

ALLES WAT JE
MISSCHIEN WILT
WETEN OVER
PADDENSTOELEN

Door Rosanne Anholt

Wat zijn paddenstoelen eigenlijk?

De grond zit vol met schimmels, veelal in de vorm van schimmeldraden die kilometers lang kunnen worden. Schimmels zijn essentieel voor het bodemleven omdat ze dood materiaal, zoals hout en bladeren, opruimen en de voedingsstoffen daarin weer beschikbaar maken voor planten en bomen. Via schimmelnetwerken, het zogenaamde mycelium, kunnen bomen en planten met elkaar communiceren en zelfs voedingsstoffen uitwisselen.

Paddenstoelen zijn de vruchtlichamen van schimmels. Ze bevatten sporen, waarmee schimmels zich voortplanten. Paddenstoelen groeien op de grond, in levend of dood hout en op andere natuurlijke materialen, zoals dennenappels of andere paddenstoelen. Ook zijn er paddenstoelen die op dieren of insecten leven. Cordyceps (*Cordyceps sinensis*) bijvoorbeeld, deze schimmel parasiteert op de rups van de hopwortelboorder, een specifieke nachtvlindersoort.

Paddenstoelen worden ingedeeld in 3 groepen. Symbioten, die samenwerken met bomen en planten; saprophyten die dood organisch materiaal opruimen; en parasieten, die profiteren van hun levende gastheer – een boom, plant of dier.

Hoe identificeer je paddenstoelen?

Er zijn meer dan tienduizend soorten paddenstoelen. Toch vermoeden wetenschappers dat slechts 1% van alle paddenstoelensoorten bekend is. Ieder jaar worden er meer dan duizend nieuwe soorten ontdekt.

Het identificeren van paddenstoelen is moeilijker dan je denkt. Je let hierbij op verschillende kenmerken, zoals vorm, grootte, geur, kleur én eventuele verkleuring bij kneuzing. Ook is het belangrijk om onder de hoed te kijken: heeft de paddenstoel plaatjes (lamellen), buisjes of stekels? Je let op de standplaats: groeit de paddenstoel op de grond of op hout? Is het dood of levend hout? Een loof- of naaldboom?

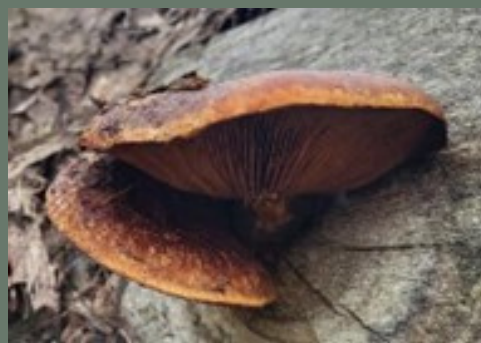
In sommige gevallen is het belangrijk om te kijken naar de kleur van de sporen. Zo lijkt de giftige groenspoot parasolzwam (*Chlorophyllum molybdites*) erg op de eetbare grote parasolzwam (*Macrolepiota procera*) met het verschil dat de sporen groen zijn.

Om erachter te komen welke kleur de sporen hebben moet je een sporenprint maken. Je legt dan de hoed van de paddenstoel op een vel papier (sommige paddenstoelen hebben witte sporen, dus wit papier is niet altijdhandig), met een glazen schaal erover heen zodat de sporen niet weg kunnen. Na zo'n 6 tot 12 uur hebben zich genoeg sporen op het papier verzameld zodat je de kleur kunt aflezen.

Nauwkeurige identificatie is belangrijk want veel eetbare paddenstoelen hebben een giftige lookalike. Zo lijken de eetbare gewone anijschampignon (*Agaricus arvensis*) en de giftige karbolchampignon (*Agaricus xanthoderma*) op elkaar met als voornaamste verschil dat de anijschampignon naar anijs ruikt en smaakt.

Het identificeren van paddenstoelen vergt veel oefening. In een goed paddenstoelenboekje staan niet alleen veel soorten, maar ook met welke andere soorten de paddenstoel verward kan worden. Het is ook leerzaam om eens op pad te gaan met een paddenstoelendeskundige.

