



# 菌儿的世界你要懂

## 云南的毒菌有200多种 这些常见毒菌要记清

### 传言 不能一概而论

**1** 颜色鲜艳者、菌盖上有疣突者有毒。

**真相:** 菌子的颜色和毒性没有关系,可以吃的菌子里也有不少颜色鲜艳的。例如,红汁乳菇、红黄鹅膏、喇叭菌等,外表鲜艳,却是可以食用的菌子。

红黄鹅膏也叫鸡蛋菌,炒的时候有一股鸡蛋的香味。菌盖中心有明显钝凸,呈伞形至近平展的伞形,边缘橙黄色,中心橙红色,边缘有明显长条纹,盖表光滑,湿时粘,偶尔有黄色菌幕残片。喇叭菌,也叫金黄喇叭菌,一听名字就知道是外表鲜艳的菌子了。在滇西保山、腾冲等地很常见,可以食用。

**2** 不生蛆、不生虫的有毒;虫子会吃的就是无毒的。

**真相:** 这个说法并不准确,这和菌子的生长期有一定关系。菌子到了成熟期,会自然散发出香味,从而吸引昆虫来取食。有些菌子有毒,但也会有虫子来吃。如白毒鹅膏,虫子吃完后不会立即中毒死亡,它的毒性具有延时性。蘑菇上有虫子吃过的痕迹,人们不知道误食后,一样会中毒。

**3** 可食用的无毒菌子多生长在清洁的草地、松树或栎树上,有毒菌往往生长在阴暗、潮湿的地方。

**真相:** 这个完全没有道理,是一种经验之谈。例如,鬼伞菌就生长在草原、旷地,有动物粪便的肥沃地上,但这种菌子是有毒的。

**4** 有鳞片、黏液、菌托和菌环的菌子是有毒的。

**真相:** 有黏液的菌子种类虽然很少,比如粘盖奥德蘑,它表面有一层透明的、厚厚的黏液,却是可以吃的。再如乳牛肝菌,新鲜的时候表面也会有黏液,很粘滑却可食用,所以不能一概而论。

生有菌托和菌环、菌盖上往往有鳞片,是鹅膏属的识别特征,而鹅膏属是伞菌中有毒种类最为集中的类群。按照“有菌托、菌环和鳞片的蘑菇有毒”的鉴别标准,可以避开包括白毒伞和毒蝇鹅膏在内的许多毒蘑菇。云南野生菌中毒事件90%都是由鹅膏属菌引起的,它和鸡枞很相像,人们容易误食。

但同样有菌环和菌托的红黄鹅膏菌,也是很美味的一种食用菌。

这几天闹得沸沸扬扬的玉溪村民食用野生菌中毒事件,专家推断是亚稀褶红菇,也叫亚稀褶黑菇,属红菇科。这种毒菌没有菌托、菌环和鳞片,颜色也很朴素,误食会导致溶血症状,严重时可能因器官衰竭致死。

**5** 煮时银器、大蒜、米饭变黑的有毒。

**真相:** 银器、银针试毒,在很多国产电影、电视剧中经常出现,似乎是一种极其灵验的验毒方法。银器验毒的原理,是银与硫化物反应生成黑色的硫化银。古代提炼的砒霜纯度不高,伴有少量硫和硫化物,用银器有可能验出。但是,所有毒蘑菇都不含硫或硫化物,不会让银器变黑。不过,在云南有一种叫“叶状耳盘菌”的有毒野生菌,看上去像木耳,会让大米、大蒜、鸡蛋等变黑,若遇到这种情况,一定不能吃了。

与大蒜同煮可以解毒的说法危害更大。有些蘑菇的毒素可以经过一定的煮、炒后被破坏,但也有的毒素特别耐热。鹅膏所含的毒素可分为毒伞素、鹅膏毒肽和鬼笔毒肽3种,化学性质稳定,耐高温、耐干燥和耐酸碱。剧毒鹅膏用高压锅煮一天,毒素也不会被破坏。

雨水落地,菌子快快长。对于云南人来说,菌子是什么食物都无法替代的家乡美味。

中国科学院昆明植物研究所研究员杨祝良介绍,我国野生食用菌资源十分丰富,已知的就有700多种,云南占到了3/4,居全国之首。在众多野生菌中,有可食用的,自然也有毒菌。杨祝良说,我国的毒菌估计至少有400种,云南的毒菌有200多种。对于普通市民来说,要记住这200多种毒菌从而分辨出有毒菌和可食用菌,是很难做到的事情。于是,在民间就常有一些识别毒菌和食用菌的“传言”,比如颜色鲜艳的有毒、煮的时候银器变黑的有毒……这些方法只能区分某些毒菌,对其他一些毒菌没有区分作用。杨祝良说:“要靠几条简单的办法,把几百种食用菌和毒菌区分开来,是不可能的。”

