

Come riconoscere e dove cercare il prugnolo

La stagione dei funghi vive il suo momento migliore e, per l'occasione, il micologo di Dispensa Italiana, Raffaele Capano, ci parla della *Calocybe gambosa*, meglio conosciuta con altri appellativi come *prugnolo*, *fungo della saetta*, *fungo di San Giorgio*, *spinarolo*, *virno*.

Non proprio tipico dell'autunno, anche se reperibile in questo periodo, il fungo di San Giorgio si presenta con caratteristiche ben precise, vediamole insieme

Prugnoli: come riconoscerli

CAPPELLO: sodo e carnoso, inizialmente emisferico/convesso, poi disteso e pianeggiante raramente depresso, dal color bianco crema al nocciola chiaro. Cuticola asciutta e liscia col tempo secco prolungato.

LAMELLE: molto fitte, leggermente decorrenti con lo stesso colore del cappello.

GAMBO: sodo e robusto, cilindrico, panciuto o clavato, ma anche esile e poco consistente, liscio e con colore del cappello.

CARNE: bianca, abbastanza consistente, con odore persistente di farina fresca che si percepisce anche nel fungo cucinato.

Dove e quando trovare il prugnolo

HABITAT: cresce in primavera, raramente anche in autunno, nei pascoli e nelle radure dei boschi in forma isolata o gregaria; in quest'ultimo caso, i gruppi di esemplari possono anche disporsi a formare i classici cerchi delle streghe, oppure particolari forme con andamento a zig zag.

COMESTIBILITÀ: ottimo e molto ricercato, può essere consumato anche allo stato crudo.

CURIOSITÀ: tipicamente primaverile è soprannominato anche “Fungo di San Giorgio” in quanto la sua crescita coincide con la festività del Santo (23 Aprile).

Fungo di San Giorgio in cucina

Fettuccine con erbe selvatiche e prugnoli

Pulire molto accuratamente c.a. 350 gr. di **prugnoli** (*Calocybe gambosa*) e tagliuzzarli finemente. Mondare e lessare circa 350 gr di erbetta selvatica, nella fattispecie “*Silene vulgaris*”, saltarla appena in padella con un fondo di olio e aglio.

In una casseruola larga e a bordo basso, a parte, soffriggere uno spicchio d’aglio in quattro cucchiaini di olio di oliva, fino a farlo dorare. Aggiungere i funghi, qualche pomodorino fresco, sale e pepe quanto basta e cuocere per circa 10-15 minuti.

Nel frattempo, far bollire in abbondante acqua salata 400 gr. di fettuccine all’uovo, scolare al dente e versare nella pentola con i funghi.

A fuoco medio, mantecare molto bene, aggiungendo una manciata di parmigiano, grattugiato al momento, un cucchiaino di prezzemolo tritato fresco e l’erbetta selvatica.

Servire il tutto subito e caldissimo. Per accompagnare, l’ideale è un vino rosso leggero.

Buon appetito!

a cura di Vincenzo Russolillo