

Le petit carnet des champignons de nos forêts et jardins



Mystérieux champignons

Ni végétaux, ni animaux, magiques ou maléfiques, les champignons n'ont pas toujours une bonne image. Et, pourtant, ils jouent un rôle essentiel dans le recyclage de la matière organique et la formation des sols. S'ils appartiennent plutôt au monde souterrain, il leur arrive de sortir la tête, lorsqu'ils ont besoin de se reproduire. Ainsi, le champignon que l'on ramasse n'est en réalité que le fruit d'un organisme bien plus vaste qu'il n'y paraît.

Fragiles et éphémères, épousant les formes les plus étranges, les champignons sont fascinants. Beaucoup vivent en symbiose avec les plantes, extrayant du sol sels et minéraux dont les plantes ont besoin, en échange de quoi ils leur prélèvent les sucres nécessaires à leur croissance (c'est ce que l'on appelle la mycorhize). D'autres (les champignons « saprophytes ») se contentent de décomposer la matière organique. Tous participent au cycle de la vie.

On recense près de 3 500 types de champignons en Normandie. La plupart n'ont pas d'intérêt gustatif, certains sont en revanche délicieux, quand d'autres sont franchement toxiques. Avant de se lancer dans la cueillette des champignons, il est donc impératif d'apprendre à les identifier avec certitude (ou à défaut d'en référer à un spécialiste) à partir de plusieurs indices : la forme, la couleur du chapeau et des lames, l'odeur, le milieu de vie. Reste ensuite à trouver le fameux « coin à champignons » dont le secret est en général bien gardé par les mycophiles. Mais avec un peu d'observation, une bonne pluie et une dizaine de jours de patience – le temps qu'il faut au champignon pour sortir – un miracle peut toujours se produire...

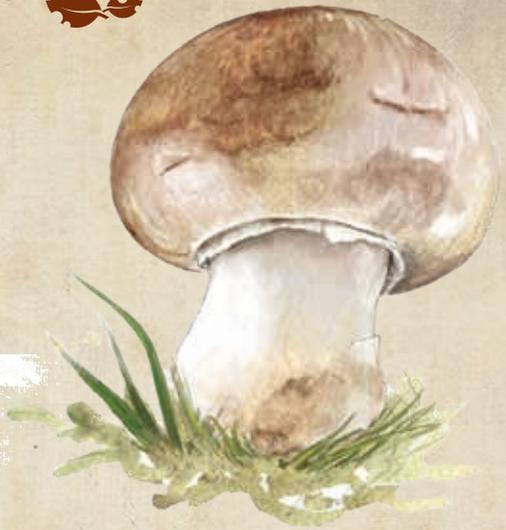
Remerciements au mycologue Christian Dupré.

L'agaric bispore



Notre bon vieux champignon de Paris pousse d'abord à l'état sauvage, sous le nom savant d'*agaricus bisporus*. Reconnaisable à son chapeau rond et blanc et ses lames roses puis noires. Il se rencontre plutôt dans les jardins, les pâtures ou sur des lits de compost. Sa saison préférée est l'automne, lorsque la température n'est pas trop élevée – 10/12° – et l'humidité maximale.

À ne pas confondre avec l'*agaric xanthodermus* – toxique – qui lui ressemble à s'y méprendre, mais devient jaune quand on le raje avec l'ongle.



Le cèpe de Bordeaux



Le cèpe de Bordeaux ou *boletus edulis* ne pousse pas qu'à Bordeaux ! Dans les forêts de feuillus, autour de Saint-Étienne-du-Rouvray, on le rencontre aussi de septembre à décembre. Les plus gros spécimens peuvent peser jusqu'à 1 kg mais les plus jeunes sont les plus goûteux. Surtout si cueillis bien blancs et fermes, en forme de bouchon de champagne. Particularité : le bolet ne possède pas de lames mais des tubes pour sa reproduction.

À ne pas confondre avec le bolet de fiel ou faux cèpe, très amer et non comestible.



Comestible



Toxique



Champignon mycorrhizien : qui vit en symbiose avec les plantes, les deux organismes tirent profit de leur association.



Champignon saprophyte : qui décompose la matière organique.

La girolle

La Rolls des champignons : la girolle commune ou *cantharellus cibarius* se récolte plutôt à la fin du printemps dans des sols frais et après une météo instable alternant pluie et soleil. On ira la chercher en forêt du Rouvray près des mares ou dans les creux, sous les chênes ou les hêtres.

