



Le monde fascinant des champignons

Les champignons sont présents partout dans notre vie quotidienne. Au Québec, environ 2 000 espèces ont été répertoriées à ce jour, mais il en reste probablement plus d'un millier à découvrir. Certains font le délice des gastronomes, d'autres ont déjà causé la mort...

Les champignons que nous voyons ne sont que les parties visibles d'organismes complexes. Les champignons sont les fructifications qui proviennent toujours d'un appareil végétatif, nommé mycélium. Ce dernier, composé de minuscules filaments, vit dans divers substrats tels l'humus, le bois pourri, l'écorce des arbres, etc.

Les fructifications servent uniquement à la reproduction. C'est grâce à leurs spores, comparables aux graines des plantes, que les champignons peuvent voyager et coloniser de nouveaux habitats favorables.

Fermé au stade juvénile, le chapeau s'ouvre et s'étale à maturité permettant ainsi à ses spores de se disperser dans l'air. Lorsque les spores aboutiront dans un endroit favorable et que les conditions météorologiques le permettront, elles pourront germer et produire ainsi un nouveau mycélium.

La majorité des espèces produisent des fructifications qui ne subsistent que quelques jours. Une fois les spores dispersées, les spécimens se décomposent très rapidement et peuvent disparaître en une semaine, sans laisser de trace.

Les champignons ne possèdent pas la capacité qu'ont les plantes de synthétiser leur propre nourriture grâce à l'énergie solaire. Ils sont dépourvus de chlorophylle, une substance qui permet aux végétaux de capter l'énergie lumineuse produite par le soleil et de fabriquer des sucres à partir du carbone présent dans l'air (photosynthèse). Pour cette raison, les champignons ont dû développer des modes de vie particuliers : la symbiose, le saprophytisme et le parasitisme.

La symbiose

Un grand nombre de champignons qui croissent sur le sol en forêt sont intimement liés aux arbres par symbiose. Cette association, nommée mycorhize, se fait entre les extrémités des racines d'un arbre et l'appareil végétatif d'un champignon. La mycorhize bénéficie aux deux organismes en cause : il s'agit d'un échange d'éléments nutritifs, l'un fournissant à l'autre ceux qu'il ne peut synthétiser ou extraire du sol par ses propres moyens. De façon générale, le champignon aide l'arbre à puiser des éléments minéraux et de l'eau dans le sol; en échange, l'arbre fournit des sucres au champignon.

Le saprophytisme

Le saprophytisme est un autre mode de vie important chez les champignons. C'est le cas des espèces qui croissent sur les pelouses, le bois pourri, les excréments, etc. Dans ce cas, le rôle joué par le champignon en est un de décomposition. Il digère la matière organique et permet ainsi aux éléments nutritifs de retourner à la terre.

Le parasitisme

Enfin, d'autres champignons sont parasites. Le parasitisme peut être de plusieurs types, allant de l'espèce qui attaque un hôte (arbre, plante, insecte...) en pleine santé, puis vit à ses dépens sans le tuer, jusqu'à celle qui ne cause du tort qu'à un hôte déjà malade et qui par conséquent, hâte la mort de ce dernier. Les espèces parasites sont surtout des champignons microscopiques.

Certains champignons microscopiques jouent un rôle important dans la fabrication des aliments, dont le vin et quelques fromages. D'autres, comme la pénicilline, sont utilisés comme médicaments. Par ailleurs, les champignons visibles à l'œil nu servent principalement à l'alimentation. On cultive certaines espèces dont le champignon de couche, les pleurotes et le shiitake.

Partir bien équipé : voilà la règle de base de tout mycologue. Un panier à fond plat, des sacs en papier et un couteau constituent l'attirail fondamental du cueilleur.

Lorsque l'on récolte une espèce de champignon, il est recommandé d'en ramasser quelques spécimens, des jeunes et d'autres matures, de façon à observer les différents stades de développement. Afin de pouvoir étudier tous leurs caractères macroscopiques (visibles à l'œil nu), il faut cueillir les spécimens en entier ou en détachant complètement le pied.

On ne doit jamais placer les champignons dans des sacs en plastique : ces derniers accélèrent leur détérioration. Lorsque l'on fait la cueillette, il est préférable de choisir quelques espèces et de les envelopper séparément dans des sacs en papier.

Une foule de paramètres influencent la fructification des champignons et les raisons exactes de leur apparition subite ne sont connues qu'en partie.

Il est certain que la température est le plus important de ces facteurs. Les champignons ne peuvent croître à des températures sous le point de congélation ou supérieures à 40 °C. Le deuxième paramètre en importance est l'humidité. Les champignons étant constitués d'eau à environ 90 %, il leur faut des conditions d'humidité assez élevées pour bien croître. C'est pourquoi on en retrouve surtout pendant les périodes pluvieuses.

Dans le sud du Québec, la saison des champignons s'étale en général de la mi-avril à la fin d'octobre. Au printemps, on ne retrouve qu'une centaine d'espèces dont des morilles. Ensuite, si l'été est pluvieux, de nombreuses espèces font leur apparition vers la mi-juillet; il s'agit surtout de bolets, de russules et d'amanites.

Vient ensuite la saison des espèces automnales qui connaît son apogée vers la mi-septembre. C'est alors la période d'abondance; on trouve d'innombrables espèces dont des lactaires, des cortinaires, des tricholomes et plusieurs autres. Les premières gelées viendront finalement mettre un terme à la saison mycologique, exception faite de quelques espèces tardives.

De tout temps, les humains ont consommé des champignons.

