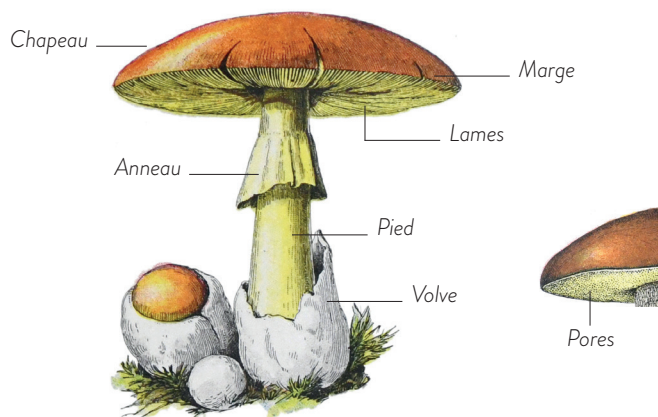




Insertion des lames par rapport au pied



Lames libres



Lames adnées



Lames échancrées



Lames décurrentes



Lames émarginées



Lames sinuées

Forme du chapeau



Convexe



Sphérique



Mamelonné



Déprimé

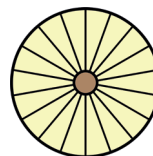


Conique

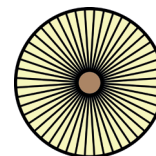


En entonnoir

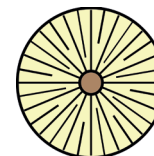
Densité des lames



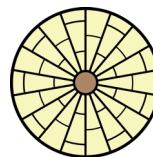
Lames espacées



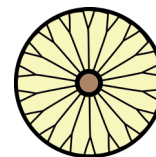
Lames serrées



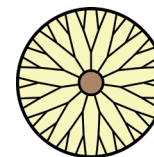
Lames inégales
(lamellules intercalées)



Lames anastomosées
(reliées entre elles par
des plis transversaux)



Lames bifurquées



Lames ramifiées

Forme du pied



Sinueux



Bulbeux



En massue



Grêle



12

BOLÉTALES

CÈPE DE BORDEAUX

Boletus edulis

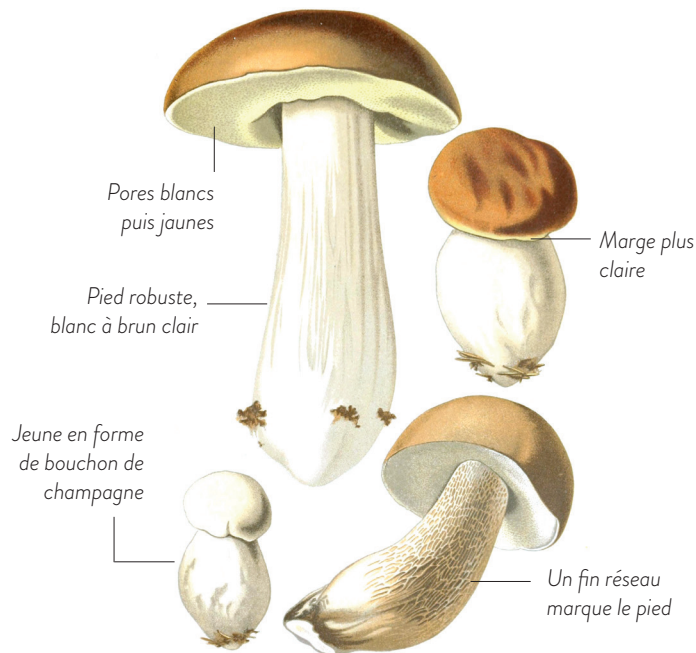


P	E	A	H
☐	☒	☒	☐

DESCRIPTION Chapeau de 5 à 25 cm, fauve à brun ocré plus ou moins foncé, visqueux en cas de pluie. Marge excédentaire, plus claire que le centre du chapeau. Forme hémisphérique chez le jeune lui donnant un aspect typique de bouchon de champagne. Pores blancs, passant par le jaune avant de devenir verdâtres. Pied imposant, bulbeux à la base, blanc à brun clair, à fin réseau sur la moitié supérieure. Chair épaisse, blanche, devenant rose sous la cuticule.

BIOTOPE Bois de feuillus, de conifères ou mixtes, avec une prédilection pour les endroits aérés et ensoleillés (bois clairs, lisières, bords de chemins...). Tous types de sols.

COMESTIBILITÉ Excellent comestible, notamment quand il est jeune.



