

## Indián és a pizstricgomba

Hiába, nagyon úgy fest, hogy el kell végre fogadnom, későn érő típus vagyok. Ennek legújabb – közel nyolc éves jele – a pizstricgomba (*Cerioporus squamosus*), ez az igazán dekoratív és gyakori fehérkorhasztó taplófaj a Polyporaceae családból.

Minekutána 2010-ben szakellenőr lettem és merthogy szerettem volna egy kicsit jobban megismerni a gombákat, ingyenes gombavizsgálatokat tartottam Tatabánya környéki településeken, amelyeket elmondhatom, hogy mindenhol örömmel fogadtak az ott lakó gombaszerető emberek.

Remek dolog, bátorodom javasolni a már végzett, de jelenleg még, vagy már nem praktizáló szakellenőr kollégáknak. Tökéletes továbbképzési lehetőség.

Egy ilyen kistelepülésen találkoztam először Indiánnal a favágóval, akinek természetesen volt rendes neve is, de Őt mindenki csak így szólította, hogy Indi. Igazán barátságos embert ismertem meg személyében, akinek magával ragadó volt természetszeretete és rajongása a gombák iránt. Több esetben is kellemesen elbeszélgettünk sörözgetés közben, vagy éppen azon ritka alkalmakkor, amikor együtt jártuk a Gerecsét.

Egyszer még arra is rászedtem, hogy dolgozzam velük egy napot. Mit mondjak kemény munka, kemény férfiak között és rám szintén érvényes volt az aznapi kvóta /4 m<sup>3</sup>/, de utólag is elmondhatom, hogy helyálltam. ;)

Egy meleg májusi délután is a gombákról értekeztünk a Nagy-Gerecse alatt, aznap főként, mint nem is olyan ritkán, az étkezési értékekről, amikor egyszer csak Indi felém fordult és jelentősegteljesen ennyit mondott: . . . felejsd el mindent, ha igazán finomat szeretnél egyszer enni, akkor rántsd ki fiatalon a pizstricgombát, mert annak párja nincsen.

Ezt követően még hosszasan ecsetelte, hogy édesanyja milyen sokszor készítette el így kedvenc csemegéjét, midőn hazaérkezett az erdőről a munka végeztével a friss pizstricgombával.

Egy darabig hallgattam, majd próbáltam témát váltani és megjegyeztem, hogy szerintem ezt most egy kicsit túltolod Indi, a pizstric csak egy tapló, semmi több.

Ma már tudom, hogy tévedtem, de ehhez kellett a nyolc év. ;)

Valamiért nem volt szimpatikus ételként nekem ez a fiatalon lédús gomba, talán a savanykás illata, az akkori tájékozatlanságom a taplókról, továbbá beltartalmi értékükről, esetleg a kettő együttvéve még megspékelve azzal is, hogy ráadásul nem vagyok egy „rántott-fan”, de a lényeg, hogy sokáig tévesen ignoráltam ezt a fajt.

Az idei kucsmagomba szezon elmúltával pizstricgombát és sárga gévagombát (*Laetiporus sulphureus*) gyűjtöttünk a tanfolyamos hallgatóimmal, amikor is valamiért pont most eszembe jutott Indi, így rögvest „feladatba adtam” egyik lelkes, vállalkozó kedvű gombász hölgynek, hogy készítse el mindkét fajt rántva, ízlelje meg alaposan és mondjon véleményt.

A vélemény tömören: „a pizstricgomba mindenképp felett”.

Nem kellett több, már elszánt voltam, akartam a pizstricgombát, rántva, frissen és melegen. A beteljesülés és a felismerés sem váratott sokáig magára, ez a gomba tényleg finom és remek étel rántva. Ma már azt is el tudom képzelni, hogy másként elkészítve úgyszintén lehet, hogy ízletes étek.

Innen már adott volt a kérdés, vajon milyen egyéb beltartalmi értékekkel bír ez a taplófaj.

Szerencsére gazdag irodalom található ebben a témában a fajról, közöttük igencsak friss publikációk Romániából, Szerbiából és Portugáliából.

A cikkek szerint tömören megfogalmazva a pizstricgomba kémiai összetétele, táplálkozási szempontok szerint gazdag forrása a hatékony bioaktív vegyületeknek, amelyek gyógygombaként is perspektívássá teszik ezt a fajt.

