



À la découverte des

CHAMPIGNONS

**SACHEZ
LES RECONNAÎTRE**

KARINE BALZEAU
avec la collaboration de
GUILLAUME EYSSARTIER



DUNOD





La première édition de ce livre a paru
sous la direction d'Alain Foucault

Adaptation maquette et mise en pages : Yves Tremblay

Maquette de couverture : Pierre-André Gualino

Dessins : Delphine Zigoni

Documents photographiques : voir crédits photos p. 208

AVERTISSEMENT

La rédaction de cet ouvrage a fait l'objet d'un soin attentif. Toutefois, l'étude des champignons (la mycologie) est une science en constante évolution, de même que la mycotoxicologie qui étudie leur toxicité potentielle. Les mycologues multiplient ainsi les mises en garde : certains champignons, considérés naguère comme comestibles, sont en fait indigestes, voire sont nettement toxiques.

Ce livre présente 110 espèces de champignons parmi les plus courantes, pour le meilleur (gastronomiquement), ou pour le pire (ceux qu'il faut absolument éviter). Il s'agit d'une introduction à la mycologie pour vous aider à faire vos premiers pas dans la connaissance des champignons. Selon l'inventaire mycologique national, il existe quelque 30 000 espèces de champignons en France, méfiez-vous donc toujours de vos identifications. Ne consommez que ce qui a été vérifié par un mycologue professionnel (pharmacien, membres ou responsables de sociétés mycologiques, etc.).

Même en cas de récolte abondante, contentez-vous de manger de petites quantités de champignons bien cuits (sauf exceptions), et seulement lors de repas espacés dans le temps.

© Dunod, 2011, 2014, 2024

11, rue Paul Bert, 92240 Malakoff

www.dunod.com

ISBN 978-2-10-87508-5

SOMMAIRE



Comment utiliser ce livre ?	4
Réussir une cueillette de champignons	9
Partir en excursion	10
Le monde des champignons	19
L'écologie des champignons	44
Découvrir les champignons et les reconnaître	57
Clé visuelle d'identification	58
■ Les champignons à lames	60
■ Les champignons à tubes et pores	126
■ Les champignons à aiguillons	145
■ Les autres formes de champignons	148
Carnet de recettes	172
Carnet pratique	195
Glossaire	200
Index des espèces	205

COMMENT UTILISER CE LIVRE ?

RÉUSSIR UNE CUEILLETTE DE CHAMPIGNONS

Un bon couteau est indispensable. Choisissez un modèle pliant, et s'il est muni d'une chaîne vous pourrez l'attacher à votre ceinture ou à votre panier. Il permet de nettoyer et d'éplucher vos champignons dès leur récolte. En débarrassant pieds et chapeaux de toutes les saletés, terre, débris végétaux et larves, vous évitez que vos champignons se salissent les uns les autres dans votre panier. Cette précaution vous évite de laver vos champignons.



Équipement du mycologue (sac, couteau, panier en osier, boîtes en plastique, loupe, carte, boussole, GPS).

Enfin, l'accessoire le plus important, **le récipient de récolte**. N'utilisez jamais ni sac de toile, ni sac à dos, ni sac à provision ou filet. Vos récoltes s'y transformeraient en bouillie.

LE SAC EN PLASTIQUE, UNE HÉRÉSIE

N'utilisez jamais de sac en plastique. À l'inconvénient précédemment cité, s'ajoute un autre, plus grave encore. Ses parois sont imperméables. Les champignons écorchés, tassés, manquant d'air, s'altèrent dans cette atmosphère saturée de leur propre humidité. Ils subissent un début de fermentation et leur chair donne naissance à de dangereuses toxines, les ptomaines, tout aussi mauvaises que celles qui se développent dans la viande de gibier faisan.

PARTIR EN EXCURSION 9

Des conseils pratiques et des astuces de mycologue

PHOTOGRAPHER LES CHAMPIGNONS

Certains champignons durs et coriaces peuvent se garder indéfiniment. Pour les autres, du fait de leur caractère putrescible, il n'est possible de les garder avec leurs formes et leurs couleurs que quelques jours. La photographie est une excellente solution pour conserver le souvenir des champignons dont nous avons croisé le chemin.