Vanwege de risico's wordt het overigens niet in iedere gemeente toegestaan om paddenstoelen te plukken. Volgens het Nationaal Vergiftigingen Informatie Centrum lopen ieder jaar zo'n twintig mensen een vergiftiging op door het eten van zelfgeplukte paddenstoelen.



Plaatjes



Buisjes



Stekels

Wanneer kun je paddenstoelen vinden?

Bij paddenstoelen denken we aan de herfst. Dat is niet zo gek, want de herfst biedt de ideale omstandigheden voor paddenstoelen. Het is vochtig, maar nog niet te koud, en er is veel materiaal om af te breken, zoals gevallen bladeren. Toch kun je ook in de lente en zomer paddenstoelen vinden. Zolang er maar genoeg vocht is: paddenstoelen bestaan doorgaans voor zo'n 90% uit water.

Een typische voorjaarspaddenstoel is de eetbare gewone morielje (*Morchella esculenta*). Sommige soorten hebben het woord 'voorjaar' zelfs in hun naam, zoals de giftige voorjaarskluifzwam (*Gyromitra esculenta*), de eetbare voorjaars pronkridder (*Calocybe gambosa*) en de voorjaars- of zomerhoutzwam (*Polyporus ciliatus*) - die overigens veel lijkt op de winterhoutzwam (*Polyporus brumalis*).

Hoewel schimmels heel oud kunnen worden, leven paddenstoelen vaak maar heel kort. Meestal zijn ze na een week alweer verdwenen.

Enkele paddenstoelen van deze herfst op de Hoorneboeg:

Op de parkeerplaats:

Geschubte inktzwam (*Coprinus comatus*)

Vindplaats: Saprofyt; graslanden, akkers, bermen en loofbossen. Vaak op recent verstoorde grond. Zeer algemeen.

Kenmerken: zo'n 5 tot 12 cm hoog, eerst wit met duidelijke, opstaande schubben of schilfertjes op de hoed. Later wordt de hoed grijsig tot zwart, en vervloeid deze tot een dikke, zwarte smurrie. De jonge, nog witte geschubde inktzwam is **eetbaar**.

Bijzonderheden: Van de oudere exemplaren die al bijna tot een zwarte drab vergaan, kun je inkt maken



Grote parasolzwam (*Macrolepiota procera*)

Vindplaats: Saprofyt; bosranden en tuinen. Algemeen.

Kenmerken: De hoed wordt zo'n 10 tot 30 cm breed en heeft opstaande schubben of schilfers. De steel heeft een dikke ring. De hoed is **eetbaar**, bijvoorbeeld gepaneerd en gebraden als een schnitzel. Het is belangrijk om de grote parasolzwam juist te identificeren om verwarring met de groenspoorparasolzwam te voorkomen.



Bij de tuingereedschap container:

Zwarte knoopzwam (*Bulgaria inquinans*)

Vindplaats: Saprofyt; op stammen en takken van loofbomen, vooral eiken. Algemeen.

Kenmerken: De zwarte knoopzwam groeit in grote groepen. Ze worden zo'n 1 tot 3 cm breed en zijn eerst halfbol vorming met een soort naar binnen gekrulde, bruine rand.

De binnenkant is van een zwarte, bijna rubberachtige consistentie. Later rollen ze zich als het ware meer open en zijn ze meer schijfvormig.

Niet eetbaar.



Gewoon elfenbankje (*Trametes versicolor*)

Vindplaats: Saprofyt; meestal op dood hout van allerlei soorten loofbomen. Zeer algemeen.

Kenmerken: Groeien vaak als dakpannetjes boven elkaar. Elfenbankjes worden zo'n 2 tot 6 cm breed en hebben een fijn behaarde, viltige bovenkant. Ze hebben vaak meerdere kleuren in banden over de breedte. De onderkant is wit.

Niet eetbaar.

