

# GUÍA DIDÁCTICA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE HONGOS SILVESTRES DE LA COMUNIDAD DE SEVINA MICHOACÁN

María de Jesús García Chávez  
Mónica Chávez Ramírez  
Berenice Farfán Heredia



## AGRADECIMIENTOS

*Primeramente le queremos dar las gracias a DIOS que nos envió a este mundo tan maravilloso y que nos ha dado vida hasta estos momentos para cumplir con cada uno de nuestros sueños.*

*Un gran agradecimiento a las personas que nos brindaron su conocimiento en torno a los hongos silvestres comestibles, generado desde su cosmovisión y su convivencia con estos organismos.*

*Ya que sin su conocimiento tradicional no podríamos haber realizado esta investigación, gracias a todas las personas de la comunidad de p'urhepecha Sevina, quienes son los dueños de los conocimientos tradicionales que se documentan en la presente investigación.*

## INTRODUCCIÓN

En México existe un gran amplio conocimiento sobre los hongos silvestres por parte de las comunidades indígenas y campesinas. Se sabe que más de 200 especies de hongos son comestibles en México, desafortunadamente el conocimiento, uso y manejo de estos recursos están sujetos a desaparición progresiva, debido a procesos de pérdida y desvalorización de los conocimientos, prácticas y costumbres de los antepasados por parte de las nuevas generaciones. De estas especies 112 son utilizadas para la comercialización y venta de mercados locales utilizadas para las comunidades del país para su subsistencia.



Tomado de <http://kerchak.com/hongos/>, 11 de abril 2015

El presente catálogo proporciona información biológica y ecológica de las especies de hongos comestibles silvestres conocidos, consumidos y aprovechados por personas de la comunidad de Sevina, Michoacán. Esta guía tiene como objetivo difundir la información recopilada de la investigación etnomicológica, ecológica y biológica de los hongos en un lenguaje sencillo para su comprensión por parte de personas de diferentes edades y diferente preparación académica.

La información es mostrada de manera iconográfica para la mejor comprensión para un público amplio.

Las fotografías de hongos y del bosque de este catálogo fueron tomadas por las autoras.

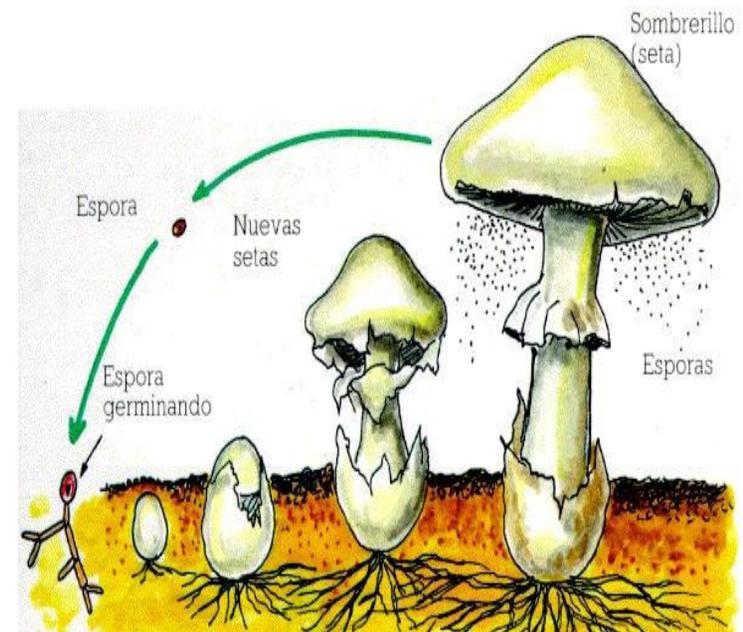


Tomado de <http://kerchak.com/hongos/>, 11 de abril 2015

## ASPECTOS BIOLÓGICOS Y MORFOLÓGICOS DE LOS HONGOS

Para conocer, aprovechar y consumir hongos silvestres, es indispensable conocer sus características biológicas como su ciclo de vida y sus características morfológicas.

Se ilustra el **ciclo de vida de un hongo** típico en la que se ilustra que el micelio o parte subterránea del hongo crece en el suelo, como una red de filamentos delgados blanquecinos; este micelio forma estructuras reproductivas conocidas como hongo, seta, sombrero, paragueta, hongo, portadoras de esporas que originan un nuevo micelio. Tal estructura reproductiva es comestible en algunas especies.



Tomado de <http://kerchak.com/hongos/>, 11 de abril 2015

## ¿ QUÉ SON LOS HONGOS ?

Los hongos son organismos muy particulares; no son considerados plantas, pues no producen su propio alimento como lo hacen aquellas a través de la fotosíntesis. Son un grupo de organismos que pertenecen al reino fungi. En general a la parte que se conoce como hongo comestible se le llama comúnmente seta, sombreros, paragüitas, trompeta hongo y en documentos científicos son denominados como macromicetos, carpóforos o cuerpo reproductivo



Tomado de <http://kerchak.com/hongos/>, 11 de abril 2015

## ¿CUÁL ES SU FUNCIÓN ?

Los hongos juegan un importante papel dentro de los ecosistemas en los que se distribuyen, degradan materia orgánica para ser incorporada al medio, además que algunos de los hongos comestibles son micorrícicos los cuales se asocian a diferentes especies de árboles principalmente con los géneros *Pinus* y *Quercus*, algunos otros son parásitos de plantas, animales y

## ¿COMO SE ALIMENTAN LOS HONGOS?

Mediante la descomposición de materia orgánica, por ejemplo los hongos que se alimentan de hojarasca, madera muerta, animales muertos; parasitando a otros organismos, en este caso el hongo ataca a otros organismos y se alimenta de él; por medio de la asociación con otro organismo, por lo general esta asociación se da con plantas y se les llama micorriza, y es muy importante porque el hongo le ayuda a la planta contra enfermedades, la ayuda obtener agua y además le ayuda a asimilar nutrientes nitrógeno, fosforo y potasio a cambio de esta valiosa ayuda el hongo recibe de la planta azucares con las cuales puede vivir.



