

— GUIA DE IDENTIFICACION DE —  
**HONGOS COMESTIBLES**

ANA FABIOLA CAMACHO MORALES  
BERENICE FARFÁN HEREDIA



**AUTORES:**

**L.D.S. ANA FABIOLA CAMACHO MORALES  
DRA. BERENICE FARFÁN HEREDIA**



**ILUSTRACIÓN:**

**Dean**

# INTRODUCCIÓN

Los hongos silvestres comestibles son recursos conocidos, recolectados y consumidos tradicionalmente por personas de comunidades rurales de México desde tiempo prehispánicos. Se consideran de alto valor alimenticio, medicinal, cultural, económico y ecológico. En México el consumo de hongos forma parte del acervo cultural de la población rural e indígena y por su valor económico contribuyen en la economía de familias de comunidades rurales. Se ha registrado para México el consumo y la comercialización de más de 300 especies de hongos silvestres comestibles. Los hongos silvestres forman parte de la estructura y funcionamiento de los bosques, son degradadores de materia orgánica y participan en el reciclaje de nutrientes, además contribuyen al desarrollo y conservación de los bosques.



# ¿QUÉ ES UN HONGO?

Los hongos son organismos únicos, diferentes a las plantas, estos organismos pertenecen a un reino independiente llamado Fungi. Los hongos se reproducen de forma sexual y asexual, y son heterótrofos, esto significa que no producen su propio alimento, sino que requieren de otros organismos vivos para obtenerlo. Los hongos se alimentan de materia orgánica en descomposición como hojarasca, madera y animales muertos.

Otros, forman asociaciones con los árboles y colaboran conjuntamente en la asimilación de nutrientes y ambos organismos se ven beneficiados.



## ¿POR QUÉ SON IMPORTANTES LOS HONGOS

Las funciones más importantes es la que hacen dentro de los bosques ya que se encargan de mantener el equilibrio dentro de los ecosistemas; son degradadores de materia orgánica ya que descomponen esta materia orgánica devolviéndola de nuevo al suelo, provocando que los suelos sean fértiles y algunos hongos desarrollan asociaciones con las raíces de otros árboles (micorrizas), dentro de estas asociaciones están las que hacen con algunos pinos, encinos y oyameles.

## CICLO DE VIDA DE UN HONGO

Lo que consideramos como hongos, sombrero o seta en realidad es el cuerpo fructífero o carpóforo de un hongo macroscopio (macromiceto), que es la parte reproductiva portadora de las esporas. La parte vegetativa de un hongo se encuentra debajo de la tierra formando filamentos muy delgados en el suelo. Los hongos pueden reproducirse de forma sexual mediante las esporas y asexual.

Estos organismos para poder reproducirse, sueltan esporas, que viajan gracias al aire, y cuando llegan al suelo empiezan a germinar formando largas hifas, que forma el micelio primario, posteriormente se desarrolla el micelio secundario y forma el cuerpo fructífero y estructuras reproductivas.



## Formas más comunes de los hongos

Los hongos pueden presentar una gran variedad de formas, tamaños, colores. Los más conocidos son los de forma de sombrero, forma de coral, forma de oreja, forma de trompeta y forma de esfera. El himenio es la estructura portadora de las esporas que puede tener forma de láminas, poros, dientes, pliegues o de coral.