On a longtemps cru qu'une pièce d'argent noircissait au contact d'une espèce toxique, ou que tout champignon poussant sur un arbre était comestible, mais ce ne sont que superstitions dangereuses. On ne peut pas non plus se fier à l'odeur ou au goût : certains champignons vénéneux sont délicieux, par contre, d'autres à l'odeur désagréable sont propres à la consommation. Seule l'identification par une personne compétente doit guider notre fourchette.

De plus, les champignons comestibles peuvent devenir toxiques s'ils poussent en des endroits pollués comme les bords de route ou les pelouses traitées aux pesticides. Il en est de même pour des spécimens trop vieux qui peuvent être avariés.

De manière générale, on recommande de ne consommer que des espèces dont la comestibilité est bien établie, de choisir des spécimens jeunes et de toujours les faire cuire.

Lieux intéressants

Fungarium de Montréal

Magasins/vendeurs recommandés

Mycoboutique

Racines boréales

Culture et vente de champignons

400 pieds de champignons

Kits/producteurs

Big Bloc

Événements à venir

Exposition annuelle du Cercle des mycologues de Montréal (dimanche 22 septembre)

Applications pour cellulaires

La fonge du Québec

Internet

Groupes Facebook

<https://www.quebec.ca/sante/alimentation/salubrite-des-aliments/preparation-aliments-cuisson-securitaires/champignons-sauvages-culture-domestique>

Mycoquebec.org

Film

The last of us

Suggestions de bibliographie

Guides

- Le grand livre des champignons du Québec et de l'est du Canada
Auteurs / Collaborateurs : [McNeil, Raymond, 1936-2022 auteur](#) [9]
Édition : Édition revue et augmentée
Publication : [Montréal \(Québec\) Canada : Éditions Michel Quintin, \[2019\]](#)
- Champignons comestibles du Québec : les connaître, les déguster

Auteurs / Collaborateurs : [Després, Jean, 1951- auteur](#) [10]

Édition : Édition revue et augmentée

Publication : [Montréal \(Québec\) Canada : Éditions Michel Quintin, \[2017\]](#)

- Sur le chemin des champignons : le mycotourisme au Québec

Auteurs / Collaborateurs : [Malenfant, Pascale G. auteur](#) [2]

Publication : [Montréal \(Québec\) : les Éditions de l'Homme, \[2022\]](#)

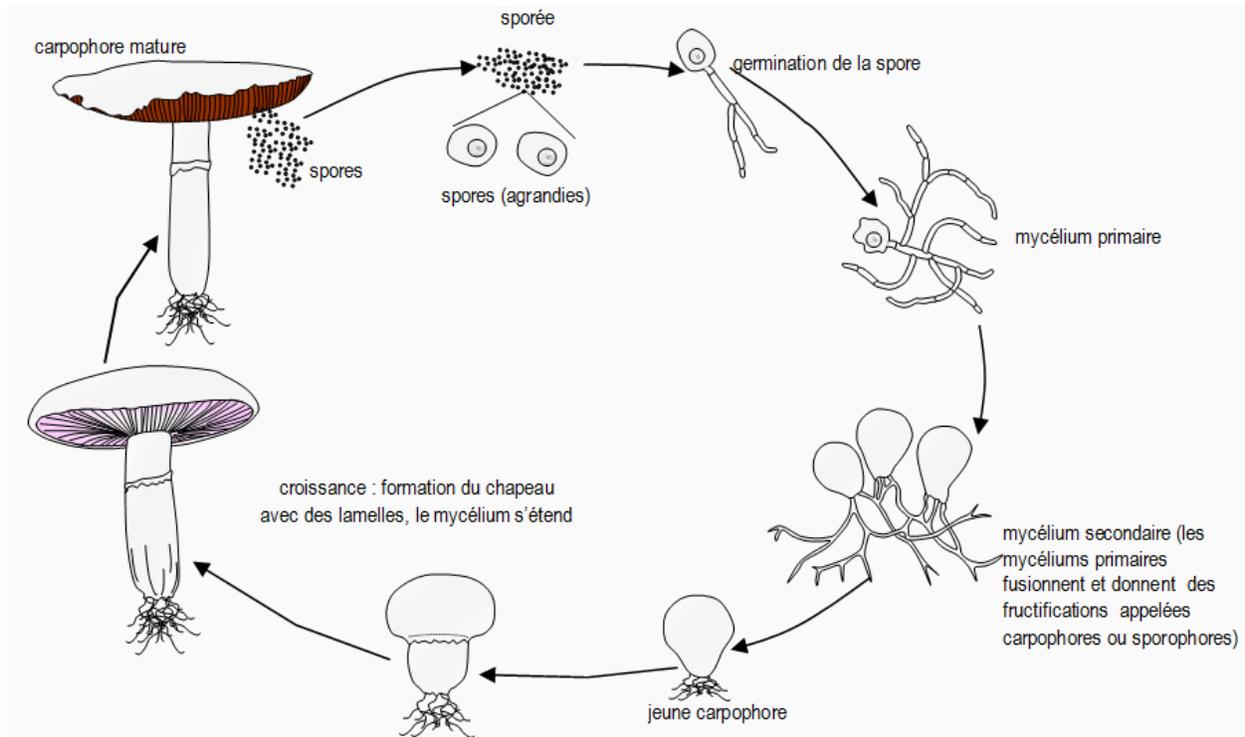
Cuisine

- Une initiation à la cuisine du champignon / Philippe Emanuelli ; photographies de Frédéric Raevens.

[Emanuelli, Philippe](#) | Marabout | 2011.

- Le champignon en cuisine : 130 bonnes raisons de se remettre aux spores / Philippe Emanuelli ; [photographies de] Fred Raevens.

[Emanuelli, Philippe](#) | Marabout | 2013, c2011.



Marc Laverlochère

Chargé de projets Environnement

Carrefour Jeunesse Emploi Côte-des-Neiges

marc.cjecdn@gmail.com