

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

HAȘA, GLIGOR

Ciupercile de la A la Z cu 90 de rețete culinare cu ciuperci /

Gligor Hașa. - Ed. a 2-a, rev. și compl.. - Deva : Editura Emia, 2021

Index

ISBN 978-973-753-519-1

635.8

641.5

Tehnoredactare: EMIA

Coperta: Sebastian-Codruț Făgăraș

Fotografii coperta 1 și 4: Paulina Popa - din colecția
PĂDUREA

Fotografii interior: colaje din diverse cărți. Fotografie din
ciupercăria Pr. Teodor Bercea, Beiuș.

Copyright: Paulina Popa

Casa de Editare EMIA, Editura Emia

Deva, jud. Hunedoara

www.emia.ro

E-mail: edituraemia@yahoo.com

office@emia.ro

GLIGOR HAȘA

**CIUPERCILE DE LA A LA Z
ȘI
90 DE REȚETE CULINARE
CU CIUPERCI**

Referenți științifici: Ioan Crișan și Ioan Dăneasă

Ediția a 2-a revăzută și completată

Editura Emia

- Fugace - alunecoasă, care se desprinde ușor.
- Lamelă - foiță subțire în structura unei ciuperci.
- Laviță sau zadă - arbore rășinos cu frunze în formă de ace; arboret de zadă.
- Lobate - în formă de arc (ceva care are lobi), excrescențe rotunde ale unui organ (ureche, plămân etc).
- Miceliu - sistem de filamente care alcătuiește aparatul vegetativ al ciupercilor (grup de molecule).
- Pruină - strat de materie cerată, incoloră sau violacee, care acoperă ca o brumă pielea fructelor și ciupercilor.
- Scuamă - strat epidermic foarte subțire, care se elimină în urma erupțiilor provocate de boli infecțioase.
- Secționare - a secționa, a împărți, a divide, a tăia în felii, în părți.
- Serate - dințate.
- Sesilă - care nu are pețiol (codița frunzei sau a ciupercilor).
- Striat (striație) - fibros; dungi paralele, evidente prin contrast de culoare; zgârâituri fine sau sistem de dungi în natură.
- Volvă - spirală, umflătură.

CUPRINS

PREFAȚĂ - demersul specialistului **5**

PRIMĂVARA

Hirneola auricola-judae (Urechea Iudei)	12
Hygrophorus marzuolus	13
Ciupercile de câmp (fam. Agaricaceae)	14
Agaricus campestris	
(Ciuperca de câmp, ciuperca de bălegar)	16
Melanoleuca cognata	18
Sbârciogii sau ciuciuleții	19
Verpa bohemica (ciuciuletele de plop)	20
Morchella hybrida (ciuciuletele)	21
Morchella esculenta (Sbârciog, ciuciulete de mai)	22
Morchella crassipes (Ciuciulete gras)	24
Calocybe gambosa (Nicorete, burete de mai)	25
Peziza varia (urechiușă)	26
Marasimius oreades28(Ciocârlă, burete de rouă)	28
Polyporus squamosus (Păstrăv de nuc)	29
Lactipours sulphureus (Iasca galbenă)	31
Clitocybe gibba.....	32
Agrocybe praecox.....	34
Popenchii (Ciupercile Coprinus)	35
Coprinus comatus (Bureți popenchi)	36
Coprinus micaceus(Bureciorul de rouă)	38
Coprnus atramentarius	39
Entoloma clypeatum	41

ÎNCEPUT DE VARĂ

Pluteus atricapillus(Popinci, buretele cerbilor)	43
Suillus luteus (Turta vacii)	44

