

# ***I FUNGHI DALLA RACCOLTA ALLA TAVOLA***



*MAURO FARAONI 2016*

# a) *Conservazione per essiccamento*

- Genere *Boletus* (porcini)
- *Lanmaoa fragrans*
- *Hemileccinum impolitum*, *H. depilatum* (ex Sez. *Fragrantes*)
- *Butyriboletus appendiculatus*, *B. subappendiculatus*, *B. regius*, *B. pseudoregius*, *B. fechteneri* (ex Sez. *Appendiculati*)
- *Imleria badia*
- *Craterellus lutescens* (la finferla)
- *Craterellus cornucopioides* (trombette da morto)
- *Marasmius oreades* (le gambesecche)
- *Russula mustelina*
- *Agaricus campestris*, *A. litoralis*, *A. bitorquis* (turini, prataioli) (non Sezione *Arvenses*)
- *Sarcodon imbricatus* seccato e polverizzato
- *Macrolepiota procera* solo i gambi, ridotti in polvere

## ***c) e d) Specie più idonee per la conservazione sott'olio o sotto aceto: specie giovani a carne soda***

- Genere *Boletus* (i 4 porcini)
- *Hygrophorus penarius*, *Hygrophorus russula*
- *Albatrellus ovinus*, *Albatrellus confluens*
- *Scutigera pes-caprae*
- *Pleurotus eryngii*
- *Hydnum repandum* (a contatto con l'aceto diventa ceruleo)
- *Lepista nuda*
- *Catathelasma imperiale*
- *Tricholoma portentosum*
- *Suillus granulatus*, *Suillus luteus* (previa asportazione della cuticola viscida)
- *Cyclocybe aegerita*
- *Agaricus bitorquis*, *Agaricus litoralis*
- *Calocybe gambosa*

# FUNGHI AI PEPERONI

- Ingredienti: 1 kg di funghi pineroli (*Suillus granulatus*), ½ kg di peperoni carnosì rossi e gialli, 4 spicchi di aglio schiacciati, 1 bicchiere di olio di oliva, 4 bicchieri di acqua, 4 bicchieri di aceto bianco, 1 manciata di prezzemolo tritato, sale e pepe
- Pulire i funghi, togliere la cuticola e tagliarli a pezzetti
- Mettere in una pentola l'acqua, l'aceto e una manciata di sale, portare ad ebollizione e cuocerli i funghi per 5 minuti
- Scolare i funghi e stenderli su un panno ad asciugare
- In un tegame rosolare nell'olio gli spicchi d'aglio, toglierli e mettere i peperoni tritati grossolanamente, rosolarli per pochi minuti, salare, pepare, coprire il tegame e cuocere a fuoco basso per 15 minuti
- Aggiungere i funghi e il prezzemolo e insaporire per 5 minuti
- Servire tiepidi o freddi
- Per la conservazione aggiungere, a fuoco ancora acceso, 2 bicchieri di olio e 1 di aceto
- Mettere i funghi caldi in vasi di vetro a chiusura ermetica

# *Funghi idonei per insalate e carpaccio da mangiare crudi: giovani, freschi, sodi*

- *Russula vesca, R.cyanoxantha, R.mustelina, R.virescens, R.aurea, R.heterophylla, R.integra*
- *Boletus edulis, Boletus aereus, Boletus reticulatus*
- *Amanita caesarea*
- *Agaricus campestris, A.bitorquis, A.litoralis*  
meno idonei gli Agarici con odore di anice o di mandorle amare
- *Macrolepiota procéra*
- *Fistulina hepatica*
- *Calocybe gambosa* (affettato a mo' di tartufo)