Tomado de <http://kerchak.com/hongos/>, 11 de abril 2015

## ¿CUÁL SU IMPORANCIA ECOLÓGICA, CULTURAL Y ALIMENTICIA?

Los hongos desempeñando un papel fundamental en la naturaleza al eliminar la hojarasca y demás materia orgánica muerta de la superficie del suelo, que descomponen en materia mineral incorporándola al suelo y manteniendo así la fertilidad del mismo para las plantas verdes, base de la cadena alimenticia del ecosistema.

Otro grupo numeroso de hongos son simbióticos, es decir, establece asociación positiva con especies de árboles, arbustos principalmente. Los vegetales beneficiados en esta relación con los hongos, en la que intercambian sustancias nutritivas y funciones que individualmente no pueden ser obtenidas, resultan ser más resistentes a las plagas y enfermedades y se adaptan mejor a la vida en un determinado hábitat.

Los hongos tienen **importancia cultural y alimenticia** en comunidades rurales por su papel en la alimentación en la temporada de lluvias (verano), debido a que los hongos contienen un alto potencial en nutrientes, proteínas y algunas especies son consideradas medicinales .

## IMPORTANCIA DE LA DIFUSIÓN DEL CONOCIMIENTO DE HONGOS PARA SU CONSUMO

En Michoacán se han realizado investigaciones para identificar la riqueza, abundancia y productividad con una alta diversidad de hongos comestibles. Pero desafortunadamente no se han realizado investigaciones orientadas a difundir el conocimiento de hongos para su consumo, conservación, aprovechamiento sustentable, ni estrategias para propagación.

Para lo que es indispensable documentar el conocimiento biológico y ecológico tradicional de hongos silvestres comestibles, describir y evaluar su diversidad, distribución, abundancia y productividad de manera que contribuya en el manejo sustentable de los ecosistemas donde se distribuyen los hongos.



Tomado de <http://kerchak.com/hongos/>, 11 de abril 2015

## MORFOLOGÍA DE HONGOS

Existe una amplia diversidad en formas, colores y tamaños de hongos macroscópicos, los hay en forma de sombrero, en forma de trompeta, de panal, de coral, de silla de montar, en forma de dedo; de colores rojos, morados, amarillos, azules y con diversas estructuras como anillo, escamas, velo.

En este catálogo se describen las partes de los hongos encontrados en Sevina Michoacán.



Tomado de <http://fiestasislascanarias.es.tl/SETAS-Y-HONGOS.htm>, 11 de abril de 2015

## PARTES DE UN HONGO CON HIMENIO LAMINAR

El himenio es la parte del hongo que se encuentra en la zona inferior del sombrero y es donde se producen las esporas. Generalmente está formado por láminas, pero también pueden ser poros, agujones o pliegues.

