

# Abetal

Los Hongos son seres vivos muy importantes para el equilibrio de la naturaleza, conociéndolos y respetándolos apostaremos por la conservación y sostenibilidad de este recurso tan valioso para el ser humano.

Durante toda la historia los hongos han formado parte de nuestra cultura, beneficiándonos en la mayoría de los casos. Descubrir los misterios del reino Fungi puede ser fundamental para encontrar futuras soluciones a la problemática ambiental.



## SETAS DEL ABETAL

*Phallus impudicus*, Falo hediondo, Ou del diable, Etsai ezten...



Seta con una forma inconfundible, sale de un huevo gelatinoso que presenta rizomorfos, este huevo se resquebraja para dejar salir a un pie y una caperuza con su característica forma fálca.

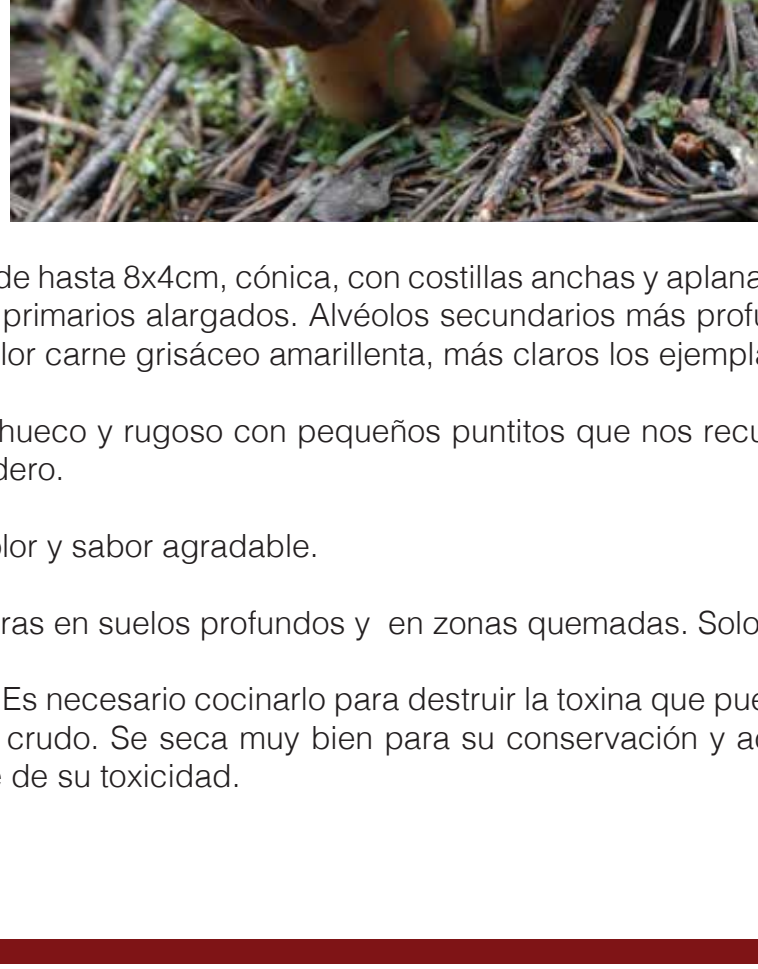
La caperuza tiene forma de colmenilla y es blanca, aunque está recubierta de una gelatina cretosa y maloliente que contiene las esporas (gleba). Las moscas son atraídas por su fuerte olor nauseabundo, y se encargan de dispersar las esporas en sus patas.

Pie de hasta 20x3,5cm, blanco, poroso, hueco y frágil.

El olor fuerte que desprende a animal muerto es perceptible desde lejos.

Crece en todo tipo de bosques donde haya una buena cantidad de humus.

*Morchella deliciosa*, Colmenilla, Cagarria, Morrongla, Arigany, Karraspina...



Mitra (Sombrero) de hasta 8x4cm, cónica, con costillas anchas y aplanadas que se alinean creando alvéolos primarios alargados. Alvéolos secundarios más profundos, pequeños y ondulados. De color carne grisáceo amarillenta, más claros los ejemplares jóvenes.