En forme de trompette plissée, la girolle est facilement identifiable et sa chair blanche la distingue de la fausse girolle beaucoup plus jaune, non toxique mais sans goût.



La trompette de la mort

L'appellation est... trompeuse car le *craterellus cornucopioides* ou trompette de la mort est un champignon parfaitement comestible ! Son nom viendrait plutôt de sa saison de récolte, au moment de la Toussaint. On la trouvera dans les hêtraies ou sous les charmes, des arbres de préférence assez gros et dans des zones plutôt dégagées.

Peu de risque de la confondre si ce n'est avec la chanterelle cendrée au parfum de mirabelle, beaucoup plus rare et protégée.



La macrolépiote

En matière de lépiote, la règle est simple : pas de lépiote en dessous de 10 cm de diamètre. Les lépiotes les plus toxiques sont en effet toutes des petits modèles. Elle pousse en lisière de bois, sur le bord de chemin ou dans les clairières et sur des sols plutôt légers. La plus connue est la coulemelle ou lépiote élevée.

La lépiote se reconnaît à son chapeau à écailles, ses lames blanches et son anneau coulissant sur le pied (qui la distingue notamment des amanites).

La morille



Si la morille n'est pas le champignon le plus répandu dans la région, on en trouve néanmoins – en particulier la morille commune ou *morchella esculenta* – principalement sur les chemins, en fond de vallon, au milieu des plantes herbacées ou des arbrisseaux. Facile à identifier avec son chapeau alvéolé de forme oblongue, elle se ramasse au début du printemps, souvent après des coups de gelée.

Très parfumée, elle doit néanmoins être bien cuite pour éliminer les toxines (la morille est mortelle crue).



Le pleurote

Le pleurote a deux particularités : c'est un champignon d'hiver qui se cueille de décembre à avril et il pousse sur des arbres morts, recyclant ainsi la matière organique. On le rencontrera par exemple en forêt de La Londe sur les troncs de hêtres ou de chênes morts, notamment le pleurotus ostreatus en forme d'huître, le plus courant.

Et pour mieux apprécier sa chair un peu flasque, on le consommera de préférence frit ou séché.



L'amanite phalloïde

Sa mauvaise réputation est justifiée : ce champignon plutôt banal avec son chapeau allant de blanc à jaune verdâtre, très fréquent, notamment sous les chênes de septembre à novembre, est l'un des plus toxiques ! On le rencontre souvent avec l'amanite muscaria ou amanite tue-mouche au chapeau rouge moucheté de blanc, puissant psychotrope et également non comestible.

Certaines amanites se mangent néanmoins, comme l'amanite des Césars, mais on ne la trouve pas dans la région.



Le coprin chevelu



Ce champignon très commun pousse surtout dans les jardins, les sols riches et herbeux. On le trouve également souvent dans les décharges où il est alors déconseillé de le ramasser dans la mesure où il absorbe la pollution du sol.

C'est un champignon qui doit être cueilli jeune – dans les deux, trois premiers jours de son apparition – blanc et fermé, à défaut de quoi des bactéries peuvent s'y introduire et le rendre impropre à la consommation.



Le clathre rouge



Ce champignon – qu'on appelle aussi cœur de sorcière ou lanterne du diable – apparaît en général dans les jardins, isolé, d'abord comme un œuf, puis évolue vers une étrange structure grillagée d'un rouge très prononcé. Plus habitué aux chaleurs du sud de la France, il se rencontre néanmoins de plus en plus dans la région avec le réchauffement climatique, souvent au printemps, mais parfois aussi à l'automne.

Il n'est pas comestible, mais pas toxique non plus, même s'il dégage une désagréable odeur de putréfaction qui attire les mouches.



Expert en champignons ?

Quels champignons vivent en symbiose avec les plantes, quels champignons ne se mangent pas ? Cochez les bonnes réponses.

		 Comestible	 Non comestible	 Mycorhizien	 Saprophyte
L'agaric bispore					
Le cèpe de Bordeaux					
La girolle					
La trompette de la mort					
La macrolépiote					
La morille					
Le pleurote					
L'amanite phalloïde					
Le coprin chevelu					
Le ciathre rouge					

La solution du jeu se trouve à l'intérieur de la plaquette au niveau du nom des champignons et dans leur description.