


Under Dusken



STUDENTAVISA I TRONDHEIM NR.09 108. ÅRGANG 27.09.22 - 11.10.22

SITT IKKE INNE
NÅR ALL SOPP ER UTE!

GRATIS

Sopp er digg om du kan forskjellen på flein og pigg



Skogen bugner av sopp i år, som kan gi nyresvikt, rus og en smaksopplevelse. Er du i tvil, spør en soppkontrollør.

TEKST: Thomas Meinicke og Martine Andersen Hennig
FOTO: Nora Rønningen
ILLUSTRASJON: Viktorija Belogradovaite



Fem glisende turgåere med poser i hendene kommer ned den bratte stien i Estenstadmarka. Vi hilser på doktorgradsstipendiatene Claudia Ruiz, Ignacio Prada, Francesco Cantoro, Maria Camara og Mario Fernandez. Av nysgjerrighet spør vi om de har funnet noe, og de trekker én og én sopp opp av posene. Brune, hvite, lilla, spisse, glatte, ruglete, knallrøde, piggete, store og små – den ene mer ukjent enn den andre.

– Vet dere om disse kan spises? spør de.

Her er det ikke rom for gjetting, synsing eller prøvesmaking, og vi er lite til hjelp.

– Vi snakkes hos soppkontrollørene på Bekken, svarer vi.

Ønsket soppen velkommen

På Realfagbiblioteket på Gløshaugen sto det en levende utstilling av soppens mangfold i duft, farge og form tidligere i september. Universitetsbibliotekar og fagansvarlig for biologi og kjemi Jo

Kristen Breivik Forthun organiserte denne eksklusive og velbesøkte utstillingen.

– Det kom så mange folk at vi gikk helt tomme for plakater og brosjyrer. Av naturlige årsaker ble utstillingen eksklusiv, da stanken spredde seg og marken inntok soppen, sier Forthun.

Formidlingen av sopp er ikke bare gøy, men kan også bety forskjellen mellom en god middagsrett, livsvarig



SOPP ER TOPP: Turgleden overgikk fangsten for doktorgradsstudentene (fra venstre) Claudia Ruiz, Ignacio Prada, Francesco Cantoro, Maria Camera og Mario Fernandez.

nyreskade og til og med død. Derfor er det utrolig viktig å spre budskapet om hva som er trygg sopp å plukke, før man begir seg ut på tur. Overingeniør Henriette Vaagland ved Institutt for biologi ved NTNU forteller at den våte og grå sommeren belønnes med et godt soppår.

– Dette bør få alle ut i skogen!

Hovedbibliotekar Katrine Aronsen i helse og medisin er også soppakkyndig og holdt soppforedrag i forbindelse med utstillingen og soppens dag, som markeres første søndag i september. Det var flere utvekslingsstudenter som fikk innsikt i soppens verden, som er spesielt viktig når en tilsynelatende god matsopp i ett land ikke nødvendigvis bør spises i et annet.

–Et eksempel er den hvite fluesoppen, som ligner en supergod matsopp som vokser i Thailand. Totalt

forårsaker soppforgiftning omtrent åtte innleggelses i året nasjonalt, sier Aronsen.

Soppen finnes overalt, men ingen vil avsløre hvor

Forgiftning og sykehusinnleggelses til tross, Aronsen forteller videre at sopp kan smake godt og finnes overalt rundt oss. Hun plukket selv med seg en sjampinjong på vei til jobb, men soppens nøyaktige plassering ble utelatt av den ivrige plukkeren. De beste soppstedene blir nemlig med deg ned i graven.

Selv om gode soppsteder holdes like skjult som statshemmeligheter, er det nok sopp der ute til alle. Og det er heller ikke spesielt vanskelig å finne dem, forklarer Aronsen med glede.

– Sopp finnes i alt fra skog til parker, men er avhengig av en viss fuktighet i jordsmonnet for å kunne vokse. Et



SIKKER SOPP: Blek piggsopp er lett å gjenkjenne og er god i risotto, pasta og pizza.

godt tips er å starte å lete i eldre gran- og bjørkeskoger, der soppen trives sammen med røtter og gress.

