

Pour un plaisir sans mauvaises surprises : faites contrôler les champignons après la cueillette !

La cueillette des champignons est un réel plaisir et, utilisés avec modération, ils enrichissent le menu de manière judicieuse et savoureuse. Mais attention : tous les champignons ne sont pas comestibles. En Suisse, le nombre d'intoxications mortelles imputables à la consommation de champignons a certes régressé au cours des dernières années mais, régulièrement, des amateurs de champignons sont victimes de leurs récoltes non contrôlées. Alors : montrez impérativement votre cueillette à un spécialiste. En effet, si vous respectez les règles suivantes, votre plaisir n'en sera que redoublé, puisque vous pourrez consommer, en toute sécurité, le fruit de votre récolte :

- Ne cueillez que les spécimens que vous connaissez bien. Veillez ensuite à un transport aéré dans un panier ouvert. Les sacs en plastique et autres récipients étanches ne se prêtent pas au transport.
- Avant de les préparer, montrez-les aux spécialistes du contrôle des champignons. Ces personnes sont dûment formées à la mycologie. Vous pouvez trouver les coordonnées des spécialistes proches de chez vous [ici](#). Ne vous fiez pas aux conseils bien intentionnés de votre entourage, ni à des tests douteux (altération de la couleur de la cuillère d'argent au moment de la cuisson ou autres).
- Ne mangez pas de champignons crus. Ils ne prêtent guère à la préparation de salades ou de dips.
- Préparez et consommez immédiatement les champignons, car ils ne se conservent pas longtemps. Les mets à base de champignons peuvent être réchauffés à condition de les garder au réfrigérateur pendant le bref intervalle et de bien les faire cuire. Les troubles survenant après la consommation de champignons ne sont pas forcément dus à l'ingestion d'éléments vénéneux ; ils peuvent être provoqués par des allergies, des intolérances, des intoxications alimentaires d'origine bactérienne, etc. Mais si vous éprouvez des malaises après avoir consommé des champignons ou que vous suspectiez une intoxication, appelez immédiatement un médecin. Le Centre suisse d'information toxicologique peut également vous renseigner :

Tox Info Suisse
Freiestrasse 16
8032 Zürich

info@toxinfo.ch
En cas d'urgence: 145
(de l'étranger : +41 44 251 51 51)
Cas non-urgents: +41 44 251 66 66