# *INSALATA DI FUNGHI*

- Dosi per 4 persone:
- 400 g di amanita caesarea, 5 cucchiaini di olio extravergine di oliva, succo di un limone, parmigiano reggiano a scaglie, pepe bianco, sale.
- Pulire accuratamente i funghi eliminando la membrana bianca (velo generale) strofinandoli delicatamente con un panno inumidito, poi asciugarli con carta da cucina
- affettarli a fettine molto sottili e porli in una terrina ( se si dispone di più tempo le fettine possono essere più spesse).
- Condire con una **emulsione** di olio extravergine d'oliva, succo di limone (poco), sale, pepe bianco macinato al momento.
- Aggiungere infine piccole scaglie di parmigiano reggiano e mettere in frigo per circa trenta minuti prima di servirli.
- Si possono aggiungere a piacere prezzemolo tritato o sedano a fettine sottili o rucola o un po' di gherigli di noce tritati
- Vino bianco secco e leggero oppure spumante brut

# *Specie idonee per cottura in graticola, alla piastra o al forno*

- *Macrolepiota procera*, *M.excoriata*, *M.mastoidea* ( tutte le macrolepiote di **grandi dimensioni con diam.cappello >10 cm, +almeno 1 dei due seguenti caratteri: gambo decorato, carne non arrossante**
- Genere *Boletus*, Genere *Butyriboletus*, Genere *Hemileccinum*
- *Pleurotus eryngii*, *Pleurotus ostreatus*
- *Agaricus* di grandi dimensioni e dall'odore di anice: *A.arvensis*, *A.sylvicola*, *A.crocodilinus*, *A.augustus* ecc... + *A.benesii*
- *Russula vesca*, *R.cyanoxantha*, *R.mustelina*, *R.virescens*, *R.aurea*
- *Lactarius* a lattice rosso o color carota (sez.*Dapetes*:*L.deliciosus*, *L.sanguifluus*, *L.vinosus*, *L.salmonicolor*, *L.semisanguifluus*.)
-

# *FUNGHI IN GRATICOLA*

- Dosi per 4 persone: 8 funghi di cui sopra, olio extravergine di oliva, sale e pepe.
- Dopo aver pulito bene i funghi ed averli privati del gambo, disponeteli sulla graticola, che dovrà essere appoggiata su braci di legna, per ottenere il massimo risultato in sapore.
- Salate e pepate, mantenendoli sul fuoco finché non saranno cotti, facendo attenzione però a non bruciarli
- trasferiteli su un piatto e conditeli con olio extravergine di oliva (facoltativo il prezzemolo da aggiungere a cottura ultimata)
- Vino rosso leggero



# ***FUNGHI PORCINI AL FORNO***

## ***o le altre specie di cui sopra***

- INGREDIENTI: funghi porcini abbastanza grandi, prezzemolo tritato, olio, sale e pepe
- Pulire i funghi con delicatezza e tagliarli verticalmente a fette spesse circa 1/2 cm
- Adagiare le fette in una pirofila unta d'olio, salare, pepare e cospargere con poco prezzemolo tritato e bagnare con un filo di olio d'oliva
- Cuocere in forno caldo (preriscaldato) per pochi minuti in modo che appassiscano solamente senza asciugarsi troppo
- Vino rosso leggero

# *VARIANTE: Teste di porcini al forno*

- Ingredienti: funghi porcini (o altri come i lattari), prezzemolo e aglio tritati, poco pane grattato, sale, pepe e olio di oliva.
- Pulire i funghi con delicatezza e staccare i gambi
- Tritare i gambi e condirli con olio, sale, pepe e pangrattato
- Ungere di olio una teglia, adagiarvi i cappelli rovesciati, salare e aggiungere il trito con i gambi (nell'incavo delle teste dei funghi)
- Cuocere in forno caldo (preriscaldato) per circa 15 minuti
- Vino rosso leggero