Les grandes capacités des cartes mémoires des appareils numériques permettent de multiplier les prises, sous tous les angles, des champignons rencontrés lors d'une excursion.



Une photo parfaite pour la détermination du *Clitocybe nebuleux*.

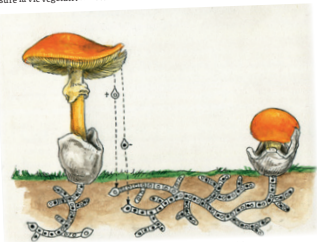


Une mauvaise photo de champignon. En effet, cette prise de vue ne permet pas de savoir de quel champignon il s'agit.

L'ÉCOLOGIE DES CHAMPIGNONS 51

mentaire. Elle ne mesure que quelques millèmes de millimètre et comporte des articles identiques, placés bout à bout, chacun doté d'un noyau, comme la spore dont ils sont issus. Elle est très fine et pratiquement invisible à l'œil nu. Elle doit se défendre contre les micro-organismes qui l'entourent et la menacent. Elle pratique la guerre chimique à son échelle et répand alentour d'étonnantes substances bactériostatiques.

La ramification de l'hyphes met en place le mycélium primaire, incapable de donner directement naissance à des carpophores. C'est une sorte de cèlibataire. Pour qu'il puisse procréer ce mycélium primaire doit rencontrer un autre mycélium primaire et fusionner avec lui. De cette fusion naîtra un mycélium secondaire, dont chacune des cellules possède deux noyaux. Ces noyaux restent juxtaposés et subsisteront ainsi côte à côte. Cela peut durer des semaines, des mois, des années ! Le mycélium assure la vie végétative. Il attend.



Cycle de reproduction d'un champignon supérieur

Dans le cas présent, deux sports dits de « signes » continuent à mycéliums primaires qui, après fusion, produisent un mycélium secondaire des carpophores.

Un jour, par une conjonction de facteurs, aux premiers la température et le degré hygrométrique, le processus de la germination mycélienne présente de petites masses. Les ébauches de carpophores indiquent la présence d'un champignon naissant.

Des explications scientifiques

26 À LA DÉCOUVERTE DES CHAMPIGNONS

Des idées d'activités et des recettes

13 COURGETTES FARCIES VÉGÉTARIENNES

Cette recette spéciale, végétarienne et antigrippale, vous permettra d'utiliser le jus de cuisson de vos pois chiches tout en ravissant vos convives qui ne mangent pas de viande.

4 courgettes	Paprika, curcuma
Flocons d'avoine	1/2 verre d'aquafaba [jus de cuisson des pois chiches]
1 œuf	Reste de champignons cuits coupés en morceaux
1/2 verre de semoule fine	
1 gousse d'ail	
1 oignon haché	

Découpez les courgettes en deux dans le sens de la longueur, creusez le cœur de manière à créer comme une petite barque et réservez la chair.

Dans un saladier, mélangez l'aquafaba issu de la cuisson de vos pois chiches (ou récupéré d'une boîte de conserve de pois chiches cuits) avec une poignée de flocons d'avoine, un œuf battu, un demi-verre de semoule fine, la gousse d'ail et l'oignon hachés, les champignons en morceaux et les épices (paprika, curcuma...). Salez et poivrez.

Il faut que vous obteniez un mélange qui ne soit ni trop sec, ni trop liquide, comme une vraie farce réalisée à base de viande. Rajoutez un peu d'eau si votre mélange est trop sec, ou plus de flocons d'avoine ou de semoule si ce dernier est trop liquide. Procédez par étapes en laissant le temps à la semoule et aux flocons d'avoine de gonfler.

Ajoutez la chair des courgettes à cette préparation et mélangez bien.

Faites blanchir vos courgettes 5 minutes dans de l'eau salée. Égouttez-les bien. Salez et poivrez.

Déposez votre farce végétarienne dans le creux de vos courgettes.

Mettez-les à cuire au four pendant 30 minutes à 180 °C. Servez chaud et régalez-vous !



CARNET DE RECETTES 187

DÉCOUVRIR LES CHAMPIGNONS ET LES RECONNAÎTRE

Attention, certains champignons peuvent être toxiques. En cas d'ingestion, contactez votre centre antipoison.

