

ZONA DE RECOLECTA



Fuente: App "Cotos de Setas"



Ayuntamiento de Pancorbo

Plaza Mayor 1, 09280

Teléfono: 947354083 / 675638650



Turismo Micológico



Principales setas
comestibles

PANCORBO

ANTES DE RECOLECTAR...

♦ **Ir bien equipado** con ropa de abrigo y calzado cómodo e impermeable además de la imprescindible navaja para cortar las setas.

♦ **Zona de recolecta:** no es recomendable recolectar ni consumir setas que estén en jardines públicos, cerca de centrales nucleares o térmicas, carreteras, próximas a minas, fundiciones, incineradoras, aeropuertos, etc.

♦ **Cortar, no arrancar:** corta la seta por el pie con la navaja para no dañarla. Intenta limpiar la seta en el lugar de recogida para que se propaguen las esporas. No utilices nunca un rastrillo para recolectar especies por muy escondidas que estén.



GALAMPERNA



Macrolepiota procera

Descripción:

Sombrero blanco crema al principio esférico que evoluciona a forma convexa plana y tiene mamelón central (hasta 30-32 cm). La cutícula se separa con facilidad y presenta escamas radiales marrón oscuro (son más numerosas en el centro). Láminas de color blanco crema anchas, apretadas y blandas que oscurecen en la madurez. Pie hueco muy largo (12-40 cm), esbelto y muy fibroso que acaba en un bulbo semienterrado. Anillo doble y móvil de color blanco arriba y crema marrón abajo. Carne escasa y algo elástica.

Hábitat: zonas donde existe paso de luz (claros del bosque, borde de caminos, pastos), etc.

Época: Septiembre – Noviembre.

¡Atención! No confundir con la setas tóxicas *Macrolepiota venenata*, *Lepiota pseudoheleola* o *Lepiota brunneoincarnata*. Para evitarlo, nunca recolectar lepiotas con un sombrero menor a 10 cm de diámetro.



L. brunneoincarnata

Carlos Galán Boluda



L. pseudoheleola

www.errodrari.com



Macrolepiota venenata

JMM

PIE AZUL

Descripción:

Sombrero color azul violeta o marrón violeta (4-14 cm) que evoluciona de convexo a plano. Láminas muy finas y apretadas, escotadas y un poco decurrentes en ejemplares desarrollados. Pie cilíndrico de tono azulado con base bulbosa. Carne tierna y frágil con aroma afrutado y de color blanquecino.

Hábitat: bordes de caminos poco transitados, pistas y bosques de coníferas.

Época: Octubre – Enero.

¡Atención! se puede llegar a confundir con otros ejemplares por color y/o forma. No obstante, no son tóxicos. Algunos ejemplos:



Cyclotheba nuda



Lepista personata

Angelo Mombert



Lepista sordida

JMM



Cortinarius caeruleus

Jean-Louis Cheyze

♦ **Cesta de mimbre:** no utilices bolsas de plástico. Es mejor colocar las setas boca abajo para que se vayan aireando y a su vez, las esporas caigan al suelo, asegurando así su continuidad en el futuro.



♦ **Recogida sostenible:** ten como referencia 5 kilos por persona y día. Recoge únicamente las setas que conozcas con anterioridad y de las estés 100% seguro de su consumo. En caso de tener alguna duda, no te arriesgues ni destruyas las setas que no conozcas ya que en el bosque todas las setas cumplen su función.

♦ **Conservación:** lo ideal es comer la seta cuanto antes, porque cuanto más frescas están, más sabrosas son. A la hora de guardarlas, puedes hacerlo en una bandeja, separadas y con las láminas hacia abajo o también puedes congelarlas.

PERRECHICO

Descripción:

Sombbrero de color marrón claro (2-7 cm) con mamelón. Láminas de color blanco-crema no recurrentes y separadas entre sí por laminillas y del pie. Pie muy fibroso y elástico con alta resistencia a la torsión (se dobla y gira varias veces sin romperse) y del mismo color que el sombrero (suele ser recto). Carne escasa (debido a su tamaño) y con fuerte olor a almendras amargas.

Hábitat: Prados abonados por el ganado y claros del bosque. Se reconoce por el quemado que deja el micelio al desarrollarse (corros de brujas).

Época: Mayo. Octubre – Noviembre.

¡Atención! No confundir con las setas tóxicas *Marasmius collinus* (tono algo violeta y olor a ajo), *Collybia dryophila* (láminas numerosas y apretadas), *Laccaria laccata* (color diferente y láminas adherentes) o *Collybia kuehneriana* (pie de brillante color rojizo).