# *Funghi più idonei con pomodoro per sughi o ragù*

- I boleti del *Genere Boletus* meglio secchi che freschi
- I boleti del *Genere Butyriboletus* meglio secchi
- I boleti del *Genere Hemileccinum* meglio secchi
- *Lanmaoa fragrans* meglio secco
- *Marasmius oreades* (gambesecche) sia secchi che freschi
- *Imleria badia* secchi
- *Cyclocybe aegerita* freschi
- *Agaricus* (tutti) sia freschi che secchi
- *Infundibulicybe geotropa* freschi
- *Hydnum repandum* freschi
- *Calocybe gambosa* freschi

# *SUGO colle GAMBESECCHIE*

- INGREDIENTI:gambe secche, polpa di pomodoro, aglio, olio, sale, pepe
- Rosolare l'aglio in poco olio in un tegame
- Togliere l'aglio, mettere i funghi, lasciare asciugare e insaporire
- Aggiungere sale, pepe e la polpa di pomodoro
- Cuocere per 15 minuti circa
- Questo sugo è adatto per condire tagliatelle, fettucine, maccheroni alla chitarra
- Le gambesecche possono essere sostituite a piacere con altri funghi



# *SUGO COI PIOPPARELLI*

- INGREDIENTI: piopparelli , un po' di battuto (in mancanza una fetta di sopressato o una di lonza tritate), polpa di pomodoro, aglio, olio, sale, pepe
- Far sciogliere un po' di battuto in una padella con l'olio+ l'aglio tritato
- Far rosolare appena il tutto
- Aggiungere i piopparelli già mondati (senza gambo) e tagliati a pezzi (piccoli)
- Cuocere a fuoco vivo fino a far asciugare la loro acqua e solo allora...
- Salare e pepare e far continuare la cottura fino a che non diventano **croccanti** e solo allora...
- Aggiungere la polpa di pomodoro e far continuare la cottura a fuoco vivo (non scuociono mai!!), aggiustare di sale e pepe (a fine cottura)
- A giusta consistenza spegnere il tutto e condire la pasta che si è cotta nel frattempo (tagliatelle, fettuccine, chitarrine) ma **niente formaggio, niente peperoncino!!**



# POLENTA CON CARPANELLE

- **Ingredienti x 4 persone:** carpanelle(*Hydnum repandum*)mondate e tagliate a pezzi, 4 salsicce fresche, sale, pepe, aglio, polpa di pomodoro, parmigiano grattugiato, farina di mais(6 etti circa), 2 litri di acqua
- In una padella far imbiondire 2 spicchi di aglio in un po' di olio aggiungendo rapidamente 2 salsicce private della pellicola e sbriciolate e 2 intere
- Aggiungere le carpanelle, salare, pepare, far insaporire a fuoco alto per circa 10 minuti
- Quindi aggiungere la polpa di pomodoro, regolando il bollore, mescolando spesso per non far aderire al fondo, e far asciugare l'eccesso di acqua fino a raggiungere una giusta consistenza
- In una casseruola a bordo alto mettere l'acqua, salarla, e quando si alzerà il bollore farvi cadere a pioggia la farina di mais mescolandola velocemente col mestolo di legno per non far formare i grumi e far cuocere, continuando sempre a rimestarla, per 45-60 minuti.
- A cottura( e consistenza) ultimata rovesciare sulla spianatora ( in assenza di quest'ultima vanno bene anche i piatti di legno con la scanalatura a bordo per raccogliere il sugo)e spianare col mestolo
- Versare sopra il sugo preparato e una manciata di parmigiano
- Vino rosso anche corposo (a fine pasto!!)



# ***TAGLIATELLE CON I PORCINI SECCHI***

- **INGREDIENTI** (per 4 persone), 400 g di tagliatelle fresche, 50 g di funghi porcini secchi (1 manciata per ogni persona), salsa di pomodoro, 3 cucchiaini di vino bianco, 1 cipollina, olio, sale, pepe nero.
- Fate rinvenire i funghi in acqua tiepida (per alcuni minuti 15 o 20); scolateli (senza buttare l'acqua) e asciugateli
- Tritateli finemente insieme alla cipolla e fateli rosolare nell'olio precedentemente scaldato.
- Quando il trito è dorato, aggiungete un mestolo d'acqua (quella del rinvenimento), un pizzico di sale, pepe e il vino.
- Fatelo evaporare e unite la salsa di pomodoro. Cuocete a fuoco moderato.
- Nel frattempo lessate la pasta (tagliatelle o fettuccine) scolatela al dente e conditela con la salsa

