

CHAMPIGNONS :

CUEILLETTE ET CONSOMMATION

bonnes pratiques à respecter



NE RAMASSEZ QUE LES CHAMPIGNONS QUE VOUS CONNAISSEZ PARFAITEMENT

Certains champignons vénéneux hautement toxiques ressemblent beaucoup aux espèces comestibles.

NE CONSOMMEZ PAS LES RÉCOLTES AVANT DE LES AVOIR FAIT CONTRÔLER PAR UN SPÉCIALISTE

Les pharmaciens ou les associations et sociétés de mycologie de votre région peuvent être consultés.

CUEILLIEZ UNIQUEMENT LES SPÉCIMENS EN BON ÉTAT

Prélevez la totalité du champignon (pied et chapeau), afin d'en permettre l'identification.

ÉVITEZ LES SITES POLLUÉS

Bords de routes, aires industrielles, décharges, les champignons concentrant les polluants.

DÉPOSEZ LES CHAMPIGNONS SÉPARÉMENT DANS UNE CAISSE OU UN CARTON

Mais jamais dans un sac plastique qui accélère le pourrissement !

SÉPAREZ LES CHAMPIGNONS RÉCOLTÉS PAR ESPÈCE

Un champignon vénéneux pouvant contaminer les autres.

CONSERVEZ LES CHAMPIGNONS AU RÉFRIGÉRATEUR

Mangez les 2 jours au maximum après la cueillette.

CONSOMMEZ LES CHAMPIGNONS EN QUANTITÉ RAISONNABLE

Après une cuisson suffisante et ne les consommez jamais crus.

NE PROPOSEZ JAMAIS DE CHAMPIGNONS CUEILLIS À DE JEUNES ENFANTS !

À SAVOIR !

En cas d'apparition d'un ou de plusieurs symptômes (tremblements, vertiges, nausées, vomissements, diarrhées ou douleurs abdominales...), il convient de contacter le 15 ou le centre antipoison le plus proche. En règle générale, les symptômes apparaissent dans les 12 heures après leur consommation.



POUR PLUS D'INFO VISITEZ NOTRE SITE :
WWW.FAMILLES-DE-FRANCE.ORG