Calocybe gambosa



Marasmius collinus

JMM



Collybia dryophila

Fred Stevens



Collybia kuehneriana

J. Ignacio Fernández



Laccaria laccata

www.aranzadi.eus

SETA DE CARDO

Descripción:

Sombbrero de color marrón negruzco (3- 10 cm). Láminas blancas desiguales, muy decurrentes que se prolongan a lo largo del pie (no son fácilmente separables del sombrero). Pie excéntrico sin anillo ni volva, de color blanco y conectado en la base a las raíces del cardo silvestre. Carne de textura firme y color blanco (el sombrero y el pie tienen la misma consistencia).

Hábitat: pastizales y bordes de caminos con presencia de la planta de cardo. Suelos bien abonados por el paso del ganado especialmente ovejas).

Época: Mayo. Septiembre – Diciembre.

¡Atención! No confundir con *Entoloma sinuatum*, que tiene un aroma afrutado, es más claro en la cutícula, sus láminas no son decurrentes y su pie es central en vez de excéntrico.



Pleorotus eryngii



Entoloma lividum

Federico Calcedda

CHAMPIÑÓN



Agaricus campestris

Descripción:

Sombrero blanco hemisférico, convexo y aplanado en la vejez (3-12 cm). Cutícula blanca, sedosa y fácil de separar con escamas de color gris cremoso. El margen se extiende más allá de la carne del sombrero. Láminas: no decurrentes, apretadas de un color blanco rosáceo que cambia a marrón oscuro (si son negras no recolectar). Pie blanco cilíndrico (hasta 7 cm), espeso y algo más delgado en la base. Anillo en la parte superior del pie membranoso, fino, y estrecho. Carne blanca y consistente.

Hábitat: Prados y pastizales.

Época: Mayo. Septiembre—Noviembre.

¡Atención! No confundir con *Agaricus xanthoderma* (maloliente con un pie más alargado y fino), *Amanita verna*, *Amanita virosa* o *Amanita phalloides* (las tres tienen volva y láminas blancas).



Amanita verna

www.cestasysetas.com



Amanita virosa

Massimo Biraghi



Agaricus xanthoderma

Luis Rubio Casas



Amanita phalloides

Ramón Contreras

SENDERUELA



Marasmius oreades

Descripción:

Sombrero carnoso con la parte superior blanca, a veces ocre (5-24 cm). Láminas no recurrentes muy apretadas de color blanco y luego crema. Pie blanco corto, robusto y macizo. Carne fibrosa y compacta con fuerte aroma a harina mojada.

Hábitat: prados, pastizales húmedos así como también claros del bosque.

Época: abril – junio.

¡Atención! No confundir con las setas tóxicas *Manita verna* (menor talla), *Entoloma lividum* (láminas más asalmonadas) e *Inocybe patouillardii* (láminas grises, menor talla, sombrero no carnoso y mal olor).



Manita verna

Salvatore Saitta



Entoloma lividum

Federico Callèdda



Inocybe patouillardii

G. Curti

CANTHARELLUS

Descripción:

Sombrero que evoluciona hacia una forma de embudo de color entre gris y anaranjado y con borde enrollado de forma irregular y sinuosa (2-8 cm). Himenio mayoritariamente liso (aunque algunos tienen pliegues más discretos) y de tonalidad amarillenta, rojiza o anaranjada. Parte inferior con pliegues poco marcados y decurrentes de color amarillo anaranjado. Pie delgado (no mayor de 8 cm) amarillo anaranjado intenso. Carne escasa, elástica y fibrosa con aroma dulce y afrutado. Toda la seta es hueca.

Hábitat: Pinares de pino negral y silvestre.

Época: Octubre – Enero.

¡Atención! Las posibles confusiones son improbables, y, de hacerlo no son peligrosas ya que las especies que tienen cierta semejanza son también comestibles. Algunos ejemplos:



Cantharellus tubaeformis

Laurent Franconi



Cantharellus cinereus

Enrique Rubio



Cantharellus cibarius

www.stuffpoint.com



Cantharellus lutescens

NÍSCALO

Descripción:

Sombrero de color rojo anaranjado con círculos concéntricos más oscuros (4-15 cm) de forma plana con margen enrollado hacia abajo y que en ocasiones tiene el centro deprimido. Láminas algo decurrentes, delgadas y muy apretadas del mismo tono que el sombrero. Pie anaranjado cilíndrico, corto y con manchas en forma de hoyos (estrobículas) más oscuras. Carne dura, compacta de color blanco amarillento en el centro del sombrero y naranja hacia la periferia que al ser cortada, segrega un látex color zanahoria que se torna verde cardenillo al contacto con el aire.

Hábitat: Todo tipo de pinares.

Época: Octubre – Diciembre.

¡Atención! No confundir con la seta tóxica *L. torminosus* (en abedules, con círculos perfectamente concéntricos, cutícula aterciopelada y de color ladrillo) ni con la seta *L. chrysorrheus* (en encinas con látex blanco que torna rápidamente al amarillo), que no es comestible debido a su amargo sabor.



Lactarius torminosus

www.mbiweb.blogspot.com.es



Lactarius chrysorrheus

JMM



Lactarius deliciosus