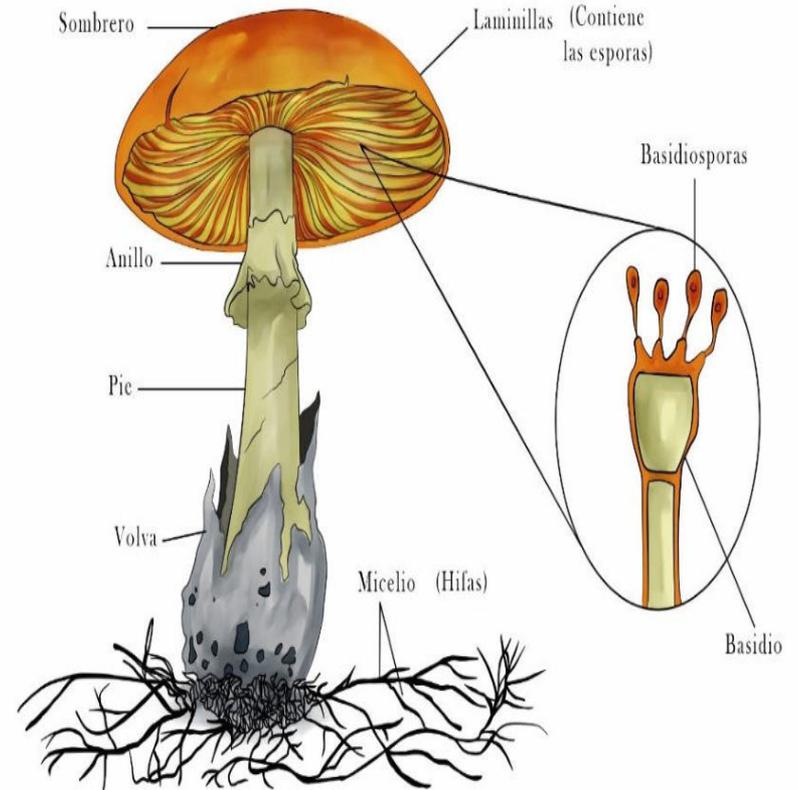
**Hongo en forma de coral**



**Hongo en forma de sombrero**

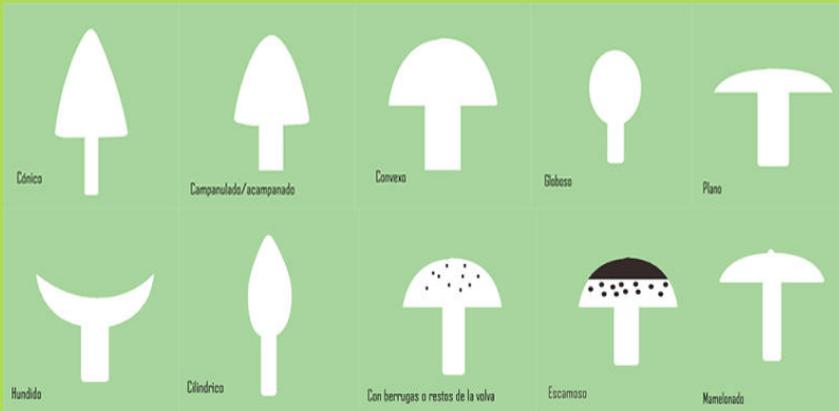


## Partes de un hongo en forma de sombrero



# CARACTERÍSTICAS MORFOLÓGICAS DE HONGOS EN FORMA DE SOMBRERO

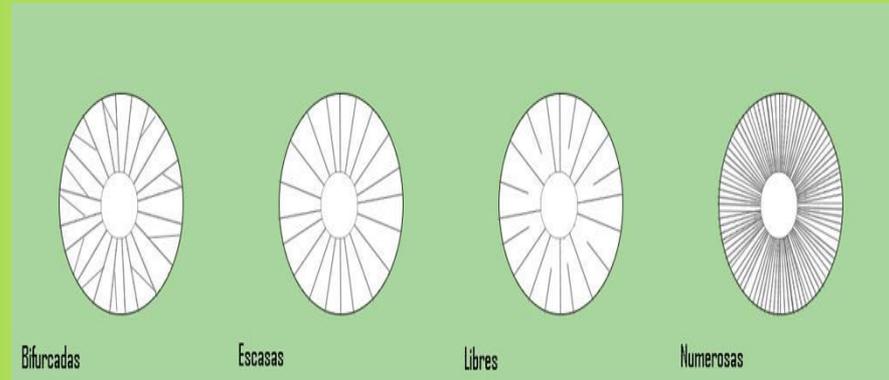
## Formas del sombrero



## Tipos de himenio



## Formas de las láminas



## Formas de pie



# ICONOGRAFÍA USADA EN LA GUÍA

Distribución de los hongos comestibles silvestres según el tipo de vegetación



BOSQUE DE ENCINO



BOSQUE DE PINO



BOSQUE DE OYAMEL



PASTIZAL

# PASHAKUAS

*Lyophyllum connatum* (Schumach) Singer



Hongo pequeño color beige blancuzco, de consistencia carnosa, el sombrero es plano, con una depresión en el centro. Las laminas son color blancas o pueden llegar a ser beige. Tiene sabor dulce y olor agradable. Uno de los hongos mas apreciados de la región de la meseta y purépecha y rivera del lago de Pátzcuaro.

