



Association « De Feuilles en Fleurs » Norroy / Plesnois

www.defeuillesenfleurs.com

CONFERENCE du 24 octobre 2014

« CHAMPIGNONS COMESTIBLES ET CHAMPIGNONS TOXIQUES »

Alain Génévé a accepté de répondre pour la troisième fois à l'invitation de l'association "De feuilles en fleurs", cette fois-ci pour parler des champignons, thème en accord avec l'automne qui s'installe et qui invite à musarder dans les forêts (mais on peut cueillir des champignons toute l'année).

Rappelons qu'Alain Génévé est pharmacien, diplômé de la faculté de Nancy, et cultive une passion pour la botanique. Avec son épouse, il a publié en 2002 « À la découverte des baies et fruits sauvages de Lorraine » aux Éditions Serpenoise (épuisé), et en 2014 « Baies et fruits sauvages de France métropolitaine » aux Editions du Rouergue.

I. Généralités

Pour déterminer un champignon, il faut tenir compte

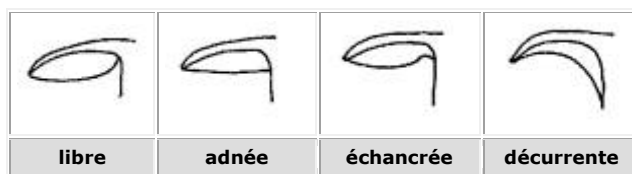
- du milieu dans lequel il pousse (forêt de conifères ou de feuillus, prés)
- de la saison
- de son chapeau (sa couleur, sa forme, son aspect)
- de son appareil sporifère (lamelles, pores, aiguillons ...)
- de son pied (aspect général, anneau, revêtement)
- de la base du pied (volve, bourrelet ...)
- de sa chair (couleur, bleuissement, odeur)

C'est **l'ensemble** de ces clés de détermination qui doit être pris en compte ; l'omission d'un des signes distinctifs peut en effet créer une confusion dangereuse. **Il est conseillé de pouvoir, lors de la cueillette, se référer à un ouvrage illustré décrivant l'espèce en détail.**

II. Observons de plus près !

- Le chapeau, dont la forme varie avec l'espèce, mais aussi avec l'âge du sujet, peut être
 - de forme plane, bombée, mamelonnée, campanulée (en forme de cloche), creusée
 - vergeté (stries)
 - couvert de verrues (qui peuvent se détacher ou non)
 - couvert de plaques
 - pelucheux
 - crevassé
 - squameux.

- L'appareil sporifère
 - à lames égales ou inégales. Dans leur insertion sur le pied, elles peuvent être libres, adhérentes (= adnées), échancrées ou descendantes (= décurrentes).



- à aiguillons
- à tubes
- autres (alvéoles des morilles et morillons ou plis des girolles, par exemple)
- Le pied
 - grêle, gros, irrégulier, creux ou plein, lisse ou recouvert de granulations. Si on le casse, il arrive qu'un lait s'écoule : il s'agit alors d'un lactaire.
 - avec un anneau (qui peut être mobile dans le cas des coulemelles ou des lépiotes âgées)
 - avec une volve
 - avec le bout rond, ovale, pointu, en bulbe comportant une marge ou non.
 - avec les traces d'une cortine (voile transparent qui entoure les jeunes sujets de certaines espèces, appelés de ce fait « cortinaires ». Lorsque le champignon grandit, la cortine se brise et il ne reste alors que quelques traces sur le pied, et parfois sur le bord du chapeau.
- La couleur
 - bleuissante lorsque l'on gratte (Cf. les bolets)
 - bleu violacé caractéristique des Pieds bleus des forêts et des prés
 - lamelles jaunes de l'Amanite des Césars qui la différencie des Amanites dangereuses, à lamelles toujours blanchâtres.

III. L'intoxication par les champignons (le mycétisme)

Plusieurs causes d'intoxication :

- ✓ le champignon est mortel ou toxique ;
- ✓ il a poussé près d'un champ traité chimiquement ou au bord d'une route ;
- ✓ il a été placé dans un sac en plastique ;
- ✓ il a été consommé en excès.

Il y a 2 groupes d'intoxication :

- celles qui se déclarent dans les 6 heures après le repas et qui se manifestent, selon le champignon consommé, par
 - des troubles gastro-intestinaux (ingestion d'Entolome livide ou d'Entolome gris, de Tricholome tigré, de Clitocybe de l'Olivier, de Bolet de Satan, de Psalliote jaunissante de Russules ou de Lactaires âcres)
 - des palpitations et une sudation abondante (intoxication dite de type muscarinien parce que provoquée par des champignons à muscarine comme les Clitocybes blancs, par exemple)
 - des maux de tête, de la tachycardie, de l'hypotension (syndrome coprinien, dû à l'ingestion de la coprine contenue dans certains coprins et d'un alcool ; après la guérison, il ne faut plus consommer d'alcool pendant 6 mois)
 - hallucinations, confusion mentale semblable aux effets dus à la prise de LSD (syndrome psilocybien : les Psilocybes sont classés comme stupéfiants).

- celles qui se déclarent plus de 6 heures après l'ingestion ; tout l'organisme est alors imprégné :
 - intoxication phalloïdienne, provoquée par les Amanites. La dégénérescence du foie entraîne la mort, quasi irrémédiable, qui survient après plusieurs jours d'intenses douleurs.
 - syndrome orellanien dû à l'orellanine contenue dans certains Cortinaires se traduit par une insuffisance rénale grave.
 - syndrome gyromitrien : atteinte hépato-rénale grave.

