Funghi: un tesoro da gustare e preservare

varieta-di-funghi-79228b38

Terreni umidi ma senza aver subito piogge torrenziali, una buona dose di sole dopo le precipitazioni e una temperatura interna del bosco che oscilla tra i 18 e i 20 gradi. Ecco cosa serve per avere una buona selezione di funghi da mettere in tavola, oltre a un habitat naturale idoneo. La “raccolta” dei funghi – sia che si tratti di porcini (Boletus) o di altre tipologie – è sempre sotto i riflettori, proprio a causa dei cambiamenti climatici e dell’alternarsi delle stagioni che, spesso, creano non pochi disagi, andando così a interferire sul mercato, con andamenti che oscillano tra domanda e offerta. I funghi sono un prodotto sempre richiesto dalla ristorazione, parte integrante di molte di quelle che vengono classificate come “ricette tradizionali” ma, allo stesso tempo, sono un alimento che stuzzica e soddisfa la creatività di cuochi e ristoratori. Un comparto che si divide su più fronti, dalle forniture che giungono dalle coltivazioni a quelle che, natura permettendo, arrivano dalla generosità spontanea dei boschi, soprattutto di alcune zone italiane.



DICI FUNGHI… PENSI A BORGOTARO

“La storia dimostra e dà testimonianza della qualità del fungo porcino di Borgotaro – inizia a raccontare Roberto Dellapina, presidente del Consorzio di Tutela del Fungo IGP, nato nel 1995 – In una lettera di un abitante della zona, inviata agli inizi del 1600 al Duca Ranuccio I di Farnese, già si decantavano le doti dei nostri funghi. A questo documento ne seguono altri in epoche successive, come la citazione nel Vocabolario Topografico del Ducato di Parma, Piacenza e Guastalla del 1800”. Un territorio vocato nel quale il porcino ha trovato – e trova – un habitat ideale per esprimere il meglio delle sue qualità, senza dimenticare che, oltre a essere un’attività hobbistica, la raccolta dei funghi rappresenta anche un importante supporto all’economia locale, non solo qui ma in molte altre aree baciate da questo dono del sottobosco. Una vera professione quella del cercatore di funghi che deve

inevitabilmente mettere in campo, oltre alla passione e all'amore per il prodotto, anche un fermo rispetto per la natura e una solida competenza in materia. "Il porcino si contraddistingue per il profumo intenso, per la carnosità della polpa e per le diverse tonalità delle quattro tipologie di Boletus, aestivalis, pinophilus, aereus ed edulis, dal bruno-rosso, bruno-ramato e bruno-castano – continua Dellapina – Pensare che alcune persone di Borgotaro, emigrate in America tra la fine del 1800 e l'inizio del 1900, riuscirono a far conoscere questa prelibatezza anche oltreoceano". Come avviene per ogni prodotto spontaneo, inevitabilmente, bisogna fare i conti con il clima e le condizioni atmosferiche e saper gestire le annate più scarse anche se, nel caso del Consorzio di Tutela, la garanzia sulla tavola dei privati e nella ristorazione arriva attraverso una serie di controlli all'interno della filiera, dal bosco sino al commerciante finale. Un altro aspetto fondamentale è che il prodotto certificato deve essere sano, senza corpi estranei e con alterazioni dovute a larve di ditteri e altri insetti su una superficie non superiore al 20% del totale.

UN PRODOTTO DI VALORE

Giuste piogge, sole, moderate temperature e venti non troppo forti, come detto, sono fondamentali per avere abbondanza in base alla quale, a prescindere dalla qualità, anche i costi saranno altalenanti. "Ci sono parametri variabili sui quali si stabilisce il valore economico del porcino – continua il Presidente – La quantità disponibile nel periodo della raccolta e le tipologie: l'aereus e reticolatus (più frequenti nel periodo estivo), anche se più profumati, costano meno perché più deperibili, le altre due tipologie autunnali, di contro, hanno maggior resistenza e quindi più valore perché permettono un margine di lavorazione e commercializzazione più ampia. Entrando nella ristorazione, i porcini definiti 'giovani', ossia con una polpa più compatta e bianca nella parte inferiore del cappello, hanno prezzi al kg più alti e sono perfetti per essere cucinati al momento, per insalate o messi sott'olio, a differenza di quelli a fine maturazione dal colore più verdastro che vengono tagliati a fettine ed essiccati, usati soprattutto per i sughi durante l'inverno". E se i funghi essiccati sprigionano un profumo incredibile, percepibile a distanza, va considerato che, in media, da 1 kg di funghi freschi (costa dalle 40 alle 50 euro) si ricavano circa 100 g di funghi secchi (dalle 20 euro alle 40 all'etto, sempre in relazione alla tipologia e alla piazza di mercato).



