla.



Ratonera, firulí



# *Tuber melanosporum*

Trufa negra



## **Hábitat y época:**

Se desarrolla bajo tierra a poca profundidad, entre las raíces de encinas principalmente, también quejigos y otras especies del género *Quercus*. Prefiere los suelos calizos, pedregosos, bien drenados (sin encharcamientos), y algo áridos. Fructifica durante el invierno, desde noviembre a marzo. Crea una zona en superficie con ausencia total de herbáceas, llamada calvero o quemado. Su recogida está regulada, mediante expedición de permisos y subasta de cotos truferos.

## **Descripción:**

**Receptáculo:** Es el cuerpo fructífero del hongo. Se trata de un tubérculo de tamaño pequeño o mediano, entre 3 y 8 cm de diámetro. De color marrón muy oscuro a negro mate, tiene la superficie rugosa, formada por multitud de verrugas apretadas.

**Gleba:** Es el interior del tubérculo. De color grisáceo pasa a negro al madurar las esporas. Está completamente recorrida por una retícula a modo de malla de color blanco plateado, que contrasta con la carne negra. La carne presenta un olor aromático característico, muy fuerte cuando ha madurado.

## **Comestibilidad:**

Comestible excelente. Es sin duda el hongo más apreciado, cotizado y con más renombre en alta cocina. Su fuerte aroma es muy utilizado como condimento para realzar el aroma y sabor de muchos platos. Debido a los altísimos precios que alcanza se le ha denominado oro de monte o diamante negro. Debido a ello se cultiva cada vez más, mediante la plantación de encinas micorrizadas.

## **Confusiones:**

Aunque existen otras especies de trufa dentro del mismo género, ninguna del mismo color negro con retícula blanca, y con semejante aroma, por lo que es única y sin confusión posible.



*Encinares en páramos rocosos. Palancares*



## GLOSARIO

**Adnatas:** Se dice de las láminas que se encuentran unidas (soldadas) al pie de la seta.

**Asca:** También denominada asco, se refiere a una célula con forma de bolsa o saco abierto, típica de los Ascomicetos, que contiene las esporas.

**Ascocarpio:** Conjunto de ascas en una seta, parte encargada de la producción de esporas.

**Carpóforo:** Se trata del cuerpo reproductor del hongo (seta o cuerpo fructífero), y es la parte visible del hongo que vive en el suelo o en un sustrato. El carpóforo (o fruto del hongo) emerge del suelo cuando existen condiciones favorables de humedad y temperatura, y se reproduce (produciendo las esporas).

**Claviforme:** Con forma de clavo, más fino por un extremo y más grueso, con forma de porra, por el otro.

**Coníferas:** Se refiere a especies arbóreas con hojas en forma de acículas. Incluye especies como los abetos, los cedros, las piceas, los pinos, aunque en la Serranía de Cuenca sólo encontraremos a éstos últimos formando bosques de coníferas (pinares).

**Convexo:** Forma del sombrero de la seta en la que el centro de éste es más prominente o abultado que los márgenes, (la forma convexa es la que posee la cara exterior de una lenteja o una lentilla).

**Coriáceo:** Se dice de la textura dura y muy fibrosa, correosa.

**Cutícula:** Capa superficial y fina que cubre el sombrero de la seta. A modo de "piel" protege la carne del sombrero de desecaciones. A menudo se puede separar, y es la causante del color del sombrero.

**Decurrentes:** Se dice de las láminas que bajan por el tronco o pie de la seta, no acaban bruscamente en el punto de unión del pie y el sombrero, sino se van desvaneciendo por el pie. Un claro ejemplo es la seta de cardo.



**Deprimido:** Se dice del sombrero que en que la parte central está más hundido que en los márgenes, más elevados. Correspondería con la forma cóncava, (sombrero que se asemeja a la forma de un cuenco).

**Endoperidio:** Parte interna de la seta (carne) cuando ésta es de forma globosa (como el cuesco de lobo), rodeado por el exoperidio.

**Esporada:** Momento de la liberación masiva de esporas, que se produce cuando la seta ha madurado, y provoca cambios de color en las láminas y tubos.

**Esporas:** Son las células reproductoras de los hongos, (son la equivalencia a las semillas de las plantas).

**Excedente:** Se dice de la cutícula que es de mayor superficie que el sombrero que cubre, por lo que ésta asoma (excede) por los márgenes del sombrero.

