

Diario de Teruel

Seteros

OCTUBRE 2024



ÍNDICE

SetEros OCTUBRE 2024

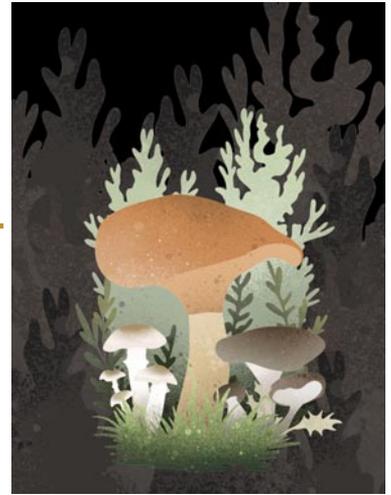


Ilustración: Luis Utrillas

- | | | | |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------------------------------------------|
| 3 | Los recursos fúngicos de Teruel | 20 | Jornadas sobre setas por todo el territorio turolense |
| 4 y 5 | Mapas provinciales según especies | 21 | Mosqueruela y su aprovechamiento micológico |
| 6 y 7 | Producción de setas en la Comunidad Autónoma | 23 | La única Feria dels Bolets se realiza en Beceite |
| 8 | La normativa | 24 | El cultivo de colmenillas |
| 9 a 11 | Proyectos de investigación en torno a las setas: Mycotour, Fungalía, Fungiverso y Silvalia | 25 | El cultivo de setas de cardo |
| 12 | Lunes Micológicos para distinguir cuáles puedo comer | 26 | Las setas producen cada año centenares de intoxicaciones |
| 13 a 15 | El Parque Micológico de la Sierra de Albarracín | 27 | El coto micológico del Maestrazgo |
| 16 | Bronchales, su museo y sendero micológico | 28 y 29 | Recetas fáciles con setas |
| 18 | El hombre prehistórico ya comían setas | 30 | Las especies más buscadas en los montes de Teruel |
| 19 | Actividades micológicas en la Comarca Comunidad de Teruel | 31 | Las setas que tienes que conocer para salir al monte |



Dos niñas, recogiendo setas en Orihuela del Tremedal

10.000 toneladas de setas de las que casi la mitad son rebollones

La producción del grupo de los boletus es buena en las zonas de mayor altitud y con suelos ácidos de la Sierra de Albarracín, donde también se cría la capuchina

En la provincia de Teruel se pueden recolectar casi 10.000 toneladas de diferentes setas, aunque casi la mitad de ellas (4.632) son rebollones. Más de una cuarta parte de esas toneladas son llanegas, especie en la que Teruel se sitúa a la cabeza de Aragón, por encima incluso de Huesca.

En el conjunto regional destaca la producción del rebollón, al suponer más del 40% de la producción potencial. La seta de cardo apenas constituye el 7%, mientras que los cuatro boletus (negro, blanco, rojo y de verano) acaparan el 12%. Los datos proceden del Diagnóstico del Recurso Micológico en Aragón elaborado en el marco del proyecto MicoAragón, centrado en la gestión sostenible y valorización del recurso en la Comunidad Autónoma.

En lo que respecta a las comarcas micológicas, Teruel se divide en cuatro: la Sierra de Albarracín; Jiloca, Cuencas Mineras y Comunidad de Teruel; Gúdar-Javalambre y Maestrazgo, y Bajo Aragón.

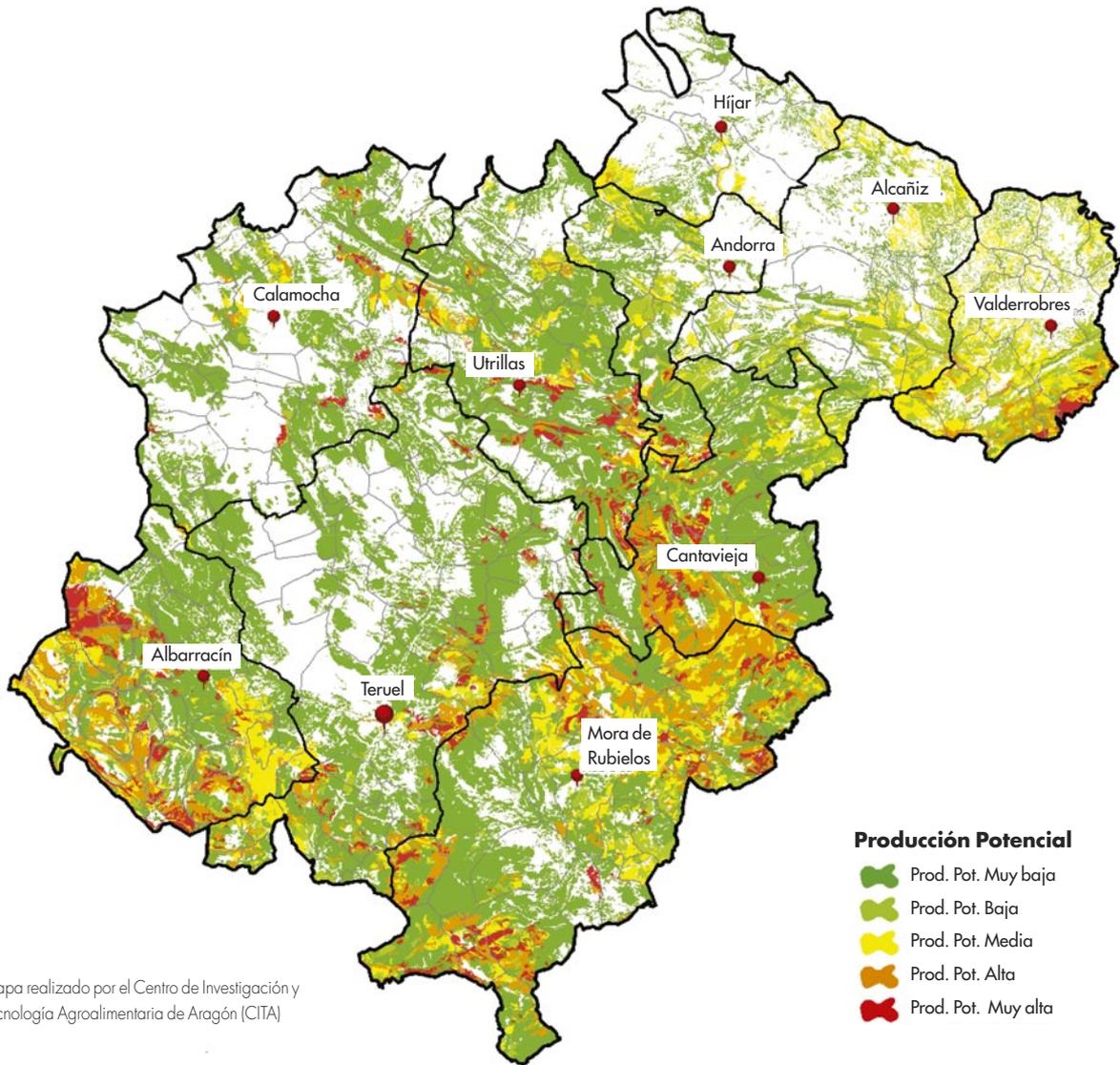
De las 9,7 toneladas potenciales que se producen en Teruel, 3,8 se localizan en Gúdar-Javalambre y Maestrazgo. Le sigue la zona que aglutina el Jiloca, la Comarca Comunidad de Teruel y las Cuencas Mineras, que es la más grande en extensión, con 2,22 toneladas. La Sierra de Albarracín supera las dos toneladas pese a

que abarca la superficie más reducida. Por último, está el Bajo Aragón, que contempla también la comarca del Matarraña, con 1,6 toneladas, de las que más de 900.000 kilos potenciales son rebollón y, casi todo el resto, llanegas.

La especie de mayor producción es el rebollón, prácticamente doblando a las llanegas, muestra grandes producciones en todas las comarcas micológicas turolenses. La producción del grupo de los boletus es buena en las zonas de mayor altitud y con suelos ácidos de la Sierra de Albarracín, que también es buena zona para el resto de las especies de hongos que exigen mayor humedad, como la capuchina. Las llanegas muestran a su vez buena aptitud destacando en las comarcas de Gúdar-Javalambre y Maestrazgo, donde existe una gran tradición recolectora. La potencialidad de la colmenilla también se muestra como importante en esta comarca.

La seta de cardo presenta buenas producciones en los páramos de las comarcas de Cuencas Mineras, Teruel y Jiloca, donde es muy apreciada por la población local. Por el contrario, la menor altitud de las comarcas del Bajo Aragón, así como el carácter eminentemente básico de sus suelos, anula la producción de especies como boletus, rebozuelos y otras especies con requerimientos mayores de precipitación.

