



## Fin de saison pour les champignons

**La saison des champignons peut varier selon le temps, mais depuis quelques années, on peut en trouver jusqu'à la fin du mois de novembre, tant qu'il n'y a pas de gelée. En Limousin, il existe plus de 2000 variétés de champignons, mais attention, toutes ne sont pas bonnes à manger, et certaines peuvent être dangereuses pour la santé.**

Pour éviter que les gens fassent des erreurs, la Société Mycologique du Limousin (SML) travaille depuis 1971 à faire l'inventaire des champignons qu'on peut trouver en Limousin.

La centaine de bénévoles de la SML organise également des sorties nature pour faire connaître au public les champignons existants, ceux qui sont comestibles et ceux qui peuvent rendre malade. Par exemple, des sorties sont organisées à Limoges, comme ce fut le cas au mois d'avril autour du lac d'Uzurat. Cela se fait aussi dans la forêt des Vaseix ou dans les bois de La Bastide, où l'on trouve beaucoup de champignons grâce à la grande diversité d'arbres présents.

L'objectif est non seulement de prévenir des dangers, mais aussi d'encourager les gens à prendre conscience de la richesse naturelle de notre territoire.

### 2000 espèces en Limousin

« Depuis que nous avons commencé à faire l'inventaire, nous en sommes à 2000 espèces de champignons différentes en Limousin, explique Michel Ardillier, président de la SML. Parmi ces 2000 espèces, il y en a que nous ne trouvons pas tous les ans, et d'autres qui se trouvent uniquement dans certains endroits, comme par exemple des champignons qui ne poussent

que sur des terrains calcaires, comme dans le Causse corrézien. De plus, parmi ces 2000 espèces, peu sont comestibles, et heureusement, peu sont mortelles. La plupart n'ont tout simplement pas d'intérêt culinaire. Celui qu'il faut absolument connaître, car il est responsable du plus grand nombre d'accidents chaque année, c'est l'amanite phalloïde, un champignon souvent mortel que l'on trouve facilement en Limousin. C'est une amanite qui a des lames blanches, un anneau, une volve, et un chapeau avec des fibrilles noires. Le chapeau peut avoir une couleur variable allant du blanc verdâtre au vert ».

Ainsi, il faut se méfier de cette amanite, car c'est un champignon sournois : il n'a pas mauvais goût, mais il peut vous détruire le foie 24 à 48 heures après ingestion.

### Pas d'application, il faut aller à la pharmacie

Pour savoir de quel champignon il s'agit, la SML peut vous aider, tout comme beaucoup de pharmaciens. Attention à ne pas se fier à son téléphone : « C'est à proscrire totalement, dit Michel Ardillier. Les applications mobiles ne prennent pas en compte toutes les caractéristiques à observer sur un champignon. Pour identifier un champignon, il faut considérer l'aspect macroscopique, la présence de lamelles ou non, la couleur des lamelles, le chapeau, l'anneau, la volve, mais aussi d'autres caractéristiques importantes comme l'odeur ». Cela, pour le moment, le téléphone ne peut pas le faire.

Des champignons trouvés à Limoges : bons ou mauvais ?

### L'automne dans l'assiette : Cèpes aux châtaignes (pour 4 personnes)

#### Ingrédients :

500g de cèpes frais  
200g de châtaignes (déjà cuites)  
2 échalotes  
2 gousses d'ail  
40 g de beurre  
2 cuillères à soupe d'huile d'olive  
1 branche de thym  
1 feuille de laurier  
Sel, poivre et une pincée de persil frais

#### Préparation :

Éplucher et couper les cèpes en morceaux pas trop petits. Dans une grande poêle, chauffer l'huile d'olive avec le beurre. Ajouter les échalotes et l'ail finement hachés et les faire légèrement dorer. Ajouter les cèpes dans la poêle et les faire sauter à feu moyen pendant 10 à 15 minutes, jusqu'à ce qu'ils rendent leur eau et commencent à dorer un peu.

Lorsque les cèpes sont presque cuits, ajouter les châtaignes, la branche de thym et la feuille de laurier. Laisser cuire encore 5 minutes. Retirer le thym et le laurier, ajouter le persil frais haché, saler, poivrer, et servir chaud en accompagnement d'un plat de viande ou seul.



Daus potirons trobats a Limòtges : bons o meschants ?