Se puede encontrar en los meses de: Junio y Julio



# TROMPAS DE PUERCO

*Hypomyces lactifluorum* (Schwein) Tul. & C. Tul.



Hongo con forma de oreja, grueso y carnoso. Es parasito de otro, y crece sobre el carpóforo de *Russula brevipes*. Se encuentran bajo la hojarasca, formando un montículo de esta misma. El color puede variar ligeramente, va de naranja, hasta rojizo.

Se puede encontrar en los meses de: Junio y Julio



# HONGO BLANCO

*Russula brevipes* Pek



Hongo color blanco carnoso, con sombrero en forma de trompeta. se encuentra debajo de la hojarasca y el huinumo, el sombrero mide en promedio 10 cm de diámetro. Tiene laminas separadas, unidas al pie. Es abundante y tiene buen sabor.

Se puede encontrar en los meses de: Junio y Julio



# PATITAS DE PAJARO

*Ramaria botrytis* (Pers.) Ricken



Hongo de gran importancia cultural, con forma de coliflor. Ramificado, color durazno suave, y en la base beige claro. Con un ligero sabor y de olor agradable. Mide aproximadamente 10 cm de diámetro.

Se puede encontrar en los meses de: Junio - Octubre



# PATITAS DE PAJARO

*Ramaria fenica* (P. Karst.) Ricken



Hongo muy apreciado en la región, con forma de coral, color beige claro y en ocasiones morado claro.

Mide aproximadamente 15 cm de altura.

Se puede encontrar en los meses de: Junio y Julio



# PATITAS DE PAJARO

*Ramaria flavigelatinosa* Marr & D. E. Stuntz



Hongo color amarillo claro, con forma de cuernitos o patitas de pájaro. Valorado dentro de la comunidad por su sabor y abundancia. Mide aproximadamente 20 cm de altura, y lo podemos encontrar en pequeños grupos.

Se puede encontrar en los meses de: Junio y Julio



# HONGO DE GAVILÁN

*Macrolepiota mastoidea* (Fr.) Singer



Hongo visiblemente grande, puede llegar a medir 40 cm de alto. El sombrero es ovoide color café claro. Cuando es pequeño esta cerrado como un botón, pero se expande en la madurez. El pie es hueco, fibroso, color café con escamas. Se consume solamente el sombrero.

Se puede encontrar en los meses de: Junio - Septiembre



# HONGO AZUL

*Lactarius indigo* (Schwein.) Fr.



Hongo color azul claro, mide aproximadamente 8 cm de diámetro. Sombrero aplanado, con una depresión en el centro. Secreta látex de color azul cuando se lastima la carne.

Se puede encontrar en los meses de: Septiembre y Octubre



# ENCHILADO

*Hygrophoropsis aurantiaca* (Wulfen.) Maire



Hongo de pie y sombrero unidos, color anaranjado, con las orillas blanquecinas, y el centro rojizo, con forma de embudo. De sabor suave. Se encuentra en grupos pequeños.

Se puede encontrar en los meses de: Julio - Septiembre



# Moradito

*Laccaria squarrosa* Bandala, Montoya & Ramos



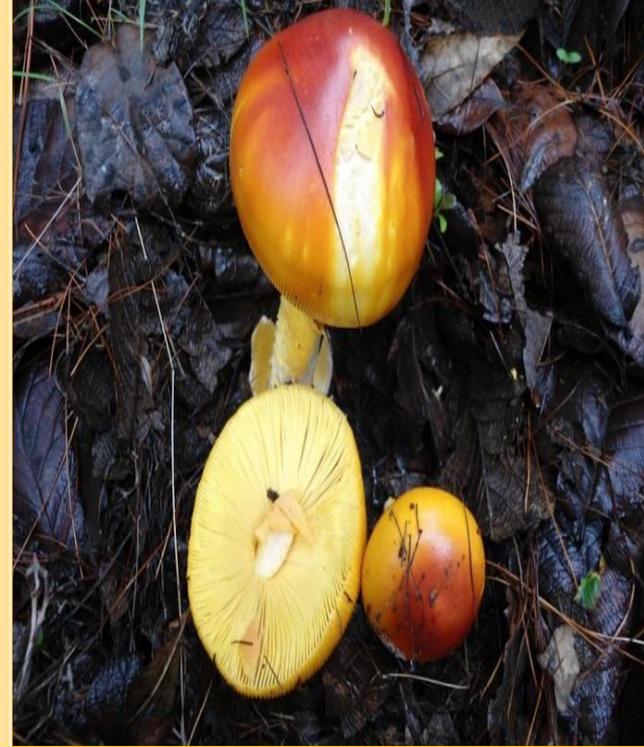
Presenta sombrero convexo, con depresión en el centro, color amarillo claro o beige. El pie presenta escamas color beige claro. Mide aproximadamente 3 cm de diámetro.