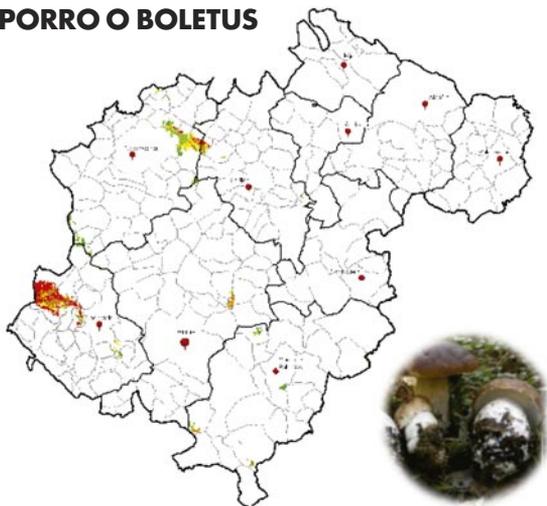
Producción potencial de setas en Teruel



Más de la mitad de la provincia es apta para los hongos

Un 53% de la superficie turolense es productora de setas y es la provincia aragonesa con más porcentaje de hábitats. Las zonas arboladas más abundantes son los pinares albares, carrascos, encinares y negrales. En el conjunto de Aragón, el 47% del suelo tiene las características necesarias para producir setas. Sin embargo, pese a la vasta superficie fúngica, buena parte de las especies se encuentran en zonas inaccesibles. Así, en la provincia de Teruel sólo el 43% de los lugares productores son terrenos a los que se pueda llegar. De las 31.426 toneladas que se producen en Aragón, sólo son accesibles algo más de 11.200.

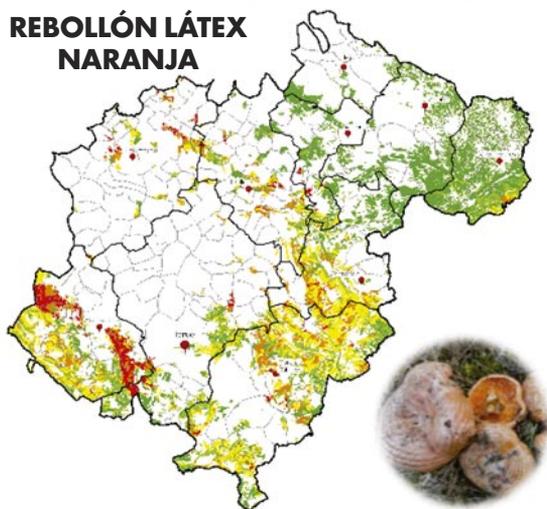
PORRO O BOLETUS



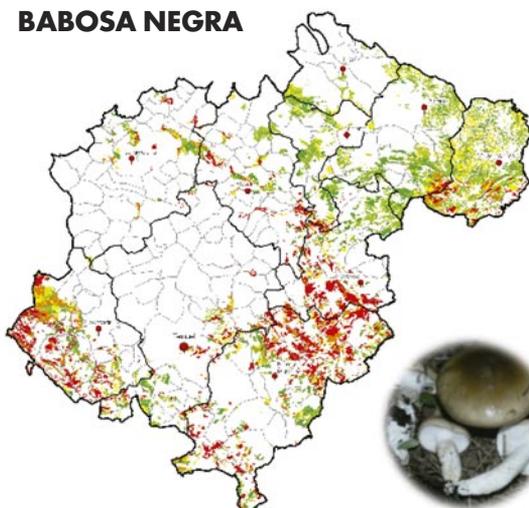
SETA DE CARDO



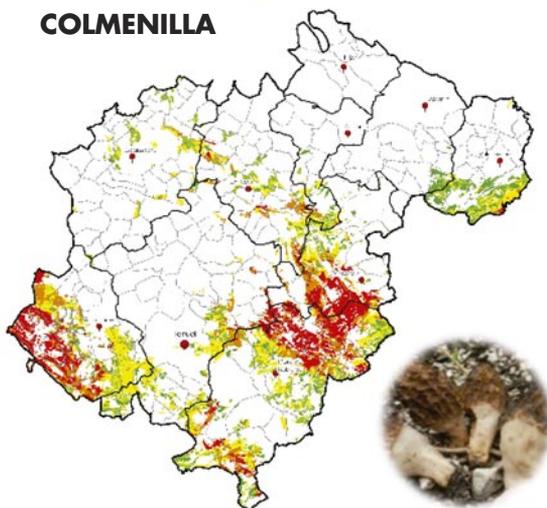
REBOLLÓN LÁTEX NARANJA



BABOSA NEGRA



COLMENILLA



Al detalle

• SETA DE CARDO

Es una de las especies más extendidas por toda la provincia y se localiza en zonas donde apenas hay otro tipo de hongos

• BOLETUS

La particularidad de los suelos donde se cría hace que muy pocas zonas de la provincia sean aptas para su producción



En Aragón se accede sólo a una de cada tres setas

El diagnóstico elaborado por MicoAragón muestra la enorme potencialidad del territorio

El rebollón es la especie más abundante en Aragón. Fernando Martínez Peña

En Aragón se estima que hay una producción potencial de 31.426 toneladas entre las que destaca el rebollón, que en conjunto supone más del 40% de ese total. En el caso de la provincia de Teruel el rebollón constituye el 47% del total provincial, establecido en 9.719 toneladas. Sin embargo, pese a las miles de toneladas que produce el campo, solo un tercio de ellas son accesibles por su situación geográfica. Además, de esas algo más de 11.000 que se pueden recoger en un año óptimo sólo se echan a la cesta, de media, en torno a 1.500 toneladas anuales.

Los datos proceden del diagnóstico del recurso realizado en el conjunto de la Comunidad Autónoma en el marco del proyecto MicoAragón, que pretende aglutinar a los parques micológicos existentes en toda la región. Está coordinado por el Centro de Investigación y Tecnología Agroalimentaria de Aragón (CITA) que es el

que se ha ocupado de analizar la situación actual del recurso en la Comunidad Autónoma.

El estudio de MicoAragón plantea que existe una gran diferencia entre la productividad de una zona y las posibilidades de aprovechamiento, que sólo tienen lugar si el recurso micológico está ubicado en un lugar accesible. Manifiestan que es importante tanto la facilidad para llegar a estas zonas como la comodidad de andar por ellas. En el marco del proyecto, crearon un mapa de las zonas susceptibles de aprovechar el recurso, que son aquellas situadas a poca distancia de una pista (menos de un kilómetro como máximo) y con una pendiente inferior al 20%. Así, con pendientes superiores al 20% y distancias de más de un kilómetro se consideran de difícil acceso o inaccesible.

Más de la mitad de la producción potencial micológica en Aragón está en Huesca, con 16.446 de las



32 extraviados en el inicio de la campaña

En la presente campaña, hasta el 12 de octubre, se habían extraviado 32 personas buscando setas, según los datos facilitados por la Guardia Civil de Teruel. El caso más grave fue el de un hombre de 82 años que se perdió en La Iglesuela del Cid y que permaneció toda la noche en el monte, aunque al ser hallado a la mañana siguiente estaba en perfecto estado de salud.

La cifra de personas que se desorientaron durante el año 2023 fue ocho debido a que apenas hubo recurso micológico en el monte, mientras que en 2022 hubo 14. En el año 2021, que fue muy bueno en cuanto a producción, se perdieron en el monte un total de 62 personas, 39 de ellas en octubre y 23 en noviembre.

En cuanto a las recomendaciones, la Guardia Civil aconseja planificar la actividad con antelación; evitar ir en solitario y siempre indicar la zona por donde se irá y la hora aproximada de regreso; llevar el equipo adecuado, que incluye linterna, silbado, agua, ropa de abrigo y de colores visibles; llevar el móvil cargado y con alguna aplicación de geolocalización instalada. En caso de extravío, se debe llamar a los teléfonos de emergencia 062 o 112. Si no hay cobertura, es conveniente alcanzar un punto alto para lograrla y también localizar puntos de referencia para citarlos de cara a ser rescatado por los servicios de emergencia. Si se llega a un descampado hay que quedarse ahí porque siempre será más fácil encontrarle en una zona frondosa. Evitar zonas inundables.

31.426 toneladas. Le sigue Teruel con 9.719 toneladas, mientras que Zaragoza tiene 5.260.

En cuanto a especies, tras el rebollón están las llanegas, que alcanzan casi el 20% de la producción potencial total. Les sigue la seta de cardo y la colmenilla, ambas con algo más del 7%. Los cuatro boletus suman en torno al 12% de la productividad total de Aragón. Las que tienen mayor superficie productora (en torno al millón de hectáreas en el conjunto de Aragón) son el rebollón, la seta de cardo, la llanega y la colmenilla. En el otro extremo están la seta de chopo y el carlet, cuyas superficies son menores.

De acuerdo con el estudio realizado en el marco del proyecto MicoAragón, destacan a nivel regional por su productividad potencial los valles pirenaicos. En la provincia de Zaragoza las mayores productividades potenciales se encuentran en el macizo del Moncayo y algu-

nos enclaves de la Ibérica zaragozana. En lo que respecta a la provincia de Teruel las zonas de mayor productividad se encuentran en la Sierra del Tremedal en los Montes Universales. También cabe destacar por su productividad las sierras prepirenaicas así como las serranías de Gúdar, Javalambre y Albarracín.

El 47% de la superficie de la Comunidad Autónoma aragonesa presenta las características necesarias para producir setas y el 55% de ella son estratos productores arbolados. En total hay 2.248.825 hectáreas donde es posible encontrar setas y la mayor parte de ellas, 742.742 son bosques de ribera, sin embargo su productividad micológica está muy por debajo de otros como los pinares albares, que aglutinan el 14% de la superficie productiva según el estudio realizado por el Cita sobre el Potencial Micológico de Aragón en el marco del proyecto MicoAragón.