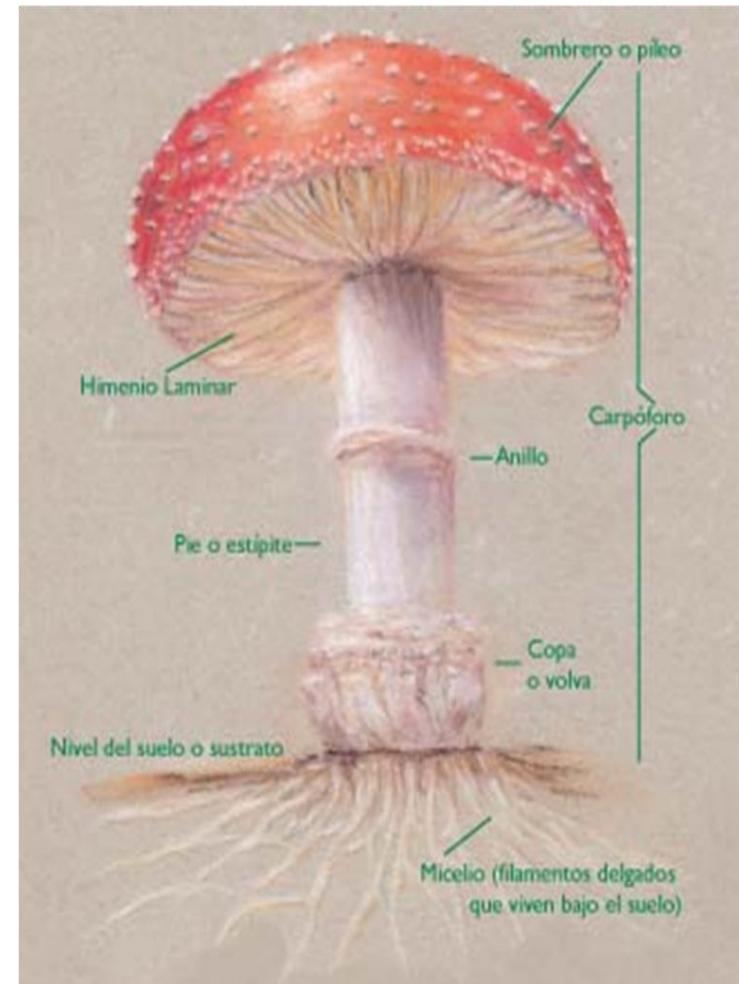


Imagen tomada de Farfán, 2010

## PARTES DE UN HONGO CON HIMENIO EN FORMA DE CORAL O ASTA

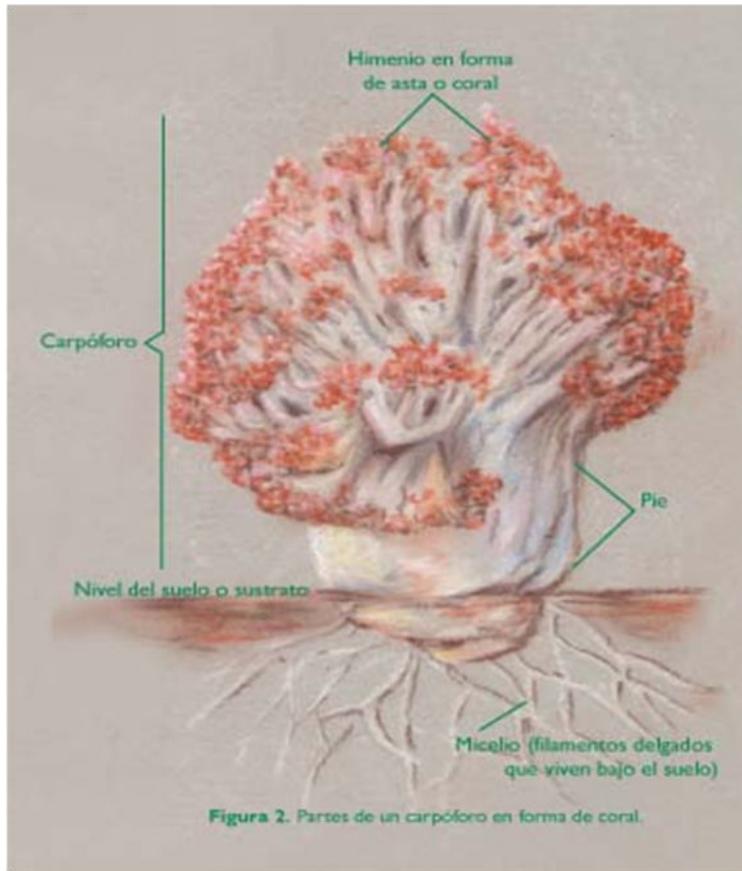


Imagen tomada de Farfán, 2010

## PARTES DE UN HONGO CON HIMENIO EN FORMA DE PANAL

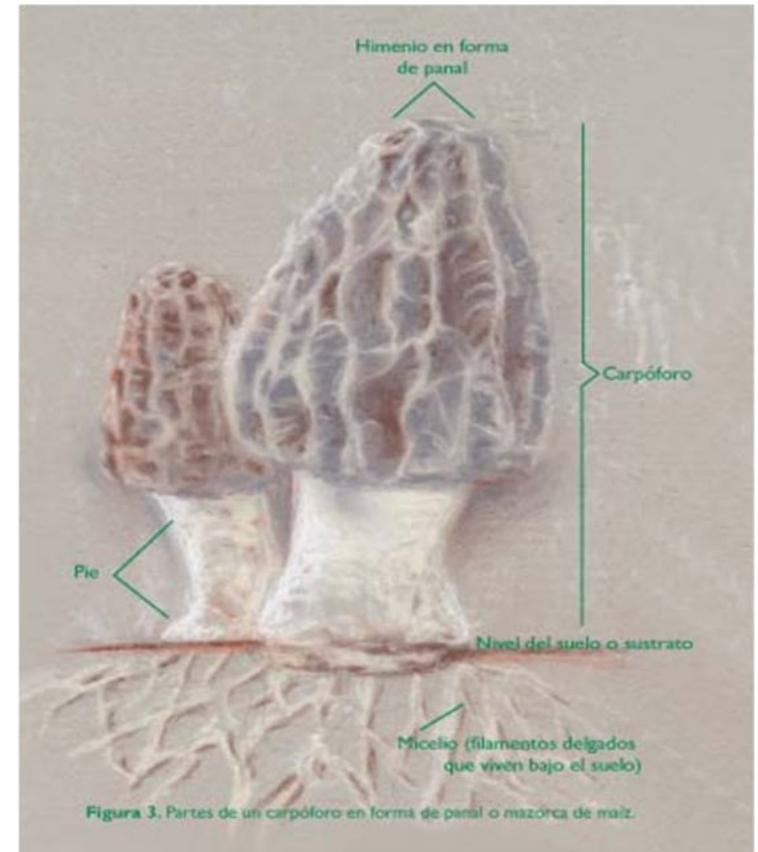


Imagen tomada de Farfán, 2010

**PARTES DE UN HONGO CON HIMENIO EN FORMA DE SILLA DE MONTAR EN FORMA DE SILLA DE MONTAR**

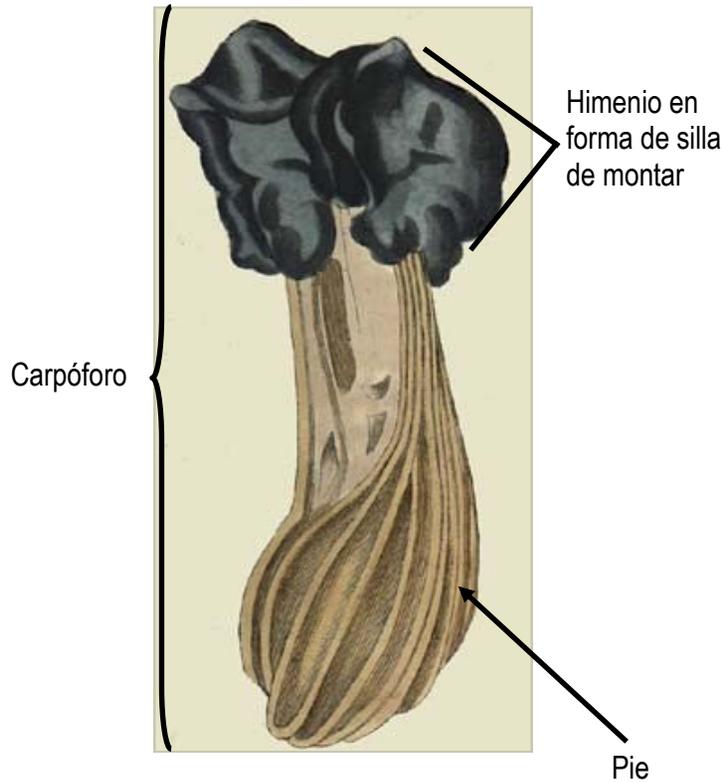


Imagen tomada de <http://www.mushroomthejournal.com/greatlakesdata/Newsletter/Images/Helveunosa502.jpg>, 11 de abril 2015

**MORFOLOGÍA DEL SOMBRERO Y DE LÁMINAS**

Los hongos silvestres comestibles más comunes en Sevina son de forma de sombrero con himenio laminar. La siguiente iconografía la utilizaremos como modelo para aprender a diferenciar sus partes, aunque algunas especies pueden carecer de en uno o varios de los elementos descritos.

