



Contribución al conocimiento de los hongos comestibles en las regiones lenca y chortí del occidente de Honduras

Autores:

Leonel Marineros

Hermes L. Vega

Luis Bejarano

Revista BIOMA año 3, No. 35: 35-47. Septiembre 2015

ISSN 2307-0560

Contribución al conocimiento de los hongos comestibles en las regiones indígenas lenca y chortí del occidente de Honduras

Leonel Marineros

M. Sc. En Vida Silvestre,

Investigador asociado al Instituto para la Ciencia y la Conservación de la Biodiversidad de Honduras INCEBIO.

E mail: lmarineros@gmail.com

Hermes Vega

Instituto para la Ciencia y la Conservación de la Biodiversidad de Honduras INCEBIO.

E mail: hermesve_77@yahoo.es

Luis Bejarano

Ing. Forestal, Docente/Investigador, Universidad de Ciencias Forestales U-ESNACIFOR.

E mail: luis.bejarano88@yahoo.com

Resumen

La etnomicofagia es una práctica tradicional que aún se realiza en Honduras con mayor arraigo en los departamentos del occidente (La Paz, Lempira, Intibucá, Ocotepeque, Santa Bárbara y Copán) en donde se ubican los pueblos lenca y los mayas-chortí. Al final del estudio se lograron identificar 13 especies de hongos comestibles. Del total mencionado, 12 se encuentran en estas serranías de pino-encino. Cuatro de ellos, *Cantharellus cibarius*, *Lactarius sp.*, *Lactarius indigo* y *Amanita caesarea* son los de mayor venta en los mercados de la región. Finalmente se añade a esta lista la especie *Auricularia fuscosuccinea* cuyo consumo se verificó por emigrantes del departamento de Ocotepeque, fuera de la zona indígena, y que actualmente viven en la montaña Texiguat, en el Caribe de Honduras. El estudio también recoge nombres tradicionales comunes, precios de venta en los mercados locales y modos de prepararlos.

Palabras clave: micofagia, nomenclatura tradicional, mayas *Cantharellus*, *Lactarius*, *Amanita*, *Auricularia*

Introducción

Honduras es un país tropical con una gran diversidad de plantas y animales, así como también de macromicetos que forman parte del reino de los hongos (Portillo, 2007) muchos de ellos para uso comestible, medicinal y lúdico.

Se estima que más de 1100 especies de estos organismos son apetecibles y de uso gastronómico en más de 80 países del mundo (Boa, 2005). La micofagia, o consumo alimenticio de hongos silvestres, en la región mesoamericana, es una costumbre históricamente documentada desde tiempos prehispánicos; para el caso, existió veneración hacia los macromicetos entre los mayas del periodo clásico, ya que en diferentes ciudades, desde los altos de Chiapas y Guatemala hasta el Pacífico de El Salvador, se han encontrado esculturas de piedras-hongo (Ohi, 1994).

Dentro de la región mesoamericana, el consumo de hongos está bien documentado en México (Estrada-Martínez, *et al.*, 2009; Guzmán 1997; Guzmán, 2003; Guzmán, 2004) así como también en Guatemala, donde se han documentado 83 especies de hongos para uso alimenticio entre los diferentes grupos mayas incluyendo los chortís del oriente de Guatemala que hace frontera con Honduras (Ardón, 2007; Morales *et al.* 2002, Bran *et al.* 2002). En El Salvador, son pocas las referencias documentadas de uso en micofagia (Escobar y Orellana, 1994). En el norte de Centroamérica existe la tradición etnomicofágica, gracias a las distintas zonas de vida de la región, a la existencia de una gran diversidad de hongos y a la herencia tradicional lo cual es notorio en las comunidades indígenas como en Guatemala, Chiapas, y El Salvador (Morales *et al.* 2002; Boa 2005).

Muchos hongos silvestres comestibles aparecen en los meses lluviosos del año y puestos a la venta en los mercados populares de Mesoamérica en donde se pueden observar decenas de especies, identificados

con sus nombres tradicionales (Guzmán, 1997; Bran *et al.* 2002). En el caso de Honduras, es la región occidental en donde existe la costumbre tradicional de la micofagia, y en donde aún subsisten los grupos indígenas lenca y mayas-chortís que mantienen esta tradición (Sarmiento y Fontecha, 2013). En las aldeas de estos departamentos se emplea una nomenclatura local muy particular y muy útil en la identificación taxonomía tradicional de las especies fúngicas.

El estudio etnográfico de Chapman (1992) sobre los lenca y el de Girard (1949) sobre los chortís, no hacen referencia al consumo de hongos en estos grupos indígenas. Hasta la fecha, el único estudio publicado en Honduras sobre los hongos basidiomicetos comestibles y venenosos de valor etnomicológico es el de Sarmiento y Fontecha (2013). En este estudio los investigadores se enfocaron en los departamentos de La Paz e Intibucá documentando nueve macromicetos de uso comestible entre las comunidades lenca.