Bijzonderheden: In de traditionele Chinese geneeskunde wordt het gewone elfenbankje al duizenden jaren als medicijn ingezet. Recent wetenschappelijk onderzoek laat zien dat het elfenbankje het immuunsysteem stimuleert en ondersteunend werkt bij chemotherapie.



Porseleinzwam (*Oudemansiella mucida*)

Vindplaats: Parasieten saprofyt; op levende en dode stammen en takken van loofbomen, vooral beuken. Algemeen.

Kenmerken: De hoed van de porseleinzwam wordt zo'n 3 tot 8 cm breed, is wit en bedekt met een slijmlaag, waardoor de hoed glanst en aan porselein doet denken.

Eetbaar, maar weinig smakelijk.

Bijzonderheden: Het antibioticum mucidine wordt gewonnen uit het mycelium van de porseleinzwam.



Bij de tuingereedschap container:

Berkenzwam (*Fomitopsis betulina*)

Vindplaats: Parasiet; op levende en dode berkenstammen. Zeer algemeen.

Kenmerken: wordt zo'n 10 tot 30 cm breed. Ziet er eerst uit een wit bolletje dat uit de stam lijkt te barsten. De berkenzwam is een zwakteparasiet en veroorzaakt bruinrot in berkenbomen.

Niet eetbaar.

Bijzonderheden: De ijsmummie Ötzi die in 1991 in de Italiaanse Alpen werd gevonden en zo'n geschat 5300 jaar oud is, had in een leren zakje resten van onder andere de berkenzwam bij zich. Recent wetenschappelijk onderzoek laat zien dat de berkenzwam een antibacteriële, antivirale en antischimmel werking heeft.



Paarse knoopzwam (*Ascocoryne sarcoides*)

Vindplaats: Saprophyt; op dode stammen van loof- en naaldbomen. Algemeen.

Kenmerken: In het jonge stadium is de paarse knoopzwam hersenvormig, later worden de kleine vruchtlichaampjes schijfvormig, zoals bij de zwarte knoopzwam. Ze worden zo'n 0,5 tot 2 cm groot.

Niet eetbaar.



Gele korstzwam (*Stereum hirsutum*)

Vindplaats: Saprophyt, op dood hout van loofbomen. Zeer algemeen.

Kenmerken: Lijken met elkaar vergroeid en vormen grote plakken. Geel van kleur en vaak harig of borstelig aan de bovenkant.

Niet eetbaar.



Bij de composthoop:

Paarse schijnridderzwam (*Lepista nuda*)

Vindplaats: Saprophyt; vaak nabij composthoven, maar ook in loof- en naaldbossen. Zeer algemeen.

Kenmerken: De hoed wordt zo'n 4 tot 8 cm breed, met een typerende paarse kleur.

Eetbaar, maar moeilijk te onderscheiden van gelijkende (giftige)soorten.



Bij de houtopslagplaats:

Zwavelzwam (*Laetiporus sulphureus*)

Vindplaats: Parasiet; op levende stammen van voornamelijk loofbomen. Vrij algemeen.

Kenmerken: De hoeden groeien waaiervormig en worden zo'n 10 tot 40 cm breed. Oranje-geel van kleur, bij veroudering verbleken ze en worden ze brokkelig. Zwavelzwam veroorzaakt bruinrot.

Jong eetbaar. De smaak is vergelijkbaar met kip, vandaar de Engelse naam Chicken of the woods.



Op de Hoorneboegse heide:

Dikrandtonderzwam (*Ganoderma adspersum*)

Vindplaats: Parasiet; op stammen van loofbomen. Vrij algemeen.

Kenmerken: De hoed wordt zo'n 10 tot 40 cm breed.

Niet eetbaar.



Gewone zwavelkop (*Hypholoma fasciculare*)

Vindplaats: Saprophyt; op stammen en stronken van loof- en naaldbomen. Zeer algemeen.

Kenmerken: Groeit in bundels. Zwavelgeel met in het midden van de hoed een oranjebruine verkleuring. De hoed wordt 2 tot 6 cm breed. De gewone zwavelkop is **giftig** en veroorzaakt diarree en braken na consumptie.



