

CÁCH NHẬN DẠNG CÁC LOẠI NẤM



NHẬN DẠNG CÁC LOẠI NẤM

Huỳnh Toàn (Sưu tập)

Có hơn 10.000 loại nấm mọc trên thế giới, trong đó có nấm công nghiệp, nấm dược liệu, nấm thực phẩm, nấm độc... Thông thường thì các loại nấm có kẻ khía dưới mũ, có vành hoặc không vành, gốc không có loa hình chén (bất cứ màu gì), đều có thể ăn được.

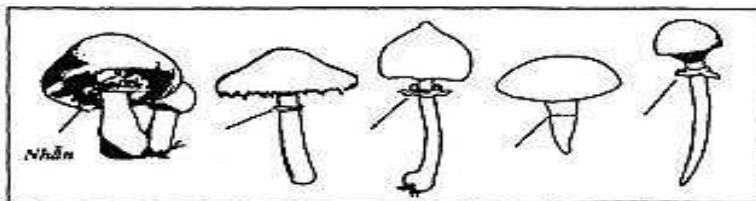
Khi đi lấy nấm, các bạn nên làm theo những lời khuyên sau:

- Nên đi với người có kinh nghiệm trong việc thu lượm nấm.
- Ghi nhớ những nơi có môi trường thuận lợi mà nấm thường mọc, cùng với thời tiết khi nấm mọc. (Nấm chỉ mọc trong môi trường và thời tiết thích hợp ở một khoảng thời gian nhất định.)
- Nấm có thể mọc liên tiếp nhiều ngày ở cùng một địa điểm. Năm sau, vào đúng thời điểm, nấm có thể mọc lại chỗ cũ.
- Đừng bao giờ cắt ngang chân nấm, phải đào lên xem có bọc loa hình chén không.
- Đừng lấy những cây nấm nào mọc dưới đất mà phía dưới mũ có các bào tử li ti màu đỏ hồng.
- Đừng lấy những nấm khía có nhựa trắng đục như sữa.
- Đừng lấy nấm có dấu bóng láng, có màu sắc sỡ hay phát sáng (lân tinh) trong đêm tối.

Các loại nấm ăn được thường gặp ở các cánh rừng Việt Nam là: nấm mối, nấm tre, nấm tràm, nấm hương, mộc nhĩ... Và nấm thường trồng là: nấm rơm, mộc nhĩ, nấm hương, nấm tuyết, nấm mỡ...

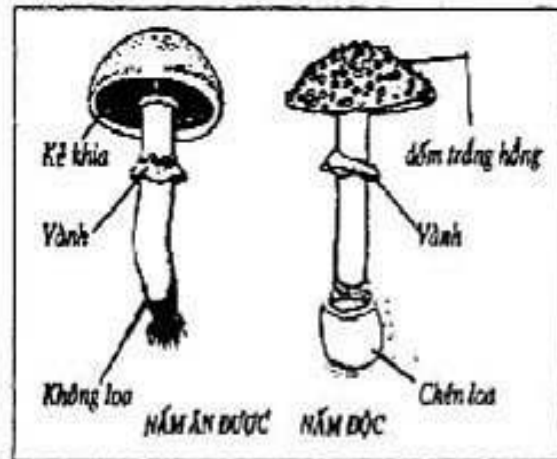


Các kiểu loa hình chén



Các kiểu vành (nhấn) của nấm

SO SÁNH NẤM ĂN ĐƯỢC VÀ NẤM ĐỘC



Có 3 phương pháp để phân biệt nấm độc: Phương pháp hóa học, phương pháp thử nghiệm trên động vật và phương pháp nhận biết hình thái. Phương pháp hóa học thường phức tạp vì đòi hỏi máy móc và hóa chất để làm xét nghiệm. Phương pháp thử nghiệm trên động vật không phải ở đâu và vào bất kỳ lúc nào cũng làm được. Phương pháp đơn giản và được ứng dụng nhiều nhất trong thực tế là nhận biết hình thái, so sánh nấm độc và nấm không độc.