A termőtestek, ugyan változó mennyiségben\*, de gazdagon tartalmaztak szabad cukrokat /főként trehalózt/, szerves savakat /főleg almasavat/ fenolos vegyületeket /leginkább p-hidroxi-benzoosavat, amely baktériumölő és gombaölő hatású/, zsírsavakat /magas arányban foglalt magában antioxidáns hatású többszörösen telítetlen zsírsavakat/, tokoferolokat /döntően β-tokoferolt, E-vitamin, antioxidáns hatású/ és β-karotint /az A-vitamin provitaminja, antioxidáns, lipidperoxidáció gátló befolyással/.

Minden vizsgált koncentrációban a metanolos kivonatok anti-biofilm\*\* /biofilmet a mikrobák, pl. baktériumok védekezésésként alakítanak ki/ potenciált és anti-quorum\*\*\* hatást /a quorum érzékelés a bakteriális gének tulajdonsága, hogy csak bizonyos sejtkoncentráció felett aktiválódnak/ mutattak, amelyek gátolták az opportunisták kórokozó *Pseudomonas aeruginosa* pili /bakteriális adhézió/ képződését és együttesen befolyásolták a baktérium virulenciáját.

\* A Portugál minta nagyobb mennyiségben tartalmazott fehérjét, zsírt, hamut és szénhidrátot, valamint ugyanez a minta adta a legmagasabb antioxidáns aktivitást /DPPH/, ugyanakkor a szerbiai minták magasabb antibakteriális és kiváló anti-biofilm aktivitást mutattak.

\*\* A fahéj és fahéjaldehyd, a majoránna és a kakukkfű magas koncentrációjú olaja is gátolja a biofilm képződést.

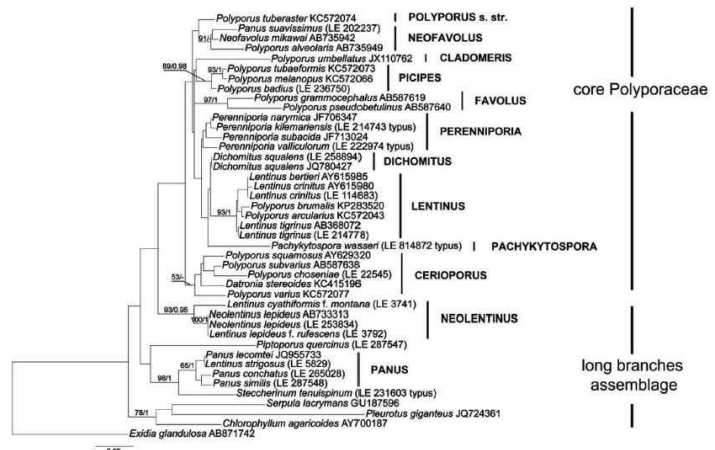
\*\*\* Az anti-quorum hatást produkáló szerek alternatívát jelenthetnek - a baktériumok esetében is - az egyre szélesebb körben terjedő antibiotikum rezisztenciára és a biofilm képződésre.

A fotókon törzsfá, pisztrícigombák (*Cerioporus squamosus*), valamint a fajnak fiatal, étkezésre alkalmas és már kiöregedett, fogyasztásra alkalmatlan példányai láthatók. Köszönet Szabó Edinának a rántott pisztrícigomba fotójáért.

/Forrás: Polyporus squamosus (Huds.) Fr from different origins: Chemical characterization, screening of the bioactive properties and specific antimicrobial effects against *Pseudomonas aeruginosa* – LWT - Food Science and Technology 69 (2016) 91-97;

Chemical composition and bioactive properties of the wild mushroom *Polyporus squamosus* (Huds.) Fr: a study with samples from Romania – Food & Function 6th November 2017;

Ivan V. Zmitrovich & Alexander E. Kovalenko, Lentinoid and Polyporoid Fungi, Two Generic Conglomerates Containing Important Medicinal Mushrooms in Molecular Perspective – International Journal of Medicinal Mushrooms, 18(1): 23–38 (2016)/



Urba György – Gnomonika, 2018. május 07.