El objetivo general del presente estudio, es el de contribuir al conocimiento micológico nacional sobre la ingesta alimentaria de hongos tradicionalmente utilizados por estos grupos indígenas, añadiendo nuevas especies con sus nombres locales aun no presentados en la literatura nacional.

Área de estudio

La figura 1 muestra los departamentos del occidente de Honduras, y señala los principales sitios (pueblos y aldeas) mencionados en el texto. Toda esta región está inserta en ecosistemas mixtos con dominancia arbórea de pinos y encinos, entre los que sobresalen las especies *Pinus oocarpa* y *Quercus sp.* que dominan el paisaje. Los pueblos chortís están ubicados en el departamento de Copán y Ocotepeque haciendo frontera con Guatemala, y el resto de los pueblos nombrados son de origen lenca y se encuentran en departamentos fronterizos con El Salvador. El sitio con mayor altitud fue La Esperanza ubicada a 1700 msnm.



Figura 1: Departamentos del occidente de Honduras y los sitios donde se realizó el presente estudio.

Materiales y Métodos

Se recopiló literatura regional sobre los hongos de valor en micofagia, particularmente de Guatemala y México, que son países con mayores estudios y literatura en la región. El estudio se realizó en seis departamentos del occidente de Honduras: Copán, Ocotepeque, Lempira, Intibucá, La Paz y Santa Bárbara. Una vez estando en los pueblos se aplicó una entrevista informal y semi estructuradas en visitas a 18 sitios (cuadro 1). A las personas entrevistadas se les anotó su residencia sin distinción sexo y se anotó el rango de edad. Teniendo en consideración que, por lo general, los residentes son mejores conocedores, así como también las personas de edad madura contaban con mayores experiencias y conocimiento.

La entrevista consideró, como primer aspecto, indagando sobre el consumo de hongos entre la familia, a lo que una respuesta positiva, nos llevó a una conversación informal, indagando sobre el reconocimiento y el uso de las especies de hongos comestibles de la localidad, sus nombres locales, su reconocimiento y la manera de prepararlos.

En algunas oportunidades se aprovechó la época del año para realizar la metodología de observación participativa (Mata, 2003), colaborando en la recolecta en el campo para luego consumirlas con los miembros de las familias. También se visitaron los mercados municipales de Gracias, Marcala, Copán Ruinas y La Esperanza, con la ventaja frecuente que, en estos mercados los domingos, la venta de hongos lo hacía el mismo recolector o familiar cercano (choreros o choreras).

Las visitas a los departamentos occidentales no fueron sistemáticas, sino más bien en base a las oportunidades de viajar con recursos propios a esos sectores entre los años 2001 al 2015. El estudio se efectuó por periodos cortos en los diferentes sitios y departamentos, con la excepción del municipio de Yamaranguila, ya que el tercer autor es oriundo

CUADRO 1: Aldeas de 6 departamentos del occidente de Honduras en donde se realizaron entrevistas con personas consumidoras de macromicetos.

Departamento	Lugar	Municipio	Año	Etnia	Personas	Rango edad	
1	Copán	Aldea La Fintada	Copán Ruinas	2007	Chortí	4	30 - 60
2	Copán	Aldea La Esperanza	Copán Ruinas	2004	Chortí	4	20-40
3	Copán	Aldea San Isidro	Copán Ruinas	2004	Chortí	2	40-50
4	Copán	Mercado Copán Ruinas	Copán Ruinas	2002 a 2005	Chortí	4	30-50
5	Copán	Casero La Laguna	Copán Ruinas	2003	Chortí	2	30-50
6	Copán	Mercado Santa Rosa	Santa Rosa de Copán	2009	Chortí	2	30-40
7	Copán	Casero Carrizalito	Copán Ruinas	2004	Chortí	2	30-50
8	Copán	La Castellona	Santa Rita de Copán	2007	Chortí	4	20-40
9	Intibucá	Yamaranguila	Yamaranguila	2003 a 2015	Lenca	12	20-70
10	Intibucá	La Esperanza	La Esperanza	2015	Lenca	3	20-50
10	La Paz	mercado Marcala	Marcala	2006	Lenca	2	40-50
11	La Paz	Yarula	Yarula	2010	Lenca	2	30-40
12	La Paz	La Florida	Opatoro	2008	Lenca	2	30-40
13	Lempira	Agua Negra	San Miguel de Opalaca	2013	Lenca	5	20-60
14	Lempira	San Miguel la Iguala	Lepaera	2008	Lenca	2	30-40
15	Lempira	Gracias	Gracias	2014 y 2015	Lenca	4	40-60
16	Santa Bárbara	Yamalí	San Luis	2010	Lenca	3	30-50
17	Santa Bárbara	Agua Blanca	San Luis	2009	Lenca	5	20-40
18	Ocotepeque	Santa María	Belén Gualcho	2014	Chortí	2	30-50
TOTAL						64	

Materiales y Métodos

Se recopiló literatura regional sobre los hongos de valor en micofagia, particularmente de Guatemala y México, que son países con mayores estudios y literatura en la región. El estudio se realizó en seis departamentos del occidente de Honduras: Copán, Ocotepeque, Lempira, Intibucá, La Paz y Santa Bárbara. Una vez estando en los pueblos se aplicó una entrevista informal y semi estructuradas en visitas a 18 sitios (cuadro 1). A las personas entrevistadas se les anotó su residencia sin distinción sexo y se anotó el rango de edad. Teniendo en consideración que, por lo general, los residentes son mejores conocedores, así como también las personas de edad madura contaban con mayores experiencias y conocimiento.

