

Hygrophorus marzuolus



Posición

Hygrophoraceae
Agaricales
Agaricomycetidae
Agaricomycetes
Agaricomycotina
Basidiomycota
Fungi

Nombres comunes

Marzuelo.
Seta de Marzo.
Seta de las ardillas.

•El Marzuelo digamos que puede que sea la primera seta que los recolectores buscan para el consumo. Hasta no hace mucho, digamos que 10 o 15 años atrás, eran muy poquitos los que conocían esta seta, pero en los últimos años está siendo sometida a una gran presión por su gran interés culinario.

•Después de un duro invierno sirve de alimento para animales como los cérvidos o Ardillas.



www.micoroda.es

hygrohorus

Del latín:

Hygro = humedad

Phorus = portador

Portador de humedad





Hábitat y época

Preferentemente los vemos en pinares adultos y suelos ácidos, digamos que comparte hábitat con ***Boletus pinophilus***. Pero también los podemos ver en Hayedos, Quercus y castaños, sobre todo en el norte.

Suele salir en grupos, muy difíciles de ver, ya que se camuflan muy bien con el entorno.

Es una seta de primavera casi invernal, suele aparecer primero por el norte, desde Enero hasta últimos de abril, y por el centro la podemos ver entre abril y mayo.

También hay algunas citas en el P.N de Los Alcornocales (Cádiz).

RECETA

Codornices en escabeche con Marzuelos



INGREDIENTES

- 300 g de marzuelos
- 4 codornices enteras limpias
- 1 cebolla troceada
- 1 zanahoria en rodajas
- 4 dientes de ajo enteros
- 1 hoja de laurel
- 10 bolitas de pimienta negra
- 150 g de aceite de oliva virgen
- 150 ml de vinagre de vino blanco
- 150 ml de vino blanco
- 250 ml de agua



Receta de Paco Castillejo



Elaboración

Si os gustan las codornices y habéis tenido suerte en muchos Marzuelos esta temporada, esta es vuestra receta.

Ponemos una cacerola con un chorrito de aceite a fuego medio/alto y metemos las codornices previamente saladas junto a la cebolla, zanahoria y ajos, las doramos ligeramente y le echamos el resto del aceite, el vino, el vinagre, el agua y la pimienta en grano tapamos la cacerola y ponemos el fuego a bajo/medio.

Después de 45 minutos comprobamos pinchando con un palillo que estén tiernas las codornices y las verduras

será entonces cuando metemos los marzuelos troceados no demasiado pequeños dándoles otros 5 minutos más,

las retiramos del fuego y no las sacaremos hasta que no estén frías para evitar romperlas.

Yo recomiendo que reposen 24 horas en el frigorífico ganaran en sabor y textura.

!! Que aproveche !!

Más recetas en nuestra web: micoroda.es