Senda Micológica
de Cuadros a Camposagrado

DIPUTACIÓN DE LEÓN · Ayuntamiento de Cuadros · Junta Vecinal de Cuadros



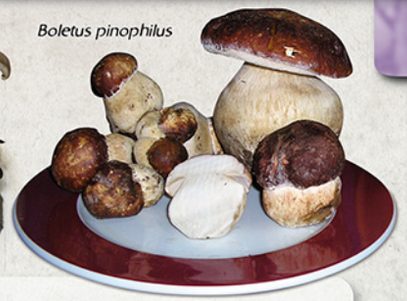
Boletus con gambas



Ensalada tibia de amanita cesárea



Chipirones rellenos con seta de cardo



Boletus pinophilus

"Conocer lo que se come y comer lo que se conoce"



Ganoderma lucidum (Reishi), especie muy apreciada por sus propiedades medicinales



Ganthurellus cibarius, excelente comestible cortada la base del pie con la navaja



Amanita caesarea, excelente comestible

- No mezclar las setas de distintos setales o de distintas especies cuando tengamos la más mínima duda sobre su correcta clasificación.
- No pisotear, dar patadas o destrozar setas que no sean comestibles. Existen muchas especies de setas que tienen un gran interés científico o bien que son utilizadas para estudios, exposiciones o publicaciones.
- Cortar las setas con la navaja larga donde el pie se inserta en la tierra para respetar el micelio, procurando no remover el suelo para no estropear las futuras fructificaciones de setas. No utilizar herramientas como rastrillos, hoces o azadas, ni tampoco se debe escarbar entre el mantillo o la capa vegetal de los bosques.
- Procurar recoger las setas en el mejor estado posible, eliminando ejemplares agusanados, helados, muy adultos o muy aguados por las lluvias. Es conveniente limpiar ya en el campo las especies destinadas al consumo.
- Deben respetarse los ejemplares de setas muy pequeños. No debemos olvidar que las setas cuando están empezando a fructificar no producen esporas (semillas) y estamos impidiendo su reproducción en un futuro inmediato.
- Respetar los ejemplares envejecidos, pasados o agusanados porque ayudan - por la abundancia de esporas que poseen - a la expansión y fructificaciones futuras.
- Para la recolección y traslado se deben utilizar cestas de mimbre u otros recipientes que permita a las setas su aireación. Por eso no se deben utilizar las bolsas de plástico que impide la transpiración y la caída al exterior de esporas.

NOTA: Estas normas y consejos para la recolección se han redactado teniendo en cuenta el DECRETO 130/1999, de 7 de junio, por el que se ordenan y regulan los aprovechamientos micológicos, en los montes ubicados en la Comunidad de Castilla y León, publicado en el B.O.C. y L. Nº 119 de fecha 23 de junio de 1.999.



Boletus pinophilus, comestible muy apreciado en Camposagrado

Pautas para la recolección y consumo de setas

"La Naturaleza pertenece a los que la aman y la respetan"

El disfrutar de las setas supone un RESPETO A LA NATURALEZA en el más amplio sentido del término:
- respetar las especies que no conocemos.
- no dejarse llevar por el desmedido afán de recoger muchas especies.
- no deteriorar los setales.
- respetar los bosques y montes.

Medicinal · Excelente Comestible · Buen Comestible



Rozites caperatus, comestible poco conocido



Leccinum scabrum, micorriza del abedul



Boletus regius



Boletus aereus