La entrevista consideró, como primer aspecto, indagando sobre el consumo de hongos entre la familia, a lo que una respuesta positiva, nos llevó a una conversación informal, indagando sobre el reconocimiento y el uso de las especies de hongos comestibles de la localidad, sus nombres locales, su reconocimiento y la manera de prepararlos.

En algunas oportunidades se aprovechó la época del año para realizar la metodología de observación participativa (Mata, 2003), colaborando en la recolecta en el campo para luego consumirlas con los miembros de las familias. También se visitaron los mercados municipales de Gracias, Marcala, Copán Ruinas y La Esperanza, con la ventaja frecuente que, en estos mercados los domingos, la venta de hongos lo hacía el mismo recolector o familiar cercano (choreros o choreras).

Las visitas a los departamentos occidentales no fueron sistemáticas, sino más bien en base a las oportunidades de viajar con recursos propios a esos sectores entre los años 2001 al 2015. El estudio se efectuó por periodos cortos en los diferentes sitios y departamentos, con la excepción del municipio de Yamaranguila, ya que el tercer autor es oriundo

CUADRO 1: Aldeas de 6 departamentos del occidente de Honduras en donde se realizaron entrevistas con personas consumidoras de macromicetos.

	Departamento	Lugar	Municipio	Año	Etnia	Personas	Rango edad
1	Copán	Aldea La Pintada	Copán Ruinas	2007	Chortí	4	30 - 60
2	Copán	Aldea La Esperanza	Copán Ruinas	2004	Chortí	4	20-40
3	Copán	Aldea San Isidro	Copán Ruinas	2004	Chortí	2	40-50
4	Copán	Mercado Copán Ruinas	Copán Ruinas	2002 a 2005	Chortí	4	30-50
5	Copán	Caseño La Laguna	Copán Ruinas	2003	Chortí	2	30-50
6	Copán	Mercado Santa Rosa	Santa Rosa de Copán	2009	Chortí	2	30-40
7	Copán	Caseño Carnizalito	Copán Ruinas	2004	Chortí	2	30-50
8	Copán	La Castellona	Santa Rita de Copán	2007	Chortí	4	20-40
9	Intibucá	Yamaranguila	Yamaranguila	2003 a 2015	Lenca	12	20-70
10	Intibucá	La Esperanza	La Esperanza	2015	Lenca	3	20-50
10	La Paz	mercado Marcala	Marcala	2006	Lenca	2	40-50
11	La Paz	Yarula	Yarula	2010	Lenca	2	30-40
12	La Paz	La Florida	Opatoro	2008	Lenca	2	30-40
13	Lempira	Agua Negra	San Miguel de Opalaca	2013	Lenca	5	20-60
14	Lempira	San Miguel la Iguala	Lepaera	2008	Lenca	2	30-40
15	Lempira	Gracias	Gracias	2014 y 2015	Lenca	4	40-60
16	Santa Bárbara	Yamalá	San Luis	2010	Lenca	3	30-50
17	Santa Bárbara	Agua Blanca	San Luis	2009	Lenca	5	20-40
18	Ocotepeque	Santa María	Belén Gualcho	2014	Chortí	2	30-50
TOTAL						64	

de éste municipio. Los sitios y años de visita se encuentran descritos en el cuadro 1.

Las especies colectadas, fueron fotografiadas en sus detalles, y se identificaron utilizando las claves y los libros de campo de Chung (2005), Mata (2003) y Mata *et al.* (2003).

Resultados

Al final del estudio, se logró entrevistar a 64 personas sin distinción de sexos en rangos de 20 a 70 años de edad (cuadro 1). Estas entrevistas, permitieron constatar que, toda esta región, posee una amplia variedad de hongos comestibles, así como también, parte de la taxonomía folclórica, importancia económica y modos de preparación.

El uso de los basidiomicetos más difundidos, tanto entre los chortís como los lenca, es el alimenticio; sin embargo, ellos también tienen el conocimiento de la existencia de choros venenosos, medicinales y lúdicos

Este estudio confirmó el consumo de 13 especies para uso alimentario entre los lenca y chortís de Honduras. Los resultados sobre estas especies están descritos en el cuadro 2 y ordenados por especie y lugar de la documentación. A continuación se brindan los resultados de las entrevistas por venta, nomenclatura local y preparación.