**La sason daus potirons pòt variar causa dau temps, mas dempuei quauquas annadas ne'n podem trobar juscanta la fin dau mes mòrt, tant que i a pas de gialadas. En Lemosin, i a mai de 2000 variatats de potirons, mas mesfiatz-vautres, son pas tots bons, e quauqu'uns poden èsser dangieros per la santat.**

Per pas que lo monde se trompan, la Societat Micologica dau Lemosin (SML) trabalha dempuei 1971 a far l'inventari daus potirons que n'um pòt trobar en Lemosin. La centena de benevòles de la SML organiza maitot de las surtidas natura per far coneitre au monde los champanhòus qu'existen, 'quilhs que son de bon minjar e 'quilhs que poden far maudades. Per exemple, de las surtidas son organizadas a Limòtges, coma quò fuguet lo cas au mes d'abriu a l'entorn de l'estanh d'Uzurac. Quò se fai tanben dins la forest daus Vasés o dins los bòscs de la Bastida, ente n'um tròba beucòp de potirons, mercès a la granda diversitat d'aubres que l'i a. L'objectiu es pas solament de prevenir los dangiers, mas tanben d'encoratjar lo monde a prener consciéncia de la richèssa naturala de nòstra region.



## Fin de saison per los potirons

### 2000 espècias en Lemosin

“Dempuei qu'avem començat l'inventari, ne'n sem a 2000 espècias de potirons diferentas sus lo Lemosin,” explica lo Micheu Ardillier, president de la SML. “Dins 'quelas 2000 espècias, n'i a que n'um tròba pas tots los ans, e d'autras que n'um tròba especialament a-d'un endrech, per exemple los champanhòus que frotjen dins las terras calcàrias coma lo Cauce. De mai, dins 'quelas 2000 espècias, n'i a gaire de bons, e urosadament gaire de poisons. La mai bela part an simplement pas d'intèrès culinari. 'Queu que fau tornar coneitre, perque causa lo mai d'accidents chasca annada, qu'es la falloïda, un potiron suvent mortau que n'um tròba 'ceptament en Lemosin. Qu'es una amanita qu'a de las lamas blanchas, un aneu, una pelissa e un chapeu emb daus piaus negres. Lo chapeu pòt aver 'na color varia-bla que vai dau blanc-verdinhaud au verd”. Laidonc, fau se mesfiar de 'quela amanita, qu'es un potiron traite, perque n'es pas meschant au gost, mas pòt vos destruir lo fetge 24 a 48 oras apres l'aver minjat.

### Pas d'aplicacion, fau 'nar a la farmàcia

Per saubre çò que qu'es coma potiron, la SML pòt aidar, mai beucòp de farmaciens, mas atencion de pas se fiar a son telefòne : “qu'es a proscrire totalament”, se ditz Micheu Ardillier. “Las aplicacions mobilas prenen pas en compte totas las claus d'identificacion d'un potiron. Per conèisser çò que qu'es, fau iò veire de luenh e d'un pauc pres, visar si i a de las lamas o non, lor color, lo chapeu, l'aneu, la pelissa, e tener compte d'autres criteris importants coma

l'odor”, e quò-'quí, per lo moment, lo telefòne pòt pas iò far.

### L'autona dins la 'sieta : Champanhòus a las chas-tanhas (per 4 personas)

#### 'Quò que fau :

500g de champanhòus fresches  
200g de chas-tanhas (desjà cuechas)  
2 eschalòtas  
2 lissons  
40g de burre  
2 culheradas d'òli d'oliva  
1 rameu de tim  
1 fuelha de laurier  
Sau, pebre e una pinçada de persilh fresche

#### Preparacion :

Pelar e talhar los champanhòus en bocins pas tròp pitits. Dins 'na gròssa peila, far chaufar l'òli d'oliva emb lo burre. Ajustar las eschalòtas e los lissons finament apchats, e far daurar leugierement. Apondre los champanhòus dins la peila e far sautar a fuòc mejan pendent 10-15 minutas, juscanta que larguan lur aiga e que dauran un pauc. Quante los champanhòus son quasi cuechs, ajustar las chas-tanhas, lo rameu de tim e la fuelha de laurier. Far cueire d'un costat pendent 5 minutas. Enlever lo tim e lo laurier, ajustar lo persilh fresche apchat, sau, pebre e servir chaud, coma accompagnament d'un plat de viande o tot sol.