En Aragón se pueden recolectar hasta 50 especies de setas

El decreto 179/2014 es el que regula en Aragón la recolección y aprovechamiento de setas silvestres en terrenos forestales. El catálogo de especies que se pueden recolectar en la Comunidad Autónoma se eleva a medio centenar, entre ellos cuatro variedades de boletus, tres de llanegas y cinco de rebollón.

Se podrán recolectar setas libremente, hasta un máximo de tres kilos por persona, en todos aquellos terrenos forestales en que no se delimiten zonas de aprovechamiento micológico regulado en todos aquellos terrenos forestales en que no se delimiten zonas de aprovechamiento micológico regulado.

Los espacios acotados deberán estar señalizados y tendrán que contar con una regulación que recoja, al menos, los tipos de permisos, los períodos de validez y vigencia, y las contraprestaciones económicas a abonar, así como las exenciones, reducciones y bonificaciones aplicables a éstos. Los permisos ordinarios tendrán un máximo de recolección de hasta 12 kilos y los comerciales de hasta 60. En cualquiera de los casos, sólo se podrán recolectar las especies designadas como comercializables.

La normativa recoge a su vez la posibilidad de conceder permisos especiales a miembros de asociaciones micológicas y también permisos para recolectar setas con uso científico y, en este último caso, se podrá recoger cualquier especie.

En el decreto también se establecen las herramientas con las que cortar las setas, que serán navajas cuchos o tijeras, y los recipientes para trasladarlos, que deben estar aireados. Además, está prohibido recolectar durante la noche.



Mycotour o cómo atraer turistas

Entre las acciones destaca un vídeo promocional y dos apps para interactuar con los usuarios

Aragón, Castilla La Mancha, País Vasco y Cataluña colaboran en el proyecto Mycotour para la creación de propuestas turísticas alternativas, que pongan en valor el territorio local, rural y forestal y que incorporen a pequeñas empresas locales mediante un enfoque innovador y agregador de la oferta micoturística.

El proyecto permitirá desestacionalizar la oferta turística, internacionalizarla e integrarla con otras actividades. En Cataluña se estima que más de 2 millones de personas practican el micoturismo, 258.000 en Castilla y León y más de 100.000 en Aragón.

Entre las líneas de trabajo que se están implementando en la actualidad está la grabación de un vídeo promocional que se presenta este otoño. Se difundirá en varios idiomas y la idea es mostrar un relato atractivo para vender el territorio desde el punto de vista del patrimonio natural, histórico y humano. El material promocional se distribuirá a través de las redes sociales y las ferias, entre otros canales.

Por otro lado, se van a poner en funcionamiento dos aplicaciones, una destinada al turista recolector y otra al gastronómico. El objetivo de estas apps, que actualmente están en fase de desarrollo, es que los usuarios puedan, a través de ellas, interactuar y dar sus opiniones, evaluar lo que se está haciendo de cara a mejorar la experiencia.

Uno de los aspectos centrales del proyecto es la creación de una red de restaurantes micológicos, totalmente especializados y que garantizarán la calidad tanto en lo que respecta a las materias primas como en la elaboración.



Sesión de trabajo realizada en el Basque Culinary Center. Fernando Martínez Peña

Mycoforum 2024

26 OCTUBRE RESIDENCIA DE TIEMPO LIBRE

27 OCTUBRE ENTRADA LIBRE HASTA COMPLETAR AFORO

Living-Lab

PARA LA MEJORA DEL MICOTURISMO EN EL MEDIO RURAL

www.mycoforum.com

EXPOSICIÓN MICOLÓGICA.

MERCADO DE SETAS DE ORIGEN SIERRA DE ALBARRACÍN.

RUTAS GUIADAS GRUPOS REDUCIDOS POR EL PARQUE MICOLÓGICO DE LA COMUNIDAD DE ALBARRACÍN

¡INSCRÍBETE AQUÍ!

MESAS REDONDAS

TALLERES

Logos: fungilla, comunidad de Albarracín, micaAragón, cita, Qilex, Ayuntamiento Orhuela del Tremedal, sylves terra, emi, GOBIERNO DE ARAGON



Actividad formativa en la imagen superior; a la derecha las parcelas experimentales de Silvalia y abajo expositor de Setas de Origen. F. M. P.

Setas de Origen, la nueva marca que pondrá en valor el producto

Se trata de un sello global para todo Aragón que en cada territorio tendrá un distintivo propio y que se está impulsando a través del proyecto Fungalia

En Teruel se están impulsando actualmente distintos proyectos vinculados al mundo de las setas y que tienen como objetivo poner en valor un producto con una importante presencia en los montes provinciales.

Uno de ellos es Fungalia, que tiene diferentes líneas de actuación y una de ellas es la creación de una marca única, un sello global para todo Aragón llamado Setas de Origen, al que luego se añadirá la zona donde han sido recolectadas, por ejemplo la Sierra de Albarracín. El objetivo es dar valor al recurso fungico y, por eso, se ha diseñado una caseta donde se comercializarán las de cada zona. Es portátil y se instalará en los pueblos y momentos donde haya mayor número de turistas. Los encargados de atenderla serán los socios de Sylvesterra, la Asociación de Recolectores Silvestres de los Montes de Teruel.

La marca busca ensalzar las setas de temporada que han sido seleccionadas con mimo por parte de los ex-

pertos de cada zona. Será un sello distintivo de un producto auténtico y natural en su máximo esplendor y calidad y la idea es que se use en varias zonas.

Otra de las líneas en las que trabaja Fungalia es la creación de productos a partir de la liofilización de setas orientados tanto a la alta gastronomía como al micoturismo. Una empresa especializada de Teruel está ya haciendo investigaciones con las especies con más valor gastronómico: *Boletus edulis*, *Amanita cesárea* y *Calocybe gambosa* (Perrechico, que es de primavera).

Único curso especializado

Actualmente se está realizando un curso de orientadores micológicos que consta de 200 horas y está formando a una treintena de personas. Se trata de la primera formación específica sobre el tema en España y tuvo una gran demanda de inscripción.



Fungalía es un proyecto que cuenta con una financiación de 208.876 euros aportados por el Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico (Miteco). El promotor es la Comunidad de Albarracín y en él participan la Asociación MicoAragón, el Centro de Investigación y Tecnología Agroalimentaria de Aragón (CITA); y Qilex Sociedad Cooperativa.

Fungiverso y apoyo a emprendedores

Fungiverso es el proyecto que está desarrollando el CITA (Centro de Investigación y Tecnología Agroalimentaria de Aragón) junto con MicoAragón y tiene como objetivo la gestión sostenible de la biodiversidad fúngica como motor de servicios ecosistémicos en el medio rural. Se implementará en toda la Comunidad Autónoma hasta el 31 de diciembre de 2025 y, con un presupuesto de 775.580 euros, entre los cometidos que persigue está el apoyo a emprendedores locales de toda la cadena de valor.

En este sentido, hay varias personas de Teruel que tienen previsto iniciar sus negocios en el mundo de la micología, bien centrados en la domesticación fúngica; en la generación de nuevas líneas de productos basados en los productos de los parques micológicos o en el uso de las setas como biomateriales.

Otra de las acciones será la aplicación de la silvicultura fúngica, a la que se van a dedicar 40 hectáreas que buscan garantizar la conservación y diversidad de las setas. Son zonas demostrativas donde aplicar lo investigado y fomentar la micosilvicultura en los parques micológicos con el fin de conservar la producción de las setas. Como colofón al proyecto, se llevará a cabo un *Living lab* de intercambio de buenas prácticas. Asistirán a esta iniciativa profesionales de diferentes campos a nivel internacional.

Experimentos en parcelas de monte

En la Sierra de Albarracín se está desarrollando el proyecto Silvalia, que cuenta con el apoyo del Fondo de Inversiones para Teruel (Fite) y que consiste en la monitorización de diversas parcelas en distintas condiciones de humedad y temperatura. Cada semana se realizan inventarios de setas para conocer la productividad y el estado de las mismas. Algunas de estas parcelas están dotadas de riego con diferentes intensidades y frecuencias. El objetivo es estudiar cómo afectar el cambio climático en la producción y diversidad fúngica. Estas parcelas se establecieron ya hace tres años y se recolectan 48 semanas al año, que son en las que hay producción de algún tipo de seta. Los ejemplares se identifican, se cuentan y se pesan y, en el caso de los boletus, se añaden a su vez datos de agusanamiento y madurez, puesto que se trata de una especie con más valor en el mercado. Además, de los porros se está llevando a cabo un estudio de la diversidad genética con el fin de analizar cómo afecta la recolección masiva. En estas parcelas hay una estación meteorológica y todos los parámetros se controlan por internet.

Silvalia se ocupa de la recopilación de datos que se facilitan al observatorio semanal de previsión micológica de Mycotour. Se actualiza los jueves a nivel de todo Aragón y se realiza a través de un panel de expertos y con la información que se recaba a través de la app Interfungi.