Venta

La venta de los hongos silvestres comestibles en las zonas de estudio, está enfocada a una época del año en particular entre los meses de junio y octubre aproximadamente, lo cual corresponde con la temporada de lluvias en la región. Se encontró que hay venta de choros en los mercados tradicionales de Marcala, Gracias, La Esperanza, en la zona lenca y en Santa Rosa y Copán Ruinas para la zona chortí (Cuadro 3). En la zona chortí, hay mayor comercialización del hongo amarillo (*Cantharellus cibarius*) con un costo de L. 10.00 (aproximadamente a US \$ 0.52), la forma

de exhibición de este hongo es mediante “montón” (grupo de hongos) de 8 a 10 hongos grandes en promedio, en un envoltorio elaborado con brácteas de la infrutescencia del maíz (hoja seca) a la cual se le conoce como “tuza”. La importancia de utilizar este envoltorio es de origen tradicional en el comercio de pequeñas productos.

En el mercado de Marcala (La Paz), los lenca comercializan los choros rojos (*Amanita caesarea*) y los choros llaneros (*Lactarius sp.*) en el momento de la entrevista, se vendían a un precio de L. 40.00 (aproximadamente US \$ 2.00) la bolsa de cualquiera de ellos. Normalmente la bolsa contiene entre quince y dieciocho ejemplares de diferentes tamaños de *A. caesarea* y unos dieciocho o veinte ejemplares de *Lactarius sp.* En el mercado de Gracias, también se venden los hongos azules (*Lactarius indigo*) con menor demanda.

En el mercado de La Esperanza, se detectaron los precios más altos, ya que se vendía la bolsada de choros sol (*Amanita caesarea*) entre L. 60.00 y L. 70.00 (entre US \$ 3 a 3.5) en el mes de julio. En las entrevistas se nos informó que cuando empiezan a salir los hongos sol en el mes de junio, alcanzan precios altos hasta L. 150.00 (US 7.5) la bolsa de unos 20 ejemplares de diferentes tamaños. Estos precios bajan progresivamente hacia el mes de octubre.

Nomenclatura local

En estas regiones, por lo general no utilizan el término hongo, por esto, en muchas aldeas del occidente de Honduras usan la palabra “flor de tierra” para aquellos macrohongos que se levantan en suelo. En Copán también utilizan los términos “murul” así como la palabra “congo”, este último es una degeneración de la palabra hongo.

En la región de Opatoro (La Paz), se acostumbra nombrar a los hongos comestibles con el nombre de “San Juanillos”, muy parecido al nombre “San Juan”

dado en Guajiquiro (La Paz); y en la aldea San Miguel de Lepaera (Lempira), les llaman “tenigas”, así como en Yamaranguila usan la palabra “matambrosos” derivado de las palabras “matar hambre”. De igual forma en Belén Gualcho (Ocotepeque) se usa frecuentemente las palabras “tinticas” y “chompipas”.

El término más generalizado es el de choro o chora. En Copán se usa el término femenino “chora”; ya en la zona de La Paz se usa término masculino de “choro”; y en Yamalá y Agua Blanca el término “chor”. El término “chora” también es utilizado en algunas aldeas de El Salvador (Escobar y Orellana, 1994). Comparando el estudio de Morales *et al.* (2002) este nombre es semejante con el término “xara”, “xar” o “shara” utilizado por los indígenas kaqchikeles de Guatemala. De igual manera, el término “San Juan” muy utilizado en Guajiquiro, es igualmente utilizado por los kaqchikeles en varias especies de macromicetos (Morales *et al.*, 2002). Lo mismo se manifiesta para los nombres de Oreja de ratón (*Auricularia sp.*) y cacho de venado (*Ramaria sp.*) utilizados por los lenca y kaqchiqueles.

Para evitar equivocaciones con los hongos en repisa comestibles (Polyporaceae), que en Copán llaman “azame y choros blancas”, o bien orejas y “naguas” en La Paz, se utilizan solamente aquellos que crecen en la corteza de los árboles de jocote y pitarrillo (*Spondias spp.*), jote o indio desnudo (*Bursera simaruba*), caulote (*Guazuma ulmifolia*), matilhuate, macuelizo o maquilshuat, (*Tabebuia rosea*) y en los árboles de mecate (*Heliconia caribaea*). Otros hongos en repisa comestibles se recolectan en Santa Bárbara en los troncos del penquillo o Izote (*Yucca guatemalensis*). En Yarula, se buscan los hongos que crecen en los troncos de los árboles de guachipilín (*Diphysa americana*), izote (*Yucca guatemalensis*), jote (*Bursera simaruba*) y troncos podridos de pino ocote (*Pinus oocarpa*). El nombre “azame”, usado entre los maya-chortí de Copán, también es utilizado en

el idioma maya Q'eqchí de Guatemala para algunos hongos comestibles (Bran *et al.*, 2002).

En el idioma Uspanteko de Guatemala se usa la palabra "xekek" para nombrar al hongo de color azul *Lactarius indigo* (Bran *et al.*, 2002).

En la zona lenca de Honduras se le conoce como "choro Xekeque o chekeka", ambos términos hacen referencia al color de una urraca de color azul presente en estos países.