**Formas, disposición y borde del sombrero**



Imagen tomada de <http://www.vivela la naturaleza.com/naturalista/micologia1.1.php>. 18 de diciembre 2014

## LÁMINAS: FORMA DE ADHESIÓN AL PIE Y DISPOSICIÓN

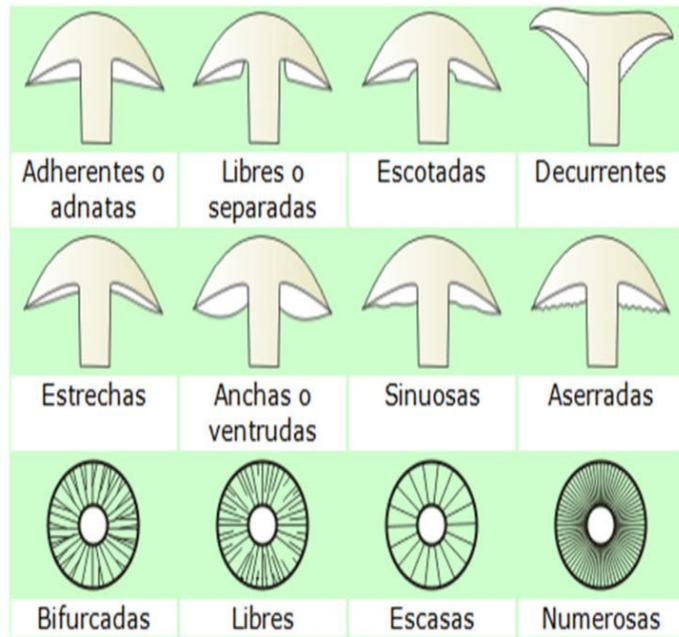


Imagen tomada de <http://www.vivela.nuraleza.com/naturalista/micologia1.1php>. 18 de diciembre 2014



Tomado de <http://kerchak.com/hongos/>, 11 de abril 2015

# ICONOGRAFÍA DE TIPOS DE VEGETACIÓN EN LOS QUE SE ENCUENTRAN LOS HONGOS

Asociación y distribución con los tipos de vegetación, donde se distribuyen las especies de hongos silvestres.



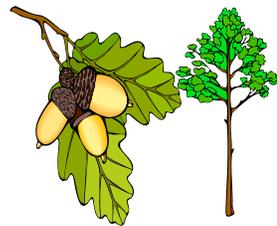
Bosque de pino



Plantación de cedro



Bosque de pino y encino



Bosque de encino y pino



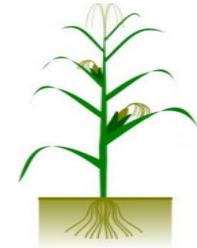
Bosque de pino y tejuco



Bosque de pino y jara



Tejuco



Milpa o cultivo de maíz

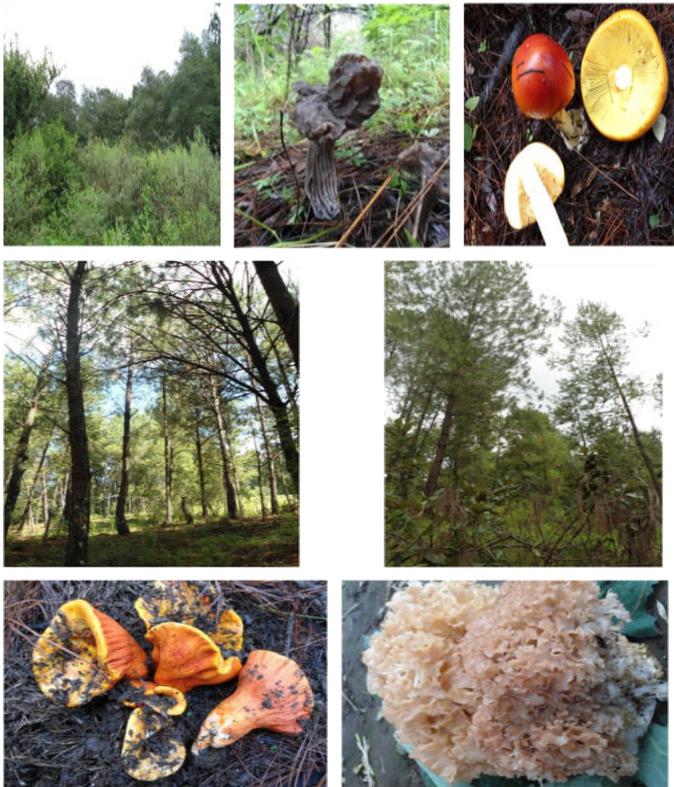


Llanos o pastizales

# VEGETACIÓN Y DIVERSIDAD DE HONGOS EN SEVINA MICHOACÁN

El micelio vive permanentemente en los bosques y selvas, se hace aparente en temporadas favorables para la formación de cuerpos reproductivos, momento en el que son aprovechados para consumo.

Los hongos pueden asociarse con árboles o arbustos de los bosques o simplemente relacionarse con tipos de bosque que le brindan las condiciones necesarias para su sobrevivencia y reproducción.



**PLANTACIÓN DE CEDRO (ADULTOS)**

Reforestación de cedros (*Cupressus lusitánica*) con presencia de jaras (*Baccharis* spp.) y tejocotes (*Crataegus mexicana*), sitio con evidencias de extracción forestal, este tipo de plantación de cedro se encontró en el paraje llamado el Gabinito. Se registraron tres especies de hongos comestibles.

*Helvella crispa* (Scop.) Fr.  
Orejita de ratón blanca

*Helvella lacunosa* Afzel.  
Orejitas de ratón negra

*Ramaria* sp.  
Patita de pájaro

### BOSQUE DE PINO JUVENIL

En este bosque se distribuyen diversas especies de pino en etapa juvenil en su mayoría, registrándose nueve especies de hongos silvestres comestibles, este tipo de bosque se encuentra en los parajes llamados el Gabinito y Mikuaro.