Respectiv Psathyrella hydrophila	46
Peziza badia (urechiușă)	47
Agrocybe aegerita	49
Agaricus arvensis (Ciuperca de câmp, ciupercă de braniște)	50
Kuehneromyces mutabilis (popinca)	51
Boletus edulis (Hrib, mânâtarcă, pitoancă)	53
Prahaghitel mic (Speciile Lycoperdon perlatum și Bovista plumbea)	56
Lycoperdon perlatum (Prahaghiță)	56
Bovista plumbea	57
Pînișoarele timpurii (genul Russula)	58
Russula cyanoxantha (pânișoară, burete vînat)	58
Russula vesca (Vinețica)	60
Laccaria laccata	61
Collybia dryophyla	63
Cantharellus cibarius (Gălbiori, burete galben)	64
Oudemansiella platyphylla	66
Leucoagaricus leucotites (Ciuperca de miriște)	67
Leucopaxillus lepistoides	69
VARA	71
Collybia fusipes	71
Leccinum scabrum	72
(Pitarcă, burete de mesteacăn, burete călugăresc)	72
Acaricus silvaticus (ciupercă de pădure)	74
Russula alutacea (Pânișoară)	75
Clitopirus prunulus (Sălcioară, nicorete)	76
Lactarius volemus (Lăptucă dulce, burete dulce)	77
Lactarius piperatus (Iuțari, burete piperat)	78
Meloșeii (genul Ramaria)	80
Ramaria botrytis (Meloșel, burete de conopidă)	80
Ramaria flava (Meloșel, creasta cocoșului, laba ursului)	81
Xerocomus subtomentosus (Buza caprei)	82
Langermannia gigantea (Trufa albă)	84

Amanita rubescens	85
Suillus grevillei	87
Suillus granulatus (Pitașca)	88
Russula nigricans	90
Phallus impudicus (Bozuz, burete puturos)	91
Russula virescens (Hulubiță pestriță, pânișoară verzuie)	93
Leccinum aurantiacum (Mânâtarcă roșie)	94

SFÂRȘIT DE VARĂ	96
Lentinellus cochleatus (Nicoreată)	96
Russula xerampelina	97
Amanita caesarea (Roiniță, crăiță, burete domnesc)	99
Armillariella tabescens (Ghebe)	100
Sparassis crispa (Crețușcă, crețușoare)	102
Fistulina hepatica (Limba boului)	103
Macrolepiota procera (Burete șerpesc, Parasol, Cuci)	104
Rozites caperata	105
Lactarius deterrimus (Râșcov)	107
Hydnum repandum (Flocoșel, burete țepos)	108
Russula mustelina	110
TRUFELE	111
Tuber aestivum (Trufa de vară)	112
Choiromyces venosus (Trufa albă)	113
Craterellus cornucopioides (Trâmbița piticilor)	114
Chroogomphus rutilus	116

ÎNCEPUT DE TOAMNĂ	118
Hygrophorus russula	118
Tricholoma terreum	119
Lyophyllum fumosum	121
Armillariella mellea (Ghebe, ghebe de rădăcină)	122
Lycoperdon pyriforme (Prahaghiță)	125

Respo	Hygrophorus penarius	126
	Aleuria aurantia (Urechiușă, urechea babei)	127
	Pisloșeii	128
	Cortinarius praestans	129
	Tricholoma orirubens	130
	Stropharia aeruginosa	131

SFÂRȘIT DE TOAMNĂ 133

	Camarophyllus pratensis	133
	Pleurotus ostreatus (Păstrăv, păstrăvul vânăt, păstrăv de fag)	134
	Lepista nuda (Nicorete vânăt)	135
	Lepista personata (Nicorete)	137
	Lepista nebularis	138
	Flammulina velutipes (Ghebe tomatice)	139
	Hygrocybe punicea	141

90 DE REȚETE CULINARE DIN CIUPERCI 142

Obligații și cerințe minimale	143
Ouă cu sos tartar umplute cu ciuperci	144
Salată de cartofi cu maioneză și ciuperci	144
Ciuperci înăbușite cu maioneză	144
Pateu de ouă cu ciuperci	145
Borș de ciuperci și zarzavat	145
Borș moldovenesc cu ciuperci uscate	146
Gulaș cu ciuperci	146
Supă de ciuperci cu cartofi	147
Supă de ciuperci cu răntaș	147
Supă de ciuperci cu zarzavaturi	147
Altă supă de ciuperci	148
Supă din ciuperci uscate	148
Supă de varză	148
Supă de iarnă cu praf de ciuperci	148
Supă de ciuperci cu găluște	149
„Ciorbă de burtă” cu ciuperci	149
Borș de ciuperci	149

MÂNCĂRURI SCĂZUTE DIN CIUPERCI 150

Tocană de ciuperci cu piper	150
Mâncare de ciuperci cu usturoi	150
Ciuperci cu frecăței	150