Las entrevistas brindaron, adicionalmente, una lista de especies a las que no se logró obtener mayor información con sus nombres tradiciones. El cuadro 4 hace referencia a esos macromicetos consumidos en estos departamentos, de los cuales recopilamos sus nombres locales, pero no se lograron identificar.

Cuadro 2. Lista de los macromicetos utilizados para consumo con sus nombres locales. Copán Ruinas es de influencia chortí, las siete restantes, son de ascendencia lenca. La lista esta ordenada alfabéticamente.

Especie	Copán Ruinas	San Miguel La Iguala	San Miguel Opalaca	Yarula	Opatoro	Yamalá	Yamaranguila	La Esperanza	Gracias Lempira
1 <i>Amanita caesarea</i>				quita sol, choro sol	San Juan		cumba roja, cumbito	Sol, cumba	Juanilla, cudes
2 <i>Auricularia auricola</i>	Oreja de ratón	Orejitas de palo							Oreja de ratón
3 <i>Auricularia fuscosuccinea</i>	Oreja de chancho								oreja
4 <i>Boletus sp.</i>		Marquesote		Choro pan		chor de mais ¹ , panchora	choropán		pan
5 <i>Cantharellus cibarius</i>	Canturuca, canturuque	Pajaritos		Ocotlera		canturina	Matambre, matambrero		Canturias
6 <i>Cronartium strobilum</i>							Flor de pino, bellota amarilla		
7 <i>Lactarius sp.</i>				llanera		llanera	esquiro llanero		Llanera
8 <i>Lactarius deliciosus</i>			Guacamaya						Ocotlera
9 <i>Lactarius indigo</i>		Teriga azul, chor azul		Chequeca, choro azul	Choro azul		Chequeque, chor azul		Chequeca
10 <i>Pleurotus sp.</i>	Azame	oreja		nagua		chor de palo	lengua	Chor de palo	Chora de mozote
11 <i>Pleurotus ostreatus</i>	chora blanca	oreja		Yulo		chor de palo			Chora de izote
12 <i>Ramaria sp.</i>			Quereza	Cacho de venado				Lengua de venado, manito	Quereza
13 <i>Ustilago maydis</i>	Vicio	cacahuate de mais ¹ , vicio, hijitos del mais		Matuga, choca	San Juanillo del mais	abuelita del mais ¹ , vieja	Mamoga, momoga, cacao	Flor de madre	Juan vicio

CUADRO 3. Precios de algunos hongos comerciales y mercados de venta

Especie	Mercado	Modo de venta	Costo aproximado en USD
<i>Amanita caesarea</i>	Marcala, La Paz	Bolsa de 15 a 20 ejemplares	2.00
<i>Amanita caesarea</i>	La Esperanza, Intibucá	Bolsa de 15 a 20 ejemplares	3.0
<i>Amanita caesarea</i>	Gracias, Lempira	Bolsa de 15 a 20 ejemplares	1.0
<i>Cantharellus cibarius</i>	Santa Rosa de Copán	Tuza de 10 ejemplares	1.0
<i>Cantharellus cibarius</i>	Copán Ruinas	Tuza de 10 ejemplares	0.5
<i>Lactarius sp.</i>	Marcala, La Paz	Bolsa de 20 ejemplares	2.0
<i>Lactarius indigo</i>	Gracias, Lempira	Bolsa de 15 a 20 ejemplares	1.40

CUADRO No. 4: Nombres locales de macromicetos no identificados en este estudio y usados en la zona de estudio.

Sitio	Etnia	Departamento	Nombres de macrohongos no identificados
Copán Ruinas	Chortí	Copán	musul de venado, wongo de mundo, wongo de llano, wongo pelota amarilla, Santo Domingo, charcha de gallo
Yarula	Lenca	La Paz	guazacaca, lengua de venado, lengua de vaca, puño, choro de caballo, cáramo azul, bizarro, leche, sangre de toro, choro chile, choro carizo, pan dilo, sol blanco, sol amarillo.
San Miguel	Lenca	Lempira	teñgas verdes, teñgas amarillas, teñga anaranjada, venado, choro mozote, guazacaca, cheringa de gallo, guazo, coquito.
La Esperanza	Lenca	Intibucá	Peico, somo, manigüire, choro de ocote
Yamalá	Lenca	Santa Bárbara	lengua de vaca, pajasito, marquezote, nixtamalera, chor de ocote, chargul

Preparación de hongos para consumo

La manera de preparar los hongos es variable y va desde pasarlo por las brasas o por el comal caliente del fogón (Figs. 2 y 3), hasta prepararlo frito con aditivos como saborizantes y condimentos de mercado, acompañados con frijoles y tortillas de maíz para complementar el plato. En la zona de Copán también se preparan con mantequilla o en empanadas o pupusas (tortillas de maíz con pedazos de hongos en su interior y cocinadas cierta cantidad de aceite o manteca). En las entrevistas realizadas en Copán Ruinas, una familia entrevistada comentó preferir comer *Cantharellus cibarius* cocidas en leche.