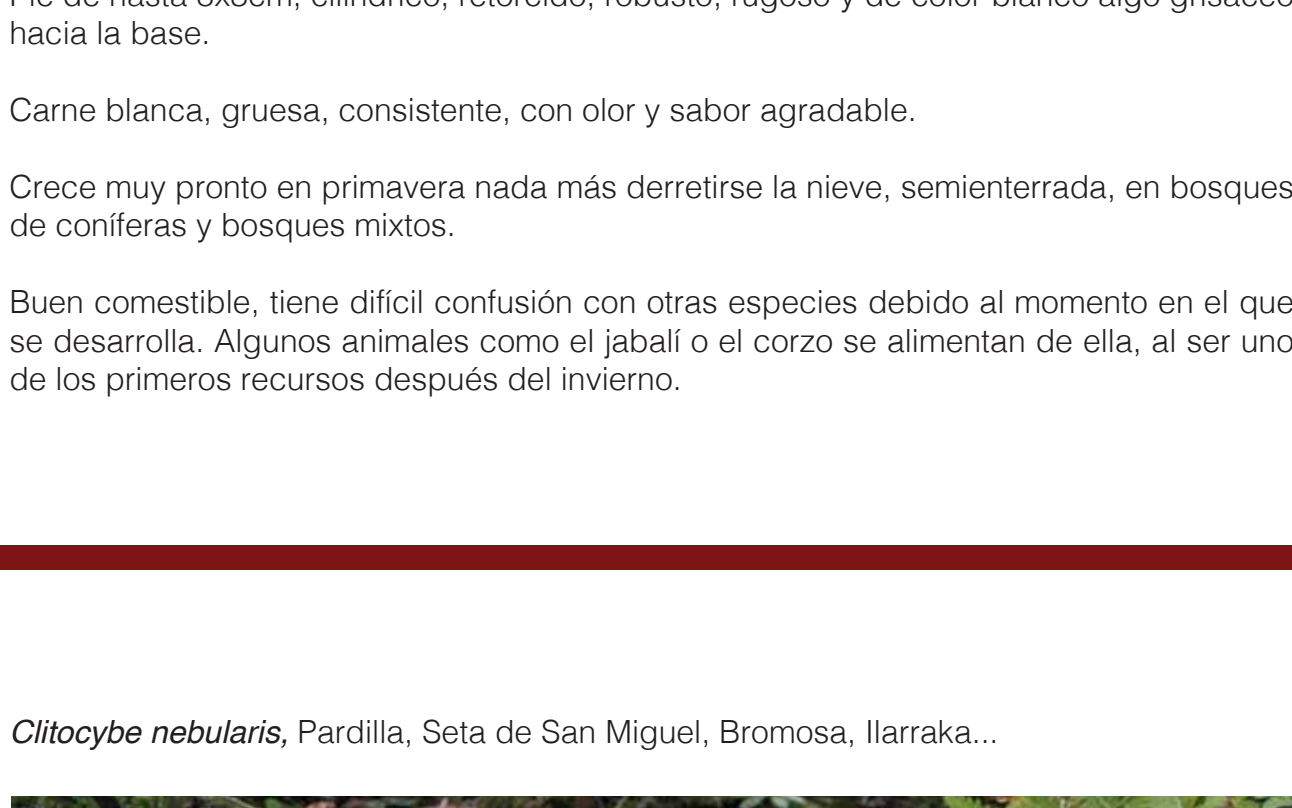
Pie blanquecino, hueco y rugoso con pequeños puntitos que nos recuerdan a la piel del estomago de cordero.

Carne frágil con olor y sabor agradable.

Crece bajo coníferas en suelos profundos y en zonas quemadas. Solo en primavera.

Buen comestible. Es necesario cocinarlo para destruir la toxina que puede ser peligrosa si es consumida en crudo. Se seca muy bien para su conservación y además así también desaparece parte de su toxicidad.

*Hygrophorus marzoi*, Seta de marzo, Bolet d'esquirol, Martxoko ezco...



Sombrero de 10-15cm, hemisférico al principio y luego más extendido, carnoso, abultado e irregular. Cutícula brillante pero no viscosa, separable y de color grisáceo con zonas blanquecinas y otras negruzcas. Borde ondulado y enrollado al principio, después afilado.

Láminas separadas, desiguales, arqueadas, gruesas y algo decurrentes. De color blanco grisáceo.

