

# Decalogo per consumare in sicurezza i funghi spontanei

1. Raccogli solo funghi sani e interi
2. Non raccogliere i funghi che crescono lungo le strade, nelle discariche o in altri luoghi potenzialmente inquinati
3. Non è vero che sono sicuramente commestibili i funghi con larve di insetti oppure erosi da lumache o piccoli roditori
4. Conserva in frigorifero i funghi raccolti
5. Consuma i funghi entro 2 giorni dalla raccolta
6. Consuma i funghi solo dopo adeguata cottura
7. Mangia solo funghi di cui è certa la commestibilità (non fidarti dei consigli di amici, delle credenze popolari o solamente delle foto sui libri)
8. Consuma i funghi in quantità moderata e non in pasti ravvicinati
9. Non è consigliabile somministrare funghi a bambini, donne in gravidanza o in allattamento, persone con problemi di salute
10. **Rivolgiti sempre al micologo della tua ASL per accettare la commestibilità dei funghi (il servizio è gratuito)**



A.S.L. TO5

Azienda Sanitaria Locale  
di Chieri, Carmagnola, Moncalieri e Nichelino