En Guajiquiro (La Paz) se preparan los choros revueltos con huevo y matara (*Allium glandulosum*) o bien como parte de las verduras en sopa de gallina. En Copán, los hongos del género *Auricularia* se cocinan añadiéndolas a la sopa de frijoles como acompañante.

Cada región y familia tiene sus preferencias de preparación. Para el caso, en Yamaranguila, solamente *Cantharellus cibarius* se prepara en pupusas, y los demás (*Amanita caesarea*, *Ustilago maydis*, *Lactarius indigo*, *Lactarius sp.*) se preparan por preferencia ya sea asados, cosidos o guisados con manteca.



Figura 2. La forma mas común de comer los choros es pasados al comal con sal y tortillas. Se ven algunos hongos *Lactarius deliciosus*. San Miguel de Opalaca. Fotografía: H. Vega.



Figura 3. Choro sol (*Amanita caesarea*) preparado con aceite, sal y especias. Mercado de La Esperanza, Intibucá. Fotografía: L. Martínez.

Conclusiones

Algunos hongos tienen una aparición temporal por periodos cortos en el bosque, normalmente asociados a los primeros meses lluviosos del año, pero después de las lluvias su frecuencia decrece o se hace más escasa. Es en esta época en la que aparecen los hongos en los mercados locales de esta región.

Según Pérez-Armendáriz *et al.* (2010) los hongos comestibles son un alimento excepcional ya que son bajos en calorías y grasa, además de ricos en proteínas, vegetales, quitina (un compuesto natural con variados beneficios para el ser humano), vitaminas y minerales, lo que implica que aportan mayor cantidad de proteínas, que los vegetales en general.

Un estudio comparativo entre diferentes especies de hongos y vegetales mostró, por ejemplo, que la especie *Pleurotus ostreatus* posee un contenido de nitrógeno por arriba del 7%, mientras que en algunos vegetales como la papa fue del 0.9% (Chang & Miles, 2004).

La diversidad de hongos comestibles en Honduras es amplia y se espera que con investigaciones futuras y sistemáticas, aparezcan más especies comestibles para ambos grupos étnicos (Figs. 4 a 16). Tan solo en Guatemala Morales *et al.* (2010) describen 83 especies de hongos comestibles, incluyendo ocho de las especies y tres géneros de los macromicetos encontrados en este estudio.

Los hongos *Ustilago maydis* y *Cronartium strobilum* son dos ejemplos de hongos micromicetos con no forman carpóforos visibles y son más bien hongos patógenos, el primero de las mazorcas de maíz y el segundo de los conos de los pinos.

El consumo de *Cronartium strobilum*, especie registrada en Yamaranguila, es un consumo realmente casual y raro. Muchas personas de esta región indígena lo han comido, sin embargo, no es un hongo de buen sabor y su consumo es más por entretenimiento o

curiosidad que de uso o valor culinario. Esta especie también fue mencionada como comestible entre los Tarahumara de México (Boa, 2005).

Los nombres tradicionales o locales varían y en la mayoría de los casos, no son consistentes entre los mismos pueblos y aldeas cercanas. Los únicos hongos que mantienen un nombre popular parecido es *Cantharellus cibarius* y *Lactarius indigo*.

En Honduras, para las personas que no tienen tradición indígena, el consumo de hongos silvestres por los indígenas es vista como una muestra de precariedad o pobreza. Lejos de esto, los indígenas lo ven como una oportunidad estacional de excelente sabor. Por ejemplo, el *Ustilago maydis*, en la literatura técnica agrícola le llama "tizón o carbón del maíz". Este hongo, despreciado por los técnicos agrícolas, se convierte en una alternativa de consumo con gran aceptación entre los lencas y chortís. De igual manera, los hongos en repisa comestibles añaden otro valor a las cercas vivas conformadas por árboles de mozote (*Heliconia donnell-smithii*), jobos (*Spondias* sp.), jote (*Bursera simaruba*), tapaculo (*Guazuma ulmifolia*), matilhuate (*Tabebuia rosae*) e izote (*Yucca guatemalensis*) ya que suministran hongos alimenticios al entorno de la finca para consumo familiar.

La venta de los hongos silvestres comestibles constituye una buena oportunidad para adquirir recursos económicos durante esta temporada. Las familias participan en la recolección los fines de semana y son puestos a la venta por ellos mismos los domingos de mercado. En la ciudad de La Esperanza se ha hecho toda una tradición (ya conocida por más de una década) la feria anual del choro entre los meses de junio o julio. En esta región, los más vendidos está *Amanita caesarea* que llega a alcanzar los precios más altos que en otros mercados del occidente de Honduras.

