

FUNGA DA SERRA

CAÇANDO COGUMELOS COMESTÍVEIS
NA SERRA GAÚCHA



HELISSA GRÜNDEMANN

Ficha técnica

Funga da Serra: Caçando cogumelos comestíveis na Serra Gaúcha

Autora: Helissa Gründemann

Edição: 1ª edição (2025)

Publicação independente

Capa: Helissa Gründemann

São Francisco de Paula, RS – Novembro de 2025

© **Helissa Gründemann - Todos os direitos reservados.**

Nenhuma parte deste livro pode ser reproduzida ou transmitida sem autorização prévia da autora.

AVISO IMPORTANTE: O conteúdo deste eBook apresenta informações gerais e experiências pessoais, podendo conter erros ou simplificações. A autora não recomenda o consumo de cogumelos sem identificação correta feita por especialistas, e não se responsabiliza por eventuais riscos, interpretações equivocadas ou usos indevidos do conteúdo.



Sobre a autora

Prazer, eu sou a Helissa Gründemann!

Sou gaúcha, da Fronteira Oeste, mas desde 2022 moro em São Francisco de Paula (Serra Gaúcha) com meu marido e companheiro de aventuras.

Entre outras coisas, sou fotógrafa e amante da natureza. Tenho uma paixão em especial pelo Reino Fungi, que venho explorando e estudando de forma independente ao longo dos últimos anos.

Também atuo como cientista-cidadã, registrando, aprendendo e compartilhando meus encontros com a funga, fauna e flora da Serra Gaúcha no site Retratos da Serra e na plataforma [iNaturalist](#).

Compartilho minhas fotografias e descobertas também no Instagram [@funga.da.serra](#), dedicado apenas aos fungos, e no meu perfil pessoal [@helissag](#), onde posto mais sobre a fauna, flora, paisagens e viagens.

Para saber mais sobre mim, confira o meu site [RetratosdaSerra.com](#).

Sobre o livro

Cogumelos, esses serzinhos misteriosos que estão por todas as partes – embora muitos não os percebam. Mas, depois que os olhos se acostumam a enxergá-los, fica quase impossível não notá-los!

Após alguns anos fotografando, pesquisando e aprendendo sobre esse fascinante mundo do Reino Fungi, e compartilhando meus achados e descobertas pelo Instagram [@funga.da.serra](https://www.instagram.com/funga.da.serra) e no site [RetratosdaSerra](https://retratosda.serra.com.br), resolvi reunir um pouco das minhas experiências e fotografias nesta obra.

Este livro é para aqueles que querem conhecer mais sobre a atividade de caça de cogumelos no Brasil, ler sobre as minhas experiências com cogumelos selvagens comestíveis, e ter acesso a fotos detalhadas de 35 espécies. Também compartilho dicas básicas de identificação e coleta em linguagem simples, assim como modos de preparo e sugestões de receitas práticas e acessíveis.

O objetivo aqui é apenas compartilhar informações gerais e as minhas experiências pessoais. **Para a identificação segura de espécies, consulte**

especialistas e procure obras especializadas.

Recomendo diversos livros e sites úteis nas [Referências](#), e também indico alguns no capítulo [Dicas de Identificação](#).

Neste livro não abordo espécies psicoativas ou espécies consideradas medicinais, utilizadas em chás ou tinturas. Decidi focar na minha experiência com as espécies comestíveis que já encontrei por aqui até agora, e cito somente as que consegui, no mínimo, uma identificação ou confirmação por especialistas, seja através do iNaturalist, grupos do Facebook ou contato direto.

Se acreditar ter encontrado um cogumelo comestível, sempre confirme a identificação com especialistas antes de experimentar. Nunca confie apenas em comparações de fotos ou informações avulsas na internet, ferramentas de IA ou Google Lens. Existem cogumelos tóxicos que podem ser bem parecidos com espécies comestíveis, portanto, não coloque sua saúde em risco.

Por fim, quero agradecer meu marido, meu parceiro nas caçadas e descobertas culinárias com os cogumelos, e que também me apoiou no processo de escrita desse livro, ajudando na revisão e formatação.

E, é claro, um grande agradecimento a todos os biólogos, micólogos e pesquisadores da funga brasileira, que estão constantemente descobrindo, descrevendo e compartilhando esse conhecimento com a população em geral. Sem eles e suas publicações de livros e artigos, e a ajuda através do iNaturalist, Instagram e Facebook, eu não teria conseguido a identificação das espécies, e não teria tido a maravilhosa experiência de provar tantos cogumelos silvestres comestíveis.



