

# Un, deux, trois, nous irons au bois...

par Véronique Ribordy

Ramasser des champignons, ça n'est pas forcément sans danger. Quelques conseils pour que la balade de santé ne se transforme pas en séjour forcé à l'hôpital.



## Contrôles des champignons

Pharmacie Bagnoud, Crans-Montana (à côté de la Migros), le mardi de 17 h à 18 h 30, du 20 juillet à mi-septembre; ou au poste de police de Sierre le lundi soir.

Après une petite pluie nocturne, les champignons pointent leur nez tôt le matin. Les champignon-neurs aussi. Les vrais, s'entend. Ceux qui se lèvent à cinq heures et sont de retour à dix, le panier rempli de quelques girolles ou de bolets frais. Ceux-là connaissent les coins à champignons, les arbres, les clairières.

Et puis il y a tous les autres. Les marcheurs qui s'arrêtent sous un arbre pour pique-niquer, et s'asseyent pile sur ce qui ressemble vaguement au bolet qu'on voit les jours de marché. Les enfants qu'on motive en leur faisant chercher le champignon, soi-disant pour le manger le soir. Les citadins qui rêvent de retour à la nature et se voient Robinson mangeant le produit de leur récolte forestière. Pour tous ceux-là qui ramènent des champignons de leurs balades, les appels à la prudence ne sont jamais assez répétés. Et les appels à la prudence, à Crans-Montana, c'est Joëlle Bagnoud et les contrôleurs de champignons qui les lancent. Joëlle est pharmacienne et fait venir une fois par semaine un des trois contrôleurs officiels de la région sierroise dans son officine. Un contrôleur, c'est un bénévole passionné qui a

After a little nocturnal rain, early in the morning, some mushrooms have sprung up. The mushroom gatherers have put in an appearance too. The real ones. Those who get up at five o'clock and are back home by ten, their baskets filled with a few fresh chanterelle or boletus mushrooms. They know the places where mushrooms grow, the trees, the glades.

And then there are all the others. The walkers who stop to have a picnic under a tree and sit down on what looks vaguely like the boletus that we can see on market days. The children who are sent off to have a look for some mushrooms, supposedly so that they can be eaten that evening. The townies with their dreams of getting back to nature, who see themselves as Robinson the hunter-gatherer, eating the fruits of the forest. For all those who bring mushrooms back from their walks, there can never be enough warnings about being cautious. In Crans-Montana, these warnings are delivered by Joëlle Bagnoud and the mushroom controllers. Joëlle is a pharmacist and gets one of the three official Sierre region controllers to come to her pharmacy once a week.

[www.vapko.ch](http://www.vapko.ch)

Photo: Christophe Florey



derrière lui des années de recherche, d'études, de séances de microscope et d'examen avant d'obtenir le droit de décider si oui ou non votre récolte sera mangeable. Joëlle n'a pas encore ce droit-là. Mais, à force de voir défiler les récoltes et de se faire des frayeurs, elle a déjà quelques conseils à donner.

Le champignon, comme les baies qu'on croise en chemin, n'est pas toujours bon à manger. Il est même très rare d'en trouver un bon, après le passage matinal des champignonnières avertis. Il peut cependant arriver de trouver des lépiotes, des russules et des lactaires, tous champignons comestibles quand ils sont cuits. Très peu de champignons peuvent se manger crus, comme le champignon de Paris ou le bolet. Le contrôleur indiquera le bon mode de préparation de chaque champignon. Le champignon ne doit pas être mis dans un sac en plastique après la récolte, car il libère des toxines. Ni coupé sans son pied, ni pelé ou ramassé quand il n'est pas arrivé à maturité: bref, il doit être au complet pour être reconnaissable par le contrôleur quand vous arrivez devant lui. Même le champignon le plus toxique de Suisse, l'amanite phalloïde, a parfois abouti sur le comptoir de la pharmacie. Il est arrivé qu'une famille ramène un «bébé amanite» en pensant avoir trouvé un champignon de Paris. À la différence que, si le deuxième est bon dans la salade, le premier aurait pu envoyer toute la tribu au cimetière aussi sec.

#### En savoir plus

La VAPKO, association suisse des organes officiels de contrôle des champignons, est chargée par la Confédération de former les contrôleurs et de leur faire passer des examens. Le site de la VAPKO permet de trouver un contrôleur dans sa région et d'en apprendre plus.

A controller is a voluntary enthusiast who must have many years of research, study, sessions with a microscope and exams to his credit, before he is permitted to make decisions about whether the mushrooms you have picked are edible or not. Joëlle does not yet have that right. However, with all the mushrooms she has seen filing past and all the frights she has experienced, she already has a little advice to pass on. Mushrooms, just like the berries we come across when we're out and about, are not always good to eat. It's even very unlikely to find a good one after the early morning expert mushroom gatherers have come and gone. You might, however, manage to find some lépiotes, russules or lactaires, all of which are edible when well cooked. Very few mushrooms can be eaten raw, like the button mushrooms or the boletus. The controller will advise on cooking methods for each species. Mushrooms should not be placed in a plastic bag after they have been gathered, as they give off toxins. Neither should they be gathered without their stalks, before they are fully grown or peeled: in short, they should be whole so that they can be recognisable when shown to the controller. Even the most toxic mushroom in Switzerland, the amanite phalloïde, has sometimes ended up on the pharmacy counter. A family once brought in a "baby amanite", thinking they had found a button mushroom. There's just one difference, the second is great in a salad, the first might have sent the whole tribe straight off to the cemetery.