AMANITE DES CÉSARS

Amanita caesarea



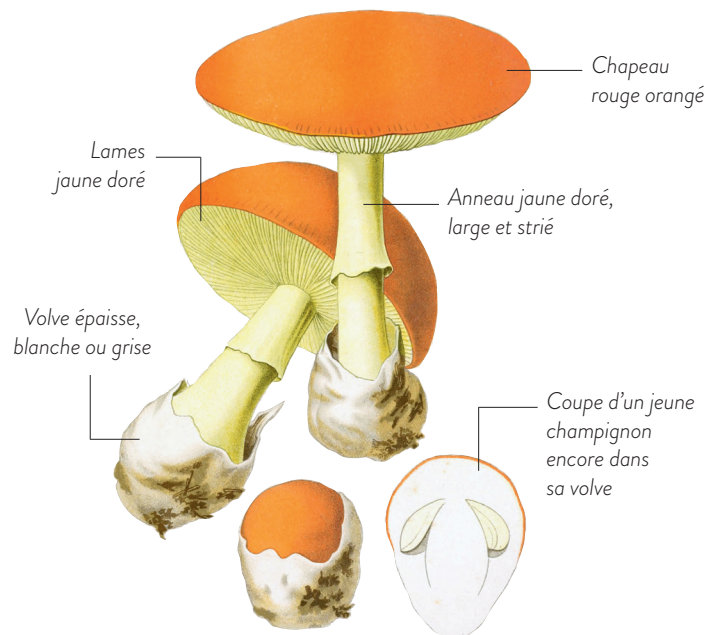
P	E	A	H

DESCRIPTION Chapeau de 8 à 17 cm, épais et lisse, rouge orangé luisant, à marge striée jaune d'or, souvent couverte de grands lambeaux de volve blancs. **Lames** épaisses, serrées, jaune d'or clair. **Pied** robuste, droit ou légèrement courbé, de la couleur des lames, à anneau jaune strié, membraneux, et à volve épaisse, blanc grisâtre.

BIOTOPE Bois clairs de feuillus (chênes verts, chênes-lièges, châtaigniers notamment). Thermophile. De la mi-août à la mi-novembre. Peu fréquente.

COMESTIBILITÉ Excellent comestible à la saveur de noisette.

CONFUSION *Amanita muscaria* (amanite tue-mouches), toxique.



CONFUSION



Amanite tue-mouches (*Amanita muscaria*)

Chapeau rouge à orangé foncé, verrues blanches (parfois absentes). Lames blanches puis jaunissant. Pied blanc. Anneau blanc, dentelé. Volve absente. Bulbe à bourrelets concentriques.





NETTOYER SA RÉCOLTE

Pour éviter un nettoyage fastidieux au moment de préparer vos champignons en cuisine, prenez l'habitude d'enlever les parties terreuses et les débris les plus grossiers dès le champignon récolté.

- **Cèpes et bolets** : essuyez le chapeau avec un torchon humide. Sur les pieds, enlevez la terre et les zones goûtées par les limaces. Coupez les gros spécimens en deux pour vérifier qu'ils ne sont pas véreux.
- **Girolles, pied-de-mouton, pleurotes, rosé** : coupez la partie terreuse du pied et essuyez le chapeau avec un torchon humide. S'ils sont vraiment sales, rincez-les rapidement à l'eau courante et essuyez-les.
- **Trompette des morts** : préparez-la comme ci-dessus, mais rincez-la obligatoirement. Épongez et laissez sécher avant de faire cuire.
- **Coulemelles, oronge, lactaires, coprins** : essuyez les chapeaux avec un torchon humide. En général, les pieds de ces espèces sont trop coriaces ou fibreux pour être cuisinés et on ne les garde pas.
- **Morilles et sparassis crêpu** : la terre et les parasites aimant à se nicher en leur cœur, il est indispensable de les plonger rapidement dans de l'eau vinaigrée et de remuer pour faire tomber les saletés. Ensuite, il faut les éponger délicatement avec du papier absorbant.



LA DÉSHYDRATATION

Les plus petits champignons pourront sécher entiers et il faudra émincer les plus gros.

- **À l'intérieur** : enfiler vos champignons sur du fil de cuisine en les espaçant suffisamment pour qu'ils ne se touchent pas. Accrochez ces guirlandes dans une pièce sèche et ventilée.
- **À l'extérieur** : étalez vos champignons sur une clayette ou un grilage fin sans les faire se chevaucher. Laissez sécher dehors, au soleil ou à l'ombre, mais toujours dans un endroit très aéré. Rentrez vos champignons chaque soir et ressortez-les le matin, après la rosée.
- **Au four** : disposez les champignons sur la plaque du four et enfournez à 60 °C (th. 2), en laissant la porte entrouverte afin que l'humidité s'échappe. Laissez-les sécher complètement avant de les sortir : ils doivent être craquants.

