



Promemoria

derrate alimentari e nutrizione

Raccogliere funghi

Raccogliere funghi - farli controllare - cucinarli: godetevi questo piacere senza pentirvi!

Raccogliere funghi è divertente e gustarli significa anche completare con un piatto prelibato la varietà di cibi di cui ci nutriamo. Ma attenti: non tutti i funghi sono commestibili. In Svizzera si registrano spesso casi di avvelenamento dovuti al consumo di funghi non controllati raccolti da persone poco esperte.

Fare assolutamente controllare i funghi

Quindi un buon consiglio: non esitate a far controllare i funghi da voi raccolti! Per chi si attiene alle seguenti regole, il piacere di cercare e di gustare funghi non potrà che raddoppiare:

- Raccogliere solo i funghi che si conoscono.
- Trasportarli in ceste aperte, dopo averli posati in modo che tra essi possa circolare l'aria. I sacchetti di plastica o altri contenitori impermeabili all'aria non sono indicati per il trasporto dei funghi.
- È imperativo far verificare tutti i funghi da un servizio di controllo prima di cucinarli. Al vostro Comune potrete informarvi sul posto di controllo più vicino. Le persone che operano nei servizi di controllo sono esperti qualificati. Non fidatevi del parere di conoscenti, sicuramente dati in buona fede, o di metodi di verifica dubbi (colorazione del cucchiaino d'argento durante la cottura, ecc.).
- Non consumare funghi crudi. I funghi non si addicono alla preparazione di insalate o alla degustazione in pinzimonio.
- I funghi freschi non possono essere conservati a lungo: devono essere cucinati e consumati subito. I piatti a base di funghi già cucinati e conservati in frigo per breve tempo possono essere riscaldati senza problema. È importante cuocere nuovamente ad alta temperatura i funghi prima del consumo.

I disturbi avvertiti dopo il consumo di piatti a base di funghi possono essere provocati anche da altri fattori oltre all'intossicazione da funghi: allergie, intolleranze, intossicazioni alimentari di origine batterica, ecc. In caso di malessere dopo il consumo di funghi o di sospetta intossicazione è consigliabile contattare un medico. Il Centro svizzero di informazione tossicologica (tel. 145) potrà darvi le informazioni necessarie.

Quando le condizioni meteorologiche sono ideali, i funghi crescono a vista d'occhio. L'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria (USAV) invita tutti i cercatori di funghi appassionati a prestare la dovuta attenzione e augura loro un'ottima raccolta e ...buon appetito!

Per maggiori informazioni

- USAV, tel: +41 (0)58 463 3033, e-mail: info@blv.admin.ch

- STIZ, Centro Svizzero d'Informazione Tossicologica toxinfo.ch
- VAPKO Associazione Svizzera degli organi ufficiali di controllo dei funghi www.vapko.ch
- SSN, Società Svizzera di Nutrizione www.sge-ssn.ch