Thông thường cây nấm có 3 bộ phận chính: Mũ, thân và chân nấm. Các loại nấm khác nhau thì hình thái, kết cấu 3 bộ phận đó cũng khác nhau. Màu sắc, mùi vị của nấm cũng rất đa dạng. Nấm độc thường có màu sắc sặc sỡ, mùi vị thối, đắng... nhưng cũng có một số nấm độc có mùi vị rất thơm ngon. Thí dụ như loại *Amanita phalloides* có màu trắng, mềm, mùi rất dịu như mật ong. Khi nấu thơm mùi hạt dẻ, 90% trường hợp gây chết ở châu Âu, châu Mỹ là do loài nấm này. Nấm *Amanita verna*: mọc ở vùng nhiệt đới, gây chết người nhiều ở Việt Nam, vì dễ đánh lừa do có màu trắng muốt, đẹp. Vì vậy hãy nên nhớ: **không có công thức hay dấu hiệu tuyệt đối nào giúp chúng ta phân biệt được nấm ăn được hay nấm độc.**

Đối với họ nấm độc Amanita: Chúng thường có nhiều màu, từ trắng, đến vàng, nâu, xanh, lục... Đặc tính cơ bản nhất để phân biệt Amanita với các loài khác là nấm Amanita có đài (bao) ở chân nấm; còn nấm Entoloma có bào tử màu hồng.

Loại nấm Entoloma Lividum rất giống nấm rơm, chỉ khác là chân cuống không có đài nấm. Nấm Entoloma Lividum thường mọc trên bãi đất trong rừng, trên đất sét, hai ba cây một chỗ. Mũ nấm chất thịt, hình

lõi rồi phẳng, đường kính 8-20cm; bờ cuốn vào trong, màu nâu nhạt hoặc xám; giữa có nướm dày và rắn; có phần, phiến nấm rời, màu xám vàng, bào tử màu hồng xám; cuống mập và to, lúc đầu đặc đặc, sau xốp, hình ống tròn hoặc có vẩy ở chân cuống, mặt có dọc trắng, vẩy vàng, thịt trắng.

Một số loài nấm độc không có tên Việt Nam, người ta dựa vào hình dáng, màu sắc, mùi vị . . . để đặt tên, do đó cùng một loại nấm nhưng mỗi địa phương gọi một tên khác nhau.

CÁC LOẠI NẤM ĐỘC

Amanita Phalloides: Nấm độc xanh

Thường được gọi là **nấm tử thần** (đây là một loại nấm rất độc trong nhiều loài Amanita)

Màu sắc: hơi xanh ô liu hoặc hơi vàng

Mũ: rộng từ 5 – 15 cm

Thân: màu nhạt hơn mũ

Khía: màu trắng, mịn

Thịt: trắng

Loa chén: lớn

Phân bố rộng rãi khắp châu Âu, châu Á.

Nơi sống: Mọc đơn độc, đôi khi thành cụm trên đất rừng và đồng bằng vào mùa xuân, hè thu. Nấm rất độc, làm chết người với một liều lượng nhỏ.

Phân bố: VN, Lào, Campuchia.



Amanita muscaria: Nấm bay, Nấm ruồi

Còn gọi là nấm đỏ, nấm mặt trời.

Màu sắc: mũ màu đỏ có những đốm trắng, Nấm đôi khi có màu vàng nếu tìm thấy ở dưới những gốc cây thông.

Mũ: rộng từ 7 – 25 cm

Vành: màu trắng, rủ xuống vàng ở dưới gốc

Khía: màu trắng

Mũ nấm khi non hình trứng, sau đó nâng lên dạng lồi rồi lồi phẳng. Trên mặt mũ có phủ vảy trắng rất dễ tróc khỏi mũ. Mép mũ có những vết nhăn lõm xuống, màu trắng.

Nơi sống: Nấm mọc đơn độc, đôi khi mọc gần nhau thành cụm ở trên đất bãi, đồi hoặc ven rừng. Mọc vào mùa hè, thu.

Phân bố: Ở VN, Lào, Campuchia đều có.

Chú ý: Nhân dân dùng nấm này để làm bả đánh ruồi.



Amanita verna: Nấm độc tân trắng

Mũ nấm đầu tiên nằm trong bao chung hình trứng, khi trưởng thành phá vỡ bao chung. Mũ nấm màu trắng, đôi khi có màu vàng bẩn ở giữa. Mép lúc đầu dính vào cuống, sau tách ra khỏi cuống vươn lên, mũ từ dạng lồi chuyển sang dạng lồi phẳng. Toàn bộ mũ màu trắng. Mép mũ

phẳng, không có khía rõ. Đường kính mũ 3-15cm.

Thịt nấm màu trắng. Dễ nhầm với nấm ăn được.