Sumário

Fungos, Cogumelos, Macrofungos e a Funga	14
Caçando cogumelos na Serra Gaúcha: como tudo começou.....	19
Dicas de identificação de cogumelos.....	24
Aprender as características dos cogumelos.....	24
Guias de identificação de cogumelos brasileiros.....	32
Pedir ajuda aos especialistas	35
Google Lens e IA – não fazem milagre.....	36
Nome científico vs. nome comum	38
Nem todo cogumelo é possível identificar	41
Dicas de caça aos cogumelos	45
Onde procurar?	45
Qual é a melhor época?	47
O que é preciso levar?.....	49
Como coletar?.....	51
Cuidados e riscos	53
Eventos e cursos de caça aos cogumelos no Brasil	57
Cogumelos selvagens comestíveis no Brasil	66
Cogumelos comestíveis exóticos	70

Cogumelos comestíveis associados a Pinus.....	70
Boletus edulis (Porcini).....	74
Clavulina rugosa.....	81
Laccaria laccata (Laccaria do Pinus).....	84
Lactarius quieticolor (Lactário delicioso).....	87
Suillus granulatus (Cogumelo chileno).....	92
Suillus salmonicolor.....	96
Cogumelos comestíveis associados a Eucalyptus.....	100
Gymnopilus junonius (Cogumelo uruguaio).....	101
Laccaria fraterna (Laccaria do eucalipto).....	106
Laetiporus sp. (Frango da floresta).....	109
Cogumelos comestíveis nativos	114
Agaricus sp.....	115
Armillaria paulensis (Cogumelo de mel, Pepenke).....	120
Auricularia fuscusuccinea (Orelhas).....	125
Calvatia sp.	134
Collybia sordida (Lepista sordida)	137
Cookeina venezuelae.....	141
Cookeina colensoiopsis.....	144
Cyclocybe cylindracea (Cogumelo do Álamo).....	147
Favolus brasiliensis	150
Irpex rosettiformis (Leque-de-anjo).....	153

Lentinula boryana (Shiitake da mata)	157
Lentinus crinitus (Funil peludo)	161
Lyophyllum sp.	166
Marasmius cladophyllus	170
Macrolepiota capelariae	172
Macrolepiota bonaerensis.....	175
Macrolepiota abruptibulbosa (nom. prov.)	178
Oudemansiella platensis.....	182
Panus strigellus	185
Panus velutinus (Funil de veludo).....	188
Phallus indusiatus (Véu-de-noiva)	190
Phillipsia domingensis	194
Pleurotus albidus (Shimeji da mata)	197
Pleurotus djamor (Shimeji salmão)	201
Pleurotus pulmonarius (Shimeji marrom).....	207
Pluteus cervinus	210
Modos de preparo e dicas de receitas.....	216
Receitas com Porcini	219
Receitas com o Frango da Floresta	226
Modos de preparo do Lentinus crinitus.....	232
Desidratando cogumelos em casa Métodos e dicas..	235
Reflexões finais.....	246

Referências e Indicações	248
--------------------------------	-----



Dicas de identificação de cogumelos

Muitas pessoas têm interesse em coletar cogumelos silvestres comestíveis para seu próprio consumo. Entretanto, é necessário primeiro saber identificar corretamente a espécie antes de coletar e experimentar qualquer cogumelo, pois alguns podem causar problemas de saúde (e até morte) se ingeridos.

Neste capítulo, passo algumas dicas e informações básicas para iniciantes e leigos saberem o que é preciso para começar a entender melhor esse mundo dos cogumelos.

Uma coisa é certa: é preciso ter paciência, determinação e vontade de estudar sobre, pois não é da noite para o dia que se começa a identificar espécies de forma segura.

Aprender as características dos cogumelos

Para começar, é essencial conhecer as partes dos cogumelos, como o píleo (chapéu), estipe ("pé" ou

"caule"), himenóforo (parte de baixo do chapéu). Pois é verificando as características de cada parte que você vai conseguir fazer uma identificação.

A cor, tamanho, aspecto e textura do cogumelo, se o himenóforo tem lamelas ou poros, se o estipe possui anel (aquela "saia" em volta) ou não, isso tudo são coisas importantes de se notar quando se busca fazer uma identificação.

Existe uma diversidade enorme de cogumelos: alguns têm formatos de taça, outros parecem corais; alguns podem ser peludinhos, outros tem textura de cartilagem ou são duros como um pedaço de madeira; alguns podem exalar um cheiro químico, ou ter um aroma agradável e adocicado. É realmente um mundo incrível onde você sempre irá aprender e encontrar coisas novas.

É essencial tirar fotos de todas as partes do cogumelo para poder mostrar e pedir ajuda à especialistas, e para você mesmo comparar com guias de identificação e informações na internet. Se tirar uma foto só de longe, ou só da parte de cima do chapéu, fica bem difícil conseguir identificar. É como se alguém tirasse uma foto só do topo da sua cabeça, sem dar para ver o rosto nem alguma outra característica sua.