Los micólogos Pedro Blanco (izq.) y Raúl Tena asesorando a un aficionado

Lunes Micológicos para distinguir cuáles puedo comer

Todas las semanas, durante la temporada, los expertos enseñan a diferenciar especies

La Asociación Micológica Turolense realiza desde hace más de tres décadas los Lunes Micológicos, unas sesiones en horario vespertino a las que acuden los aficionados a recoger hongos en busca de la ayuda de expertos para diferenciar las setas comestibles de aquellas que son tóxicas.

Se llevan a cabo en el Laboratorio de Ciencias de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas a partir de las 19:00 horas y hasta allí llevan sus cestas los seteros con todo tipo de especies. "Vengo porque sólo conozco las setas de chopo y los rebollones, el resto me las dejo y me gustaría poder comer alguna más", decía Ramiro Gracia, quien acudió con una treintena de ejemplares entre los que había algunas succulentas, como una *Luco-paxillus lepistoides* que además pesó 763 gramos. También llevaba varios champiñones, que aprendió que se pueden consumir, pero cuando son más jóvenes y tienen las láminas rosáceas y no color tabaco.

El presidente de la Asociación Micológica Turolense, Pedro Blanco, es uno de los expertos que siempre acude



Los expertos explican las partes de la seta

a ayudar a los neófitos y señala que la afluencia varía en función de la producción de cada fin de semana en el monte. Alerta de que es fundamental conocerlas para evitar indigestiones e incluso intoxicaciones. El consejo es no cogerlas demasiado pequeñas ni muy pasadas, puesto que son seres vivos que van evolucionando y cambiando, y hay momentos que pueden parecerse mucho a otras especies. Pedos de lobo, harineras, boletus o unas pequeñas setas grisáceas que huelen a anís y no se deben ingerir por su toxicidad, son algunas de las que en esta campaña han llegado al Campus de Teruel

Consejos en la recolección

Durante los Lunes Micológicos también se dan consejos de recolección y sobre qué hacer y qué no en el monte. La posición de los hongos en la cesta es importante y deben colocarse como si estuvieran plantados, con el sombrero hacia arriba, porque así las esporas, que están en las láminas, van cayendo por el monte, favoreciendo la reproducción.



El edén de los seteros está en la Sierra de Albarracín

En la Sierra de Albarracín hay una gran variedad de especies micológicas. Fernando Martínez Peña

El Parque Micológico Comunidad de Albarracín inició su andadura hace una década y se compone de 60.000 hectáreas distribuidas en montes de utilidad pública de un total de 22 municipios, además de los espacios situados en Ciudad y Comunidad, que suman más de una tercera parte de la extensión total.

En los terrenos se han catalogado 959 especies diferentes (algunas de ellas constatadas en los últimos años), de las 1.500 existentes en España, por lo que este espacio constituye un paraíso para los aficionados a la micología. Allí se pueden encontrar 37 de las 50 especies que figuran en el catálogo de Aragón como especies aptas para la recolección.

Para recoger setas en los montes municipales que lo componen es necesario contar con un pase, que se pueden obtener a través de internet o en diversos establecimientos de la zona y cuyo precio varía en función de si tiene vigencia para un día, que cuesta 5 euros, una semana o toda la temporada (60 euros). Tanto los vecinos como las personas que tengan propiedades en la Sierra de Albarracín disponen de bonificaciones especiales en la obtención de los permisos.

LOS BOLETUS, ESA DESEADA ESPECIE

La Sierra de Albarracín es el mejor lugar de la provincia de Teruel para localizar diferentes especies de Boletus, un tipo de seta que, fuera de esta zona, apenas está presente en pequeñas superficies de Gúdar-Javalambre y el puerto de Fonfría



Las peculiaridades del suelo hacen de muchas zonas serranas un lugar idóneo para la aparición de setas, además de que, aunque no exenta de los ciclos de sequía, es uno de los territorios de la provincia donde más precipitaciones se producen. A todo ello hay que sumar su orografía benigna, con bosques limpios donde no es necesario realizar escaladas ni atravesar grandes zonas de matorrales



En la serranía hay gran variedad micológica. Fernando Martínez Peña

que dificultan el paso. Todo ello convierte el paseo por el monte en un placer para los usuarios.

El Parque Micológico de Albarracín va mucho más allá de un zona donde recoger setas puesto que se realizan multitud de actividades vinculadas a la micología para propiciar la ampliación del conocimiento por parte de los usuarios. Durante la campaña, hay cinco personas trabajando en el parque, ya que al gerente se suman cuatro informadores que son los que realizan las salidas y atienden los puntos de información micológica que itineran por las diferentes zonas con mayor afluencia.

El Parque Micológico de la Sierra de Albarracín cuenta con una completa página web donde se detalla toda la información tanto de la venta de permisos y los lugares donde obtenerlos como de las actividades que hay en el espacio, entre las que destacan los puntos de información micológica y las salidas de iniciación, dirigidas a aquellos que quieren familiarizarse con el terreno y las especies que hay en él.

En la web hay una pestaña donde se da información de la previsión micológica para la semana en curso de las principales setas que se pueden recolectar en ese momento. Clicando sobre la especie que nos interesa aparece la zona donde se puede localizar y la producción, que oscila entre los parámetros sin producción, baja, media, alta y muy alta. También se dan nociones de la calidad (baja, media o alta).

Salidas de iniciación

En esta campaña se están realizando las denominadas Salidas de iniciación a la micología, que parten cada viernes, sábado y domingo de tres localidades. No es una actividad de recolección, sino para dar a conocer las especies más preciadas de la zona y también aquellas que son tóxicas. Además, se ofrecen nociones sobre cómo actuar en el monte y aquellas cuestiones necesarias para una recolección sostenible.

Parten desde Frías de Albarracín (Frente al Hostal Frías de Albarracín), de Bezas (Hotel Molino de Bezas) y la plaza del Ayuntamiento de Orihuela del Tremedal a las 9:30 horas de los viernes, sábado y domingo. Tienen una duración de dos horas y un precio de 5 euros para los menores de 14 años y de 15 para los adultos, a quienes les incluye el pase de recolección para todo el día.

“Pueden elegir el punto más cercano al lugar donde se alojan o hacer la selección en función de las especies que les interesen”, argumentó el gerente del Parque Micológico.

Dada la extensión y diversidad del parque se ha realizado una zonificación a través de la cual se establece una gestión del recurso. Esta zonificación permite ofrecer predicciones de recolección para las principales especies, mejorando la experiencia en el medio natural.

Los montes de la Sierra de Albarracín muestran sus grandes tesoros a todos los que se acercan en otoño y primavera por allí, pero el monte no es infinito y su riqueza, tampoco y el futuro del mismo depende del cuidado con el que nos acerquemos ahora. La recolección de las setas ha pasado de ser una afición para convertirse en una obsesión para mucha gente, pero existe el riesgo de esquilmar el monte e impedir el desarrollo de esas anheladas especies en próximos otoños.

EL APUNTE

BABOSAS, REBOZUELOS O AMANITAS CESÁREAS, ENTRE OTRAS VALORADAS SETAS

Huevos de rey, babosas blancas y negras, porros negros y blancos, setas de cardo o rebollones son algunas de las especies más valoradas y que se pueden encontrar en la Sierra de Albarracín. Allí hay un total de 37 especies para recolectar del medio centenar que hay incluidas en el catálogo del Gobierno de Aragón

Puntos de información para resolver todas las dudas

Durante este otoño se han instalado puntos de información micológica móviles en horario de 12:45 a 14:30 durante los fines de semana. Hasta ellos pueden acudir los aficionados para consultar sus dudas sobre las especies que acaban de recolectar, ya que los informadores les ayudarán a identificarlas. Además, tendrán oportunidad de preguntar sobre las setas que se dan en determinada zona y también cualquier dato sobre el parque, desde regulación a épocas de fructificación o hábitats. Durante toda la campaña, los sábados y los domingos habrá dos puntos de información en las zonas de aparcamiento de los seteros o en puntos neurálgicos de los pueblos, como las plazas.



Punto de información micológica atendiendo a usuarios



Parque Micológico
Comunidad de Albarracín

Permisos de
Recolección
de SETAS



Escanea este
código
para obtener
tu permiso



Más información: micologiaalbarracin.es





Variedad de setas recogidas esta campaña. Jairo Abarca

Bronchales ofrece asesoramiento personalizado

El Museo Micológico informa a los visitantes y hay un paseo con réplicas de las especies

Bronchales es uno de los mejores lugares para ir a por setas. A su riqueza natural, con enclaves privilegiados para la recolección de las especies más atractivas para el consumidor, se suma la existencia de un espacio que, con el nombre Museo Micológico Ayuntamiento de Bronchales, va mucho más allá de un centro expositivo convencional. Ofrece una muestra de setas frescas con las variedades que en ese momento se pueden recolectar en el monte y cuenta, además, con reproducciones en resina para las campañas en las que no hay hongos. El espacio constituye un referente para todo aquel que va a Bronchales a coger setas por primera vez o sin tener grandes conocimientos de micología.

El horario de apertura es de 18 a 20 horas los viernes; entre las 11 y las 14 horas y de 18 a 20 horas los sábados y en horario de mañana (de 11 a 14 horas) los domingos. Durante ese tiempo, la persona que atiende el museo, que siempre es un experto en micología, ofrece asesoramiento sobre las especies que los visitantes han recolectado. El espacio museístico permanece abierto durante toda la campaña de setas.

