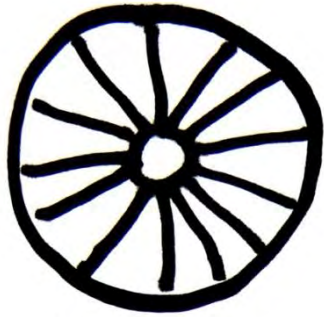


Sopptur Hernes Institutt

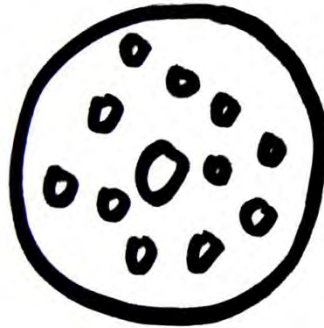


Geir Fjeld – soppsakkyndig
Høsten 2019

Undersiden av hatten



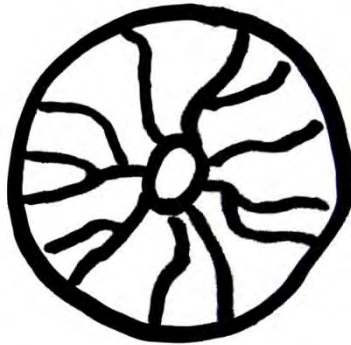
Skiver



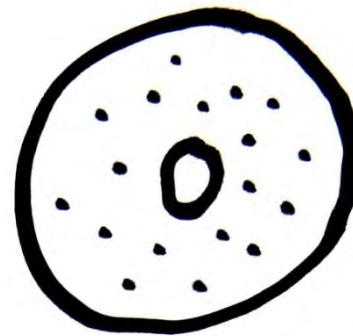
Rør



Pigger



Ribber



Porer

Naturen er mer kaotisk...



Dette skal vi ligge unna:

- Sopper med hvite skiver og ring på stilk
- Sopper med helt brune skiver
- Sopper med røde, gule eller guloransje skiver
- Små hvite/lyse traktformede sopper

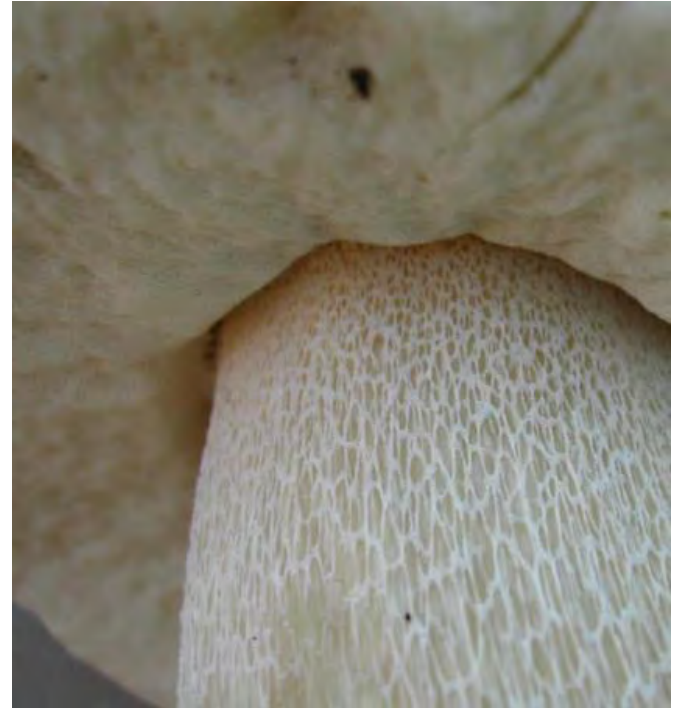


Det finnes ingen dramatisk giftige eller farlige av disse:

- Rørsopper
- Kremler
- I tillegg «sikre»:
 - Ribber (kantareller)
 - Lyse pigger (piggsopp)
 - Oransje melkesaft (matrisker)
 - Stor lys med porer (fåresopp)



Steinsopp (flere arter)



Rørsopp. Lyst årenett på stilk!
Rørene blir gulere når eldre, så
gulgrønne og til slutt rødlige

Skrubb (all skrubb er spiselig)



Rødskrubb

Rørsopper. Skjellete eller «ubarbert skjeggete» på stilken. Mange blir grønne eller svarte i kjøttet.

Rødskrubb MÅ stekes godt, 10-15 minutter anbefales

Liten brunskrubb



Kremeler (ca 150 arter)



Kremeler er skivesopp. Har fargesterke hatter, hvitt porøst kjøtt, ikke ring på stilken. Hvis du kjenner igjen en kremle kan du smake på de røde for å finne ut om den er spiselig.

Kremle vs fluesopp – OBS!



Kantarell og traktkantarell

Har ribber under hatten, ikke skiver. Falsk kantarell har skiver, og er ikke lys/hvit i kjøttet.



Lyse piggsopper



To spiselige og gode lyse piggsopper.
Blek piggsopp og rødgul piggsopp.
Test – mange mener de er beske i smak



Matrisker (og andre risker)



Skivesopper, sprøtt kjøtt som kremler, men uten hattehud og MED melkesaft. Sikre: Matrisker med gulrotfarget melkesaft. Fleste andre er meget skarpe i smak (hvit melkesaft).

Fåresopp og franskbrødsopp



Fåresopp og franskbrødsopp har porer, og er egentlig jordvoksende kjuker.

Fåresopp kan forveksles med franskbrødsopp. Denne står som uspiselig i norske soppbøker, men den er ufarlig og mange mener at denne også er god å spise.

Fåresopp blir GUL ved varmebehandling, det blir ikke franskbrødsopp

Rimsopp – en liten joker...



Skivesopp med ring på stilk, men IKKE hvite skiver/kjøtt som fluesoppen. Vær obs på forvekslinger med andre slørsopper. Egentlig ikke for nybegynnere, men har du lært den så har du lært den.

Ofte rynkete skiver.
Brunt sporepulver.
Ringen faller lett av.



Hjelp til selvhjelp:

- Kjøp en soppbok eller tre, les i dem
- Last ned sopp-app fra www.soppkontroll.no
- Facebookgruppa «Vi som liker sopp»
- Kjenner du noen som kan litt sopp?
Spør om du kan få være med på tur!