

## Les cueilleurs poussent comme des champignons

Photo: Katia Tobar Le Devoir Il existe environ 3000 variétés de champignon au Québec.

**Katia Tobar**

19 octobre 2018

Vivre

Il est près de 9 h 30 lorsque nous nous retrouvons, paniers et canifs en main, sur le terrain privé de Lucie à Sainte-Mélanie. Nous sommes 25 à nous être levés à l'aube pour parcourir les presque 100 kilomètres qui nous séparent de cette chasse aux champignons sauvages. Une activité de plus en plus populaire au Québec, qui permet de profiter des belles couleurs de l'automne en découvrant ces locataires colorés des sous-bois.

Le point de rencontre a été dévoilé seulement quelques jours avant, comme le veut la tradition. Les sites foisonnant de champignons sont jalousement gardés secrets par les cueilleurs expérimentés. Mais, d'un point de vue logistique, ce dévoilement de dernière minute donne plus de latitude à nos guides, qui peuvent adapter la sortie aux conditions météorologiques.

Notre guide est Judith Noël Gagnon, directrice de la Mycoboutique, un « magasin général du champignon » ouvert en 2006 sur le Plateau Mont-Royal. Elle est accompagnée de Diane, amatrice qui vient de temps en temps partager sa passion avec les cueilleurs du dimanche.

Il existe environ 3000 variétés de champignon au Québec. Avec des noms rappelant parfois les enfers et la sorcellerie (morille du diable, trompette de la mort, beurre de sorcière), l'imaginaire entourant les champignons les rend peu attirants. Pourtant, nombreux sont ceux qui possèdent une valeur nutritive intéressante, et on leur prête même des propriétés médicinales. Mais certains drames marquent les consciences.

« Il y a quelques années, un décès par intoxication a marqué l'imaginaire collectif en Estrie », raconte Judith Noël, qui constate une réelle peur des gens face aux champignons.

Idem pour un des participants, Emmanuel Rollin. Il ne connaissait qu'une dizaine de champignons et souhaitait en savoir plus sur les espèces qu'il croise régulièrement en forêt. « En Europe, il est commun de voir des gens dans le bois avec leur panier ramasser des champignons. Ici, c'est relativement nouveau, alors les gens sont craintifs. Mais il faut briser les mythes qui entourent les champignons. »

### Rencontres

Des préjugés qui disparaissent au fur et à mesure qu'augmente l'engouement pour ces activités. Toutes les sorties organisées par la Mycoboutique affichent complet. Un intérêt que Judith et Diane expliquent par l'occasion de pratiquer une activité en plein air tout en augmentant ses connaissances sur la fonge du Québec, mais aussi par l'attrait pour les produits locaux et sauvages.

« C'est une façon de sortir, de se déconnecter, comme une pause. Pour moi, c'est un mantra : tu cherches quelque chose, ton esprit est occupé à cette chasse au trésor, et pas à autre chose », confie Judith. Pour Diane, « c'est une bonne façon de faire du sport », et pour Lucie, qui accueille 25 personnes sur ses 80 acres, c'est « une façon de mieux connaître son terrain ».

Les activités champignons réunissent à la fois des Québécois curieux et de nombreux touristes, certains provenant même d'Europe de l'Est. « Leurs attentes sont élevées car beaucoup d'entre eux ont des souvenirs de telles sorties avec leurs grands-parents. Mais il n'est jamais garanti que l'on va revenir avec des champignons », indique Judith.

Parmi les 25 participants réunis, on rencontre Christine Hugh Costello, originaire de l'Alberta, qui porte fièrement un tee-shirt de l'Alberta Mycological Society sur lequel est inscrit « *Mushroom Hunter* ». Encyclopédie à la main, elle étudie attentivement chacune des espèces qu'elle croise et les compare à celles qu'elle trouve dans sa province, où le climat est plus sec. Il y a également Alyssa Beaton, munie de son appareil photo, inscrite à l'activité dans le cadre d'un projet de photographie sur les forêts de la région.

Ces sorties attirent un public mixte et multigénérationnel pendant toute la saison, d'avril à fin octobre. Elles sont une occasion d'enrichir sa vie sociale en rencontrant des personnes ayant des intérêts communs pour le plein air et la gastronomie. Au point où Judith souhaite organiser dès l'année prochaine des sorties pour célibataires.

Identifier et déguster





Photo: Katia Tobar Le Devoir



On ramassera une trentaine de variétés différentes de champignons lors de cette sortie. Quelques girolles au milieu de russules compactes, de bolets, d'entolomes avortés et de clitocybes, mais aussi quelques champignons vénéneux.

Au Québec, quatre types d'amanites peuvent provoquer de graves intoxications potentiellement mortelles. Il est important de bien les identifier avant de s'aventurer dans les bois. Il existe aussi des espèces à l'apparence peu appétissante, comme ce *Phallus duplicatus* (ou satyre à dentelle) croisé dans le bois.

Son odeur tout simplement nauséabonde sert à attirer les mouches, qui transportent ensuite avec elles ses spores. Pour Judith, une règle doit toujours s'appliquer lorsque l'on cueille des champignons : « Dans le doute, s'abstenir. »

On retrouve dans la forêt trois types de champignons : ceux qui vivent en symbiose avec les arbres en s'échangeant des nutriments bénéfiques ; ceux qui grandissent en décomposant la matière, c'est le saprophytisme ; et enfin les champignons parasites qui attaquent les arbres en bonne santé, ou déjà malades, accélérant ainsi leur mort.

Pour identifier les champignons, il faut faire appel à tous ses sens : bien entendu la vue, le toucher pour reconnaître ceux dont le chapeau est velouté, mais aussi l'odeur. On peut reconnaître certains champignons grâce à leur odeur de poisson blanc, de concombre, d'abricot, d'amande et même d'érable (le lactaire à odeur d'érable).

La visite s'achève d'ailleurs par une identification et une dégustation de champignons poêlés au feu de bois, au bord d'un lac ! De quoi ajouter une touche de magie à cette sortie.

### **Où récolter des champignons ?**

Attention, il n'est pas permis de cueillir des champignons dans les parcs de la SEPAQ. Vous pouvez cependant en cueillir sur les terres de la Couronne, sur certains terrains municipaux et dans des réserves où la réglementation le permet.

L'application « *La Fonge du Québec* (<https://itunes.apple.com/ca/app/la-fonge-du-qu%C3%A9bec/id656549298?l=fr&mt=8>) » est un outil pratique pour identifier les champignons croisés au cours de randonnées en plein air.