At marken rundt oss bugner av supergiftig giftslørsopp i år, bør ikke skremme folk fra å ta seg en sopptur, om vi skal tro Aronsen. Hun mener at det eneste som kreves, er god kjennskap til et par matsopper man kan være trygg på. Kantarell og piggsopp listes opp som fine arter å starte med, der begge er enkle å kjenne igjen og finnes i både Estenstadmarka og Bymarka.

Muggsopp og underlivssopp

Sopp er mye mer enn bare matsopp. For soppriket inkluderer også muggsoppen man kan finne i den nye studentboligen og underlivssoppen etter et par fuktige fadderuker. At soppriket er såpass omfangsrikt, gjør det både mystisk og spennende om vi skal tro Vaagland, selv om hun ikke er redd for forveksling mellom matsopp og kroppslig soppvekst.

– Sopp i underlivet og i munnen er mikroskopisk i størrelse, så jeg tror

ikke folk forveksler underlivssopp som kantarell. Det skiller folk heldigvis på, forklarer Vaagland lattermildt.

Men at soppens allsidige tilværelse skaper interesse og nysgjerrighet, er det ingen tvil om. Særlig i disse tider, der fleinsoppen har sin høysesong.

Smør og psykedelika

Å steke sopp i smør, salt og pepper er en stor favoritt hos mange soppelskere og en rett det anbefales å prøve seg på som fersk sanker. Noen ganger er ikke et godt måltid nok for alle; enkelte ønsker også å utforske de psykedeliske sidene ved soppriket.

Om du ser saktegående medstudenter nistirre på gresset i Høgskoleparken, er det rimelig å anta at det er spiss fleinsopp de er på jakt etter. Arten er å finne i flere av Trondheims parker og liker seg i halvlangt gress og grøftekanter. Spiss fleinsopp inneholder virkestoffet psilocybin som fører til hallusinasjoner og endret virkelighetsoppfatning og er av den grunn

ulovlig å plukke og besitte. Likevel er det flere som finner veien ut i parken, selv om Aronsen fraråder dette på det sterkeste.

– Det er viktig å huske på at fleinsoppen definitivt har mange giftige forvekslingsarter, og at det er svært lett å plukke feil. Ta dere heller en øl, det er alltid mye morsommere.

Tidligere bare for overklassen og kveg

Å dra på sopptur er et relativt nytt fenomen, på tross av rik forekomst i Norge. Aronsen forteller at sopp tidligere ble sett på som mat for overklassen, samt for krøtter og andre husdyr. Arbeiderklassen spiste heller bark i nedgangstider, og lot med det kyr og griser meske seg med soppen alene, sammen med fintfolk og andre staselige. Av den grunn finnes det lite litteratur om emnet, selv om man i boken *Der det er liv er det sopp* fra 70-tallet kan lese at «sopp, det er nå berre førr fint folk og krøtter».

Det var først på 1960-tallet at soppen ble mer folkelig, i forbindelse med ny kunnskap om soppens egenart. Sopp ble nå kategorisert som et eget biologisk rike, hele 80 år etter at den norske biologen Olav Johan Sopp (!) fremsatte sine hypoteser om dette. Endelig kom etternavnet til sin rett, og den spennende organismen ble stadig vanligere på det norske matfatet.

Heltinner i helgen som soppkontrollører i Estenstadmarka

På Bekken parkeringsplass i Estenstadmarka står tre damer med brosjyrer og ferske soppeksemplarer, og de har alle en ting til felles. De har alle bestått soppakkyndigeksamen. Den lønner det seg ikke å ta med skippertak.

– For å bli soppkontrollør må man gjennom én hel sesong med kursing. Deretter må man vente ett år for å mengdetrene, for så å ta selve eksamen. Prosessen tar altså to år, sier soppkontrollør Hjordis Vaslag.