Entre las personas que les visitan no solo hay turistas, sino también muchos aficionados de la zona que acuden "para identificar las setas que han visto toda la vida", pero no se atreven a comer por si acaso son tóxicas

Amplia variedad de comestibles y tóxicas

Entre las especies que durante esta campaña han localizado en la zona de Bronchales están algunos champiñones (*Agaricus arvensis*, *Agaricus littoralis*), la cándida (*Aspropaxillus candidus*), la angula de monte (*Craterellus lutescens*), el boleto bayo (*Imleria badia*), niscalos (*Lactarius quieticolor*, *Lactarius deliciosus* y *Lactarius sanguifluus*), el pie de rata (*Ramaria flava*), la rusula integra (*Russula integra*), la negrilla (*Tricholoma terreum*) y algunas especies comestibles previo tratamiento como la amanita vinosa (*Amanita rubescens*), el boleto de pie rojo (*Neoboletus erythropus*), el boleto anillado (*Suillus luteus*) y el edulis.

También se ven especies tóxicas como la matamoscas (*Amanita muscaria*), la pantera (*Amanita pantherina*), *Paragyromitra infula*, *Russula sanguinea* y *Stropharia aeruginosa*. Se han localizado otras especies sin valor culinario como *Suillus granulatus*, *Suillus bovinus*, *Tricholoma batschii*, *Tricholoma joachimii*, *Cortinarius balteatus*, *Cortinarius hercynicus*, *Cortinarius mucosus*, *Hypomyces chrysospermus*, *Hypholoma capnoides*, *Pholiota lenta*, *Pholiota pinicola* y *Thaxterogaster purpurascens*.

o indigestas, relata Jairo Abarca, que es el director del Museo Micológico. Atienden a todas las personas que llegan y el único requisito es enseñar el pase del Parque Micológico Comunidad de Albarracín.

Sencillo paseo para toda la familia

Bronchales ofrece un paseo de seis kilómetros (ida y vuelta) para realizar en familia que está jalonado de reproducciones de setas a gran tamaño. En él los niños y mayores pueden aprender las principales características y cómo reconocer las variedades que hay en la Sierra de Albarracín, además de tomar curiosas fotografías. El camino se abre con las senderuelas para seguir con las negrillas y sanjuaneras y continuar con las trompetillas. A continuación el caminante halla el parasol, el matacandil y el rebollón. Después es posible ver aceiteros y setas tóxicas, que es importante conocer para evitar riesgos. El final se dedica a las setas más preciadas por los serranos y por muchos aficionados, como el porro o *Boletus edulis*, la colmenilla y el marzuelo, un hongo tan difícil de localizar como valorado. Parte en la fuente del Chorrillo y sube hasta las Corralizas Altas, siguiendo en parte el recorrido del PR-131. Es sencillo y apto para niños ya que primero discurre por un camino y luego se adentra, a través de una senda, entre frondosos pinares.

" BRONCHALES, NATURALEZA DE ALTURA"

MUSEO MICOLÓGICO BRONCHALES



HORARIO DEL MUSEO

Viernes de 18:00 a 20:00 horas

Sábado de 11:00 a 14:00 y 18:00 a 20:00 horas

Domingo de 11:00 a 14:00 horas

SENDERO MICOLÓGICO DE BRONCHALES



OBTÉN TU PASE PARA RECOLECTAR SETAS EN LA OFICINA DE TURISMO

De martes a viernes 7:30 a 12:30

Sábado y Domingo 7:30 a 14:00 Lunes: cerrado

" BRONCHALES, PARAÍSO MICOLÓGICO"

www.bronchales.es

En el Paleolítico ya comían porros

Ötzi, el famoso hombre de hielo de los Alpes, también llevaba setas encima



El consumo de setas se daba ya entre las primeras sociedades de cazadores recolectores. Bykofoto / Antonio García

Las sociedades del Paleolítico superior ya comían setas de la variedad boletus según ha detectó un estudio arqueológico realizado hace algunos años en la cueva cántabra de El Mirón. Fue el investigador de la Universitat de València (UV) Domingo Carlos Salazar quien detectó la primera evidencia del consumo humano de setas.

El grupo de investigación liderado por Robert Power, del Max Planck Institute for Evolutionary Anthropology en Leipzig (Alemania) y publicado en el *Journal of Archaeological Science*, ha explorado la dieta antigua mediante el análisis de cálculos dentales de individuos magdalenenses del yacimiento cántabro. Los análisis de microscopía óptica y electrónica de barrido han detectado un amplio abanico de microrrestos de origen vegetal, fúngico, animal y mineral atrapados en los cálculos dentales en vida, que aportan información muy valiosa sobre la alimentación en el Magdaleniense.

Salazar recuerda que la arqueología no ha aportado mucha información hasta ahora sobre el uso temprano de setas, y aunque su uso es poco comprendido durante

la prehistoria, la etnografía ha visto que grupos cazadores-recolectores recientes han utilizado frecuentemente las setas como alimento, condimento y medicina. "Este uso de setas sí que ha sido identificado durante el Calcolítico europeo, una vez se habían ya asentado las bases de la economía agrícola-ganadera", apunta Domingo Carlos Salazar. Según el investigador, el famoso hombre del hielo calcolítico descubierto hace un par de décadas en los Alpes, Ötzi, llevaba ya setas encima.

EL APUNTE

EL ANÁLISIS DE CÁLCULOS DENTALES DETECTA MICRORRESTOS DE ORIGEN FÚNGICO

La dieta del paleolítico se ha investigado a través del análisis de cálculos dentales de individuos magdalenenses en un yacimiento cántabro. A través de ellos se ha constatado un amplio abanico de restos vegetales, entre los que hay de origen fúngico.

Cuando salir a por setas justo al lado de casa es posible

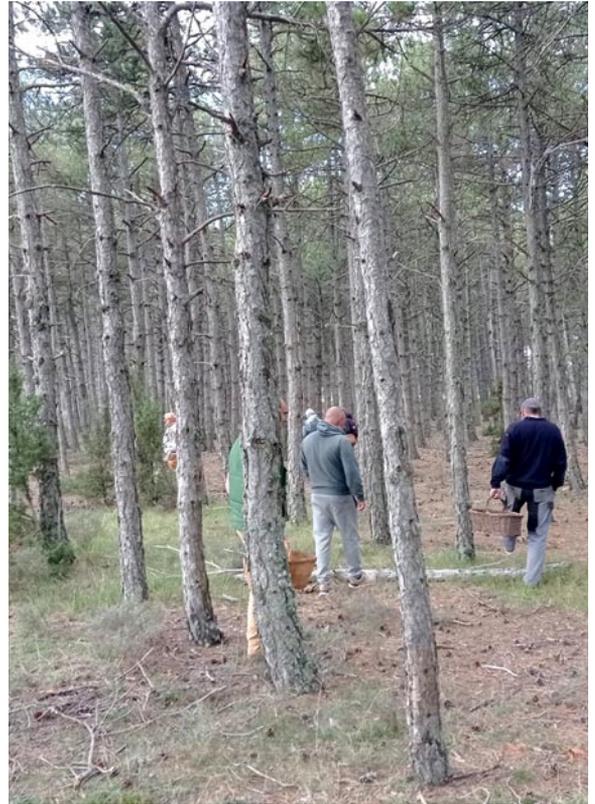
La Comarca Comunidad de Teruel organiza cada campaña diversas jornadas micológicas

La Comarca Comunidad de Teruel lleva ya muchos años realizando sus tradicionales Jornadas Micológicas, que consisten en salidas al monte durante varios fines de semana de la temporada otoñal. En este 2024 se han ampliado los municipios, pasando de tres a cuatro, porque el objetivo de los responsables de la institución es acercar al máximo a los vecinos el disfrute de la micología.

Así, según explicó el consejero de Medio Ambiente de la Comarca Comunidad de Teruel, Carlos López, el objetivo es realizar una actividad en cada una de las cuatro zonas del territorio, Jiloca, ribera del Turia, Camarillas, donde hasta ahora no se había organizado nada antes, y el Altiplano.

Se trata de una actividad tremendamente exitosa, según confirma López, quien asegura que se limita a 30 plazas, para que todos los asistentes puedan sacar el mayor partido a la salida al campo, y siempre se cubren. "Hay mucha afición y además puedes ir a varias porque siempre se aprenden cosas nuevas y recuerdas otras", aseguró. El consejero de Medio Ambiente reconoció que algunas de las salidas se han organizado a lugares donde no hay una gran variedad de especies y la medida responde a que el objetivo de las jornadas es que sean itinerantes por los 46 municipios de la Comunidad de Teruel.

Las citas programadas para este año han sido en Camarillas y Cuevas Labradas, donde se recorrieron los



En la imagen, la salida realizada este año a Camarillas

montes los días 6 y 13 de octubre, respectivamente. Además, también se incluyen en el calendario Libros (20 de octubre) y Santa Eulalia (3 de noviembre).

Las jornadas arrancan con una salida al campo para identificar y recolectar las especies más representativas. A partir de las 13:00 horas hay una charla sobre micología a cargo del presidente de la Asociación Micológica Turolense.