Finalmente, y como un detalle que vale la pena mencionar, es el fenómeno migratorio campesino a lo interno de Honduras y que también se manifiesta en estos grupos indígenas; muchos de ellos migran hacia tierras orientales y montañas de la costa Caribe de Honduras (von Gleich y Gálvez, 1999), llevando consigo el legado tradicional etnomicológico con ellos. Se efectuó la confirmación del consumo de *Auricularia fuscosuccinea* en una región caribeña en donde habitan emigrantes indígenas del departamento de Ocotepeque. Ellos se adaptaron a un ambiente de selva premontana en lo alto de la montaña de Texiguat, en el departamento de Atlántida. Haciendo uso de estos y otros recursos que provienen de las culturas indígenas del occidente de Honduras.

La etnomicofagia en Honduras es una costumbre ancestral, su práctica es parte de la herencia tradicional mesoamericana como lo demuestran los recolectores y consumidores indígenas actuales de hongos en los departamentos occidentales de Ocotepeque, Copán, Lempira, Intibucá y La Paz y en menor frecuencia en Comayagua, Francisco Morazán y Santa Bárbara. Con esta investigación, ya suman 17 especies registradas como comestibles en la etnomicofagia de Honduras ya que Sarmiento y Fontecha (2013) mencionan 4 especies adicionales a esta lista: *Amanita rubescens*, *Citocybe* sp., *Hymenoglyphus repandum* y *Russula virescens*.



Figura 4. Choro guacamaya, *Lactarius deliciosus*, montaña Opalaca, departamento de Lempira. Fotografía: H. Vega.



Figura 5. Cacho de venado o quereza *Ramaria* sp. montaña de Opalaca, departamento de Lempira. En Guajiquiro le llaman "pata de gallina". Fotografía: Hermes Vega.



Figura 6. Oreja de ratón, *Auricularia auricola*, aldea Santa María, Belen Gualcho, Ocotepeque. Fotografía: Hermes Vega.



Figura 7 Orejas de chanco, *Auricularia fuscousuccinea*, Montaña de Texiguat (Yoro) colectada y consumida con una familia de emigrantes del departamento de Ocotepeque. Fotografía: L. Marineros.



Figura 8 Flor de pino *Cronartium strobilinum*. De consumo muy casual en Yamaranguila



Figura 9. Chequeca o choro azul, *Lactarius indigo*. Yarula, La Paz. Fotografía: L. Marineros.



Figura 10. Azame (*Pleurotus* sp.) de consumo asado o en en sopas.
Fotografía: tomada en Copán Ruinas por L. Marineros



Figura 11. Chora canturuca, *Cantharellus cibarius*, mercado de Copán Ruinas. Envoltorio es una tuza de maíz para venta.
Fotografía: L. Marineros.



Figura 12. Choro Llanera, *Lactarius* sp. mercado de Marcala, La Paz.
Fotografía: L. Marineros.



Figura 13. Choro pan o panchora, *Boletus* sp. Aldea agua Blanca, Municipio de San Luis, Santa Bárbara. Fotografía: L. Marineros.



Figura 14. Chora blanca, *Pleurotus ostreatus*, Nueva Esperanza, Copán Ruinas. Fotografía: L. Marineros



Figura 15. Choro sol rojo o cumba roja, *Amanita caesarea*, hongos traídos de la aldea Yarula y en venta en el mercado de Marcala, La Paz. En Guajiquiro le llaman San Juan del rojo.
Fotografía: L. Marineros.



Figura 16. Abuelita del "mais", matuga o vicio, *Ustilago maydis*, Copán
Fotografía: L. Marineros.

Agradecimientos

Agradecemos por su aporte a Milagro Mata (INBIO), a Elia Sarmiento (Laboratorio de Etnobotánica, UNAH) y a Osberth Morales (Unidad de Biodiversidad, Tecnología y Aprovechamiento de Hongos, Departamento de Microbiología, Escuela de Química Biológica, Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia, Universidad de San Carlos de Guatemala). A Mario Espinal por sus críticas y acompañamiento en las giras de campo en Santa Bárbara. A Roberto Vallejo Larios del INADES por las facilidades en la zona lenca de Opatoro. A Jonathan Hernández por su acompañamiento en la montaña de Opalaca. El agradecimiento también a los informantes en Copán: Obdulio Garza, Evelio Cardona, Jacoba Gutiérrez Martínez y Anita Martínez. A la vez agradecer a Juana Vásquez y Santos Vásquez de la aldea Yarula (La Paz). En la aldea Agua Blanca agradecemos a Verónica Corea e Ignacia Díaz, también al señor Crescencio Díaz de la aldea Yamalá, así como a Donaldo García López de Opatoro y Jaime López en Florida de Opatoro (La Paz) y a Wilson Gómez de Guajiquiro. A Esperanza y Esther Gómez Días

de la aldea San Miguel La Iguala, Lempira, por sus atenciones e información brindada. Finalmente agradezco a Roberto Guerra Aguilar por el material fotografiado en Santa Rosa de Copán y a Cameron McNiel por su aporte. De igual manera a Teresa Campos por sus comentarios.

