

## 三八菇有毒吗

### 三八菇有毒吗

无毒。三八菇又名鸡枞菌、鸡棕、鸡棕菌、三大菇等。又称夏至菌（广西）、伞把菇（云南、贵州、四川）、枞杠菌（川东北）、鸡肉丝菇（福建）、豆鸡菇、白蚁菰、白蚁伞、黄鸡枞（福建、广东）等，粤北地区也叫夏至菇或夏至菌，客家系人称为箭头菇，在攀枝花俗称为三堂菌。四大名菌之一，在食用野生菌中为珍品。

鸡枞菌肉厚肥硕，质细丝白，味道鲜甜香脆。含人体所必须的氨基酸、蛋白质、脂肪，还含有各种维生素和钙、磷、核黄酸等物质。鸡枞的吃法很多，可以单料为菜、还能与蔬菜、鱼肉及各种山珍海味搭配，可无论炒、炸、腌、煎、拌、烩、烤、焖，清蒸或做汤，其滋味都很鲜，为菌中之冠。鸡棕仅西南及东南几省出产。以贵州产量最多，四川攀西地区6-8月较多野生，云南与贵州交界处偶尔会出现。