

GLIGOR HAȘA

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

Referenți științifici: Ioan Crișan și Ioan Dăneasă

Ediția a 3-a revăzută și adăugită

Editura Emia

PREFAȚĂ de ION CRIȘAN	7
<i>ANOTIMPUL PRIMĂVARA</i>	12
<i>Hirneola auricola-judae</i>	12
<i>Hygrophorus marzuolus</i>	13
Ciupercile de câmp (fam. Agaricaceae)	14
<i>Agaricus campestris</i>	16
<i>Melanoleuca cognata</i>	18
SBÂRCIOGII SAU CIUCULEȚII	19
<i>Verpa bohemica</i>	20
<i>Morchella hybrida</i>	21
<i>Morchella esculenta</i>	22
<i>Morchella crassipes</i>	24
<i>Calocybe gambosa</i>	25
<i>Peziza varia</i>	26
<i>Marasimius oreades</i>	28
<i>Polyporus squamosus</i>	29
<i>Laetiporus sulphureus</i>	31
<i>Clitocybe gibba</i>	32
<i>Agrocybe praecox</i>	34
POPENCHII	36
<i>Coprinus comatus</i>	37
<i>Coprinus micaceus</i>	38
<i>Coprinus atramentarius</i>	39
<i>Entoloma clypeatum</i>	41
ÎNCEPUT DE VARĂ	43
<i>Pluteus atricapillus</i>	43
<i>Suillus luteus</i>	44
<i>Psathyrella hydrophila</i>	46
<i>Peziza badia</i>	47
<i>Agrocybe aegerita</i>	48
<i>Agaricus arvensis</i>	50
<i>Kuehneromyces mutabilis</i>	51
<i>Boletus edulis</i>	53

PRAHAGHITELE MICI	56
Lycoperdon perlatum	56
Bovista plumbea	57
Pînișoarele timpurii	58
Russula cyanoxantha (pânișoară, burete vânăt)	58
Russula vesca	61
Laccaria laccata	62
Collybia dryophyla	63
Cantharellus cibarius	64
Oudemansiella platyphylla	66
Leucoagaricus leucotites	68
Leucopaxillus lepistoides	69
VARA	71
Collybia fusipes	71
Leccinum scabrum	72
Acaricus silvaticus	74
Russula alutacea	75
Clitopirus prunulus	76
Lactarius volemus	77
Lactarius piperatus	78
MELOȘEII	80
Ramaria botrytis	80
Ramaria flava	81
Xerocomus subtomentosus	82
Langermannia gigantea	84
Amanita rubescens	85
Suillus grevillei	87
Suillus granulatus	88
Russula nigricans	90
Phallus impudicus	91
Russula virescens	93
Leccinum aurantiacum	94
SFÂRȘIT DE VARĂ	96
Lentinellus cochleatus	96
Russula xerampelina	97

Amanita caesarea	98
Armillariella tabescens	100
Sparassis crispa	101
Fistulina hepatica	103
Macrolepiota procera	104
Rozites caperata	105
Lactarius deterrimus	107
Hydnum repandum	108
Russula mustelina	110
TRUFELE	111
Tuber aestivum	112
Choiromyces venosus	113
Craterellus cornucopioides	114
Chroogomphus rutilus	116
ÎNCEPUT DE TOAMNĂ	118
Hygrophorus russula	118
Tricholoma terreum	119
Lyophyllum fumosum	121
Armillariella mellea	122
Lycoperdon pyriforme	125
Hygrophorus penarius	126
Aleuria aurantia	127
PÍSLOȘEII	128
Cortinarius praestans	129
Tricholoma orirubens	130
Stropharia aeruginosa	131
SFÂRȘIT DE TOAMNĂ	133
Cmarophyllum pratensis	133
Pleurotus ostreatus	134
Lepista nuda	136
Lepista personata	137
Lepista nebularis	138
Flammulina velutipes	139
Hygrocybe punicea	141