# *Funghi più idonei "in bianco":*

*per salse, zuppe, creme o sughi bianchi per pasta o riso o carni, per frittate, per crostini o trifolati*

- *Boletus edulis, B.reticulatus. B.aereus*
- *Genere Butyriboletus, Genere Hemileccinum*
- *Calocybe gambosa*
- *Cyclocybe aegerita*
- *Genere Agaricus*
- *Infudibulicybe geotropa*
- *Russula vesca, R.cyanoxantha, R.virescens, R.heterophylla, R.mustelina, R.aurea* e altre
- *Marasmius oreades*
- *Cantharellus cibarius* e suo gruppo
- *Craterellus lutescens, Craterellus cornucopioides*
- *Morchella esculenta, Morchella elata*
- *Hygrophorus marzuolus, H.penarius*
- *Cuphophyllus pratensis*
- *Hygrocybe punicea*
- *Scutiger pes-caprae*
- *Tricholoma portentosum, T.terreum, T.atrosquamosum, T.orirubens* (morette) *T.columbetta*
- *Tricholosporum goniospermum*
- *Genere Lactarius* a latice rosso
- *Clitopilus prunulus*



# *FUNGHI TRIFOLATI*

- Tagliate i funghi a fette o a pezzi. Tritate uno spicchio d'aglio e mettetelo in padella con poco olio
- Appena l'aglio profuma, (2 minuti) aggiungete subito i funghi, far asciugare l'acqua che emettono, poi salate e pepate, mescolate piano a fuoco medio.(l'aglio andrebbe tolto io lo mantengo)
- Abbassate il fuoco e lasciate cuocere per circa 20 minuti. Insaporite con prezzemolo (alla fine cottura, deve rimanere verde)
- Questo è un contorno ma è adatto anche per condire la pastasciutta oppure da aggiungere al risotto 5 minuti prima di toglierlo dal fuoco.

# *Sanguinelli in padella*

- prendere dei lattari di piccole e medie dimensioni
- Pulirli (i lattari si possono lavare sotto acqua corrente perché assorbono poco)
- Togliere i gambi, che tritati, vanno messi in padella (antiaderente) insieme alle teste intere
- Adagiare in padella i funghi e cuocere senza coperchio a fuoco vivo
- Appena si sarà asciugato il lattice e cominciano a rosolare, aggiungere olio, sale e pepe (a piacere un po' di aglio tritato e prezzemolo) e continuare la cottura per ulteriori 2-3 minuti
- Servire caldi



# ***TAGLIATELLE AI PORCINI FRESCHI***

- **INGREDIENTI:** porcini freschi, sodi, mondati ma non bagnati, tagliati o a **fette** di circa 3 mm o a **pezzettoni**, sale, pepe, prezzemolo, aglio (1 spicchio), olio d'oliva, tagliatelle o fettuccine o pappardelle.
- In una padella grande far soffriggere l'aglio in un po' di olio poi toglierlo appena comincia a rosolare
- aggiungere i porcini, salare con moderazione, e far cuocere per pochi minuti(2-3!) a fuoco vivo (i tempi per i funghi a pezzettoni sono leggermente più lunghi ma importante è che rimangano al dente prima cioè che con la cottura emettano l'acqua intrinseca perché altrimenti diventano molli!)
- Versare poi nella padella dei porcini le tagliatelle cotte (al dente) con un ulteriore filo d'olio di oliva, far saltare a fuoco vivo, mescolare, aggiungendo il prezzemolo e il pepe (macinato al momento)
- Servire ben caldo (anche i piatti dovrebbero essere scaldati)
- **NIENTE FORMAGGIO!!!**