Aluat cu ciuperci	151
Păstrăvi de nuc, salcie, fag cu sos vânătorec	151
Găluște cu ciuperci	151
Găluște de ciuperci prăjite sau fierte	152
Papricaș de cartofi cu ciuperci	152
Tăiței cu ciuperci	153

ANTREURI 154

Ciuperci cu sos remoulade	154
Ciuperci cu sos tartar	154
Friptura natur cu ciuperci	155
Clătite cu ciuperci	155
Mămăligă cu ciuperci	156
Pilaf cu ciuperci	156
Macaroane cu ciuperci și smântână	156
Sărmăluțe cu ciuperci	156
Musaca de cartofi cu ciuperci	157
Ciuperci cu cartofi	157
Tocăniță de vită cu ciuperci	158
Ciuperci prăjite (din păstrăvi de nuc – Polyporus squamosus)	158
Musaca de ciuperci (din Camarophyllus pratensis)	158
Musaca de ciuperci I	159
Musaca de ciuperci II	159
Ciuperci prăjite	160
Mâncare de ciuperci din sbârciog	160
Ciuperci cu smântână și unt	160
Papricaș de ciuperci	161
Papricaș de ciuperci cu smântână (din ciuperci uscate sau sărate)	161
Ciuperci scăzute	161
Ciuperci fierte (Entoloma clypeatum)	162

Ciuperci pane I (ni și cărti)	162
Ciuperci pane II (din Hygrophous russula)	162
Ciuperci în aluat de clătite	162
Ciuperci pane IV	163
Ciuperci pane V	163
Garnituri	163

Pilaf de orez și ciuperci	163
Garnitura de ciuperci	163

SOSURI 164

Sos de ciuperci I	164
Sos de ciuperci II	164
Sos de ciuperci III	164
Sos de ciuperci cu usturoi IV	165
Ciulama de ghebe	165

SALATE 166

Salată de ciuperci I (din răscovi – Lactarius deterrimus)	166
Salată de ciuperci cu usturoi II	166
Salată de ghebe cu usturoi III	166
Salată de ghebe cu legume IV	167
Salată de ciuperci V	167
Salată de ciuperci VI	167
Salată de ciuperci cu cartofi VII	167
Ciuperci prăjite	168

CIUPERCI CU OUA 169

Sufleu de ciuperci I	169
Sufleu de ciuperci II	169
Omletă cu ciuperci III	169
Omletă cu ciuperci IV	170
Papară cu praf de ciuperci V	170

CIUPERCI CONSERVATE 171

Flocoșei cu ceapă	171
-------------------	-----

Răscovi în sare (Lactarius deterrimus)	171
--	-----

Murături de pitașca (Suillus granulatus)	171
--	-----

Pregătirea ciupercilor uscate 172

Iuperci murate	172
Zacuscă de ciuperci	172
Iuțari cu sare	173
Gălbiori cu sare	173
Murături de ciuperci cu usturoi	173
Murături de ciuperci II	174
Murături de ciuperci III	174

PATEURI CALDE CU CIUPERCI

Ștrudel cu ciuperci	175
Pateu cu ciuperci	175
Escalop de vită cu ciuperci	176
Papricaș de pui cu ciuperci	176
Păstrăvi de nuc, salcie, plop, etc cu pește la tavă	176

POSTFAȚĂ 177

Termeni mai puțin cunoscuți 179

ANOTIMPUL PRIMĂVARA

1. HIRNEOLA AURICOLA-JUDAE

(Urechea Iudei)

Fig. 1

Această ciupercă care nu are pălărie propriu-zisă, se găsește cel mai adesea în timpul plimbărilor de primăvară. Are o formă ciudată de ureche, crește pe arbori, cel mai adesea se găsește pe trunchiurile bătrâne de soc.

Aspect general: are o formă de scoică, apare de obicei pe trunchiuri ori ramuri de copac.

Corpul fructifer seamănă cu o ureche, dar poate fi și cupuliform, ori asemănător unei petale. Crește în „buchete”, haotic. Are culoare maro-castaniu, maro-roșcat; fața internă, cutată este mai închisă, fața externă mai deschisă la culoare și catifelată. Diametrul caracteristic e de 2-10 cm, carnea având grosime de 0,1- 0,3 cm.

Carnea: maro, elastică, fără miros sau gust caracteristic.