VITENSKAPSFORMIDLING: Jo Forthun, Henriette Vaagland og Katrine Aronsen i hjertet av Realfagbygget. FOTO: Tijana Gajic



SOPP ER TOPP: Den eksklusive soppen sjarmerte bibliotekets besøkende. FOTO: Jo Forthun





Norges sopp- og nyttevekstforbund (NSNF):

- Foreningen består av flere organisasjoner som har røtter helt tilbake til 1902
- Gjennom soppsesongen kan man melde seg på soppkurs, guidede turer og matlagingskurs
- I soppsesongen og ut oktober står soppkontrollører hver søndag på Bekken i Estenstadmarka fra klokken 14 til 17 og på Granåsen i Bymarka fra klokken 14 til 16

FOTO: Anette Høven

Norsklærer Hjørdis Vaslag har plukket sopp hele livet og fikk ideen om å ta soppseksamen da nybegynnerkurset til foreningen var for lett. På eksamen får man om lag 150 ferske arter som skal identifiseres på kort tid. Da må de bruke alt de kan av lukt, farge, tverrsnitt og til og med smak.

– Jeg strøk første eksamen av ren nervøsitet. Da måtte jeg vente en sesong til. Nå skjønner jeg hvordan elevene har det når jeg gir dem prøver. Jeg skalv så mye at jeg slet med å dele soppen i to, sier Vaslag.

I flere helger på rad står Marte Kristoffersen på Bekken parkeringsplass, og ellers i uken jobber hun i Direktoratet for mineralforvaltning. Det er rundt 55 kontrollører som bytter på gjennom hele sesongen. Jobben de gjør, er avgjørende.

– Vi har bedt omtrent halvparten av plukkerne om å kaste alt i kurven sin. Det har vært veldig mye spiss giftslørsopp i Trondheim i år, overalt, sier Kristoffersen.

De er ikke ute etter å ta noen, og det er ikke slik at de ber deg kaste fleinsoppen i kurven.

– Vi er ikke politi, så vi kan ikke kreve at de skal kaste det de har plukket. Vi kommer med anbefalinger. Ønsker de å spise det, gjør de jo det, sier Aronsen.

Soppens utbredelse og artsmangfold varierer stort, derfor må alle sopp-sakkyndige fornye sertifikatet sitt hvert femte år. Da opprettholder de kunnskapen og har oversikt dersom sørlige eller utenlandske arter inntar Trondheims sopp habitater og -nisjer.

– Ja, denne er også giftig

Før var det bare en liten gjeng som holdt på med sopp, men nå har entusiasmen vokst enormt ifølge pensjonist og sopp-sakkyndig Bjørg Ulsaker. Hun har vært sopp-sakkyndig siden 2004 og jobbet tidligere som administrasjonsleder ved Institutt for bioteknologi og matvitenskap på NTNU. Hun går grundig til verks på de fem doktorgradsstudentene sin soppfangst.

Hun skyver sopp etter sopp til side mens hun rister på hodet. Med litt norsk og engelsk får hun frem budskapet.

– Giftig, giftig, giftig og ikke en matsopp. Giftig, ja, sier Ulsaker.

Hun viser frem en kremle, en god matsopp som kan ligne en liten rød fluesopp. Hun tar et jafs.

– Den enkleste måten å skille den giftige og den gode arten fra hverandre på, er smaken. Hvis den smaker vondt, så er den giftig, sier Ulsaker.

Soppen smakte mildt, i motsetning til giftkremles peppersmak. Biten forblir i munnen. Tommelfingerregelen gjelder for kremle. At mild smak er trygg sopp, er ingen fast regel.

Doktorgradsstudent Francesco Cautoro viser frem et bilde av fluesoppen han ikke plukket, som tatt ut fra *Super Mario*-universet. Soppkontrollørene feiet gjennom posene og det eneste som ble igjen var tre små matsopper: to røysopp og en kremle. Ikke så mye å bli mett av. Uansett har gjengen fått en tur i marken, lært om sopp og tatt en rekke knebøy i lag. **UD**



STÅR PARATE: Bjørg Ulsaker og Marte Kristoffersen (til venstre) står klare til å ta imot usikre sankere.



BRUTAL BEDØMMING: Alle sopper er spiselige, men noen sopper er bare spiselige én gang.