

## Cueillette des champignons

# Comment bien choisir et éviter les pièges?

Avec l'arrivée de l'automne, les amateurs de nature s'équipent de paniers et de couteaux pour partir à la cueillette des champignons. Cette activité, qui allie plaisir de la marche en forêt et délices culinaires, peut cependant comporter des risques pour les non-initiés. Alors, comment s'assurer de ne ramasser que les bons champignons tout en évitant les mauvaises surprises? Voici quelques conseils essentiels.



La découverte d'une niotte de chanterelle, parfois davantage de plaisir que la dégustation...

La première règle d'or pour tout cueilleur de champignons est de s'informer sur les espèces comestibles. Nos

forêts abritent une grande diversité de champignons, mais tous ne sont pas bons à consommer. Parmi les plus appréciés, on

trouve les cèpes, les girolles, les trompettes de la mort ou encore les chanterelles. Ces espèces, facilement reconnaissables pour

## VENTES

**Abri**  
Diffusion sàrl

Tentes pliantes - Tentes de réception  
Halles et tunnels de stockage - Tous styles, toutes dimensions

Avenue Gennecy 29 - 1237 Avully - Tél.: + 41 79 332 19 78  
contact@abridiffusion.ch - www.abridiffusion.ch

## LOCATIONS



**PARTY PARTNER S.A.**  
LOCATION DE CHAPITEAUX  
ET DE MATERIEL DE FÊTE

- ✓ Chapiteaux pour manifestation
- ✓ Cocktail ✓ Exposition
- ✓ Inauguration
- ✓ Stockage
- ✓ Aménagement intérieur
- ✓ Eclairage indirect
- ✓ Décoration florale ✓ Chauffage

Route de Cartigny 17 - 1236 Cartigny  
Tél.: + 41 22 756 32 00 - + 41 79 332 19 78  
info@party-partner.ch - www.party-partner.ch

les habitués, peuvent cependant prêter à confusion pour les novices.

Afin d'éviter toute erreur, il est vivement conseillé de se munir d'un guide de champignons, un livre de référence avec des illustrations précises. Certains champignons toxiques ressemblent en effet à s'y méprendre à leurs cousins comestibles. Par exemple, l'amanite phalloïde, extrêmement toxique, peut être confondue avec une rosée des prés, un champignon inoffensif.

## Se faire accompagner par un expert

Si vous débutez dans la cueillette des champignons, la meilleure façon de s'assurer de ne ramasser que des champignons comestibles est de se faire accompagner par une personne expérimentée. Un mycologue amateur ou un cueilleur chevronné saura identifier les espèces à privilégier ▶

ADOBE STOCK



Le cèpe de Bordeaux, considéré par beaucoup de mycologues comme le roi des bolets.

## KUDETA À CAROUGE: L'ÉCLAT CULINAIRE



Bienvenue à Kudeta, le joyau culinaire de Carouge, où l'élégance de la cuisine française rencontre le dévouement d'un service exceptionnel. Au cœur de Genève, ce restaurant émerveille les papilles avec sa créativité, alliant fraîcheur et tradition pour offrir une expérience gastronomique inoubliable.



Suivez-nous sur nos réseaux !



À Kudeta, chaque bouchée raconte une histoire, chaque verre révèle une passion. Venez vivre l'essence de la gastronomie française dans un cadre où l'exception devient la règle.



lekudeta.ch

+41 22 342 58 58

Rondeau de Carouge 9, 1227 Carouge

Du lundi au vendredi de 12h00 à 15h00 et de 19h30 à 00h00

et celles à éviter. De plus, certaines associations locales organisent des sorties guidées, permettant d'apprendre à reconnaître les champignons en toute sécurité.

## Observer les règles de cueillette

La cueillette des champignons est une activité réglementée. Il est important de respecter certaines règles pour préserver les écosystèmes et garantir une consommation sans danger. En premier lieu, il est recommandé de ne cueillir que les champignons en bon état et de ne pas ramasser les espèces dont on n'est pas certain. En cas de doute, mieux vaut laisser un champignon sur place que de risquer une intoxication!

Par ailleurs, il faut savoir que dans certaines régions, la cueillette est limitée en quantité. De manière générale, une personne ne doit pas cueillir plus de cinq kilos de champignons par jour. Dépasser cette limite peut être sanctionné par une amende, car cela est considéré comme une atteinte aux ressources naturelles.

## Comment traiter les champignons après la cueillette?

Une fois rentré de la cueillette, il est essentiel de traiter les champignons rapidement. Les champignons doivent être nettoyés avec soin, en retirant la terre et les débris végétaux à l'aide d'une brosse douce ou d'un chiffon humide. Il est préférable d'éviter de les laver à grande eau, car cela peut altérer leur texture et leur saveur.

Enfin, avant toute consommation, une ultime vérification s'impose. Si un doute subsiste sur l'identification d'un champignon,



LDD

L'orange des Césars, délice absolu qui commence à pousser dans nos régions (à gauche), peut parfois être confondue avec l'amanite tue-mouches, hallucinogène.



ADOBE STOCK

il est possible de le faire examiner par un pharmacien formé en mycologie, qui pourra confirmer ou infirmer sa comestibilité.

## Les risques en cas d'erreur

Consommer un champignon toxique peut avoir des conséquences graves. Les symptômes d'une intoxication peuvent varier, allant de simples troubles digestifs à des atteintes plus sévères, voire mortelles dans certains cas. Parmi les signes les plus fréquents: des nausées, des vomissements, des douleurs abdominales et des diarrhées. Si de tels symptômes apparaissent après avoir consommé des champignons, il est impératif de consulter un médecin en urgence.

En conclusion, la cueillette des champignons est une activité enrichissante et gourmande, à condition de suivre quelques règles de prudence. Connaître les espèces, se faire accompagner par un expert, respecter les règlements locaux et faire preuve de vigilance sont autant de clefs pour profiter pleinement des trésors de la forêt sans prendre de risques inutiles. ■

CARLA ANGYAL

### Sites à consulter

Société mycologique du Nord-Vaudois



Switzerland Balade et découverte des champignons



Région Dents du Midi À la découverte des champignons de saison



Parc Jura Vaudois À la découverte des champignons



LA CUCCAGNA

RESTAURANT - PIZZERIA  
SPECIALITE ITALIENNES



Fernando Avolio

33, rue Saint-Joseph - 1227 Carouge  
Parking de l'Octroi et de Sardaigne  
Ouverture: 7/7 de 9h à 24h, cuisine chaude jusqu'à 23h30

Tél. 022 342 08 82

# AUBERGE DE CHOULLY

Ouvert du mardi au dimanche après-midi.  
La terrasse est toujours ouverte.

Tél. 022 753 12 03 - 19, Crêt-de-Chouilly - 1242 Chouilly / Satigny  
[www.auberge-de-chouilly.com](http://www.auberge-de-chouilly.com)