Cuống nấm hình trụ, màu trắng, phần dưới hơi phình ra. Cuống nhẵn, trên cuống có vòng cuống ở độ cao 2/3 kể từ gốc.

Nơi sống: Mọc đơn độc hay thành cụm trên đất trống hoặc ven rừng.

Nấm mọc vào mùa hè, thu. Nấm rất độc.

Phân bố: Gặp ở VN, Thượng Lào và Trung Lào.



Amanita Virosa: Thiên Thần Hủy Diệt

Màu sắc: toàn bộ trắng tinh

Mũ: dạng hình nón, rộng từ 5 – 20cm

Khía: trắng

Loa chén: lớn

Mùi: hăng dữ

Mọc VN ở Đông Canada và Tây Bắc Thái Bình Dương, rất độc. Rất dễ bị nhầm với các loại nấm ăn được vì màu trắng "tinh khôi" của nó





Amanita Panthera: Da Beo, Nấm độc nâu

Màu sắc: hơi nâu với những đốm trắng, không thể rửa sạch

Mũ: rộng từ 5 – 10cm

Thân: to, dầy, màu trắng

Khía: trắng

Thịt: trắng

Thường mọc ở rừng rậm, rất độc, dùng lẫn lộn với nấm lépiote élevée



Amanite Tue Mouches

Màu sắc: màu đỏ, có những đốm trắng như núi bông

Mũ: từ 7 – 10 cm

Thân: có vẩy, màu trắng, gốc tròn như củ hành

Khía: màu trắng, mịn

Thịt: màu trắng

Nấm mọc ở rừng thưa và rừng thạch thảo



Amanita Citrine

Màu sắc: màu trắng vàng, có những nốt sần màu ngà

Mũ: mặt trên vòng cung, dưới hình đĩa, từ 5 – 10cm

Khía: trắng, mịn

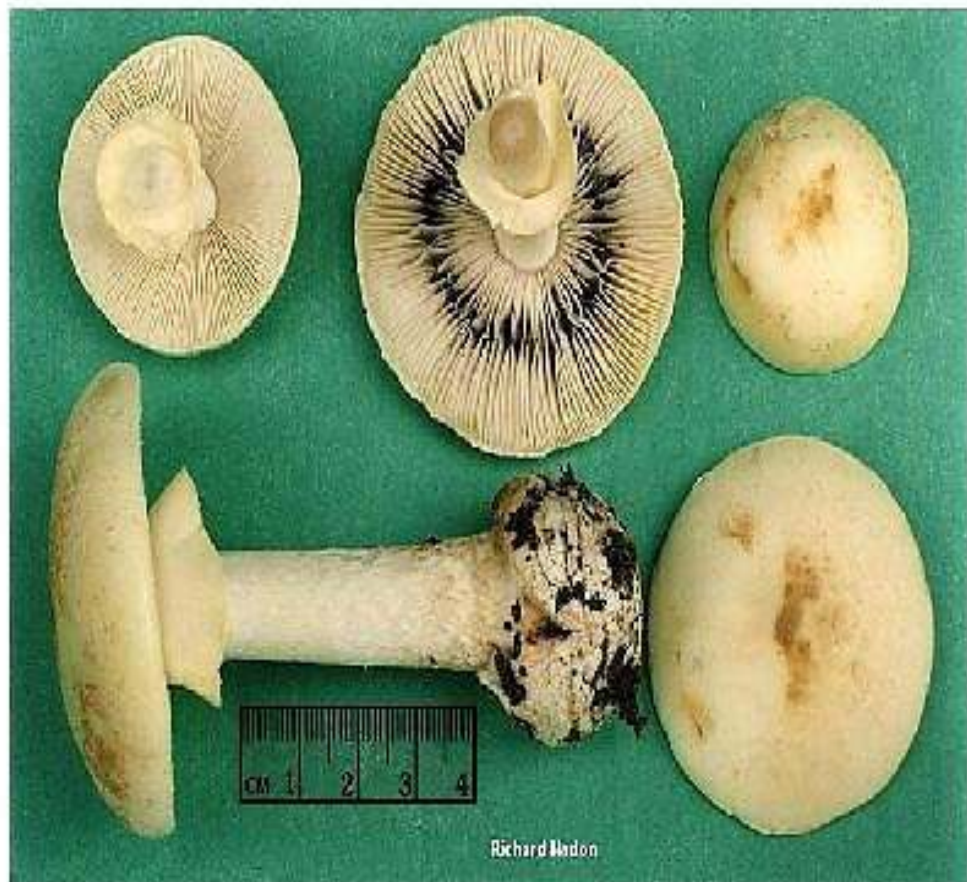
Thân: cứng, màu trắng

Chén loa: màu trắng, có những nốt sần

Thịt: trắng

Mọc trong những rừng thoáng mát, những truông hoang dã, là một loại nấm nguy hiểm.