IV. Les champignons mortels

Nom	Les confusions possibles
Amanite printanière	Tricholome colombette Lépiote pudique Agaric des bois
Amanite phalloïde (jaune verdâtre)	Amanite citrine Tricholome échancré
Amanite vireuse	Tricholome colombette Lépiote pudique Agaric des bois
Cortinaire de Rocou	Autres cortinaires
Galère marginée	Pholiote changeante (souchettes)
Gyromitre délicieuse	Morille
Gyromitre en turban	Morille
Lépiote brun-rose	Lépiote élevée (Coulemelles) Lépiote déguenillée
Lépiote rousse	Autres lépiotes
Paxille enroulé	Mortel à l'état cru ou mal cuit !

V. Des champignons dangereux (toxiques)

Nom	Remarques
Agaric jaunissant	Le chapeau jaunit instantanément lorsqu'on le froisse.
Amanites jonquille, ovoïde, panthère, et tue mouche	Les seules amanites comestibles sont l'Amanite des Césars (confusion possible avec la Tue-mouche) et, <u>bien cuites</u> , l'Amanite vaginée et l'Amanite vineuse ou Golmotte (confusion possible de celle-ci avec l'Amanite panthère)
Bolet de Satan	
Clavaire élégante	
Clitocybe blanc	
Clitocybe de l'olivier	Confusion possible avec la Chanterelle
Coprin noir d'encre	Toxique avec des boissons alcoolisées
Entolome livide (lamelles saumon)	Grave confusion possible avec le Clitocybe nébuleux (lamelles blanches)
Hypholome en touffes	
Lactaire à toison	La marge du chapeau est barbue ou laineuse

Russule émétique	Son pied casse comme un morceau de verre
Tricholome vergeté	Ramassé dans une cueillette de Petits gris, il donne au plat une saveur âcre et poivrée très désagréable

VI. Des champignons coriaces

Ils sont peu consommés, même si certains sont comestibles. Citons :

- La trémelle méésentérique (comestible)
- La calocère visqueuse
- Le faux amadouvier et l'amadouvier
- Le polypore géant
- Le scléroderme commun
- La vesse de loup (comestible)
- Le xylaire polymorphe
- Le ganoderme luisant
- Le cyathe strié
- La clavaire

VII. Les principaux champignons comestibles (enfin !)

Même s'ils sont comestibles, rappelons que les champignons ne sont pas des légumes mais doivent être considérés comme des condiments, et sont donc à consommer avec modération !

Nom	Période de cueillette	Qualité gustative	Remarques
Morille et Morillon	Avril - mai	***	
Tricholome de la St Georges ou Mousseron	Avril - juin	***	
Marasme d'oréade	Juin - octobre	*** Le chapeau seulement	Pied se vrille sur lui-même. Pousse en rond de sorcières.
Rosé des prés Rosé des bois	Août - octobre	*** *	
Boule de neige		**	Il y a 2 anneaux.
Souchettes (armillaires couleur de miel)	Juillet - novembre	* Ne manger que de jeunes exemplaires	
Cèpe de Bordeaux	Août - novembre	***	
Girolle ou Chanterelle	Juin - septembre	***	
Trompette de la mort ou Corne d'abondance	Septembre - novembre	***	
Coprin chevelu	Avril - novembre	***	
Lépiote déguenillée	Juillet - octobre	** Ne pas abuser	
Lépiote élevée ou Coulemelle	Juillet - octobre	*** Eliminer le pied, trop coriace	
Amanite des Césars ou Oronge vraie	Septembre - octobre	***	
Amanite rougissante (vineuse) ou Golmotte	Juin - octobre	*** Doit être longuement cuite	
Lactaire délicieux	Août - octobre	*	Près des conifères

Clitocybe meunier	Juin - octobre	**	Odeur de farine fraîche
Clitocybe nébuleux ou Petit gris	Octobre - novembre	*	
Pholiote changeante	Septembre-octobre	**	
Pholiote du peuplier	Septembre-octobre	***	
Pied bleu	Novembre-décembre	**	
Russule charbonnière	Juin - octobre	**	

VIII. Conseils

Avant de partir à la cueillette (il s'agit bien d'un fruit) des champignons, quelques conseils :

- Prévoir un grand panier (surtout pas de sac plastique qui abime la récolte et peut même la rendre bactériologiquement dangereuse).
- Avoir sur soi un couteau pour couper la base du pied (si l'on n'est pas sûr de l'identité du champignon, il faut le déterrer pour pouvoir l'observer dans son intégralité).
- Récolter raisonnablement, en laissant sur place les sujets les plus vieux, pour assurer la propagation de l'espèce.
- Isoler chaque espèce connue dans le panier et ne pas y mettre d'espèce inconnue qui, si elle est dangereuse, peut polluer toute une récolte.

Une règle impérative : rejeter tout champignon ayant, ensemble, les caractéristiques suivantes :

CHAPEAU	blanc ou verdâtre, olivâtre
LAMES	blanches
SPORES	blanches
PIED	avec volve et anneau

Pour terminer sa conférence, Alain Génévé a fait observer plusieurs champignons qu'il avait apportés ou que des participants avaient cueillis pour les lui montrer. Il a clos la soirée en recommandant le livre d'Aline ROTH « Regards sur les champignons », édité à compte d'auteur, Vandœuvre-lès-Nancy, 2002 (à commander à l'auteur ou par Internet).



Sélection faite par l'auteur, de 225 planches couleurs inédites, représentant 345 espèces européennes (espèces mortelles, toxiques, espèces sosies comestibles, espèces peu communes, rares). Ces icônes, entièrement originales, sont le fruit de plus de trente années de travail, d'observations. Elles ont été exécutées à la gouache, d'après nature et grandeur nature par l'auteur, à la fois botaniste et mycologue.