怎样才能愉快地吃菌呢? 请耐心看完这期“吃菌防毒指南”……



黄盖鹅膏白色变种(剧毒)



黄盖鹅膏(剧毒)



暗花纹鹅膏(剧毒)



华美牛肝菌(有毒)

中国科学院昆明植物研究所供图

### 云南这些菌 你好毒毒毒毒毒

致命鹅膏(白罗伞)、灰花纹鹅膏(麻母鸡)、拟卵盖鹅膏(鸡蛋菌)、小豹斑鹅膏(满天星)、假褐云斑鹅膏、红托鹅膏(红满天星)、球基鹅膏(满天星)、黄盖鹅膏(黄罗伞)、残托鹅膏、青褶伞、赤脚鹅膏、黄鳞鹅膏、条盖盔孢伞、绿褐裸伞、网孢海氏牛肝菌(高脚葱)、

方形粉褶菌、赭鹿花菌、叶状耳盘菌(假木耳)、花边斑褶菇、喜粪裸盖菇、簇生黄韧伞、黄色丝盖伞、东方桩菇、褐点黄粉未牛肝菌、毒红菇、亚稀褶红菇(火炭菌)、有毒异色牛肝菌(毒牛肝)、皂味口蘑、毒沟褶菌(小白菌、蝴蝶菌)、粉孢牛肝菌(苦马肝)。

### 吃菌 一定避开它们

#### 九成以上 中毒死亡事件因为它

在众多毒菌中,有一类菌毒性非常厉害。研究人员做的一项统计显示,在蘑菇中毒死亡事件中,90%以上是由毒鹅膏引起的!

在NSFC-云南联合基金重点项目、国家重点基础研究发展计划等基金项目资助下,杨祝良和同事、学生开展了剧毒鹅膏的研究。通过十多年的研究,科研人员发现在我国分布有黄盖毒鹅膏、灰花纹毒鹅膏等12种剧毒鹅膏,它们分布在全国各地。剧毒鹅膏菌在云南分布有6种,特别在滇中、滇西北比较多,它们喜欢生长在松树林和栗树林。剧毒鹅膏的毒性有多强? 像灰花纹鹅膏,只要吃10克就可致人死亡。

昆明、楚雄、大理、曲靖等地的人们,更是要忌吃“黄罗伞”和“白罗伞”。民间俗称的“黄罗伞”和“白罗伞”是可以吃的,但这两种菌子长得非常像致命鹅膏(白罗伞)和黄盖鹅膏(黄罗伞),一不小心误食就悲剧了。2011年8月10日,楚雄禄丰一平浪镇有14人误食“白罗伞”从而中毒,其中一人死亡。2007年,楚雄市三街镇黑泥村委会也发生了误食“白罗伞”中毒事件,幸好抢救及时。

那么,要如何避开剧毒菌呢? 杨祝良说:“避开‘头上戴帽,腰间系裙,脚上穿鞋’的菌子,也就避开了剧毒鹅膏。”

#### 这种菌子 有的可吃有的剧毒

另外,还要避开亚稀褶红菇(火炭菌)。在云南,被称为“火炭菌”的菌子至少有5种,其中有的可以吃,有的是绝对不能吃的。有毒的火炭菌切开后是暗红色,不会变成褐色或黑色;可食用的切开后会变成褐色或黑色。

#### 备受宠爱的牛肝菌 也得小心

一些牛肝菌也是有毒的,但毒性不大,比如俗称的白葱、红葱、见手青,这些牛肝菌含有会让人产生幻觉的毒素。

烹调加工牛肝菌时,如果时间不够,没能把化学成分破坏,也会引起中毒症状,但基本上不会致死。他建议,用开水煮菌子的话,最好煮7-10分钟。楚雄、曲靖等地有几种牛肝菌也不可以随便吃,吃了后会拉肚子。白牛肝菌没毒,就算生吃也没问题。

那么,难道就不能安心享受野生菌的美味了吗? 其实,不然。“最好的办法,就是只吃自己熟悉的菌子,不吃不认识的。”杨祝良说。

统筹:杨茜  
本报记者 杨质高

春城晚报

开屏新闻App  
便捷生活 即刻开屏

