

POTENCIAL DEL CULTIVO DE HONGOS COMESTIBLES EN COSTA RICA

Ramón Corella V.
Departamento de Química,
Universidad Nacional,
Heredia, Costa Rica.

Sin lugar a dudas la ubicación de Costa Rica es un privilegio desde el punto de vista ecológico. La gran diversidad de zonas de vida que existe permite cultivar una gran diversidad de vegetales, entre éstos los hongos. Estas plantas carecen de clorofila y poseen un valor alimenticio comparable al de la carne roja, con contenidos de proteína de 30-47 %/o, expresado en materia seca. Los hongos superiores han sido utilizados como alimento humano por muchos siglos. De más de 45.000 especies de hongos descritas técnicamente, solo cerca de 2.000 especies son reconocidas como comestibles; de éstas menos de 25 están ampliamente aceptadas como alimento y sólo 10 han tenido éxito comercial.

A pesar de la falta de explotación, las setas poseen un potencial importante para suplir de alimentos al mundo y, además, tienen la propiedad de transformar residuos celulósicos y lignocelulósicos, de bajo valor nutricional, en alimento muy aceptado y de alto valor nutritivo. Así, el cultivo de hongos puede tener un doble propósito: producir hongos de consumo humano (cuerpos fructificantes) y aumentar la digestibilidad del material de desecho o compost donde han crecido los hongos,

lo cual puede utilizarse como alimento animal o abono orgánico. Los materiales usados como sustratos para hacer crecer los hongos son residuos como paja de arroz, bagazo y hoja de caña de azúcar, rastrojos de cosecha y otros.

En Costa Rica se han reportado 34 géneros (55 especies) de hongos comestibles, aunque los que se cultivan comercialmente son introducidos, a saber, *Agaricus bisporus* (champiñón) y *Lentinus edodes* (hongo shiitake); otros hongos con potencial de cultivo son *Pleurotus ostreatus* (hongo ostra) y *Volvarela volvacea* (hongo de la paja).

En otros lugares, como en el sudeste asiático, el cultivo y consumo de hongos y alimentos fermentados son de uso popular. Esto es una ventaja desde el punto de vista nutritivo y ecológico, puesto que no ocupa mucho espacio de tierra para su producción y recicla algunos desechos biomásicos.

Para el cultivo de las setas, se requiere alta humedad relativa (90-95 %/o) y una baja temperatura (15-20 °C), por lo que se recomienda sembrarlos en lugares con alturas de 1.500 m y superiores. Dado que en nuestro país no hay una tradición mi-

cofágica (de comer hongos) la mayoría de los champiñones se exportan, lo cual es una lástima, máxime a sabiendas de que es un hábito que hemos perdido, puesto que nuestros indígenas cosechaban esporádicamente *Plerotus* spp. y *Lactocollibia* spp., entre ellos.

Por otra parte, las setas son un producto no tradicional para exportar, muy aceptadas en Estados Unidos de Norte América y Europa, alcanzando buenos precios y pudiendo venderse en varias presentaciones: fresco, enlatado, seco al sol en trozos o en polvo; lo cual es una ventaja adicional para quien decida estimular su producción.