# ***TAGLIATELLE AI PORCINI CON PANNA E NOCI***

- INGREDIENTI x 4 persone: 250 gr. di tagliatelle, 500/600 gr. di porcini freschi (oppure 100 gr. di porcini secchi tenuti a bagno per circa 1 ora), 8 noci, panna, latte, cipolla, olio di oliva, sale, prezzemolo
- Pulire i funghi e tagliarli a fettine non troppo piccole,
- Soffriggere la cipolla (2-3 fettine) in un po' di olio
- Aggiungere i funghi, salare e far cuocere per circa 20'
- Unire le noci tritate, un po' di latte e la panna fino a raggiungere la giusta consistenza
- Nel frattempo cuocere le tagliatelle e condirle col sugo preparato
- Servire caldo ( a piacere con una manciata di prezzemolo)
- Vino bianco secco o rosato

# ***OVOLI IN FRICASSEA***

*oppure russule o galletti*

- INGREDIENTI:ovoli, 1 cipolla piccola, 1 tuorlo d'uovo a persona, succo di limone, sale, pepe (bianco) e olio di oliva, fette di pane tostate
- In una padella antiaderente fare appassire, in poco olio di oliva, la cipolla tagliata a fettine sottili
- Aggiungere gli ovoli tagliati a fettine e farli insaporire pochi minuti (15) con un pizzico di sale (cuocere a fuoco moderato)
- A cottura ultimata aggiungere le uova, precedentemente sbattute con un pizzico di sale e il succo di limone
- Lasciare rapprendere e servire caldo con una macinata di pepe e crostini di pane
- Vino bianco secco leggero

# ***TAGLIOLINI COL LARDAIO (Hygrophorus penarius)\****

- INGREDIENTI X 2: 200 gr di lardaioli bianchi, 200 gr di tagliolini all'uovo, ½ bicchiere di latte, ½ bicchiere di panna da cucina, 20 gr di burro, noce moscata sale e pepe bianco
- Tagliare a fettine i funghi e cuocerli a fuoco lento nel burro x 10-15 minuti bagnando ogni tanto con il latte
- a cottura quasi ultimata aggiungere la noce moscata, un po' di sale, il pepe e la panna
- Cuocere ancora per qualche minuto fino a raggiungere una consistenza semidensa (se fosse troppo densa aggiungere il latte)
- Versare il tutto sui tagliolini cotti, scolati e disposti in un piatto caldo



vino bianco  
leggermente  
abboccato

\*da "*I FUNGHI NEL PIATTO*"  
del Prof. Roberto Galli



# ***RISOTTO AI FUNGHI PORCINI (SECCHI)***

- **INGREDIENTI:** riso, funghi porcini secchi tenuti a bagno in acqua fredda per ½ ora, cipolla, 1 bicchiere di vino rosso, olio, sale, 1 noce di burro, brodo (preparato con l'acqua di rinvenimento dei funghi opportunamente filtrata con aggiunta di altra acqua secondo il bisogno, estratto di carne, sale, il tutto portato ad ebollizione)
- In un tegame rosolare la cipolla tagliata a fettine sottili in poco olio di oliva
- Aggiungere i funghi e farli rosolare
- Aggiungere il riso, lasciarlo tostare un paio di minuti poi bagnare col vino rosso
- Far evaporare il vino poi allungare con il brodo, poco alla volta fino a raggiungere la cottura
- Mantecare con il burro e servire con del parmigiano grattugiato