*Ramaria* sp.  
Patita de pájaro

*Boletus separans* Peck  
Hongo de pan

*Russula brevipes* PK.  
Trompas blancas



*Hypomyces lactifluorum*  
(Schwein.) Tul. & C. Tul.  
Trompas de puerco

*Sparassis crispa* Wulf:  
Fr. lechuguilla

*Scleroderma* sp.



*Amanita caesarea*  
sensu lato hongo  
amarillo

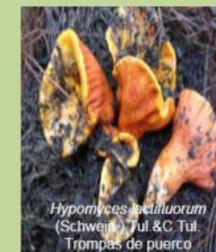
*Hygrophoropsis*  
*aurantiaca* (wulfen)  
Maire Hongo  
enchilado.

*Clitocybe gibba* (Pers.)  
P. Kumm. Trompetitas



### BOSQUE DE PINO-ENCINO DEFORESTADO

El sitio se encontró con evidencias de extracción forestal, con presencia de árboles de troncos delgados y en algunos sitios con espacios si arbolado. Este tipo de bosque se encuentra en los parajes Mikuaro, la Villa, Tzitziki keratiru y en el límite de Sevina y Nahuatzen, donde se registraron seis especies de hongos comestibles.



*Hypomyces lactifluorum*  
(Schwein.) Tul. & C. Tul.  
Trompas de puerco



*Helvella crispa* (Scop.) Fr.  
Orejitas blancas



*Helvella lacunosa* Atzel.  
Orejitas de ratón negra



*Laccaria amethystina* (Bolton.  
Hook.) Murrill (hongo morado)



*Clitocybe gibba* (Pers.) P.  
Kumm. Trompetitas



*Russula brevipes* PK. Trompas  
blancas



### TEJOCOTAL, VALLADO

En estos sitios encontramos tejocotales, jaras y matorrales en los límites con bosques de pino, posiblemente es un fragmento de bosque perturbado, se registraron tres especies de hongos comestibles. Este tipo de vegetación lo encontramos en los paraje Tsiriskimu y Itsicharakuaro.



*Helvella lacunosa* Atzel. Orejitas de ratón negra



*Helvella crispa* (Scop.) Fr. Orejitas blancas



*Boletus separans* Peck. Hongo de pan



### BOSQUE DE ENCINO-PINO

En este bosque encontramos diversas especies de encinos y de pinos, predominando el encino, encontrándose árboles adultos y juveniles muy altos y gruesos. Es un bosque sin evidencias de perturbación, en el que se registraron tres especies de hongos comestibles. Este tipo de bosque se encuentran en parajes Tsiriskimu y Mikuaro.



*Hypomyces lactifluorum* (Schwein.) Tul.&C. Tul. Trompas de puerco



*Helvella crispa* (Scop.) Fr. Orejitas blancas



*Helvella lacunosa* Atzel. Orejitas de ratón negra



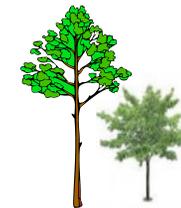
### BOSQUE DE PINO-ENCINO

En este bosque encontramos diversas especies de pinos y de encinos, predominando el pino, con otras plantas como jaras (*Bacharis* spp.), diversos arbustos y tejocotes (*Crataegus mexicana*). Se registraron cinco especies de hongos comestibles. Este tipo de bosque se encuentra en los Parajes llamados Tzitziki Keratiru, Tsirikimu, la Vara, el Letrero y Mikuario.



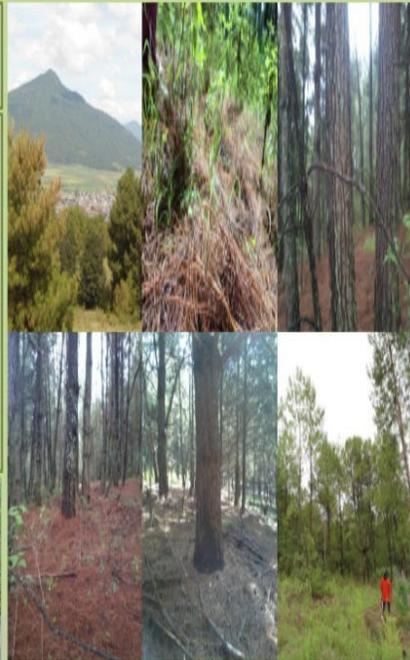
### PINO-TEJOCOTAL

En este bosque encontramos árboles de pino y tejocote, predominando el pino, este tipo de bosque presenta evidencias de incendios y de extracción forestal. Encontramos dos especies de hongos silvestres comestibles. Este tipo de bosque lo encontramos en los parajes Tsiriskimu y Cerro Iriephu.



### PINO-VALLADO PERTURBADO

Son áreas forestales perturbadas, se registraron dos especies de hongos silvestres comestibles. Este tipo de bosque lo encontramos en los parajes llamados Tsiriskimu y cerro Iriephu.



*Helvella lacunosa* Atzel  
Oreja de ratón negra

*Helvella crispa* (Scop.) Fr.



### BOSQUE DE PINO-JARA DEFORESTADO

En este bosque predominan las especies de pino, con la presencia de jaras y troncones de encinos. Encontramos tres especies de hongos silvestres comestibles, este tipo de bosque lo encontramos en el cerro Iriephu y en los parajes de límite entre Sevina y Nahuatzen.



*Laccaria amethystina* (Bolton: Hook.) Murrill  
Hongo morado

*Helvella crispa* (Scop.) Fr.  
Horejitas blancas

*Helvella lacunosa* Atzel. Orejitas de ratón negra



Milpa asociada con calabaza y habas

Características del sitio

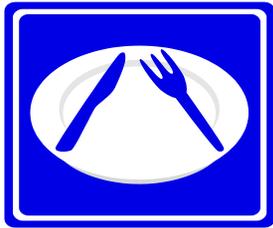
En este tipo de hongos los encontramos en los cultivos de maíz asociado con calabaza y habas



Hongo de elote;  
*Ustilagomaydis*



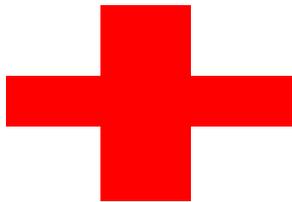
## FORMAS DE USO DE LOS HONGOS SILVESTRES



Comestibles



No comestible



medicinal



Venenosos

## DISPONIBILIDAD TEMPORAL

Los hongos conocidos y consumidos en Sevina se encuentran disponibles para su colecta principalmente en la temporada de lluvias, coincidiendo con el verano y algunas especies pueden presentarse en el otoño; aunque algunas especies se pueden encontrar a finales de la primavera.