90 DE REȚETE CULINARE DIN CIUPERCI	143
Ouă cu sos tartar umplute cu ciuperci	153
Salată de cartofi cu maioneză și ciuperci.....	153
Ciuperci înăbușite cu maioneză	153
Pateu de ouă cu ciuperci	154
Borș de ciuperci și zarzavat	154
Borș moldovenesc cu ciuperci uscate.....	154
Gulaș cu ciuperci	155
Supă de ciuperci cu cartofi	156
Supă de ciuperci cu rântaș	156
Supă de ciuperci cu zarzavaturi	156
Altă supă de ciuperci	157
Supă din ciuperci uscate	157
Supa de varză.....	157
Supă de iarnă cu praf de ciuperci.....	157
Supa de ciuperci cu găluște	158
„Ciorbă de burtă” ..cu ciuperci	158
Borș de ciuperci.....	158
MÂNCĂRURI SCĂZUTE DIN CIUPERCI	159
Tocană de ciuperci cu piper	159
Mâncare de ciuperci cu usturoi.....	159
Ciuperci cu frecăței.....	159
Aluat cu ciuperci.....	160
Păstrăvi de nuc, salcie, fag cu sos vânătoresc.....	160
Găluște cu ciuperci	160
Găluște de ciuperci prăjite sau fierte	161
Papricaș de cartofi cu ciuperci	161
Tăiței cu ciuperci	161
ANTREURI	162
Ciuperci cu sos remoulade.....	162
Ciuperci cu sos tartar	162
Friptura natur cu ciuperci	163
Clătite cu ciuperci	164
Mămăligă cu ciuperci	164
Pilaf cu ciuperci	165

Macaroane cu ciuperci și smântână	165
Sărmăluțe cu ciuperci	165
Musaca de cartofi cu ciuperci	166
Ciuperci cu cartofi	166
Tocăniță de vită cu ciuperci	167
Ciuperci prăjite (din păstrăvi de nuc <i>Polyporus squam</i>)	167
Musaca de ciuperci (din <i>Camaropyllus pratensis</i>)	167
Musaca de ciuperci I	168
Musaca de ciuperci II	168
Ciuperci prăjite	168
Mâncare de ciuperci din sbârciogi	169
Ciuperci cu smântână și unt	169
Papricaș de ciuperci	169
Papricaș de ciuperci cu smântână (din ciuperci uscate sau sărate)	170
Ciuperci scăzute	170
Ciuperci fierte (<i>Entoloma clypeatum</i>)	170
Ciuperci pane I	171
Ciuperci pane II (din <i>Hygrophous russula</i>)	171
Ciuperci în aluat de clătite	171
Ciuperci pane IV	171
Ciuperci pane V	172
Garnituri	172
Pilaf de orez și ciuperci	172
Garnitura de ciuperci	172
 <i>SOSURI</i>	 173
Sos de ciuperci I	173
Sos de ciuperci II	173
Sos de ciuperci III	173
Sos de ciuperci cu usturoi IV	174
Ciulama de ghebe	174
 <i>SALATE</i>	 175
Salată de ciuperci I (din rășcovi – <i>Lactarius deterrimus</i>)	175
Salată de ciuperci cu usturoi II	175
Salată de ghebe cu usturoi III	175

Salată de ghebe cu legume IV	175
Salată de ciuperci V	176
Salată de ciuperci VI	176
Salată de ciuperci cu cartofi VII	176
Ciuperci prăjite	176
 <i>CIUPERCI CU OUA</i>	 177
Sufleu de ciuperci I	177
Sufleu de ciuperci II	177
Omletă cu ciuperci III	178
Omletă cu ciuperci IV	178
Papară cu praf de ciuperci V	178
 <i>CIUPERCI CONSERVATE</i>	 179
Flocoșei cu ceapă	179
Râscovi în sare (Lactarius deterrimus)	179
Murături de pitașca (Suillus granulatus)	180
Ciuperci cu smântână și unt	169
Papricaș de ciuperci	169
Papricaș de ciuperci cu smântână (din ciuperci uscate sau sărate)	170
Ciuperci scăzute	170
Ciuperci fierte (Entoloma clypeatum)	170
Ciuperci pane I	171
Ciuperci pane II (din Hygrophous russula)	171
Ciuperci în aluat de clătite	171
Ciuperci pane IV	171
Ciuperci pane V	172
Garnituri	172
Pilaf de orez și ciuperci	172
Garnitura de ciuperci	17

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 plopiilor; 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 cărnoasă; 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 procedurii, 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 din jurul copacilor de pe trotuare; dispariția acestui fenomen în zilele noastre nu poate fi explicată decât prin faptul că accesul vehiculelor cu tracțiune animală fiind interzis în orașe, pe străzi nu se mai împrăștie îngrășămintele necesare pentru dezvoltarea ciupercilor.