CLÉ VISUELLE D'IDENTIFICATION		
Champignons à lames		
Lames libres	Agarics	60-63
	Amanites (A. phalloïde)	64-72
	A. des Césars	85-87
	Copris	88
	Coulennelles	101-103
Lames adhérentes ou échançurées	Volvaires	125
	Armillaire couleur de miel	73
	Collybie à pied velouté	84
	Cortinaire couleur de racou	89
	Entolome livide	90
	Hypholome en touffe	94
	Inocybe de Patouillard	95
	Laccaire améthyste	96
	Marasme des Orfèvres	104
	Mycène pure	106
Lames décorées	Pholies	108-109
	Pied-bleu	110
	Pied-violet	111
	Rustules (Rustule charbonnière)	115
	Tricholomes	120-124
Champignons à tubes et pores		
Lames décorées	Bolets (Bolet rude)	126-136
	Cèpes (Cèpe de Bordeaux)	137
	Nonettes volées	140
	Armillaire couleur de miel	73
	Chanterelles	75-76
Lames décorées	Clitocybes	77-83
	Fausse girofle	92
	Groille	91
	Lactaires	97-99
	Meunier	105
Lames décorées	Pleurotes	112-114
	Armillaire couleur de miel	73
	Chanterelles	75-76
	Clitocybes	77-83
	Fausse girofle	92
Lames décorées	Groille	91
	Lactaires	97-99
	Meunier	105
	Pleurotes	112-114
Champignons à aiguillons		
Lames décorées	Hydne imbriqué	147
	Pied-de-mouton	148
	Hydne imbriqué	147
	Pied-de-mouton	148
	Hydne imbriqué	147
Autres formes de champignons		
Lames décorées	Morilles (Morille commune)	156
	Morilles (Morille commune)	156
	Morilles (Morille commune)	156
	Morilles (Morille commune)	156
	Morilles (Morille commune)	156
Lames décorées	Fistuline hépatique	139
	Polypores (Polypore du bouleau)	141
	Polypore soufre	144
	Polypore soufre	144
	Polypore soufre	144
Lames décorées	Pézizes (Pézize écarlate)	162
	Pézize orange	163
	Pézize turquoise	164
	Pézize orange	163
	Pézize turquoise	164
Lames décorées	Certaines clavaires	161
	Clavaire chou-fleur	161
	Clavaire chou-fleur	161
	Clavaire chou-fleur	161
	Clavaire chou-fleur	161
Lames décorées	Scléroderme vulgaire	166
	Truffe noire	167
	Vesses-de-loup	171
	Vesses-de-loup	171
	Vesses-de-loup	171
Lames décorées	Gyromitre	154
	Hevelia crépus	155
	Oreille-de-judas	160
	Oreille-de-livre	161
	Phallie impudique	164
Lames décorées	Trompette-des-morts	166
	Trompette-des-morts	166
	Trompette-des-morts	166
	Trompette-des-morts	166
	Trompette-des-morts	166

AGARIC ANISÉ DES BOIS

Agaricus sylvicola



ASTUCE DE MYCOLOGUE

Il fait partie des champignons que l'on peut chasser à l'odeur ! Son doux parfum d'anis contribue à le rendre facilement reconnaissable.



Bon

Espèce saprophyte commune dans les bois (feuillus et conifères)

CHAPREAU

Sphérique, globuleux puis campanulé, enfin élargi. Couleur : la cuticule blanche, lisse, sèche et soyeuse se tache de jaune au frottement. Dessous : lames libres, serrées, blanchâtres au début puis rose pâle, enfin brun noirâtre. Spores brun sépia.

PIED

Élancé, cylindrique mais bulbueux à la base.

CHAIR

Blanche puis légèrement rosée. Elle dégage une odeur agréable d'anis.

CONFUSION POSSIBLE

Tout comme pour l'Agaric champignon, on peut la confondre avec l'Agaric jaunissant (Agaricus).

