

الفطريات المأكولة

الكمأة أو الفقع:

الفقع من النباتات الفطرية التي تنمو عند هطول المطر في الوسم الذي يبدأ ١٥ أكتوبر وينتهي في ٦ ديسمبر وعدد أيامه ٥٢ يوم. ويبدأ ظهور الفقع بعد مضي (٥٠-٧٠ يوم) من تاريخ أول زخة مطر وينقسم إلى ثلاثة أنواع:

الزبيدي: أبيض اللون وهو المشهور والأجود والأعلى سعر.

الخلاصي: أحمر داكن اللون متوسط الحجم وسعره أقل من الزبيدي.

الهبيري: وهو صغير الحجم.

ويعرف مكان الفقع بوجود نبات الرقروق أو الارقه فهذه النبتة في الغالب شجيرته مصغره للشجر الكثير حيث يعتقد أنه يعيش مع الفقع معيشة تكافلية حيث تمتص الفقع الماء والأملاح والمواد الغذائية من جذور النبات عن طريق خيوط خاصة مقابل أن يتسفيد الرقروق من بعض العناصر المعدنية التي لا يجدها في التربة.

وقيل في المثل: (النقع حول الرقه).

أما معرفة مكان الفقع بالتحديد فيستدل بها عليه ببروز طبقة التربة المرتفعة المتشققة الناتج عن كبر الفقع على شكل شبه دائري بارتفاع ١ - ٥ سم إن أجمل ما في عملية البحث عن الفقع هو المنظر الخارجي للشقوق حيث يبدأ الشخص في الحفر حولها من جميع الجهات لكي يخرجها بدون جرح.. ويفضل أن يدفن مكان الحفر بشكل جيد حتى يساعد على تكاثر ونمو الفقع في الأعوام المقبلة.



الأرض مشققه مما يدل على وجود الكمأة في هذا الموقع



الكمأة بعد استخراجها من التربة (نوع خلاسي) ويبدو في الإطار نبات الرقروق

وللفقع أو الكمأة فوائد علاجية فقد روى البخاري عن الرسول صلى الله عليه وسلم أنه قال: «الكمأة من المن وماؤها شفاء للعين». ويؤكل ثمار الفقع بعد تنظيفه وغسله وتقشيريه حيث يؤكل مع بعض الأكلات الشعبية المعروفة في نجد مثل المرقوق والمطازيز والأرز والمرق أو يؤكل مشوياً.. وقال أحد الشعراء:

يا زين الصمان نبت الطوايع
لا ساق نوا لغيث والي المقادير
تلقى الزبيدي بالصياهد مصاليع
والعشب بالريضان جاله نواوير
وقال الشاعر فريح الرشيدي:

الفقع يجمع بالخياش بسهولة
ينقي نظيفه عن بواقي خياسه
كل من النعمة يملئ عدوله
الله يبعدا لهم يزود الوتاسه
وقال أحد الشعراء:

ما أحلى بالروض تلقيط الزبيدي
في فياض عله السيل وسقاها
لا اختلط طلع القديم مع الجديد
والله أنه غاية الروح ومنها

العرجون: يؤكل العرجون مشوياً على الفحم أو باستخدام القصدير كما يمكن طبخه مع المرق أو المأكولات الشعبية الأخرى، وينمو في البيئات الرملية العميقة.



فطر العرجون كاملاً



فطر العرجون مشوياً على الفحم