Crește pe trunchiurile copacilor bătrâni (stejar, nuc, dud, salcâm, ș.a.), pe ramurile aproape uscate, dar cel mai

adesea pe ramurile groase ale arborilor de soc bătrân – indiferent de vreme, începând din primăvara timpurie, tot timpul anului.

NU SE POATE CONFUNDA cu nici o altă ciupercă; seamănă cu unele specii de urechiușe, care trăiesc însă pe sol și nu pe trunchiuri.

2. HYGROPHORUS MARZUOLUS

Fig. 2

Este o ciupercă cunoscută și greu de observat. La noi în țară n-a fost semnalată decât în împrejurimile Brașovului și ale Clujului. Considerăm necesară descrierea ei fiindcă excursiile organizate pentru a o descoperi (apare printre primele ciuperci, pe la începutul primăverii) ar putea deveni o pasiune și un prilej de satisfacție, pe de altă parte pentru că, deși ciuperca în sine nu are carne deosebit de aromată, se pot găti din ea mâncăruri foarte gustoase.

Aspect general: este o ciupercă mijlocie sau mai degrabă mică, apare în grupuri și numai arareori izolată.

Pălăria: la început albă, alb-cenușie, cu pete cenușii, dar mai târziu, când iese de sub zăpadă, mușchi ori frunze uscate se întunecă la culoare și prinde nuanțe negricioase. Ciuperca tânără are pălăria convexă, care apoi se întinde și ia o formă neregulată, ondulată. Are suprafața mată și cuticula se poate desprinde parțial. Diametrul caracteristic 4-10 cm.

Lamelele: groase, asemănătoare cu ceara, spațiate, cu nuanțe albe, cenușii (uneori albastru-verzui), puțin decurente.

Piciorul: relativ scurt, dar gros și cărnos. La început este alb, apoi cenușiu. Poate fi striat, cutat și uneori curbat. Înălțimea caracteristică 3-6 cm, grosimea 1,5-3 cm.

Crește: imediat după topirea zăpezii de primăvară (uneori chiar începând din ianuarie), în apropierea molizilor, brazilor ori a plopilor; uneori se întâlnește și în pădurile de foioase.

NU SE POATE CONFUNDA cu nici un alt soi de ciupercă.

Trei semne caracteristice:

t apare foarte devreme;

t are lamele groase spațiate, cu aspect de ceară;

t are carne groasă.

Mod de preparare: place datorită faptului că este cărnosă; poate fi pregătită oricum, dar pentru că nu prea e aromată o recomandăm pentru feluri de mâncare mai piperate. Este bună pentru tocăniță, pentru antreuri, cu sos remoulade și cu sos tartar, cu ouă.

3. CIUPERCILE DE CÂMP (fam. Agaricaceae)

Fig. 3

Sunt cele mai îndrăgite și mai cunoscute ciuperci. Încă la romani (care au fost mari consumatori de ciuperci și în ale căror bucătării există o veselă specială pentru pregătirea ciupercilor), ciupercile din specia *Agaricus* se bucurau de o prețuire aparte. Horațiu le considera ca fiind cele mai gustoase dintre toate și trebuie să recunoaștem că nu fără motiv. Presupunem că și în Evul Mediu erau apreciate, deoarece numele lor este prezent în marea carte de botanică

apărută în 1646 la Strassbourg: Krutterbuch de Tragus-Bock, figurând printre ciupercile comestibile. În Franța secolului al XVII-lea existau și indicații cu privire la cultivarea acestor ciuperci: la început, miceliul „sălbatic” a fost transplatat pe suprafețe fertile, iar în 1894, la Institutul Pasteur din Paris, s-a reușit obținerea promiceliului steril. Francezii au păstrat cu grijă secretul procedeului, așa încât de-a lungul mai multor decenii Franța a aprovizionat producătorii europeni cu material reproductiv.