DESCUBRE LA



COMARCA COMUNIDAD DE TERUEL
www.turismocomarcateruel.com/cuaderno/deviaje.pdf



ATRINCHERATE
- Vestigios de la Guerra Civil -



ANDATELA
Senderos de la Comarca Comunidad de Teruel



Ferrata PEÑA PALOMERA



Dino EXPERIENCE



Conocer más para disfrutar

Las zonas más seteras organizan diferentes jornadas durante toda la campaña



Participante en las jornadas gastronómicas realizadas en octubre de 2024 en Valdelinares. Teresa Lozano

La riqueza micológica de la provincia de Teruel hace que el otoño sea temporada alta a nivel turístico, sobre todo en las zonas de producción setera. Varias localidades organizan jornadas para promocionar la recolección sostenible y dar a conocer las setas autóctonas, que en todas las comarcas van más allá del rebollón.

Tanto en la Sierra de Albarracín como en Gúdar-Javalambre y la comarca del Matarraña, durante la campaña otoñal hay muchos restaurantes que ofrecen platos elaborados a partir de los recursos fúngicos de la zona y algunos incluso ofrecen menús degustación durante las jornadas que en cada uno de los territorios se organizan.

En algunos lugares como Gúdar, Mosqueruela o Valdelinares, las jornadas las impulsa el propio ayuntamiento, mientras que en la zona de la Comunidad de Teruel es la Comarca la organizadora. En la Sierra de Albarracín se ocupan los empresarios turísticos de dinamizar con múltiples actividades en las que se ofrecen tanto salidas al campo como menús específicos.

En la Sierra de Albarracín se ofrecen diferentes propuestas desde el año 2010, como salidas micológicas, talleres o gastronomía. Las jornadas están abiertas a to-

do tipo de público, aunque los clientes de los establecimientos cuentan con descuentos especiales. Este otoño se han programado actividades en Royuela los días 17 y 18 de octubre y en Tramacastilla los días 24 y 25. Además, un total de ocho establecimientos de Albarracín, Bronchales, Calomarde, Gea de Albarracín, Royuela y Tramacastilla han preparado propuestas gastronómicas para degustar los días 17 al 20 y 24 al 27 de octubre.

Plazas agotadas en tiempo récord

En Valdelinares, las jornadas tienen una gran tradición y cada año se cubren las plazas en tiempo récord. La salida al campo cuenta con los expertos de la Asociación Micológica de Castellón (Asmicas) y, después, todos los participantes realizan, con el asesoramiento de expertos, la clasificación de las setas. Le sigue un taller de cocina, que culmina con una degustación gastronómica.

También en Mosqueruela este tipo de actividades cuenta con una óptima respuesta por parte de los micoturistas. En este caso la degustación la ofrecen los propios restaurantes de la localidad, que elaboran tapas específicas con el recurso fúngico como protagonista.

Mosqueruela ofrece 10.000 hectáreas donde llenar la cesta

Su altitud y climatología convierten el término municipal en un lugar óptimo para la micología

Tanto la altitud, entre 770 y 1.998 metros de altitud, como la climatología convierten a Mosqueruela en un lugar óptimo para la aparición de setas tanto en otoño como en primavera. Por eso, cuenta con un coto micológico con una extensión de algo más de 10.000 hectáreas de las que 5.807 (alrededor del 57%) son montes públicos y el resto (4.395 hectáreas) corresponden a superficie forestal privada pero que se han incluido también en el coto a través de un contrato suscrito por sus propietarios.

Para recoger setas en el coto hay que contar con un pase que permite, en el caso de los no vecinos, recolec-



Una de las jornadas micológicas realizadas este otoño

tar hasta 12 kilos al día. Los foráneos abonan 6 euros al día, 10 euros por todo el fin de semana y 120 si desean recolectar durante toda la temporada. Los vecinos y propietarios de fichas rústicas y urbanas pueden sacar un abono recreativo por 10 euros o uno comercial por 30 euros y en ambos casos es para toda la temporada. Los propietarios y arrendatarios de fincas cedidas al coto tienen el abono recreativo de temporada gratis y para el comercial debe pagar 5 euros.

Cada año se realizan jornadas micológicas con el fin de difundir el conocimiento sobre las especies de la localidad y también impulsar la economía local.



ÁREA DE TURISMO DE LA COMARCA DE GÚDAR-JAVALAMBRE
C/ La Comarca, s/n
44400 Mora de Rubielos
TF: 978 80 00 08

turismo.gudarjavalambre.es



Gudarjavalambre



Gudarjavalambre



comarcagudarjavalambre

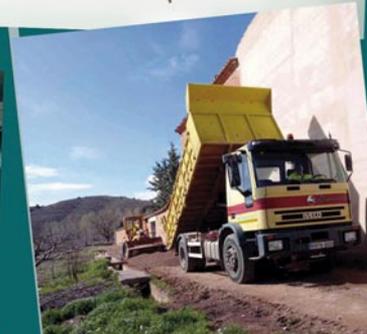


TURGUDARJAVALAMBRE

Desde la Diputación de Teruel dedicamos recursos a mejorar las infraestructuras y servicios de la provincia, así como las iniciativas de desarrollo y empleo.

Porque esta provincia es un territorio lleno de posibilidades de inversión y con grandes ventajas competitivas.

Porque creemos en Teruel y su futuro...



TIERRA DE OPORTUNIDADES

#JuntosHacemosProvincia

 **Diputación
de Teruel**

Beceite cuenta con la única Feria del Bolets de Teruel

Los días 26 y 27 de octubre la comarca del Matarraña será el epicentro de la micología

Los días 26 y 27 de octubre Beceite se convertirá en el epicentro de la micología con la celebración del XXVII Día dels Bolets y las XXV Jornadas Micológicas. El evento, ya consolidado como una cita imprescindible para los amantes de las setas y la naturaleza, ofrecerá dos días repletos de actividades para todos los públicos, desde charlas divulgativas hasta degustaciones gastronómicas.

El sábado, 26 de octubre, la programación comenzará a las 11:00 horas con una charla de Ángel Leiva, socio fundador del Grupo Micológico Caesaraugusta de Zaragoza, titulada *Introducción a la micología. Setas de primavera y otoño*. A continuación, a las 12:00 horas, se celebrará una gymkana boletaire destinada a toda la familia, en colaboración con la Asociación de Vecinos de Beceite. La tarde contará con dos conferencias: a las 17:00 horas, Luis Tabera y Eduardo Fidalgo hablarán sobre *Niscalos y sus primos, posibles confusiones*, y a las 18:30 horas, la micóloga María Luisa Díez disertará sobre *La cocina de las setas*. El día concluirá con una degustación de tapas elaboradas con setas en el polideportivo a las 20:00 horas.

El domingo, 27 de octubre, arrancará con la inauguración oficial del Día dels Bolets a las 11:00 horas, acompañada de la apertura de la exposición micológica *Hongos del Matarraña y de Los Puertos de Beceite*. A las 11:30 horas, Javier De Luna ofrecerá una charla sobre el clima de Beceite y su influencia en el crecimiento



Varias personas, observando la exposición de setas en 2023

de las setas. Durante la jornada matutina, los asistentes podrán disfrutar de una degustación gastronómica en diferentes stands del casco urbano, amenizada por el grupo de dulzainas Grallers i Timbalers d'Orta.

El evento finalizará a las 18:00 horas con la clausura oficial. Durante todo el fin de semana, se podrá visitar puestos relacionados con las setas, la artesanía y la alimentación.

Este encuentro se ha convertido en una tradición que combina la divulgación micológica, la gastronomía y el turismo rural, atrayendo cada año a cientos de visitantes.

www.matarranyaturismo.es

Un territorio, nuestro compromiso

COMARCA DEL
matarraña

OFICINA COMARCAL DE TURISMO DE LA COMARCA DEL MATARRAÑA
Avda. Cortes de Aragón, 17-19
44580 Valderrobres (Teruel)
T. 978.89.08.86
info@matarranya.org

La domesticación de colmenillas es ya una realidad

El cultivo de esta apreciada especie le abre la puerta a los restaurantes de alta gama

Jaime Aznar Mateo, farmacéutico de Manises, Valencia, ha logrado un avance significativo en el cultivo de colmenillas, un tipo de seta de primavera muy apreciada en la alta gastronomía. En su finca experimental en Sarrión, donde no crece de forma natural, ha conseguido cultivar dos variedades de *Morchella*: *la elata* y *la eximia*.

Aznar, apasionado de la micología, se interesó en esta especie tras leer sobre su cultivo en China. La colmenilla es una de las setas más valoradas por su sabor, relacionado con el alto contenido de ácido glutámico, responsable del umami. Su investigación comenzó antes de la pandemia, y aunque en 2020 no pudo optimizar el proceso debido a las restricciones, a partir de 2021 logró fructificaciones exitosas y actualmente recoge en torno a 40 kilos al año.

El farmacéutico decidió centrarse en las variedades saprófitas, que no dependen de árboles, y utilizó cepas silvestres de Cuenca y Alicante. Realizó siembras en distintas épocas y zonas de su parcela de 120 metros cuadrados, lo que le permitió confirmar que la plantación de *Morchella* puede realizarse en cualquier época del año.