Pie de hasta 8x3cm, cilíndrico, retorcido, robusto, rugoso y de color blanco algo grisáceo hacia la base.

Carne blanca, gruesa, consistente, con olor y sabor agradable.

Crece muy pronto en primavera nada más derretirse la nieve, semienterrada, en bosques de coníferas y bosques mixtos.

Buen comestible, tiene difícil confusión con otras especies debido al momento en el que se desarrolla. Algunos animales como el jabalí o el corzo se alimentan de ella, al ser uno de los primeros recursos después del invierno.

*Clitocybe nebularis*, Pardilla, Seta de San Miguel, Bromosa, Ilarraka...



Sombrero de hasta 18cm, convexo, ampliamente umbonado, y al final algo deprimido. Cutícula de color gris claro bastante homogéneo, lisa, suave y separable. Borde un poco excedente y blanquecino.

Láminas apretadas, desiguales, arqueadas y un poco decurrentes. Separables y de color crema.

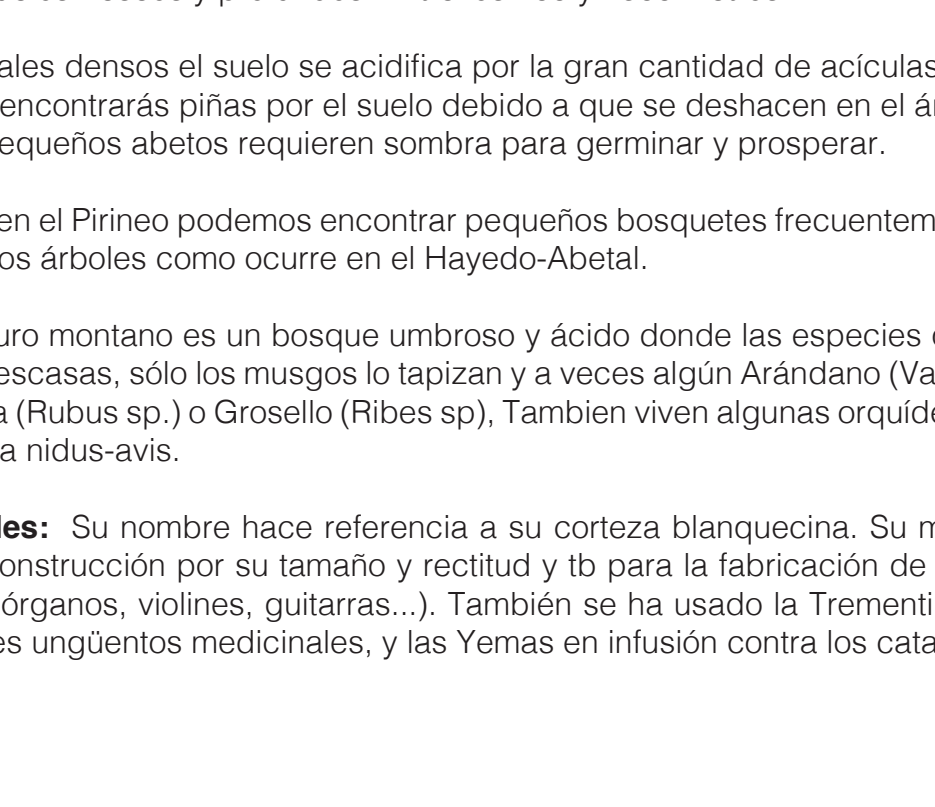
Pie de 10x3cm cilíndrico, robusto, fibroso, recto y ligeramente claviforme. De color blanco grisáceo. Normalmente con bastante micelio pegado a la base.

Carne firme, blanca, con olor fuerte muy característico, como a harina, al final un poco desagradable, y sabor dulzón.

Crece en corros sobre zonas con mucho humus u hojarasca, bajo planifolios y en bosques mixtos.

Se ha consumido tradicionalmente en el norte de la península y era considerado buen comestible, pero hoy en día no se recomienda su consumo puesto que produce muchas intolerancias, y por ello intoxicaciones en muchas personas. Probablemente juega un papel importante la cantidad ingerida, la manera de cocinarla y las veces que se han consumido, puede que se creen anticuerpos cuando su consumo es reiterado.