Amanita excelsa

Mũ có màu nâu bóng hay nâu xám, đường kính khoảng 10cm khi trưởng thành, có rất nhiều khía. Khi còn non có một màn bao và để lại những tàn dư khi đã lớn. Trên vòng nhẵn có những đường thẳng đứng.

Thịt trắng, có mùi củ cải.

Phân phối: Có mặt tại Anh, Châu Âu, Đông Mỹ trong mùa Hè và mùa Thu.

Có thể ăn được một ít, nhưng tốt nhất là nên tránh để khỏi nhầm với loại *A. Pantherina*.





Amanita regalis

Là một loại nấm độc. Mũ khi còn non thì hình cầu và khi trưởng thành thì bẹt phẳng. Có đường kính từ 7-16 (có khi đến 20) cm. Dày 0,4-1,2 cm, màu hoàng thổ nâu, hay nhuộm vàng nâu tới hung hung, có dính nhiều vẩy như mụn cơm màu trắng đục (nguyên là màng bao khi còn non). Màu mũ càng lớn càng nhạt dần. Có rất nhiều khía màu vàng nhạt, vàng kem hay trắng.

Loa chén ban đầu có màu vàng sáng và nhanh chóng trắng xanh khi tiếp xúc với ánh sáng mặt trời, có nhiều lông măng và đầy phấn.

Thân cây có lông măng màu trắng tới vàng nhạt. Mùi vị không rõ ràng. Thịt có màu nâu vàng.

Hiện hữu trong những rừng cây thay lá hàng năm ở Châu Âu và Bắc Âu trong vùng Scandinavia như Phần Lan, Na Uy, Thụy Điển



Amanita Rubescens

Loại nấm đẹp này phân bố Đông Mỹ, nó dễ bị nhầm không có loa chén. Nấm có đến nâu tối, rộng 4- 12 cm, l và phẳng khi trưởng thành, hồng nhạt và mờ dần.

Nấm thường mọc trong rừng cứng, đặc biệt là rừng phor mùa thu.

Nhiều người cho rằng loại được, nhưng các chuyên khẳng định, và nó vẫn là một



Amanita vaginata

Nấm có một tán dù màu xám hay màu nâu róng từ 3-10 cm, hình trái xoan khi còn non và trở thành lồi hoặc bằng phẳng khi trưởng thành. Có chất dẻo dính khi còn non hay khi ẩm ướt.

Thân cao 7-10cm. Có một loa chén bọc chung quanh chân. Hơi thon tới đỉnh, không có vòng nhẫn. Thịt trắng mềm.

Được tìm thấy ở trong rừng hay những cánh đồng cỏ ven rừng khắp nơi ở Bắc Mỹ. Cũng như các loại *Amanita* khác, đây là một loại nấm độc, không ăn được.



Amanita gemmata

Khi mới mọc có màu kem cho tới vàng, vàng kim hay da bò, hơi tối ở tâm. Tán dù rộng từ 4-12 cm. bề mặt hơi nhầy khi thời tiết ẩm ướt. Thân cao 5-13 cm nhỏ dần về phía mũ có màu trắng hay vàng nhạt. Các khía nhiều và hẹp, màu trắng.



Thường mọc cô độc dưới các tán rừng bách, linh sam, ven bờ biển Tây Mỹ, vùng California trong mùa Xuân, Hạ và Thu



Amanita porphyria

Là một loại nấm hơi độc được tìm thấy trong các cánh rừng ở Châu Âu và Bắc Mỹ.

Tán mũ rộng 4-10 cm, có màu nâu xám nhạt đến xám đậm, đôi khi xám và loang lổ, càng lớn màu càng nhạt.

Những khía xòe từ thân cây, màu trắng. Thân cây cao 5-12 cm, có một vòng nhẵn màu xám hay đen.

Nấm phát triển dưới tán các cây họ tùng bách.

Là loại nấm rất dễ bị nhầm với loại Amanita Pantherin