La iconografía utilizada para indicar la disponibilidad temporal de los hongos es la siguiente:



Primavera



Verano



Otoño

# Paragüitas

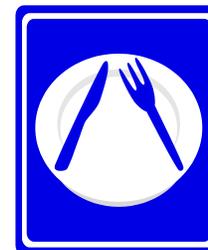
*Laccaria amethystina*  
Familia : Tricholomataceae



Sombrero seco y lleno de finos pelos (tomentoso), ombligado, al principio convexo y después extendido, margen enrollado y ondulado, cuando es jóvenes de color amatista perdiendo la coloración con la edad, tiene finas escamas en el centro, superficie inferior con laminas, gruesas, separadas, unidas al pie, separadas de color violeta amatista

Pie delgado, fibroso del mismo color del sombrero. Es un hongo comestible y se puede consumir en fresco, en la literatura se menciona que contiene grandes concentraciones de arsénico, aun así no es tóxico.

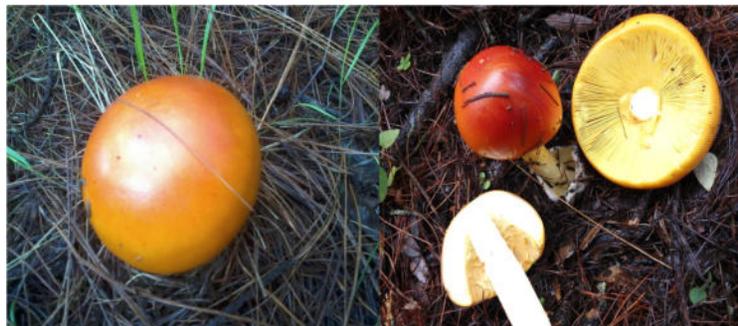
Mide aproximadamente 3.5cm de diámetro y 6.8 cm de alto se encuentra en grupos pequeños, dispersos en aéreas regularmente grandes. Se encuentra en los mese de julio a agosto



# Hongo amarillo o tecomate

*Amanita caesarea sensu lato*

Familia: Amanitaceae



Cuando es joven esta envuelto en una gruesa membrana de color blanco. El sombrero de forma convexo a plana, de color naranja-rojizo a naranja dorado, la carne del sombrero de color amarillo pálido, con bordes estriando.

Las láminas son libres, blandas, quebradizas, apretadas, de color amarillo pálido a amarillo intenso.

El pie es cilíndrico con la base ensanchada y mas delgado junto al sombrero, pie de tejido heterogéneo, del mismo color de las láminas . Anillo prominente, alto ancho, persistente y colgante de color amarillo.

Este hongo tiene un color particular, lo cual lo distingue de los otros hongos que son de color amarillos, tiene una altura aproximadamente de 10 a 15cm y su diámetro de hasta 25 cm. Se desarrollan en el bosque de encino.

Se encuentra disponible durante los meses junio, julio y septiembre.



# Hongo de pan

*Boletus separans* Peck.  
Familia: Boletaceae



Hongo de tamaño mediano a grande , sombrero de color café a pálido a café oscuro, la superficie es lisa y seca; la carne es de color blanco que no cambia de color al tocarla; la parte inferior del sombrero presenta poros que se prolongan al interior a manera de tubos de color blanquecino a amarillo verdoso en ejemplares maduros, no cambian de color al tocarlos. El pie es cilíndrico robusto, ensanchado hacia la base, de color café claro y presenta recirculaciones en el pie. Se encuentra en los meses de julio y agosto.



# Trompetitas

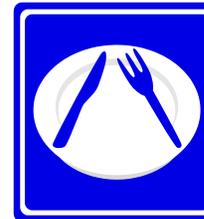
*Clitocybe gibba*(Pers.) P. Kumm.  
Familia: Tricholomataceae



Sombrero de color ocre pálido o beige con matiz rosáceo, deprimido en el centro. El borde es enrollado, a veces figurado, poco estriado y sinuoso. Laminas apretadas, decurrentes, color blanco puro.

Pie cilíndrico, delgado, liso, pálido, macizo de color blanquecino. La base del pie con humus aglomerada por el micelio carne delgada, de color blanca, olor débil agradable, y sabor dulce. Mide en promedio 8 cm diámetro por 6 cm de alto. Se encuentra en pequeños grupos formando un círculo.

Se encuentra disponible en el periodo de los meses de junio a julio.



## Orejitas de ratón blancas y Cafés

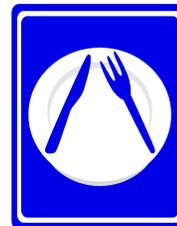
*Helvella crispa* (Scop.) Fr.

Familia: Helvellaceae



Sombrero en forma de silla de montar, retorcido, con varios lóbulos y ondulaciones, de color crema pálido; cara inferior del sombrero de color canela. Pie rígido, cilíndrico atenuado hacia la punta de color blanco crema con surcos longitudinales, hueco, con cámaras, unido al sombrero solamente en la parte superior .

Carne cerosa, frágil, de consistencias cartilaginosa, delgada en el sombrero y elástica en el pie. Cruda es tóxica, se recomienda consumirla bien cocida y no consumir el agua de la cocción . Mide en promedio 4 cm de promedio de diámetro y 8.3 cm de alto se encuentra en grupos pequeños, dispersos en aéreas regularmente grandes.se encuentra disponible en los meses de junio a julio



# Orejitas de ratón negra y cafés

*Helvella lacunosa* Afzel.

Familia: Helvellaceae



Es un hongo muy variable en cuanto a forma y coloración. Sombrero en forma de silla de montar o de cerebro, retorcido, de tono gris, café hasta negro.