Rangez vos champignons séchés dans des sacs en papier, bien à l'abri de l'humidité. Trempez-les dans de l'eau tiède pour les réhydrater, et égouttez-les avant de les cuisiner.

Vous pouvez aussi réduire les champignons secs en poudre, que vous utiliserez dans des pains, des soupes, des sauces ou des plats mijotés.

**LA STÉRILISATION AU NATUREL**

C'est la méthode la plus longue, à choisir si vous avez une grosse quantité de champignons à conserver.

Blanchissez vos champignons nettoyés. Égouttez-les sur un torchon et répartissez-les dans les bocaux. Versez par-dessus de l'eau salée, à raison de 10 g de sel par litre d'eau, jusqu'au trait de remplissage. Fermez les bocaux, placez-les dans un stérilisateur et stérilisez-les 2 h à 100 °C.

LA CONGÉLATION

Mettez à blanchir les champignons nettoyés et émincés. Égouttez-les, puis laissez-les sécher sur un torchon avant de les ranger dans des sacs de congélation. Vous pouvez aussi faire cuire rapidement les champignons à la poêle avant de les congeler.



POMMES DE TERRE AUX CÈPES À LA PÉRIGOURDINE

*Pour 4 personnes : 400 g de cèpes • 500 g de pommes de terre • Huile d'olive •
Graisse de canard ou d'oie • Hachis d'ail et de persil • Sel, poivre*

1. Coupez les cèpes en escalopes et faites-leur rendre leur eau dans une poêle chaude. Ajoutez un filet d'huile d'olive et laissez cuire à feu doux jusqu'à ce que l'eau soit évaporée.
2. Pendant ce temps, épluchez les pommes de terre et émincez-les très finement.
3. Faites chauffer un peu de graisse de canard dans une cocotte en fonte, versez la moitié des pommes de terre et la moitié du hachis d'ail et de persil. Salez et poivrez. Disposez ensuite les cèpes, puis le reste de pommes de terre et de hachis. Salez et poivrez à nouveau.
4. Couvrez et cuisez 10 min à feu vif, puis encore 20 min à feu doux. Démoulez avant de servir.

POÊLÉE DE CÈPES À L'AIL ET AU PERSIL

*Pour 4 personnes : 500 g de cèpes • 2 gousses d'ail • Persil plat •
40g de beurre • 1 c. à s. d'huile d'olive • Sel, poivre*

1. Nettoyez les cèpes et émincez-les en lamelles.
2. Dans une poêle, faites chauffer l'huile et 10 g de beurre.
3. Jetez les cèpes dans le beurre moussant et faites-les colorer pendant environ 8 min.
4. Mixez l'ail et le persil, puis ajoutez-les au restant de beurre ramolli.
5. Salez et poivrez les cèpes, ajoutez le beurre à l'ail et au persil, puis poursuivez la cuisson 3 min.
6. Servez en ajoutant quelques pluches de persil.



OMELETTE AUX COPRINS

*Pour 4 personnes : 12 œufs • 300 g de coprins • 100 g de gruyère râpé •
25 cl de crème fraîche liquide • 20 g de beurre • Sel, poivre*

1. Rincez rapidement les champignons sous l'eau. Épluchez-les, coupez le pied et coupez-les en tranches.
2. Cassez les œufs entiers dans un saladier et fouettez-les à la fourchette avec la crème liquide, du sel et du poivre. Ajoutez le gruyère râpé et mélangez.
3. Faites fondre le beurre dans une poêle chaude et ajoutez les champignons. Laissez revenir jusqu'à ce que l'eau soit absorbée.
4. Versez les œufs dans la poêle puis laissez cuire selon votre goût.
5. Vous pouvez parsemer votre omelette de jeunes feuilles d'épinards fraîches ciselées pour un mariage de saveurs original.



CRÈME DE FAUX MOUSSERONS

*Pour 4 personnes : 300 g de faux mousserons • 1 litre de bouillon de légumes •
3 échalotes émincées • Un peu de persil • 1 c. à s. de farine •
15 cl de lait • 20 g de beurre • Sel, poivre*

1. Faites chauffer le bouillon, ajoutez les échalotes émincées et les faux mousserons, puis laissez cuire à petits bouillons pendant 30 min. Mixez au mixeur plongeur.
2. Délayez la farine dans le lait, ajoutez ce mélange à la préparation et remuez une dizaine de minutes sur feu doux.
3. Juste avant de servir, ajoutez le beurre, salez, poivrez, et ciselez du persil sur le velouté.