Con alrededor de 40 kilos recolectados hasta la fecha, Aznar considera el proyecto un éxito. Su próximo objetivo es ampliar el cultivo a mayor escala y probar diferentes sustratos para optimizar el proceso. Aunque la colmenilla requiere un cuidadoso proceso de cocción por su toxicidad en crudo, su sabor único la convierte en un manjar apreciado en la alta cocina, aunque aún poco frecuente en los mercados populares debido a su escasez y alto precio.

La colmenilla es una seta muy utilizada en la alta gastronomía pero que aún sigue fuera de los mercados populares y no tiene la demanda de otras, como los boletos, el champiñón o el rebollón. En ello tiene mucho que ver que es poco abundante, lo que hace que el precio sea muy elevado.

Se trata de una seta que debe de deshidratarse y someterse a una cocción elevada porque si no puede resultar tóxica, pero una vez pasado este proceso "se convierten en un auténtico manjar", explica el cultivador.

La producción de 40 kilos en 120 metros cuadrados le ha permitido ofrecer su producto a cocineros de reconocido prestigio de todo el territorio nacional y explica que "se hayan quedado maravillados" tanto por el tama-



Jaime Aznar con las colmenillas que cultiva en Sarrión



Ejemplares de morchellas domesticadas

ño como por las cualidades organolépticas de estas setas, que son idénticas o incluso superan a las silvestres porque, como explica Jaime Aznar, de las cultivadas se realiza un seguimiento que permite controlar las plagas y recolectarlas en su momento idóneo.

Aunque se puede explotar el cultivo a nivel profesional porque "es rentable" asegura Aznar, indica que su objetivo no es dedicarse a ello, y que lo que le movió fue el "afán de conocimiento".

Las setas de cardo se pueden cultivar y recoger a demanda

Cultivos Forestales y Micológicos trabaja para micorrizar con rebollones los pinos piñoneros

La seta de cardo (*Pleurotus Eryngii*), uno de los hongos más apreciados del mercado, se puede cultivar. Aparece espontáneamente en montes y bosques, en campos yermos, eriales y prados, pero en los últimos tiempos la producción está en regresión por el abandono de prácticas agrícolas y ganaderas tradicionales.

Hay un inóculo de *Pleurotus Eryngii*, Micecardo®, que comercializa la empresa Cultivos Forestales y Micológicos, radicado en Torre de las Arcas, y que permite en unas pocas semanas obtener las primeras setas.

El cultivo puede realizarse tanto a nivel doméstico, en un huerto, como a nivel extensivo en calles de plantaciones a campo abierto.

Desde Cultivos Forestales y Micológicos se decantan actualmente hacia el uso de pequeños plantones de cardo para la plantación, en vez de siembra, ya que la implantación del cultivo a partir de siembra todavía arroja resultados variables o inciertos.

Los mejores sitios para hacer estas plantaciones son los sitios frescos, a buena altitud, o en cualquier estación en regadío.

Lactarius deliciosus

Aunque es todavía experimental, en los viveros de Torre de las Arcas llevan ya algún tiempo trabajando con la micorrización de pinos piñoneros con rebollones. Los investigadores de Cultivos Forestales y Micológicos indican que la micorrización se realiza a partir del micelio



Una cesta llena de setas de cardo cultivadas

Setas saprófitas

Es también posible cultivar las especies *Pleurotus ostreatus*, *Pleurotus cornucopiae* y *Lentinula edodes*, todas ellas sobre troncos, preferiblemente al exterior aunque también en interiores. El vivero de Torre de las Arcas realiza esta línea de trabajo bajo pedido.

de císcalo, que es difícil de obtener. Además, en el caso de los plantones micorrizados también es incierta la entrada en producción, algo que no ocurre con la seta de cardo, que es más fiable. Explican que puede ser de entre 5 y 10 años y es muy importante la aportación de agua. El interés añadido del cultivo es que injertan pino con variedades muy productivas de piñón, un producto con un elevado valor en el mercado.



CULTIVOS FORESTALES Y MICOLÓGICOS

Más de 30 años en el sector

ESPECIALISTAS EN TRUFICULTURA Y CULTIVOS INNOVADORES

... nosotros ponemos la planta y tú recoges el fruto ...

44709 Torre de las Arcas (Teruel)
+34 978 753 440
www.cultivosforestales.com



CINCA Y ROBLE TRUFEROS



SETA DE CARDO EN CAMPO MICECARDO®



PIÑONERO INJERTADO TRUFA/LACTARIUS



NOGAL FRUTO Y MADERA



PECANO INJERTADO TRUFERO



SUSTRATOS TRUFICULTURA



Ejemplar de 'Amanita muscaria'. Pixabay / Anh Tuan Phan

No todo lo que hay en el monte se puede llevar a la mesa

Casi el 57% de las intoxicaciones por setas produjeron una sintomatología moderada o grave, según los datos del Servicio de Información Toxicológica

En el año 2022, según la memoria del Servicio de Información Toxicológica se recibieron 176 consultas, lo que supone un 0,3% del total de intoxicaciones. La mayoría fueron por ingestión accidental (786), mientras que el resto fue por consumo con objetivos alucinógenos. Afectaron principalmente a hombres (54,5%) y en dos de cada diez casos eran hombres de entre 50 y 59 años. El 56,8% de las intoxicaciones por setas produjeron una estimación de sintomatología moderada y grave, lo que explicaría que sobre el 70% de las llamadas al SIT las realicen profesionales sanitarios (hospitales, centros de salud, servicios de emergencias o consultas médicas) a donde acudió el intoxicado. Respecto a la distribución geográfica, la comunidad autónoma de Madrid y Andalucía son las predominantes (17,6% cada una), seguida de Cataluña (16,5%).

La mayor parte de las intoxicaciones se producen en otoño, principalmente en octubre y no hay que ingerir ninguna seta que no se sepa identificar.

El año anterior las cifras fueron muy similares, con un total de 145 consultas por intoxicaciones por setas, lo que supone un 0,2% del total de las consultas por intoxicación. La mayoría se produjeron por accidente (72,4%), mientras que en torno al 20% se produjeron de forma voluntaria por ingesta de setas para conseguir efectos alucinógenos. Afectaron principalmente a la franja de edad de entre 60 y 69 años, con el 15,2% de las consultas, y de ellos el 51,7% eran hombres.

Famosos que murieron por la ingesta de setas

Son varios los personajes históricos que murieron por la ingesta de setas, desde el emperador Claudio, en el año 54 d.C., por la ingesta de una *Amanita muscaria* mezclada con las *Amanitas cesáreas* que él consumía, hasta la mujer y los hijos de Eurípides, que comieron un plato de setas venenosas. Más recientemente, el Zar Alez Mijailovich, en el siglo XVII y Carlos VI, que murió por la ingesta de *Amanita phalloides*.

El 53,8% de las intoxicaciones por setas produjeron una estimación de sintomatología moderada y grave, lo que explicaría que sobre el 70% de las llamadas al SIT las realicen profesionales sanitarios (hospitales, centros de salud, servicios de emergencias o consultas médicas) a donde acudió el intoxicado. Respecto a la distribución geográfica, la comunidad de Cataluña es la predominante (22,8%), seguida de Madrid (15,9%) y Andalucía (11,7%).



Una mujer, buscando setas en el Maestrazgo. Comarca del Maestrazgo

Diez pueblos con más de 10.000 hectáreas de pinar

La Comarca puso en marcha el espacio en el año 2011 y cada año vende miles de pases

El Maestrazgo puso en marcha ya en el año 2011 el primer aprovechamiento micológico de índole comarcal de Aragón. Surgió por iniciativa de la Comarca del Maestrazgo e incluyó a las diez localidades de la delimitación que cuentan con pinares. Se trata de Cantavieja, La Iglesuela del Cid, Villarluengo, Allepuz, Villarroja de los Pinares, Tronchón, Pitarque, La Cañada de Benatanduz, Miravete de la Sierra y Fortanete. En total, los aficionados a la micología disponen de 10.500 hectáreas, todas ellas de monte público, para recorrer en busca de los preciados hongos.

EL APUNTE

LOS PASES PARA PODER LLENAR LA CESTA OSCILAN ENTRE LOS 5 Y LOS 50 EUROS

El coto micológico del Maestrazgo tiene diferentes pases a la venta para adaptarse a las necesidades de todo tipo de usuarios. Los vecinos de toda la comarca tienen precios especiales y para los aficionados de fuera existe un pase diario por 5 euros, uno de fin de semana por 8 euros y también hay de temporada, con un coste de 50 euros.

El proyecto de Gestión de los Aprovechamientos Micológicos en la Comarca del Maestrazgo, surge como una propuesta por parte de los Ayuntamientos y de la población residente. Esta demanda social se generó debido a una serie de problemas sociales y medioambientales que comenzaron a producirse en el territorio como consecuencia de un aumento de la actividad recolectora de setas.

El proyecto, que ha sido promovido por la Comarca del Maestrazgo con la colaboración de los ayuntamientos y de Adema, la Asociación para el Desarrollo del Maestrazgo, tiene como finalidad la puesta en valor y gestión sostenible de los recursos micológicos mediante la regulación de la recolección de hongos integrada en la gestión forestal con el objetivo de garantizar su conservación.