Se puede encontrar en los meses de: Junio y Julio



# HONGO AMARILLO

*Amanita caesarea* s. l. (Scop.) Pers



Hongo color amarillo, con el sombrero convexo o plano. Las laminas son libres, color amarillo claro. El pie es cilíndrico, con la parte de abajo mas ancha que la que esta pegada al sombrero, pie del mismo color que las láminas. Presenta anillo. Mide aproximadamente 13 cm, y el sombrero puede llegar a medir 25 cm de diámetro.

Se puede encontrar en los meses de: Junio y Julio



# PANATA

*Boletus edulis* Bull



Hongo visiblemente grande, de color variable. El sombrero puede alcanzar los 30 cm de diámetro, carnoso.

No es un hongo selectivo, así que puede encontrarse dentro de los pinales, y encinos.

**Se puede encontrar en los meses de: Junio y Julio**



# OREJAS DE RATÓN

*Helvella crispa* (Scop.) Fr



Hongo con sombrero en forma de silla de montar, color crema, con el pie con textura rugosa. Ligeramente toxica, si no se cocina bien. Mide aproximadamente 9 cm de alto. Se puede encontrar entre la hojarasca, en los bosques de encino y pino.

**Se puede encontrar en los meses de: Junio y Julio**



# TEJAMANILERO

*Clitocybe gibba* (Pers.) P. Kumm



Hongo pequeño, se encuentra en pequeñas comunidades o en solitario. De color beige claro, hundido del centro. Frágil al tacto.

Se puede encontrar en los  
meses de: Junio y Julio



## RECETAS DE COCINA



## ATAPAKUA DE SETAS

INGREDIENTES: 2 dientes de ajo  
Hongos seta al gusto 2 masa de nixtamal  
2 ramitas  
3 chiles guajillos de cilantro  
4 chiles serranos Agua, sal y  
4 tomates pimienta al gusto  
1 cebolla mediana

### Modo de preparación:

- 1.- Se limpian y lavan las setas, posteriormente se ponen a cocer en una cacerola con agua, cebolla y sal al gusto.
- 2.-En el metate se muelen todos los ingredientes a excepción de la masa. Y cuando este bien molido se vacía dentro de la cacerola.
- 3.- Para espesar, se le agrega la masa de nixtamal y se deja cocer por 30 min.

## PATITAS DE PAJARO A LA MEXICANA

INGREDIENTES: 1 dientes de ajo  
½ kg de patitas de pájaro 2 ramitas  
de cilantro  
5 jitomates de Sal al gusto  
buen tamaño  
4 chiles serranos  
1 cebolla mediana

### Modo de preparación:

- 1.- Se limpian y lavan bien los hongos. Posteriormente se cortan en trocitos y se reservan.
- 2.-Se corta en cubitos pequeños el jitomate, los chiles, la cebolla, el cilantro y el ajo.
- 3.- Se calienta aceite en una sartén, y se agrega la verdura ya picada. Se sofríe por 10 minutos, y después se agregan los hongos junto con sal al gusto, removiendo de vez en cuando, se deja cocinar por 10 minutos.

## CALDO DE PASHAKUAS

INGREDIENTES:      2 ramitas  
2 tantos de          de cilantro  
pashakuas          2 chiles serranos  
3 jitomates de      Sal y agua al gusto  
buen tamaño      2 papas  
1 cebolla mediana 2 chayotes  
1 dientes de ajo

### **Modo de preparación:**

- 1.- Se limpian los hongos, quitándoles la tierrita.
  - 2.- Se pone a calentar agua en una olla.
  - 3.- Se muele el jitomate, la cebolla, los ajos, y los chiles. Para después agregarlo al agua hirviendo, y se agrega el cilantro, junto con la papa y el chayote.
  - 4.- Cuando este cocida la papa se agregan los hongos y se deja cocinar por 20 minutos.
- Agregar sal al gusto.