Superficie inferior del sombrero lisa, de color gris claro. Pie con surcos longitudinales muy marcados por fuera y cámaras por dentro, el color del pie pueden ser diferentes tonos de gris, se recomienda consumirlo bien cóccido. Mide en promedio 5cm de diámetro y 9.5 de alto. se encuentra en grupos pequeños, dispersos en aéreas regularmente grandes. Se encuentran disponible en los mese de junio a julio.



## Trompas blancas

*Russula brevipes* PK.

Familia: Russulaceae



Sombrero en forma de trompeta, de color blanco a crema amarillento, cuando es maduro se mancha de color café. Láminas en la parte inferior del sombrero adheridas al pie, gruesas y separadas, blancas, margen incurvado, no estriado. Pie cilíndrico, carne de color blanca, olor fúngico y sabor agradable. Mide en promedio 10cm de diámetro y 8 cm de alto, se encuentra en grupos pequeños, dispersos en áreas regularmente grandes. se encuentra en los meses de junio a julio.



# Trompas de Puerco, *Hypomyces lactifluorum* (Shwein.) Familia: Hypocreaceae



Este hongo es un parásito y crece formando una capa adherida sobre los carpóforos de *Russula brevipes*, otras *Russulas* y *Lactarius*, dándoles una coloración anaranjada a roja anaranjada hasta rojo intenso.

En los hongos maduros se observa una capa de polvo blanco, que son las esporas del hongo microscópico

Los hongos a los que parasitan pueden medir en promedio 7cm de diámetro y 6 cm de alto. Se encuentra en los meses de junio a julio.



# Lechuguilla

*Sparassis crispa* Wulf.: Fr.  
Familia: Sparassidaceae



Hongo mediano en forma de coliflor y de consistencia cartilaginosa presenta numerosas ondulaciones de color anaranjado pálido, carne de color entre naranja y rosa, con olor a nuez y sabor agradable, el pie es de color café .Se encuentra entre los meses de julio, agosto y septiembre.



# Hongo de elote

*Ustilago maydis*

Familia Ustilaginaceae



Hongo de tamaño pequeño globoso de consistencia suave de color blanco a gris y negro de consistencia carnosa a polvosa, cuando ya esta maduro por fuera y por dentro de color negro es un hongo que parásita del maíz crece sobre los granos del elote engrosándolos, deformándolos y dándoles una coloración de blancos a negros. Llamándolos como la flor del elote o uillacoches .se encuentra entre los mese de agosto a septiembre.



# Tataratziz

*Scleroderma* sp.  
Familia Sclerodermataceae



Es un hongo de tamaño pequeño globoso de consistencia coriácea amarillento con pequeñas escamas marrones radiales sobre toda la superficie el interior es blanco y de consistencia firme que cambia con la madures gris a negruzco y consistencia algodonosa café en forma de huevos. Pie grueso en forma de raíz de un árbol . Se encuentra en pequeños grupos o solitarios, mide aproximadamente entre 8 a 10 cm. En la vejez el hongo suelta un polvito entre verde y café lo cual el hongo ya no esta en condiciones para el consumo.

Se encuentra en los mese de agosto a septiembre



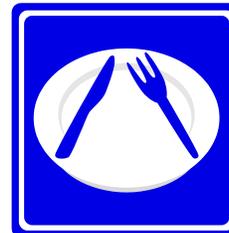
# Pashakuas

*Lyophyllum connatum* (Shum.: Fr.) Singer

Familia: Lyophyllaceae

Hongo de tamaño pequeño a mediano, de consistencia carnosa, el sombrero plano o con una depresión en el centro, presenta un coloración blanca apenas ligeramente manchado en la madures, lamina blancas a beiga, anchas corridas al pie. Pie largo mas o menos grueso , color blanco apiñado en la ase de la maduración..

Carne firme, blanca de sabor dulce y olor agradable presenta números individuos soldados en la base..Se encuentra en los mese de junio a julio.



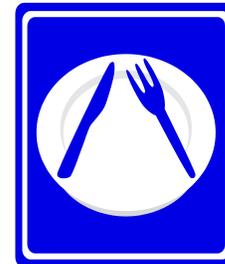
# Hongo azul

*Lactarius indigo* ( Sch.) Fr.

Familia: Russulaceae



Sombrero se forma plana en el centro de color azul índigo con líneas concéntricas de color plateado a blanco, margen enrollada en etapas juveniles. Laminas en la parte inferior del sombrero juntas, gruesas, decurrentes, de color azul verdoso a azul pálido. Pie cilíndrico, grueso, con la edad se torna hueco, liso, del mismo color del sombrero. La carne es de color azul pálido, cambia a azul. Mide en promedio 7.8 cm de diámetro y 6cm de alto se encuentra en pequeños grupos. Se encuentra en los mese de junio a Julio.



# Hongo enchilado, Santiago

*Hygrophoropsis auriantiaca* (Wulfen) Maire  
Familia: Hygrophoropsidaceae



Sombrero de color anaranjado o naranja rojizo, y a veces mas oscuro en el centro, de forma de embudo con la madurez, cubierta por una ligera capa de pelos margin incurvado, superficie ondulada. Superficie inferior con láminas densas, bifurcadas, blandas, decurrentes, de color naranja oscuras de color pálido. Pie fino, delgado, puede tornarse negro al envejecer y hueco. Carne naranja blanquecina, tierna y elástica, sin color ni sabor, se encuentra en pequeños grupos y solitarios. Se encuentra en los mese de junio a julio.



## RECETAS PARA LA ELABORACIÓN DE ATAPAKUAS DE HONGOS SILVESTRES .



## Receta para la elaboración de la atapakua del hongo orejitas de ratón:

### Procedimiento

1. Se lavan los honguitos y se parten a la mitad y se ponen a escurrir
2. Enseguida se pone al fogón una cazuela con un poco de aceite y con fuego lento
3. Se le agregan los honguitos llamados orejitas de ratón o shirrotanganchis con sal al gusto
4. Se deja aproximadamente 10 minutos y se le agrega masa de maíz nixtamalizado como espesura con un poco de agua
5. Se le agrega chile molido al gusto ya sea chile rojo o verde con uno o dos tomates, una rebanada de cebolla ya sea picada o en ruedas.
6. Se le agrega yerbabuena y se deja cocer de 15 a 20 minutos y si está muy espeso se le puede agregar más agua.