Gele aardappelbovist (Scleroderma citrinum)

Vindplaats: Symbioot; op zand en veengronden en in loof- en naaldbossen. Zeer algemeen.

Kenmerken: Aardappelbovisten zijn bolvormig en worden 5 tot 10 cm breed. Het oppervlakte lijkt gebarsten zoals de korst van tijgerbrood. Uiteindelijk zal de bovenkant openbarsten om sporenlos te laten.

De gele aardappelbovist is **giftig** en veroorzaakt misselijkheid, braken en flauwvallen.

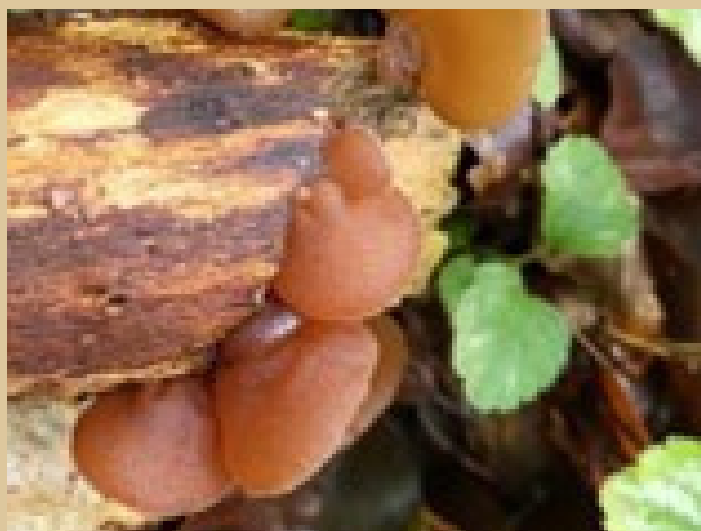


Echt judasoor (Auricularia auricula-judae)

Vindplaats: Parasiet; op levend en dood hout van loofbomen, met name vlier en esdoorn. Algemeen.

Kenmerken: Het vruchtlichaam wordt 3 tot 6 cm breed, en zijn oorvormig. De hoed is fijn viltig, de onderkant is glad.

Jonge exemplaren zijn **eetbaar**.



Gekraagde aardster (Geastrum triplex)

Vindplaats: Saprotroof; in loofbossen, gemengde bossen en de duinen. Vrij algemeen.

Kenmerken: Bolvormig met een soort omkrullende kraag. Wordt 4 tot 10 cm breed. Het bolletje heeft aan de bovenzijde een opening waar sporen uitkomen; als je deze aanraakt stuiven er sporen op.

Niet eetbaar.



Kleverig koraalzwammetje (*Calocera viscosa*)

Vindplaats: Saprophyt; op dood hout van naaldbomen. Zeer algemeen.

Kenmerken: wordt 3 tot 6 cm hoog en vertakt zich als een gewei of koraal. Oppervlak is kleverig.

Niet eetbaar.



Grote sponszwam (*Sparassis crispa*)

Vindplaats: Parasiet; op stronken of aan de voet van naaldbomen, op zandige grond. Vrij algemeen.

Kenmerken: Sponsvormig, heeft een witte, gezamenlijke stromk. Wordt 10 tot 40 cm breed, en is vleeskleurig tot okergeel van kleur.

Eetbaar, oude exemplaren kunnen bitter zijn.



Reuzenzwam (*Meripilus giganteus*)

Vindplaats: Parasiet; op de wortels, aan de voet of op de stronken van loofbomen, met name beuken. Algemeen.

Kenmerken: het vruchtlichaam wordt 10 tot 40 cm breed, en groeien waaivormig in rozetten. Dergelijke rozetten kunnen wel een meter breed worden. Reuzenzwam veroorzaakt witrot en kan de boom in korte tijd doden.

Jonge exemplaren zijn eetbaar, maar worden snel taai.



Boektip

Ewald Gerhardt (2021). De grote paddenstoelen gids. Kosmos.

Websites

<https://www.verspreidingsatlas.nl/paddenstoelen>

<https://www.mycologen.nl/>

Deze kenniskaart is verzorgd door Rosanne Anholt