



di Luigi Tonellato
chef Fabrizio
Sangiorgi
First Quality
Management srl

Funghi: puliti e freschi

Rispetto ad altri alimenti, per la cottura sottovuoto di funghi risultano molto più delicate ed importanti le fasi preliminari. Bisogna intanto sfatare alcune leggende metropolitane, in particolare quella che si possa semplicemente spazzolare il fungo senza lavarlo perché pronto ad inzupparsi d'acqua come una spugna. Si lavino tranquillamente i funghi in abbondante acqua, eventualmente acidulata con aceto. In tal caso se ne vantaggiano i funghi bianchi (es. *champignons*). Lo stesso risultato si ottiene con acqua addizionata di anidride carbonica (abbassa il pH). La pulizia iniziale è

fondamentale. Se con i funghi coltivati possiamo contare su una qualche forma di pastorizzazione del substrato di produzione, nel caso di funghi spontanei acquistati da qualche raccoglitore - ovviamente di comprovata esperienza - dobbiamo affrontare un carico di sporco notevole con molti microrganismi e spore batteriche. Ricordiamo che la cottura SV avviene a bassa temperatura: la carica microbica di partenza deve assolutamente essere ridotta. Pertanto un'altra regola su cui non si può assolutamente transigere è la massima freschezza dei prodotti di partenza.

Per alcuni tipi di funghi s'impongono alcuni passaggi preliminari prima del confezionamento SV e successiva cottura. Per la trombetta dei morti (*Craterellus cornucopioides*) è necessario sbollentare in acqua per un paio di minuti per evitare la comparsa di un gusto troppo marcato e sgradevole; per i chiodini (*Armillariella mellea*) sbollentare serve per ammorbidire il fungo ed evitare la bava.

La pulizia iniziale è fondamentale. Se con i funghi coltivati possiamo contare su una qualche forma di pastorizzazione del substrato di produzione, nel caso di funghi spontanei acquistati da qualche raccoglitore - ovviamente di comprovata esperienza - dobbiamo affrontare un carico di sporco notevole con molti microrganismi e spore batteriche. Ricordiamo che la cottura SV avviene a bassa temperatura: la carica microbica di partenza deve assolutamente essere ridotta. Pertanto un'altra regola su cui non si può assolutamente transigere è la massima freschezza dei prodotti di partenza.



Mushrooms: the cleaner and fresher the better

When vacuum cooking mushrooms, the preliminary stages are much more delicate and important than with other foodstuffs. First though, we need to debunk a few myths, and in particular the one saying that mushrooms should simply be brushed and not rinsed, as contact with water makes them swell up like a sponge. Mushrooms can be safely washed in plenty of water, acidified with vinegar if necessary. Adding vinegar is particular useful with white mushrooms such as champignons. The same result is also achieved using carbonated water, as CO₂ lowers the pH. Initial cleaning is crucial. While cultivated mushrooms are grown in a soil that has been treated with a form of pasteurization, with wild mushrooms purchased from a mushroom picker - with proven experience, naturally - there will also be a significant amount of dirt carrying millions of micro-organisms and bacterial spores. Remember, only low temperatures are used with vacuum cooking, so as much of the microbial content as possible must be eliminated beforehand. For the same reason, it is imperative that only the freshest ingredients be used.

For certain types of mushroom, a number of preliminary procedures are necessary before vacuum packing and subsequent cooking. With black trumpets (*Craterellus cornucopioides*), the mushrooms must be blanched for a couple of minutes to prevent the development of an excessively intense, unpleasant flavour, whereas with honey mushrooms (*Armillariella mellea*), blanching serves to soften the mushroom and prevent the formation of slime.

For certain types of mushroom, a number of preliminary procedures are necessary before vacuum packing and subsequent cooking. With black trumpets (*Craterellus cornucopioides*), the mushrooms must be blanched for a couple of minutes to prevent the development of an excessively intense, unpleasant flavour, whereas with honey mushrooms (*Armillariella mellea*), blanching serves to soften the mushroom and prevent the formation of slime.