### Receta para la elaboración de la atapakua hongo lechuguilla

1. El hongo se lava con mucho cuidado, se parte en varios pedazos y se pone a escurrir.
2. Enseguida se pone al fogón en una cazuela con un poco de aceite y con fuego a fuego lento.
3. Se le agregan los trozos de hongo y se le agrega la sal al gusto.
4. Se deja aproximadamente de 8 a 10 minutos y se le agrega espesura (masa de maíz nixtamalizado con un poco de agua disuelta)
5. Se le agrega chile molido al gusto ya sea chile rojo o verde con uno o dos tomates, un cuarto de cebolla ya sea picada o en ruedas.
6. Se le agrega yerbabuena y se deja cocer de 15 a 25 minutos y si está muy espeso se le puede agregar más agua.



### Receta para la elaboración de un guisado de patitas de pájaro

1. A este tipo de honguito se le corta la parte del pie esta parte no se come y enseguida se procede a lavar y a quitarle muy bien la suciedad y se pone a escurrir
2. Enseguida se pone al fogón en una cazuela con un poco de aceite a fuego lento
3. Se le agregan los trozos de hongo llamado y se le agrega la sal al gusto
4. Se deja hervir aproximadamente 8 a 10 minutos y se le agrega espesura (masa de maíz nixtamalizado con un poco de agua disuelta)
5. Se le agrega chile molido al gusto ya sea chile rojo o verde con uno o dos tomates, un cuarto de cebolla ya sea picada o en ruedas.
6. Se le agrega yerbabuena y se deja cocer de 15 a 25 minutos y si está muy espeso se le puede agregar más agua.



### Receta para la elaboración de tamalitos de hongo llamado panaterekua

1. A este hongo solo se utiliza la carne del hongo de la parte de abajo del sombrero
2. El hongo se corta en pedacitos se pone en un recipiente, se le agrega cebolla picada, chile de árbol en pedacitos, yerbabuena y sal al gusto.
3. Esta mezcla se revuelve muy bien y se envuelven en hojas secas de elote y se amarra de abajo y de arriba para que no se le salga los ingredientes.
4. Se colocan en una olla de barro hirviendo y se dejan cocer de 15 a 20 minutos.



## MATERIALES PARA LA RECOLECCIÓN DE HONGOS SILVESTRES



Una navaja afilada nos permitirá cortar los hongos por el pie sin estropear sus raíces al cortarlas.



Utilizar una canasta para la recolección de hongos silvestres comestibles. No olvides que nunca debes mezclar los hongos que vas a comer con las que son venenosas o desconoces.



Las fotografías de los hongos pueden ser una ayuda complementaria a las anotaciones de nuestro cuaderno de gran importancia para identificar en el futuro los hongos que no podamos reconocer con nuestras guías.

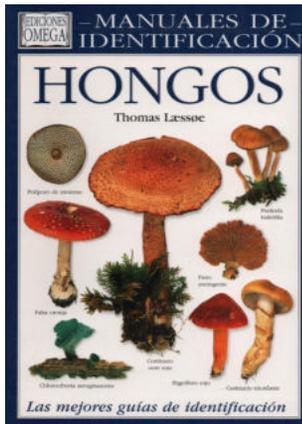


Una vez de seleccionar el hongo a colectar se toma del pie con el dedo pulgar e índice y se hace unos giros para desprenderlo o con la ayuda de una navaja se corta.

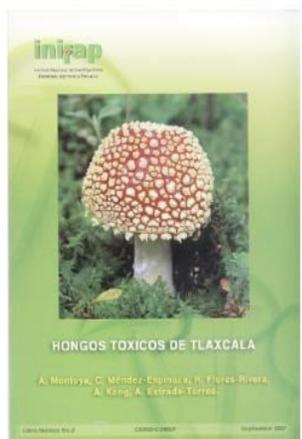
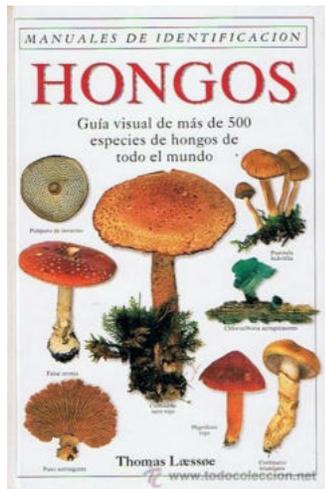
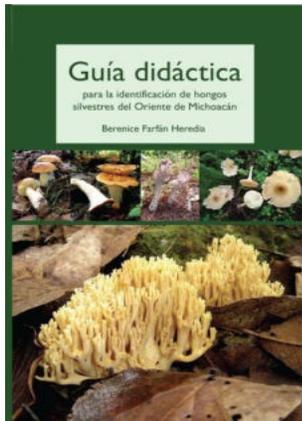


Por ultimo ya extraído el hongo es colocado en una canasta o cubeta, para que no se maltrate .





Guías de identificación y libros de hongos serán imprescindibles para identificar los ejemplares que recolectemos.



## COMO COLECTAR LOS HONGOS COMESTIBLES SILVESTRES



Revisar que los hongos estén en buenas condiciones

Foto Berenice Farfán-Heredia



No cortar los hongos que estén en malas condiciones

No Pisarlo patearlos o arrancarlos si no se los van a comer

Una vez de seleccionar el hongo a colectar, se toma del pie con los dedo pulgar e índice y se hacen unos giros para desprenderlo. Por último ya extraído el hongo se cubre hueco del sustrato.

**PARA EL MANEJO ADECUADO DE  
LOS HONGOS COMESTIBLES HAY QUE  
TENER VARIAS CONSIDERACIONES**



Evitar el pastoreo por lo menos en las zonas donde abundan los hongos silvestres



La tierra de monte es una de las causas de la baja productividad en hongos silvestres comestibles



Los incendios acaban con los hongos pero a la ves favorece



Tomado de <http://kerchak.com/hongos/>, 11 de abril 2015



Tomado de <http://kerchak.com/hongos/>, 11 de abril 2015