QUESTIONE DI SICUREZZA

"I funghi, in generale non fanno parte né del mondo animale né di quello vegetale, questa è una

precisazione importante da fare – specifica subito Nerina Di Nunzio Founder at Food Confidential – Hanno caratteristiche loro proprie da tenere in considerazione quando si utilizzano in cucina.” Una puntualizzazione alla quale ogni chef dovrebbe attenersi scrupolosamente affinché si possa avere il meglio del prodotto nel piatto. Altro elemento basilare, da mettere al primo posto delle accortezze da rispettare quando si parla di funghi, è quella di rivolgersi a un rivenditore di fiducia che disponga di tutte le certificazioni valide sulla commestibilità del fungo stesso, a prescindere che si tratti di porcini, di ovoli, di finferli o di altre tipologie. Questo discorso è utile anche per il cercatore occasionale e per chi lo fa per hobby: in caso di dubbio bisogna rivolgersi alle Asl territoriali per accertarsi che siano commestibili e non velenosi. “Tutti gli chef si affidano sempre a veri esperti selezionatori per l’acquisto dei funghi – continua Nerina Di Nunzio – in grado di dare un prodotto perfetto sotto tutti gli aspetti. Anche quando non è stagione, sono comperati surgelati ma sempre da distributori fidelizzati”. È giusto sottolineare che, la cottura dei funghi almeno a 80 °C può scongiurare – salvo ovvie eccezioni legate alla commestibilità – problemi di salute e intossicazioni ma, è anche vero che, pure crudi offrono il meglio del loro gusto, come per esempio un’insalata di ovoli. Ecco perché è basilare avere la garanzia di ciò che si acquista e di ciò che si mette nel piatto.

ACCORTEZZE IN CUCINA

Una volta raccolti o comperati, i funghi come si puliscono? Bisogna lavarli? Ci sono delle parti da eliminare? Sono tante le domande che ci si pongono per la preparazione, soprattutto nelle cucine di casa. “Tutti gli chef sanno come pulire i funghi – racconta Nerina – ci sono parecchie accortezze… il fungo è comunque un prodotto delicato e facilmente deperibile. Serve un coltellino dalla lama liscia per eliminare il terriccio, oppure un pennellino con setole morbide o un panno di cotone, il tutto sempre da maneggiare con gesti leggeri. Bisogna evitare di metterli in acqua perché, essendo il fungo molto spugnoso, si danneggia la polpa. Solo in casi rari, quando il terriccio è ostico da togliere, si sciacquano velocemente per poi essere immediatamente asciugati sempre usando un panno di cotone, tamponandoli con delicatezza”. La bontà che può sprigionare una ricetta preparata con i funghi raccolti e utilizzati nell’arco di poche ore, trasmette un qualcosa di unico, quasi di magico! Per far vivere questa emozione anche dopo un po’ di tempo, i funghi si possono scottare per un paio di minuti, asciugarli, metterli in un sacchetto specifico per alimenti, surgelarli e adoperarli all’occorrenza.

CIBO LIGHT ED ECOSISTEMA

Ricco di fibre, di proteine e di sali minerali, il fungo è un prodotto light! Sono composti per il 90% da acqua e hanno pochissimi grassi e pochissime calorie anche se uno dei metodi nei quali i funghi vengono cucinati è quello di friggerli, sgarrando così (ma è giusto ogni tanto concedersi questo peccato di gola) le regole della dieta. “È bello parlare di funghi anche vedendoli come prodotto tipico – prosegue la Founder at Food Confidential – Ogni regione ha una propria tipologia che primeggia come

porcini, finferli, trombette, colombine… ed è interessante scoprire come ogni chef li riproponga nel menu come se fosse un po' il cibo della memoria, perché legato a ricordi o al paese d'origine". Una bontà stagionale che deve essere trattata con grande responsabilità dal raccoglitore, dal venditore e dall'acquirente. Non va dimenticato che il fungo fa parte di un ecosistema generale che va preservato, ecco perché a livello regionale sono stati stilati dei rigidi regolamenti sulle raccolte entro un determinato quantitativo, sulle modalità con l'abolizione assoluta di contenitori in plastica e l'obbligo di cesti e cestini, oltre alla prima pulizia da fare alla base del gambo del fungo direttamente in loco, affinché le spore possano rigenerarsi nel loro habitat naturale. Va quindi vietata e contenuta una domanda eccessiva del prodotto, proprio per rispettare la ciclicità della natura. "La bellezza, oltre alla bontà, dei funghi è quella di sapersi adattare a ogni tipo di portata, dagli antipasti sino ai dolci – conclude la Di Nunzio – Si parte dalle classiche ricette ma nulla vieta di gustarli anche in accostamenti che possono apparire un po' azzardati come quello con i pesci, come per esempio un astice con i porcini. Ci sono altri piatti speciali, come quello dello chef Claudio Gargioli che fa una faraona con i funghi e la birra nera, un piatto raccontato anche dallo scrittore e gastronomo latino Apicio". Non resta che lasciare libero sfogo all'estro culinario degli chef e alla tradizione che ancora rimane ben ancorata nelle gustose trattorie e nelle cucine di casa dove, con orgoglio e soddisfazione, si può mangiare un abbondante piatto di tagliatelle con i funghi.