

# Quelles règles pour la cueillette dans les forêts ?

**La saison des champignons approche. Alors que 75% de la forêt française est privée, voici les trois règles d'or de la cueillette des champignons, que vous soyez cueilleur ou propriétaire forestier.**

Comme les fleurs et les fruits d'un jardin ou les plantes d'un potager, les champignons d'une forêt privée ne peuvent pas être cueillis sans l'autorisation du propriétaire de la parcelle qui est le premier usager de la nature sur ce bout de forêt dont il est responsable. Une semaine après l'ouverture générale de la chasse, Fransylva 63 rappelle les règles de savoir vivre en forêt aux cueilleurs de champignons. Les propriétaires forestiers privés attirent l'attention de ces chasseurs de basidiomycètes et autres ascomycètes, de ne point se laisser emporter par l'enthousiasme de cette traque et de respecter les règles de savoir vivre en forêt.

## Cueillette de champignons, certaines zones appliquent des règles très strictes

Cueillir des champignons, c'est évo-

### INTERVIEW

luer en forêt. Le cueilleur de champignon évitera ainsi les espaces naturels préservés et les zones dangereuses (sols glissants, arbres malades, fossés etc.). Seul le propriétaire de la forêt peut indiquer ces endroits en donnant son accord pour le passage et la cueillette. De plus, certaines forêts sont soumises à des réglementations locales (arrêtés préfectoraux) qui peuvent limiter les quantités de champignons cueillis ou réduire le périmètre géographique de certaines cueillettes : il faut se renseigner auprès des particuliers qui gèrent la forêt ou de la préfecture.

### Respecter la biodiversité en forêt : cueillez les champignons adultes en bon état

Les champignons font partie intégrante de la biodiversité de la forêt. Certaines espèces, qui ont

besoin d'être protégées ou qui présentent un intérêt scientifique, sont interdites à la cueillette.

Comme le pêcheur a conscience qu'un prélèvement abusif de poissons peut nuire à la durabilité et la régénération de la ressource, le cueilleur de champignons ne doit ramasser que les sujets adultes et en bon état. Il est préférable d'arracher le champignon en entier et non le couper.

Durant leur quête, Fransylva appelle les promeneurs à respecter les jeunes pousses d'arbres, les travaux forestiers et à préserver la forêt de la pollution des déchets.

### Ne consommez pas les champignons que vous ne connaissez pas !

Il existe plus de 30 000 espèces de champignons en France : toutes ne sont pas comestibles et certaines



*La cueillette aux champignons a aussi ses règles.*

peuvent causer de graves intoxications et leur consommation est mortelle.

Les cueilleurs doivent impérativement s'informer au préalable et contrôler soigneusement les champignons cueillis. Enfin, la saison de la cueillette coïncide avec une partie de la saison de

### litres (et la vente est interdite).

la chasse, indispensable à l'équilibre entre la faune et la flore en forêt. Pour la sécurité de tous et le partage de la nature, il est d'autant plus indispensable de s'adresser au propriétaire afin de s'informer de la tenue d'une chasse dans la parcelle où l'on désirerait cueillir des champignons. « *La cueillette des champignons est un plaisir simple, mais elle ne peut se faire qu'avec respect : des propriétaires, de la biodiversité, et de la sécurité de tous* » précise Denis Lavenant, président de Fransylva 63, Forestiers Privés du Puy-de-Dôme.

MC

### La cueillette doit être modérée : pas plus de 5

## Tous les conseils d'un expert pour une cueillette des champignons sereine et respectueuse

**Quand aller aux champignons, arracher ou couper, sac plastique ou panier en osier... Maurice Capelli, mycologue référent du groupe mycologique de Cournon donne tous les conseils indispensables pour réussir sa cueillette.**

### Y a-t-il une saison pour la cueillette des champignons ?

**Maurice Capelli :** Bien sûr et en fonction des espèces, elle n'est pas la même. Il y a les champignons de printemps et d'été, comme les Cèpes qui peuvent sortir dès la fin août. L'automne, surtout à partir d'octobre, reste la période où la majorité des champignons poussent. Les pluies récentes et la baisse des températures permettent à l'humidité de rester en forêt. Le mycélium va se développer et favoriser la pousse des champignons. Quelles seront les quantités et les périodes de pousses exactes ? C'est difficile à dire. Les conditions météo des

prochaines semaines seront déterminantes. On peut d'ores et déjà observer des Rosés dans les prés. Dans ces espaces, l'eau pénètre plus facilement dans les sols. De même en forêt, actuellement, on trouvera plus facilement des champignons dans la mousse ou sous les forêts de résineux. Dans les forêts de feuillus, la couche d'humus empêche l'eau de pénétrer en profondeur dans le sol. L'été a été très sec. Il faudrait plus de pluie pour passer la couche de feuilles en surface et humidifier suffisamment le sol. À partir des premières pousses, on pourra ensuite trouver des champignons comestibles jusqu'aux premières gelées.