Para ir aprendendo mais o ideal é ler, ver vídeos e estudar sobre isso através de especialistas, se encontra bastante informação pela internet, mas é bom também sempre checar as fontes destas informações.

Lembre-se que as características dos cogumelos podem variar bastante conforme o estágio de crescimento e variações climáticas. Isso pode acabar dificultando a identificação, mas conforme você vai ganhando experiência com certas espécies que vê com frequência, vai ficando mais fácil.

Outro fator que auxilia na identificação é conferir a cor dos esporos. Os esporos são como se fossem as “sementes” dos cogumelos, são microscópicos e liberados pela parte de baixo do chapéu. Para conferir a cor deles, é preciso coletar o cogumelo (um espécime já adulto) e fazer um “carimbo” dos esporos.

É bem simples, corte o estipe e deixe o chapéu direto em contato com uma folha branca, papel alumínio ou outra superfície com uma cor neutra, cubra com um pote e deixe por algumas horas. Geralmente de 6 a 8 horas já dá para observar. Os esporos vão se acumular na folha, e assim dará para enxergá-los e descobrir sua cor. Essa

informação é uma ajuda para confirmar a identificação de uma espécie ou gênero.

Por fim, outra informação importante é notar onde os cogumelos estão crescendo. Sobre madeira, no solo, no interior da mata ou no campo, sobre esterco, etc. Essas informações também são importantes para conseguir ou confirmar uma identificação.

A seguir, várias fotos com exemplos de diferentes tipos de cogumelos, para dar uma ideia da diversidade e do que ficar de olho quando encontrar um.



Amanita rubescens, espécie com escamas no chapéu, himenóforo com lamelas (estruturas que parecem lâminas na parte de baixo do chapéu) e presença de anel no estipe.



Boletus edulis (Porcini), espécie comestível que possui um himenóforo esponjoso e com poros, que começa com uma cor bege e vai ficando um amarelo escuro/esverdeado quando bem maduro. Sem presença de anel no estipe.



Pleurotus djamor, cogumelo comestível com uma tonalidade rosa/salmão bem característica. Himenóforo com lamelas, estipe diminuto ou não existente.



Lactarius quieticolor, cogumelo comestível com uma cor laranja bem característica. Himenóforo com lamelas e estipe oco, sem presença de anel.



Auricularia fuscusuccinea, formato de “orelha” e textura de cartilagem.



Favolus brasiliensis, himenóforo com grandes poros que parecem favos de mel.



Phillipsia domingensis, formato de disco, cor bordo e himenóforo branco e liso.



Artomyces sp., um tipo de fungo coral.



Esporada cor salmão da espécie *Rhodocollybia turpis*.



Diferenças nos estágios de crescimento da espécie *Amanita muscaria*.



“Estrela-da-terra”, lindo cogumelo do gênero *Geastrum*.



Cogumelos do gênero *Xylaria*, parecem pequenos dedinhos.

Boletus edulis

PORCINI



Considerado como o Rei dos Cogumelos, o Porcini (nome científico *Boletus edulis*) é com certeza o queridinho e mais procurado cogumelo silvestre comestível da Serra Gaúcha.

É também conhecido em inglês e outras línguas como Cep, Penny bun, King Bolete, Porcino ou Porcini, nome italiano que se tornou o mais comum aqui no Brasil. De fato descobri que Porcini é o plural da palavra Porcino, porém por aqui se tornou comum usá-lo no singular também.

Esse cogumelo é nativo da maioria dos países do hemisfério Norte, sendo associado a vários tipos de árvores. Porém, já foi introduzido em muitos países do hemisfério Sul, como Austrália, Nova Zelândia, países do sul da África e, para nossa sorte, também o Brasil. Aqui ocorre em associação com *Pinus*, que é a árvore exótica mais comum e presente no nosso território.

Seu píleo (chapéu) possui uma película de cor castanha, que pode variar de um marrom claro a um marrom mais escuro. Seu estipe (o pé ou base do cogumelo), em geral, é grosso (cerca de 5 a 10 cm de diâmetro) e tem uma cor branca ou creme. Eu acho que esse é um dos motivos

que faz ele ser tão bonito, pois dá aquele visual de um cogumelo "gordinho", rs.

Quando adulto, sua altura e o diâmetro do seu chapéu variam, em média, de 10 a 30 cm.

Seu himenóforo (parte de baixo do chapéu) tem poros e não lamelas. Quando jovem, tem uma cor mais creme/bege e uma textura firme; conforme vai ficando adulto, fica com um tom amarelado/oliva e bem esponjoso, dá pra comparar nas fotos abaixo.