*Hydnum repandum*, Lengua de vaca, Lengua de bou, Tripaki argi...



Sombrero de hasta 12cm, abultado, carnoso e irregular. Cutícula suave al tacto, aterciopelada, de color blanquecino anaranjado y el borde enrollado.

Himeno con espigas de hasta 6 mm, bastante apretadas, un poco decurrentes, que se separan y se rompen con facilidad.

Pie de hasta 6x3 cm, cilíndrico, bastante grueso y a veces excéntrico. De color y textura semejante a la del sombrero.

Carne gruesa, quebradiza y densa. Concolor (=del mismo color que el resto de la seta) que cambia un poco al pardo anaranjado al ser cortado.

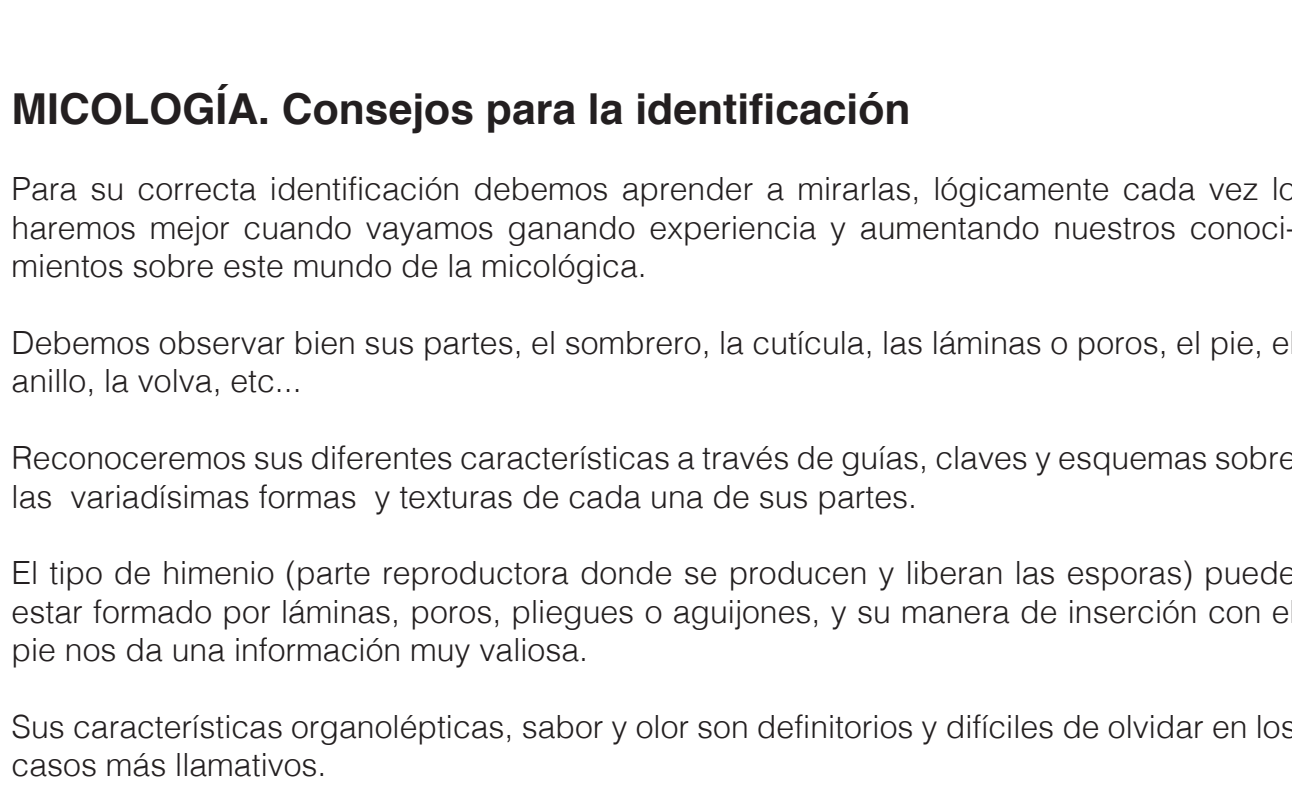
De olor agradable y sabor dulzón.

Crece en grupos bajo árboles planifolios y coníferas.

Muy buen comestible.