4. AGARICUS CAMPESTRIS

(Ciuperca de câmp, ciuperca de bălegar)

Fig. 4

Această ciupercă este, de bună seamă, una dintre cele mai cunoscute de popor.

Aspect general: are dimensiuni mari sau mijlocii, apare izolat sau în grupuri mici, nu arareori în grupuri numeroase.

Pălăria: la început închisă, globuloasă, mai târziu are o formă de semicerc și, în final, devine întinsă. Are o cuticulă groasă, mătăsoasă, albă, alb-gălbuie sau alb-murdar; se înlătură ușor, de obicei este netedă, dar uneori are solzi, ori scame, ori crăpături. La apăsare locul se

îngălbenește puțin, iar spre margini devine roșiatic, ori maroniu. Diametrul specific 5-10 cm.

Lamelele: la început sunt acoperite cu guleraș, sunt rozalii, iar mai apoi roz-închis, maro-roșcat, în cele din urmă maro-închis sau negre. Sunt stâns apropiate și urcătoare.

Piciorul: relativ scurt, plin, în general mai scurt decât lungimea pălăriei și, adesea, se subțiază în partea inferioară. Este de culoare albă, ori de aceeași culoare cu pălăria. Are gulerașul moale, răsfrânt în jos, membranos, mic, alb și fragil. Înălțimea caracteristică 3-7 cm, grosimea 1-3 cm.

Carnea: groasă, țeapănă, abundentă, de culoare albă, se colorează în roșietic, iar la capătul piciorului poate primi o culoare ruginie. Are un miros caracteristic – aromat, după care se poate recunoaște imediat.

Crește: în primul rând pe pășuni, în locuri însorite, cu iarbă, în grădini, pe marginea drumurilor, uneori din martie până în decembrie.

SE POATE CONFUNDA foarte ușor cu ciuperca înrudită *Agaricus bitorquis*, ambele comestibile, dar și cu unele ciuperci otrăvitoare: **ATENȚIE!** – cu buretele viperei (*Amanita phalloides*) care, în schimb, apare numai în păduri, are volvă și lamele albe; cu *Inocybe patouillardii*, care însă are o formă caracteristică, lamelele gălbui și la presare se înroșesc, precum ciuperca *Agaricus xanthodermus*, care la presare se îngălbenește și are un miros neplăcut de chimicale.

Trei semne caracteristici:

t lamelele de un roz plăcut, ori maro;

t nu are volvă și are picior relativ scurt;
t miros caracteristic foarte plăcut.

Mod de preparare: este potrivită pentru orice fel de mâncare cu ciuperci, totuși parcă mai gustoasă este friptă pur și simplu. Are dezavantajul că nu se conservă bine, și chiar dacă sunt unele modalități de conservare, își pierde mult din calitățile de gust și miros. Se pot conserva prin uscare, dar se usucă destul de greu și trebuie să se depoziteze cu mare băgare de seamă pentru a absorbe ușor umezeala din atmosferă.

5. MELANOLEUCA COGNATA

Fig. 5

În general, cărțile despre ciuperci nu se ocupă de acest soi, fiindcă se întâlnește mai rar. Considerăm că merită, totuși, să o tratăm în rândurile acestora pentru că „poate umple golul” în acele perioade ale primăverii când alte specii încă nu au apărut și astfel, ne bucurăm și în cazul că dăm arareori de ea. Dar, când apare, apare în grupuri mari, răspândite pe suprafață întinsă.

Aspect general: ciupercă de dimensiune mijlocie.

Pălăria: are culoarea cafelei cu lapte, gălbuie, uneori gri-bej. Ciuperca tânără are pălăria închisă, mai târziu este întinsă, dar mijlocul pălăriei poate fi convex sau concav. Diametrul caracteristic 5-10 cm.

Lamelele: de obicei au aceeași culoare cu pălăria, eventual cu o nuanță mai deschisă, sunt destul de înalte, arcuite, aderă la picior.

Piciorul: are aproximativ culoarea pălăriei sau puțin mai închis. Este rezistent, suplu, fibros, striat: la bază este puțin bulbos și păslos; de multe ori este răsucit. Înălțimea caracteristică 7-12 cm, grosimea 1-1,2 cm.

Carnea: moale, uneori apoasă, în pălărie poate avea culoarea roșie, în picior – cenușie. Are miros de făină mucețită, gust plăcut, adeseori este viermănoasă.