Pe drept cuvânt socotesc francezii ciuperca de câmp *Agaricus compestris* (al cărei nume francez, champignon, însemnând pur și simplu ciupercă, a fost acceptat internațional), ciuperca lor „națională”. O vreme îndelungată s-a considerat că champinioanele sunt același soi cu *Agaricus compestris*, dar apoi s-a descoperit că, de fapt, este o specie aparte, așa numita *Agaricus bisporus*. Faptul că în lume se produc anual 200.000 de tone de champinioane poate dovedi importanța acestui soi. Champinioanele mai au o „rudă” care merită să fie menționată: *Agaricus bitorquis*. Această ciupercă este considerată „Hercule” al lumii ciupercilor, prin faptul că în timpul creșterii dezvoltă o forță surprinzătoare. Referitor la acest fenomen, istoria ciupercilor deține informații interesante dintre care noi vom relata doar pe una singură: în secolul trecut, în orașul englez Basingstoke, pe strada principală, pe un anumit interval de mai multe ori a trebuit să se refacă pavajul pe care-l mișcau din loc ciupercile.

Nici la noi în țară nu sunt chiar necunoscute asemenea cazuri: acum două-trei decenii, și în orașele noastre se puteau zări ciuperci care ieșeau printre pietrele de pavaj, care distrugeau asfaltul ori mișcau din loc grătarele din fier



27. CIUPERCI CU SOS REMOULADE

Ciupercile pregătite în mod corespunzător se fierb în apă cu sare și apoi se strecoară. Pregătim sosul în felul următor: facem maioneză din 1/2 l de ulei, 2 gălbenușuri și o lingură de muștar. La acesta adăugăm o ceapă tocată mărunt, un castravete dat pe răzătoare, zeama de la o lămâie mare, piper și 2 ouă fierte tari și date pe răzătoare. Dacă sosul devine prea gros, adăugăm puțin apă și apoi îl turnăm peste feliile de ciuperci fierte.

28. CIUPERCI CU SOS TARTAR

Ciupercile pregătite în mod corespunzător se taie în cuburi mici și se fierb în apă cu sare (zeama se poate folosi pentru a îmbunătăți gustul supelor sau chiar ca supă). Ciupercile se strecoară și se amestecă cu sosul tartar. Sosul tartar pentru aproximativ 1 ciuperci: se face maioneză dintr-un gălbenuș fiert și dat pe răzătoare adăugat la un gălbenuș crud, 200 g ulei, o lingură mare de muștar. Pregătim un sos Bechamel în felul din următor: amestecăm 150 g lapte cu o linguriță de făină, fierbem 150 g lapte cu sare, adăugăm laptele cu făina la cel cu sare și fierbem acest amestec până se îngroașă. După răcire îl amestecăm cu maioneza la care mai adăugăm 2-3 linguri mari de smântână și o legătură de frunză de pătrunjel tocată mărunt.

29. FRIPTURA NATUR CU CIUPERCI

Feliile de carne, bătute ușor și trecute prin făină, se rumenesc pe ambele părți în untură încinsă. Se scot bucățele de carne și în untura rămasă se prăjește ceapa, se presară cu boia de ardei, se adaugă ciupercile tăiate felii subțiri, se presară cu puțină făină, se subțiază și după aceea se introduc și feliile de carne în acest sos și se înăbușă.

Se servește cu smântână. Ingrediente necesare pentru două persoane: 200 gr. ciuperci, carne, untură, făină, ceapă, smântână, sare, piper.

30. CLĂTITE CU CIUPERCI

Se calculează 2-3 cepe la 1 kg. ciuperci și, adăugându-se o lingură mare de boia de ardei dulce, se pregătește un papricaș cu zeamă. Papricașul se strecoară, zeama se pune deoparte, ciupercile se dau prin mașina de tocat carne, se adaugă 3-4 ouă fierte tari și date pe răzătoare, o linguriță de pătrunjel, tocat mărunt, sare și atâta smântână câtă trebuie pentru ca ciupercile să devină de consistența unui pateu. În prealabil se prepară cam 25 clătite din 600 gr. făină, 2-3 ouă, lapte și sare.

Umplutura se împarte în mai multe părți, în funcție de numărul clătitelor. Se întinde în mijlocul clătitei câte o parte din umplutură și se împătură prima dată două laturi opuse ale clătitei, obținându-se astfel un sul, iar apoi cele două capete ale sulului, realizându-se un fel de periniță. Perinițele, cu marginea netedă în sus, se aliniază într-un vas termorezistent, iar apoi zeama de pe papricaș se îndoaie cu smântână și se toarnă pe clătite. Astfel pregătite, clătitele se dau la cuptor.