**Exoperidio:** Capa externa que rodea al endoperidio o parte interna de las setas de aspecto globoso, (es la cubierta externa blanquecina que recubre setas como el cuesco de lobo).

**Festoneado:** Se refiere al margen del sombrero, con forma de festón.

**Fronosas:** Especies arbóreas vegetales de hoja ancha y normalmente caducifolias. Serían bosques de frondosas los compuestos por hayas, robles, tilos, o incluso encinas.

**Fúngico:** Relativo a hongo, sabor u olor fúngico, sabor u olor a hongo.

**Glabra:** Sin pelosidades, liso.

**Gleba:** Se dice de la parte fértil de algunas setas (la parte que produce las esporas).

**Globoso:** Seta de aspecto redondeado, como un globo.

**Hemisférico:** Se dice del sombrero que tiene la forma de media esfera.





**Himenio:** Es la parte de la seta encargada de la producción de esporas. En la mayoría de las setas el himenio es el conjunto de láminas, en otros son tubos, y en otros son estructuras diferentes (gleba).

**Himenóforo:** Parte de la seta que contiene el himenio.

**Humificado:** Se refiere al suelo con gran cantidad de humus o materia orgánica en descomposición.

**Incurvado:** Margen de la seta que se encuentra curvado hacia el interior, en dirección hacia el pie.

**Lamélulas:** Laminillas que aparecen intercaladas entre las verdaderas láminas, pero que no tienen la misma longitud que éstas, son cortas, y no llegan desde el margen del sombrero al pie.

**Láminas libres:** Al contrario que las láminas adnatas, las láminas libres no se encuentran soldadas al pie.

**Mamelón:** Es un abultamiento en forma de pezón que aparece en el centro del sombrero.

**Micelio:** Se dice de la parte vegetativa del hongo, normalmente no es visible. Se compone de una maraña de hilos blanquecinos llamados hifas, formadas por células, que se encuentran bajo tierra o dentro de un sustrato (madera muerta), y que produce un fruto (seta) cuando las condiciones de temperatura y humedad son propicias.

**Micorriza:** Simbiosis o asociación entre el micelio de un hongo y las raíces de una planta, en la que ambos salen beneficiados.

**Micorrizógeno:** Modo de vida de los hongos basado en las micorrizas, de forma que el hongo sólo crecerá en lugares donde también se encuentre la planta a la que micorriza.

**Nitrófilo:** "Que le gusta el Nitrógeno". Se dice de los seres que necesitan altas concentraciones de Nitrógeno para crecer.

**Parásito:** Modo de vida de algunos hongos que infectan (parasitan) a vegetales vivos, extendiendo su micelio en su interior y "robando" sus nutrientes. En este modo de asociación, el hongo se ve



beneficiado y el vegetal se ve en mayor o menor medida perjudicado.

**Poros:** Pequeños orificios situados en el ápice, o superficie inferior, del tubo de los boletales, por donde se liberan las esporas.

**Pseudopie:** Falso pie, estructura modificada de la seta con forma de pie que le sirve para sujetarse al sustrato donde vive.

**Pubescente:** Repleto de pelos. Es lo contrario a glabro.

**Quercus:** Género de vegetales arbóreos (quercínias) compuesto por encinas, coscojas, quejigos y otros robles.

**Saprófito:** Modo de vida de los hongos consistente en la descomposición de materia orgánica, de la que se alimenta.

**Sinuadas:** Se dice de las láminas que cambian de grosor justo antes de unirse con el pie.

**Termófilo:** Se dice de las especies que necesitan calor para su desarrollo.

**Tubos:** Se trata de un cilindro, que por un extremo se encuentra unido a la cara inferior del sombrero, y por el otro es libre y libera las esporas (poro). La unión de miles de tubos por sus lados forman el himenio en setas como los boletus.

**Turberas:** Ambientes siempre húmedos o encharcados debido a afloramientos de agua, que acumula grandes cantidades de materia orgánica, la cual se descompone lentamente. Es frecuente que se encuentren cubiertas por musgos.

**Ventruado:** Con abultamiento en forma de vientre o barriga.

**Volva:** Parte abultada y redondeada en la base del pie que procede del estadio de huevo, que conserva restos de velo. Se aprecia en algunos géneros como las amanitas.