# *CREMA DI PORCINI (secchi)*

- INGREDIENTI per 2 persone: 20g di porcini secchi, ½ bicchiere di latte, ½ bicchiere di panna da cucina, un pizzico di noce moscata grattugiata, 30g di burro, sale e pepe
- Sminuzzare finemente i funghi o ridurli in polvere con un macinino elettrico
- Cuocerli nel burro per 15 minuti (a fuoco lento) bagnando con il latte e mescolando continuamente
- Alla fine unire la noce moscata, il sale e il pepe q.b.e da ultimo la panna gradualmente fino ad ottenere una crema semidensa ed omogenea
- Vino bianco secco o spumante secco
- Crema idonea per riempire “vol au vent”, o su crostini di pane tostato, o su filetto di manzo rosolato a fuoco vivo



# ***GNOCCHETTI CON CREMA DI PORCINI (secchi) e CHAMPIGNON***

- mettere a bagno a rinvenire (1 ora) una manciata di porcini secchi per ogni persona sbriciolati (da secchi) nella mano
- Nel frattempo tritare un po' di champignon (servono per ammorbidire il sapore forte dei porcini)
- In una padella mettere a rosolare uno spicchio di aglio con un po' di olio (sarebbe meglio del burro), aggiungervi gli champignon a pezzetti, poi in successione i porcini rinvenuti e sgocciolati (conservare l'acqua di rinvenimento), salare e pepare e cuocere a fuoco vivo
- Appena asciuga aggiungere un mestolo dell'acqua di rinvenimento, mescolando continuamente, e così ripetendo (aggiustare di sale!) fino a fine cottura degli champignon (1/2 ora, 40 minuti) finchè non otteniamo una crema bruna
- Nel frattempo abbiamo cotto gli gnocchi che versiamo nella padella, girandoli ancora per 1 minuto a fuoco vivo (a piacere prezzemolo tritato)
- 
- Vino bianco secco o spumante secco



# *Maccheroncini con le trombette*

- Ingredienti e dosi x 2 persone: 200 gr.di trombette fresche o l'equivalente secco 20 gr, 150 gr.di maccheroncini (oppure tagliatelle), ½ bicchiere di latte, ½ bicchiere di panna da cucina, 2 noci di burro, sale e pepe.
- Pulire bene i funghi freschi e tritarli (se secchi sminuzzarli finemente)
- Cuocere i funghi per 10 minuti nel burro e nel latte
- Quando il latte è evaporato aggiungere il sale, il pepe, la panna e cuocere fino al raggiungimento di una consistenza cremosa semidensa
- Nel frattempo cuocere (molto al dente) i maccheroncini, scolarli bene e versarli nella pentola coi funghi aggiungendo ancora un po' di latte e 1 noce di burro
- Mescolare il tutto a fuoco lento per circa 2 minuti e servire molto caldo
- Si può aggiungere del parmigiano grattugiato
- Vino bianco secco

# *Funghi più idonei per frittura*

- *Macrolepiota procera, M.excoriata, M.mastoidea*
- Genere *Boletus*
- Genere *Butyriboletus*
- Genere *Hemileccinum*
- *Agaricus* dall'odore di anice o mandorle amare
- *Amanita caesarea*
- *Cantharellus cibarius*

# *FUNGHI FRITTI*

- Funghi interi o a fette a seconda delle dimensioni
- Bagnarli nell'uovo sbattuto con un pizzico di sale
- Passarli nel pangrattato
- Friggere in olio caldo
- Asciugare su carta assorbente l'olio in eccesso
- Servire caldi

## Variante:

- Bagnare i funghi in modo rapido nel latte
- Passarli nella farina
- Friggere in olio ben caldo
- Asciugare su carta assorbente
- Salare e servire caldi.

## Variante:

- Infarinarli ad uno ad uno
  - Friggerli in olio caldo fino a quando non diventano dorati
  - Asciugare su carta assorbente
  - Salare e servire caldi
- 
- Vino rosso leggero o rosato



# ***CUCINARE I FUNGHI REGOLA FONDAMENTALE***

- **NON COPRIRE IL SAPORE  
(L'ODORE!!) DEI FUNGHI CON  
TROPPI INGREDIENTI O  
INGREDIENTI TROPPO FORTI MA**

....

- **ESALTARLO!!**