Crește: din aprilie până în iunie, în păduri de conifere ori de foioase, dar aproape exclusiv la liziera lor, pe pajiștile dimprejurul pădurilor, foarte rar izolat, de cele mai multe ori în grupuri, formând și „hore de vrăjitoare”.

NU SE POATE CONFUNDA cu ciuperci otrăvitoare, cel mai bine seamănă cu *Clitocybe geotropa*, care sete de asemenea comestibilă și cu care apare cam în aceleași locuri; aceasta din urmă are lamele decurente și apare mai ales toamna.

Trei semne caracteristice:

t culoarea cafelei cu lapte;

t piciorul suplu cu striuri longitudinale, fibroase, uneori răsucite;

t carne moale, apoasă.

Mod de preparare: din cauza cărnii moi, trebuie preparată imediat. Se poate folosi imediat, se poate folosi separat sau în amestec cu alte ciuperci cu ou; nu se poate usca.

SBÂRCIOGII SAU CIUCIULEȚII

Sbârciogii fac parte din cele mai prețuite ciuperci de la noi prin multiplele calități pe care le prezintă; apar

repede, se recunosc ușor și au gust foarte plăcut, se uscă excelent, își păstrează gustul și după uscare și, desigur, nici una din specii nu este otrăvitoare. Documente care datează din 1820 dovedesc că aceste ciuperci au fost demult cunoscute și apreciate prin părțile noastre. Dar dintre sbârciogi, *Morchella crassipes* (ciuciuletele gras) prezintă o importanță aparte. Această specie se pare că se răspândește din Europa de vest spre Europa de est pentru că, în cărțile de bucate nemțești este prezentă de mai multe decenii, pe când la noi în țară prima oară a fost semnalat în 1959 de Gheorghe Silaghi și Onoriu Rațiu în munții Bihariei. De atunci a mai apărut și în alte locuri, de exemplu în împrejurimile Clujului. S-au făcut experiențe pe cultivarea acestor ciuperci încă de la sfârșitul secolului trecut. După părerea unor autori, s-ar putea cultiva și în grădină. Când identificăm ciuciuleții, este recomandabil să-i secționăm spre a-i deosebi de *Gyromitra esculenta* – sbârciogul gras – interiorul căruia este împărțit în mai multe cavități inegale. Toate aceste ciuperci sunt comestibile și gustoase. În cele ce urmează vom descrie 4 specii aparținând la trei tipuri de bază.

6. VERPA BOHEMICA (ciuciuletele de plop)

Fig. 6

Este o ciupercă mică, apare pe sol, de obicei câte una, uneori în cantități foarte mari.

Pălăria: verde-gălbui, verde-cenușiu, maro-gălbui, galbenă. Centrul pălăriei se unește cu vârful piciorului în așa fel încât pălăria cade peste piciorul liber, în formă de

clopot. În raport cu celelalte ciuperci înrudite cu ea, această ciupercă este mică, pălăria prezintă pliuri și șanțuri longitudinale. Înălțimea caracteristică 2-4 cm, lățime 2-3 cm.

Piciorul: alb-gălbui, uneori prea lung în comparație cu pălăria, suplu, cu suprafața aspră, relativ moale la atingere; fragil. La început este căptușit cu un țesut vătós, iar mai târziu este gol. Înălțimea caracteristică 5-12 cm, grosimea 1,2-2 cm.

Carnea: moale, fragilă, zemoasă, cu miros de făină ori de aluat proaspăt.

Crește: mai ales lângă pâlcul de plop, pe solul acoperit de frunze moarte, în lunile aprilie sau mai.

SE POATE CONFUNDA numai cu ciupercile cu care este înrudită și nu are gust neplăcut.

Trei semne caracteristice:

t pălăria verde-gălbui, cu șanțuri longitudinale;

t structura tubulară a piciorului, căptușit la început cu un țesut;

t pălăria în formă de clopot, stă liberă deasupra piciorului.

Mod de preparare: Este foarte gustoasă pentru orice fel de mâncare. Exemplarele sortate cu atenție se pot usca foarte bine înșirate pe ață. Își păstrează calitățile și după uscare. Proaspătă – o recomandăm pentru tocăniță, dar este foarte bună și pane. Din ciupercile uscate se poate face, printre altele, musaca de ciuperci.

7. MORCHELLA HYBRIDA