LES CHAMPIGNONS À LAMES 59

Comment identifier un champignon

Des fiches pour les espèces les plus courantes

Où et comment les trouver

Des explications pour en savoir plus

CARNET PRATIQUE

Des adresses d'associations, de clubs, de musées, de sites Internet... pour vivre sa passion



A close-up photograph of a forest floor. The foreground is filled with various types of moss, including bright green leafy moss and greyish, carpet-like moss. Small ferns and other low-lying plants are scattered throughout. The background is a soft-focus blur of green foliage and brown leaves, suggesting a dense forest environment. The lighting is natural, highlighting the textures of the moss and plants.

RÉUSSIR UNE CUEILLETTE DE CHAMPIGNONS

PARTIR EN EXCURSION

Si la cueillette de champignons devient un sport presque national avec l'arrivée de l'automne, c'est néanmoins une activité qui peut se pratiquer toute l'année, et avec encore plus de plaisir dès le début du printemps. Mais pour être profitable, votre sortie nécessite quelques préparatifs. Pour cela, vous trouverez dans les pages qui suivent de nombreux conseils. Ils sont le fruit de l'expérience acquise au cours de sorties de terrain effectuées aussi bien avec des amateurs qu'avec des professionnels. En les suivant, vous aurez toutes les chances de récolter dans les meilleures conditions ces organismes si goûteux et si particuliers que sont les champignons.

Bonne cueillette !

SE PRÉPARER

Devenir un ramasseur de champignons, un vrai, ça ne s'improvise pas. Il faut connaître et savoir reconnaître les espèces convoitées, comme celles redoutées ! Mais aussi être capable d'identifier, sans se tromper, les spécimens menaçant votre santé ou votre vie. Il faut bien sûr être bien équipé.

LA BONNE TENUE

Pour plus d'efficacité, habillez-vous pour la forêt ! Ce milieu peut être hostile et difficile. Vous avez besoin de vêtements résistants et qui ne s'accrochent pas à la végétation. Au cours de vos excursions vous serez souvent genoux à terre, occupé à récolter, éplucher, nettoyer ou ranger vos champignons dans votre panier.

Réservez une tenue spéciale à cet usage, solide et qui ne craigne pas d'être salie. Des chaussures montantes ou des bottes en caoutchouc seront parfaites pour la récolte, notamment par temps pluvieux.

L'ÉQUIPEMENT DU RAMASSEUR DE CHAMPIGNONS

En plus d'une tenue adaptée, quelques accessoires doivent compléter votre panoplie pour vous permettre de récolter davantage et dans de meilleures conditions.

Une canne (ou un bâton avec dragonne) est toujours utile dans les bois. Elle vous aidera à marcher et à soulever des herbes, des fougères ou des branches basses sans avoir à vous baisser.

Un bon couteau est indispensable. Choisissez un modèle pliant, et s'il est muni d'une chaîne vous pourrez l'attacher à votre ceinture ou à votre panier. Il permet de nettoyer et d'éplucher vos champignons dès leur récolte. En débarrassant pieds et chapeaux de toutes les souillures, terre, débris végétaux et larves, vous évitez que vos champignons se salissent les uns les autres dans votre panier. Cette précaution vous évite de laver vos champignons.



Équipement du mycologue (canne, couteau, panier en osier, boîtes en plastique, loupe, carte, boussole, GPS)

Enfin, l'accessoire le plus important, **le récipient de récolte**. N'utilisez jamais ni sac de toile, ni sac à dos, ni sac à provision ou filet. Vos récoltes s'y transformeraient en bouillie.

N'utilisez jamais de sac en plastique. À l'inconvénient précédemment cité, s'ajoute un autre, plus grave encore. Ses parois sont imperméables. Les champignons écrasés, tassés, manquent d'air, s'altèrent dans cette atmosphère saturée de leur propre humidité. Ils y subissent un début de fermentation et leur chair donne naissance à de dangereuses toxines, les *ptomaïnes*, tout aussi mauvaises que celles qui se développent dans la viande de gibier faisandée.

ASTUCE

Si vous connaissez mal la région, il est utile de prévoir dans vos poches une carte détaillée (IGN), une boussole, et bien sûr un GPS.

Pour que votre apport serve, vous aurez besoin d'un cageot de fruits et légumes de style « plateau ». Comme ils sont difficiles à porter sous le bras en forêt, une astuce consiste à les équiper d'une courroie ou d'une sangle qui permet de porter le cageot devant soi.