O modo de preparo básico é refogar, mas também dá pra assar, confitar, cozinhar, desidratar... inúmeras possibilidades. Escrevo sobre várias receitas que já experimentei com eles no capítulo "[Modos de preparo e dicas de receitas](#)".

Mas uma coisa específica dele é que prefiro remover aquela parte esponjosa embaixo do chapéu, pois por aqui não gostamos da textura – ela fica meio “gosmenta” depois de refogada. Porém, muita gente come com ela mesmo e gosta. Uma exceção é quando eles estão jovens e a parte de baixo está bem firme e ainda não ficou esponjosa, aí não preciso retirar pois a textura ainda é boa.

Ah, e por sinal, eles também podem ser consumidos crus, adicionados em saladas por exemplo; porém eu não curto muito – acho que o gosto dele realça muito mais depois de refogado. Além disso, sempre tem algum risco de contaminação por não poder lavar/desinfetar ele de fato, coisa que a temperatura alta ao refogar já resolve.

Quando conseguimos coletar muitos, como no início da temporada de 2025 que foi abundante, ai já experimentei de mil maneiras, servem como

acompanhamento em qualquer prato, até o básico arroz e feijão, por exemplo, além de comer bastante com pinhão que por aqui amadurece na mesma época em que surgem os Porcini (outono/inverno).

Quando a coleta é grande, o método que mais gosto para preservar é desidratar eles - ficam bem gostosos até para comer puros como um "salgadinho", além de poderem ser adicionados em risotos, molhos e sopas; e fazer eles confitados, até adicionei pinhão junto, fica uma delícia.

Sem sombra de dúvidas, é um dos meus cogumelos preferidos, é lindo, delicioso e muito versátil na cozinha. A temporada de 2025 trouxe uma abundância deles como nunca tínhamos visto, e deu para experimentar muitas formas de preparo e desidratar um bom estoque para aproveitar essa iguaria no resto do ano. A alegria de encontrar um grupo destes gordinhos é indescritível!



Lindos juvenzinhos.



Um encontro com gêmeos siameses.



Cortado ao meio.



Coleta abundante no outono de 2025.



Porcini desidratados.



Confit de pinhão e Porcini.



Porcini + Pinhão, as delícias do outono.



Massa com pesto caseiro e Porcini.

Lentinula boryana

SHIITAKE DA MATA



Os cogumelos da espécie *Lentinula boryana*, também conhecidos como Shiitake da mata, são comestíveis e "parentes" do shiitake que encontramos no supermercado (espécie *Lentinula edodes*, ou seja, são do mesmo gênero). Ocorrem na Mata Atlântica e talvez também em outros biomas, mas ainda estão sendo feitos estudos sobre isso.

Para identificar essa espécie, é preciso atentar para algumas características: ela cresce sobre madeira; o chapéu tem uma cor marrom/alaranjada/avermelhada; possui um pequeno estipe ("caule") sem anel; tem escamas brancas nas bordas do chapéu e no estipe; e possui lamelas brancas, que podem ficar amareladas com a maturação ou em um clima muito seco.

A primeira vez que encontrei eles foi uma felicidade, estavam a tempos na minha lista de desejos. Foi no final de agosto de 2024. Soube da existência destes shiitakes "selvagens" que ocorrem aqui no Brasil através do livro *Primavera Fungi*.

Eles estavam bem ressecados, o clima estava bem quente e seco, mas não resisti a coletar alguns para experimentar.

Para provar, acabei deixando eles de molho para reidratar um pouco antes de refogar, pois já estavam um pouco duros. Achei bem gostosos, e com o sabor que lembra o shiitake mesmo.

Uma curiosidade é que estavam crescendo sobre um tronco caído de eucalipto, em uma área de plantação dessas árvores. Pensei que por serem cogumelos nativos não ocorreriam em espécies exóticas, mas um micólogo comentou que crê que eles são generalistas, então o fato da árvore ser exótica não seria empecilho.

Um ano depois, em julho de 2025, encontramos alguns novamente, dessa vez no interior de mata de araucária, mas bem poucos espécimes. Até que no início de agosto finalmente encontramos um grande e lindo grupo, em perfeito estado. Aí deu para coletar um bom punhado e ainda deixar vários, inclusive muitos bebezinhos, para seguir seu ciclo de reprodução.

Realmente são saborosos, e têm uma textura mais firme que os shiitakes comerciais. Parece que por aqui crescem nesse período de final do inverno. Pena que não são tão comuns assim, mas já fiquei feliz de ter tido esses encontros e ter conseguido provar essa espécie.



Vários bebezinhos.



Visão da parte de baixo, himenóforo com lamelas e estipe com escamas.



Detalhe das escamas nas bordas do chapéu, geralmente mais visíveis quando eles estão jovens.



Primeiro encontro com eles, estavam bem ressecados.