

Sobre la cuestión de la conveniencia de cortar o arrancar las setas, pensamos que cuando se recolectan setas para su consumo, perfectamente identificadas y reconocidas, se deben cortar, sobre todo por cuestiones de limpieza, mientras que en el caso que recojamos una muestra para su estudio y determinación, se debe extraer completa.

## 2.5. CONSERVACIÓN Y GASTRONOMÍA

En los años de grandes fructificaciones, se guardan en diferentes tipos de conserva. El sistema tradicional consistía en freír los hongos hasta que hubieran soltado el agua que contienen. Entonces se metían en orzas, cubriéndolos con el mismo aceite de la fritura. En la actualidad, con el desarrollo de nuevos sistemas de conservación, esta técnica ha caído en desuso, empleándose otros sistemas como la congelación, teniendo siempre en cuenta que la seta congelada debe incorporarse a la comida sin descongelar y sobre los guisos en ebullición, ya que si se deja descongelar, se desestructura y pierde su consistencia. Otros sistemas caseros son la conservación en vinagre y al natural. Esta última técnica es la que se emplea industrialmente.

Gastronómicamente, los guíscanos tienen una textura peculiar, diferente a otras setas recolectadas y debida a la estructura celular de las rusuláceas. En general, son más apreciados y muy valorados en las regiones levantinas, donde existe una antiquísima tradición en la recolección y consumo de estos hongos. Sin embargo, en amplias zonas del interior se trata de una especie de reciente introducción en el recetario culinario, especialmente en aquellas donde los pinares son el resultado de repoblaciones relativamente recientes, como es el caso de Extremadura, Montes de Toledo o Sierra Morena. En cuanto a las formas de preparación, existe un gran número de recetas, de las que aportamos unas cuantas, recogidas en nuestro trabajo de campo.

### *Guíscanos con patatas*

*Ingredientes:* guíscanos, patatas, aceite, pimentón dulce, huevos, ajo, agua y sal.

Se sofríen los hongos en aceite de oliva, cuando hayan soltado casi toda el agua se añaden patatas. Una vez fritas, se pone pimentón dulce, se le dan un par de vueltas y se añade agua. Cuando hierva se deja cocer un