### On entend souvent deux écoles se disputer : arracher le champignon ou le couper. Que conseillez-vous ?

**MC :** Il y a deux cas.

**Le premier :** vous connaissez le champignon que vous ramassez. Il faut alors couper au niveau de la terre pour éviter de détruire le mycélium. C'est comme sur un arbre fruitier. Quand on ramasse une pomme, on la cueille avec le pédoncule ce qui n'empêche pas l'arbre de refaire des fruits l'année suivante. Si au contraire, on casse la branche, la prochaine production sera moins abondante. C'est la même chose pour les champignons. Le champignon est

le fruit, le mycélium dans la terre est la branche de l'arbre. **Dans le second cas :** vous ne connaissez pas le champignon que vous ramassez. Il est préférable de tout arracher (avec le pied).

L'identification des champignons passe aussi par l'analyse de son mycélium. Certains sont tellement similaires qu'on ne peut les différencier qu'en observant s'ils ont ou non une volve (membrane qui enveloppe le pied et le chapeau de certains champignons jeunes). C'est le cas par exemple de l'Amanite phalloïde qui est un champignon mortel.

### Combien d'espèces peut-on observer dans notre région ?

**MC :** C'est impossible à dire parce que certaines sont très rares. En moyenne, lors de l'exposition annuelle du groupe mycologique de Cournon, nous parvenons à rassembler plus de 300 espèces. Seulement une trentaine est comestible. La majeure partie des champignons sont considérés comme "à rejeter" parce qu'ils sont incuisinables.

## **Et concernant les champignons mortels ?**

**MC :** On en trouve une trentaine dans nos contrées. Ce dont il faut avoir connaissance, c'est que nous ignorons pour beaucoup de champignons s'ils sont mortels ou non. Il n'y a pas d'expérimentations à proprement parler. De plus, certaines espèces ont longtemps été considérées comme comestibles. C'est le cas du Tricholome équestre (communément appelé canari), un gros champignon jaune. On l'appelle équestre parce que sa consommation était réservée exclusivement aux chevaliers. Dans les années 1980, il y a eu des cas mortels dans les Landes suite à une surconsommation. Certains champignons ont, comme celui-ci, un effet cumulatif dans l'organisme. Il faut toujours être vigilant avec les champignons.

## **En cas de doute, vers qui peuvent se tourner les cueilleurs ?**

**MC :** Je déconseille vivement les applications d'identification sur les téléphones ! Encore une fois, l'identification des champignons ne se réalise pas à partir d'un simple coup d'œil ou d'une simple photo. Son état jeune ou vieux, sa texture, son odeur... Tous ces caractères sont importants pour l'identifier. Les applis n'ont qu'un seul critère : une photo, dont les couleurs peuvent varier en fonction de l'exposition et de la qualité de l'appareil... Il faut plutôt le ramasser avec son pied entier et aller voir un pharmacien ou un mycologue averti. Vous pouvez aussi fréquenter un groupe mycologique. Lors de notre exposition (les 4 et 5 octobre à la salle polyvalente de Cournon), apportez vos champignons, on vous les identifiera.

## **Un dernier conseil pour une bonne cueillette ?**

**MC :** Évitez de mélanger les champignons pendant la cueillette. Le mieux est d'avoir un panier pour les champignons comestibles (que l'on connaît bien) et une boîte pour les inconnus. Le sac plastique est prohibé ! Les champignons vont macérer dedans le temps de la cueillette. Le couteau est indispensable. L'expérience est la clé de la réussite. En fonction des espèces, on peut se repérer aux arbres. Le Lactaire délicieux se trouve par exemple dans les pinèdes. Les Cèpes poussent un peu partout, sous n'importe quelle essence. En revanche, on ne trouve rien sous les Douglas. Enfin, la ruse pour les Morilles, c'est d'observer les bords de route. Le nombre de voitures garées indique si c'est un bon coin ou non ! Ne ramassez pas les champignons ni trop jeunes, car on peut les confondre avec une espèce toxique, ni trop vieux car ils peuvent être attaqués par des espèces toxiques. Si vous voyez une moisissure blanche sur les champignons, ne les cueillez pas !

## **Faut-il ou non les laver avant la consommation ?**

**MC :** On peut laver les Mousserons. Les Cèpes aussi mais il faut seulement les passer sous l'eau et ne pas les laisser tremper. Les Rosés (Agaric champêtre) aussi peuvent être rincés mais je conseille de les peler avant de les consommer. Les Morilles sont toxiques crues. Il faut les faire cuire au moins 20 minutes dans l'eau et jeter cette eau de cuisson ou les faire sécher. Les champignons doivent toujours être consommés en petite quantité. Il faut éviter d'en manger plusieurs jours d'affilée. Il faut aussi faire attention aux interactions avec certains médicaments (voyez avec votre pharmacien).

*Propos recueillis par M. Comte*