Herramienta para equilibrar la presión recolectora

La regulación micológica en los territorios del Maestrazgo se fundamenta en la legislación vigente y se caracteriza por un sistema de permisos obligatorios, de los que cada año vende varios miles, cuya compra ofrece una serie de servicios al recolector. Los beneficios generados por este sistema repercuten directamente en la gestión sostenible de los recursos micológicos. Asimismo, este sistema proporciona una herramienta de actuación para regular y equilibrar la presión recolectora sobre los montes de la región en función de las necesidades del territorio.

Días de setas

Nuevo menú degustación de otoño
Una experiencia gastronómica
inundada de sabores de la tierra.

 Segura Baleario

Reserva ya · 978 282 700 · www.segurabalneario.es



Síguenos:
f @

Es un momento de Teruel capital. En Segura de los Baños - España
VER WEB



Receta elaborada por
BELÉN SOLER
Restaurante La Ojinegra de Alloza

Salteado de rebollones con base de calabaza

#SinGluten

Esta receta está pensada para el aprovechamiento de las setas en dos elaboraciones: sofrito y caldo



INGREDIENTES PARA EL SOFRITO

- ♦ Trozos de rebollones, setas de cardo... de la Sierra de Gúdar
- ♦ Cebolla, ajo, zanahoria del Mercado Agroecológico y local norte Teruel
- ♦ Ajedrea silvestre de la Sierra de Gúdar
- ♦ AOVE de la variedad Royal de Alloza
- ♦ Ternera eco de pasto de Alcalá de la Selva
- ♦ Sal marina

INGREDIENTES PARA LA BASE

Calabaza cacahuete (base del pie de las setas, partes secas del sombrero... de setas comestibles)

INGREDIENTES PARA EL EMPLATADO

AOVE de la variedad Empeltre
Trufa fresca de temporada, *Tuber uncinatum*,
Sal gorda

ELABORACIÓN DEL SOFRITO

- ♦ Cortar en *brunoise* la zanahoria, el ajo y la cebolla, sofreír con AOVE. Incorporar la sal y la ajadrea
- ♦ Añadir la carne cortada un poco más grande que las hortalizas
- ♦ Una vez todo sofrito, añadir las setas salteándolas para dejar una textura crujiente y entera
- ♦ Rectificar de sal y retirar las ramas de ajadrea silvestre

ELABORACIÓN DE LA BASE

- ♦ Cortar en rodajas de un centímetro el cuello de la calabaza, cortar con un molde de aro pequeño de más o menos tres centímetros de diámetro para que sean dos bocados
- ♦ En una olla con agua, infusionar con los recortes de las setas, poner la vaporera con las bases de la calabaza
- ♦ Hay que estar muy atentos a que no se deshagan

EMPLATADO

- ♦ Sobre una madera de olivera, disponer las bases de la calabaza con una cucharada del sofrito encima y una lámina de trufa fresca. Chorretadica de AOVE y sal gorda por encima
- ♦ Puedes rematar con unas hojas o flores frescas de ajadrea



Carpaccio de champiñones aliñado con albahaca, kikos y lima

Receta elaborada por
MANUEL BARRAU
Restaurante Micelios Alcañiz



INGREDIENTES

- ♦ 3-4 champiñones por persona
- ♦ 100 mililitros AOVE Bajo Aragón
- ♦ Unas ramas de albahaca
- ♦ Kikos
- ♦ Una lima, sal y pimienta negra molida

ELABORACIÓN

Lavar y secar los champiñones, retirar el tallo. Cortar finamente los sombreros de los champiñones y disponer cubriendo todo el plato. Triturar el AOVE con la ralladura de media lima y su zumo, añadir unas ramas de albahaca y triturar finamente. Aliñar los champiñones con la vinagreta. Añadir sal en escamas sobre las laminas. Y unos golpes de molinillo de pimienta negra. Terminar espolvoreando unos kikos triturados. Decorar con unos pétalos de flores.



Tagliatelles con boletus, panceta curada y yema de huevo

INGREDIENTES

- ♦ 200 gramos tagliatelles al huevo
- ♦ 50 gramos panceta curada
- ♦ 250 gramos boletus
- ♦ Sal y pimienta negra molida
- ♦ 2 huevos
- ♦ Orégano

ELABORACIÓN

Sofreír la panceta cortada en tiras finas en una sartén con un poco de AOVE, cuando empiece a dorar, añadir el ajo pelado y picado fino. Sofreír medio minuto e incorporar los boletus, lavados, secados y cortados en laminas. Sofreír unos 10 minutos más a fuego suave. Poner a punto de sal y pimienta. Cocer la pasta en agua hirviendo con sal, el



tiempo que indique el fabricante. En la sartén, apartar a un lado los boletus y verter las dos claras de huevo, reservando las yemas para el final. Cuajar las claras, romperlas y mezclarlas con los boletus, añadir la pasta escurrida y emplatar. Disponer la yema sobre la pasta y mezclar en el último momento.

REBOLLÓN

Lactarius deliciosus

Es la seta más abundante en la provincia de Teruel, donde se cría en sus diez comarcas. También es la más conocida y recolectada. Fructifica en otoño sobre pinar de pino albar, negro, rodeno, salgareño y carrasco.



LLANEGA

Hygrophorus glyocyclus

También conocida como babosa, en Teruel aparecen las variedades blancas y negras (*Hygrophorus latitabundus*). Es una especie otoñal e invernal que se cría en cualquier tipo de pinar. Es comestible si se retira la cutícula.



SETA DE CARDO

Pleurotus eryngii

Especie primaveral, otoñal e invernal que fructifica sobre eriales. Se cría en zonas de solana sin importar la pendiente y sobre suelo básico aunque también puede aparecer en sustrato ácido. Muy apreciada por su sabor y olor agradables.



COLMENILLA

Morchella deliciosa

La colmenilla o *Morchella deliciosa* es muy habitual en Teruel en primavera. En crudo resulta tóxica, por eso para consumirla con todas las garantías lo mejor es desecarla y rehidratarla antes de su cocinado.



PERRECHICO

Calocybe gambosa

También conocida como Seta de San Jorge. Fructifica formando grandes corros sobre pinar de pino albar y pino negro además de pastizal. Crece en sustrato básico principalmente, aunque también en suelos ácidos.



PORRO

Boletus edulis

Especie otoñal de las más valoradas por su excelente sabor. Fructifica sobre pinares de albar y negro, también en melojar y hayedo, aunque siempre en bosques maduros, de cualquier densidad, pendiente y orientación sobre sustrato ácido.



MARZUELO

Hygrophorus marzuolus

Se cría en primavera e invierno y siempre aparece en bosques maduros y densos, sobre laderas de umbría con sustrato ácido. Fructifica sobre pinar de pino albar, negro y en hayedos. Su cutícula es gris clara si es joven y se va oscureciendo con el tiempo.



SETA DE CHOPO

Cyclocybe aegerita

Fructifica formando tocones sobre choperas, en bosques maduros, sin importar su densidad, su pendiente o su orientación. Aparece sobre sustrato ácido y básico. Especie primaveral, otoñal e invernal muy apreciada por su olor y sabor agradables.



AMANITA *Phalloides*

Se trata de una de las setas de otoño más peligrosas no solo porque su ingestión puede resultar mortal. Su presencia está muy extendida y, además, es relativamente sencillo confundirla con un champiñón silvestre.



LEPIOTAS

Las pequeñas lepiotas son también una de las especies fúngicas más tóxicas y su consumo causa envenenamiento grave con afección hepática, al igual que la *Amanita phalloides*, y fructifica principalmente en otoño, aunque también sale alguna en primavera.



SETA DE LOS CABALLEROS

Se trata de una especie que ha sido ingerida durante años y que también es fácil encontrar en la provincia. Varias muertes por consumo de *Tricholoma equestre* en Francia la excluyó del catálogo de las comestibles en España.



PAXILLUS INVOLUTUS

Aparece tanto en otoño como en primavera y todo el género son tóxicos. Aparecen en los hábitats más variopintos, principalmente en bosques de hoja caduca e incluso en parques urbanos. Es muy tóxica, incluso puede ser letal.



GALERINA MARGINATA

Es una seta muy pequeña, casi siempre lignícola y muy poco apetecible, apenas tiene carne. Sin embargo, es una de las más tóxicas junto con la *Amanita phalloides*. Sale en diversas épocas del año, aunque sobre todo lo hace en otoño.



GYROMITRA DE PRIMAVERA

Antiguamente se consumía porque, aunque es tóxica y puede resultar mortal, no afecta a todo el mundo por igual. Contiene gyromitrina, una sustancia muy tóxica. Su ingesta afecta al aparato digestivo y al neurológico.



ENTOLOMA SINUATUM

Es la principal especie tóxica primaveral porque se confunde con *Calocybe gambosa*, el bujarón. *Entoloma sinuatum* es más otoñal y de coníferas, pero en ocasiones aparece a finales de primavera y se recolecta junto a bujarones.



AMANITA MUSCARIA

La mayor parte de las intoxicaciones por el consumo de esta seta se producen por su consumo de forma consciente, principalmente por los jóvenes por sus efectos alucinógenos.