Bibliografía

- Ardón, C. E. 2007. La producción de los hongos comestibles. Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, Departamento de Postgrado, Maestría en Docencia Universitaria. Tesis de Maestría.
- Boa, E. 2005. Los hongos silvestres comestibles. Perspectiva global de su uso e importancia para la población. Productos forestales no madereros No. 17. Serie FAO.
- Bran, M.; O. Morales-Esquivel, R. Flores, H. Arriola, E. Rodríguez y J. de Ariza. 2002. Hongos comestibles de Guatemala: diversidad, cultivo y nomenclatura vernácula. Universidad de San Carlos de Guatemala. Dirección General de Investigación Instituto de Investigaciones Químicas y Biológicas.
- Chang, S.T. & P.G. Miles. 2004. Mushroom: Cultivation, nutritional value, medicinal effect, environmental impact. CRC Press, Boca Raton. 451 pp.
- Chung, P. 2005. Guía de campo de los principales hongos micorrízicos comestibles y no comestibles presentes en Chile. Instituto Forestal Sede Bio-Bio. Proyecto FONDEF- CONICYT DO11168
- Chapman, A. 1992. Los Hijos del Copal y la candela: Ritos agrarios y tradición oral de los lenca de Honduras. Instituto de Investigaciones Antropológicas, Serie Antropológicas No. 64. Universidad Nacional Autónoma de México. México DF. 300 pp.

Escobar, G. y Orellana D. 1994. Hongos. En: Historia natural y ecológica de El Salvador. Tomo 2. F. Serrano (editor). Ministerio de Educación de El Salvador.

Estrada -Martínez, E., G. Guzmán, D. Cibrián-Tovar y R. Ortega-Paczka. 2009. Contribución al conocimiento etnomicológico de los hongos comestibles, silvestres de mercados regionales y comunidades de la Sierra Nevada (México). Interciencia Vol. 34. No. 1. Pp 25-33.

Girard, Rafael. 1949. Los Chortís ante el problema maya. Tomos I-V. Colección Cultura Precolombina. México D.F.

Guzmán, 2004. Los hongos de la Península de Yucatán (México) V. Nuevas observaciones y nuevos registros. Revista Mexicana de Micología. Julio, No. 018. Sociedad Mexicana de Micología. Xalapa, México. 7-12.

Guzman, G. 2003. Fungi in the Maya culture: past, present and future. In: The Lowland Maya Area: Three Millennia at the Human-Wildland Interface. Edited by Scott Fedick, Michael Allen, Juan Jiménez-Osornio and A. Gómez-Pompa. Food Products Press.

Guzmán, G. 1997. Los nombres de los hongos y lo relacionado con ellos en América Latina. México. Instituto de Ecología, A. C.

Mata, M. 2003. Macrohongos de Costa Rica. Vol. 1. INBIO, GEF, MINAE, Banco Mundial.

Mata, M.; R. Halling y G. Mueller. 2003. Macrohongos de Costa Rica. Vol. 2. INBIO, GEF, MINAE, Banco Mundial.

Morales, O., M.C. Bran, y R. Cáceres. 2010. Los hongos comestibles de uso tradicional en Guatemala. En: Martínez-Carrera, N. Curvetto, M. Sobal, P. Morales & V. M. Mora (Editores). Hacia un Desarrollo Sostenible del Sistema

de Producción-Consumo de los Hongos Comestibles y Medicinales en Latinoamérica: Avances y Perspectivas en el Siglo XXI. Capítulo 25, pp. 437-464. Red Latinoamericana de Hongos Comestibles y Medicinales: Producción, Desarrollo y Consumo.

Morales O., Bran M., Cáceres R., Flores R. 2002. Contribución al conocimiento de los hongos comestibles de Guatemala. www.hongoscomestibles-latinoamerica.com/p/p/30.pdf, consultado 15/ septiembre/2008.

Ohi, Kuniaki. 1994. Piedras-Hongo y arqueología maya. En Piedras-Hongo, Kuniaki Ohi y Miguel Torres (editores). Pág. 30-35. Museo del Tabaco y Sal Guatemala.

Pérez-Armendáriz B., Y. Mayett, -Moreno/ D. Martínez Carrera. 2010. Propiedades nutricionales y medicinales de los hongos comestibles. Revista Saberes Compartidos. No 5, año 4, Primer Semestre 2010. Pp 5-11.

Portillo, H. 2007. Recopilación de la información sobre la biodiversidad de Honduras. INBIO, SERNA/DIBIO.

Sarmiento, E., y G. Fontecha. 2013. Conocimiento tradicional de los hongos en el occidente de Honduras. Revista Ciencia y Tecnología. Universidad Nacional Autónoma de Honduras. Número 13, Diciembre 2013: 19-29.

von Gleich, U. y E. Gálvez. 1999. Pobreza étnica en Honduras. Banco Interamericano de Desarrollo. Departamento de Desarrollo Sostenible. Documento en línea: <http://www.bvsde.paba.org/bvsacd/cd47/etnica.pdf> consultado el 30 de junio del 2015.

Campos-Casabón, J.C. y A. Arregui-Álava. 2010. Manual de Buenas prácticas y Guía de Setas de Guadalajara. Diputación de Guadalajara.