## ABETAL, el bosque de abeto blanco o abet (*Abies alba*)

**Descripción de la especie:** Árbol perennifolio de porte elevado y cónico, sobrepasa frecuentemente los 30 metros de altura. Su tronco derecho y columnar no presenta ramas en su parte inferior y tiene una corteza grisácea o blanquecina. Sus acículas son aplanadas y presentan dos bandas estomáticas blancas en su cara inferior. Las piñas son cilíndricas y crecen hacia arriba (erguidas) deshaciéndose en la madurez para liberar las semillas (piñones) triangulares.



**Habitat:** Bosque umbroso autóctono del Pirineo, de climas fríos y sobre todo húmedos, bien adaptado a la nieve. Vive en las laderas y las umbrías de las montañas, principalmente en suelos frescos y profundos. Entre los 700 y 1800 metros.

En los abetales densos el suelo se acidifica por la gran cantidad de acículas que se acumulan. No encontrarás piñas por el suelo debido a que se deshacen en el árbol antes de caer. Los pequeños abetos requieren sombra para germinar y prosperar.

Hoy en día en el Pirineo podemos encontrar pequeños bosquetes frecuentemente mezclados con otros árboles como ocurre en el Hayedo-Abetal.

El Abetal puro montano es un bosque umbroso y ácido donde las especies que lo acompañan son escasas, sólo los musgos lo tapizan y a veces algún Arándano (*Vaccinium myrtillus*), Zarza (*Rubus* sp.) o Grosello (*Ribes* sp), También viven algunas orquideas parásitas como *Neotia nidus-avis*.

**Curiosidades:** Su nombre hace referencia a su corteza blanquecina. Su madera se ha usado en construcción por su tamaño y rectitud y tb para la fabricación de instrumentos musicales (órganos, violines, guitarras...). También se ha usado la Trementina del Abeto en diferentes ungüentos medicinales, y las Yemas en infusión contra los catarros y la tos.

## MICOLOGÍA. Consejos para la identificación

Para su correcta identificación debemos aprender a mirarlas, lógicamente cada vez lo haremos mejor cuando vayamos ganando experiencia y aumentando nuestros conocimientos sobre este mundo de la micología.

Debemos observar bien sus partes, el sombrero, la cutícula, las láminas o poros, el pie, el anillo, la volva, etc...

Reconoceremos sus diferentes características a través de guías, claves y esquemas sobre las variadísimas formas y texturas de cada una de sus partes.

El tipo de himenio (parte reproductora donde se producen y liberan las esporas) puede estar formado por láminas, poros, pliegues o agujones, y su manera de inserción con el pie nos da una información muy valiosa.

Sus características organolépticas, sabor y olor son definitorios y difíciles de olvidar en los casos más llamativos.

Algunas características debemos observarlas y anotarlas en el campo por que son muy fugaces y pueden desaparecer antes de llegar a casa.

Es primordial conocer la naturaleza y saber interpretar donde las encontramos, en qué hábitat, tipo de bosque, naturaleza del suelo y época del año.

También nos ayudará en la identificación ver si crecen solas o en grupos, o sobre troncos, excrementos o restos de herbáceas.

Participando en jornadas micológicas, en asociaciones micológicas u otras actividades relacionadas con las setas iremos ampliando nuestro conocimiento y experiencia.

Pero la mayor ayuda y la más segura es aprender de otros y de su experiencia. Ser muy precavidos y pacientes a la hora de aumentar nuestra lista de hongos comestibles nos puede evitar disgustos indeseados.

## MICOLOGÍA. Qué hacer en caso de intoxicación.

La precaución y prevención son las mejores medidas que podemos tomar. Pero si aun así presentamos síntomas de intoxicación es de vital importancia actuar rápido.

Debemos llamar con urgencia a un médico o acudir al hospital más próximo.

Si es posible recoger ejemplares de la seta, o restos del plato para mostrárselo al médico.

Con la ayuda de un micólogo (existen sociedades micológicas por toda España) determinar la especie y el tipo de envenenamiento, lo que permitirá aplicar rápidamente el tratamiento adecuado.

Disponer a mano los teléfonos del Instituto Nacional de Toxicología (914114066) y el de urgencias toxicológicas con servicio las 24 horas (915620420).

