



JOURNAL N°8

LE **JOURNAL** DES
PETITS
PLANTEURS

DOSSIER DU MOIS

LES CHAMPIGNONS



QU'EST CE QU'UN CHAMPIGNON ?

Les champignons sont des êtres vivants mais ils ne sont ni des animaux ni des végétaux. Ils sont à part et ne réalisent pas de photosynthèse car ils ne possèdent ni feuilles ni chlorophylle.

Ils sont très utiles ! Dans la nature, ils font « le ménage » en se nourrissant des matières organiques mortes ou inertes.

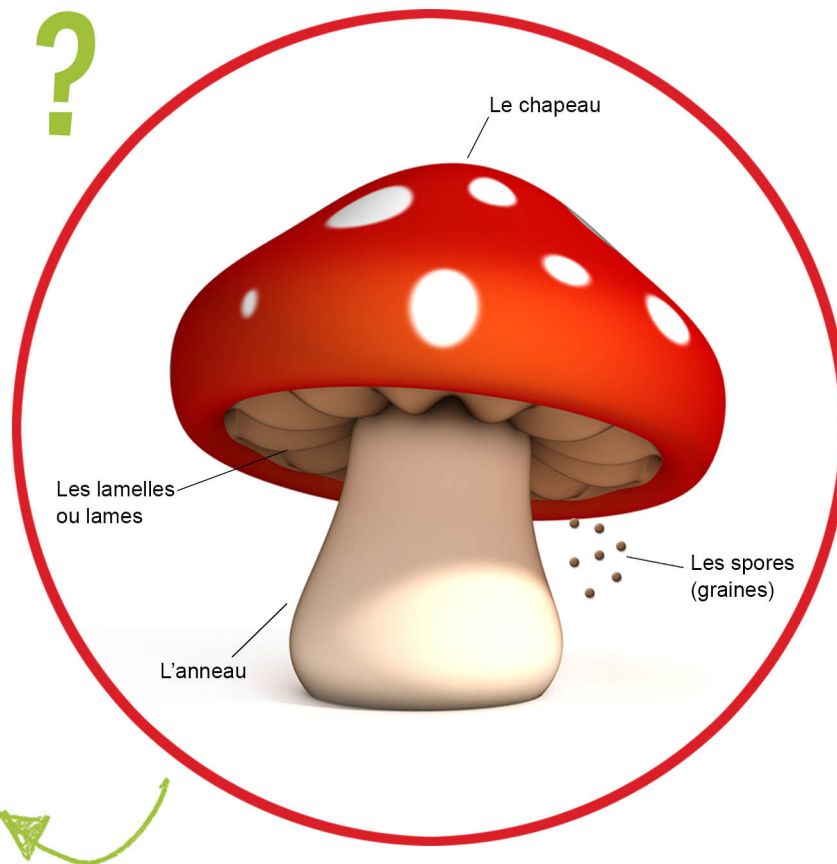
Dans l'alimentation, les hommes utilisent les champignons pour fabriquer des fromages, des bières et des levures indispensables pour fabriquer du pain.

Il existe même des médicaments fabriqués avec des champignons. Par exemple ? La pénicilline qui soigne des maladies très graves, voire mortelles.

Certains champignons sont comestibles :



Les Girolles, cèpes roux, trompettes-de-la-mort, Chanterelle, Bolet...



! ATTENTION !!!



Certains champignons sont vénéneux et dangereux pour la santé.

Par exemple, il y a :

- l'Amanite phalloïde,
- l'Amanite vireuse
- l'Amanite tue-mouches
- l'Agaric champêtre ou rosé

RECETTE DE CUISINE

LA SALADE AUX CHAMPIGNONS !

- 500 g de champignons des bois mélangés
- 50 g de parmesan en copeaux
- 2 cuil. à soupe de cerneaux de noix concassés
- 4 cuil. à soupe d'huile de noisette
- 2 cuil. à café de vinaigre balsamique
- 1 cuil. à café de moutarde à l'ancienne
- 8 brins de persil plat
- sel, poivre

COMMENT CUEILLIR LES CHAMPIGNONS ?

1. Protège-toi les mains. Mets des gants quand tu ramasses des champignons.
2. Ne mélange pas les différentes sortes de champignons. Prends plusieurs sacs avec toi !
3. **Important :** Quand tu as terminé ta cueillette, va voir le pharmacien ! Il te dira si tu peux les cuisiner ou si tu dois tout jeter à la poubelle !



OÙ TROUVER DES CHAMPIGNONS ?



En forêt !

Tu peux en parler avec papa ou maman car c'est une super idée de sortie en famille. Quand tu te balade en forêt, la cueillette de champignons se transforme vite en véritable chasse au trésor ! Tu les trouveras souvent au pied des arbres, à l'ombre sous les feuilles humides.

Dans la forêt de Rambouillet, tes parents et toi trouverez des bolets et des girolles.

Dans la forêt de Fontainebleau, vous pourrez ramasser des cèpes.



Dans des champignonnières !

Une champignonnière est un lieu, sombre et humide, où les hommes cultivent eux-mêmes les champignons. Dans des caves par exemple, on fait pousser des champignons de Paris, pleurotes, truffes, morilles, le pieds-bleu, champignons noirs, shiitakés...

Près de Neuilly-Plaisance, tu peux aller aux champignonnières de :

Bourré, à côté de Chenonceaux en Indre-et-Loire, dans le département 37

Saut aux loups, à côté de Saumur en Maine-et-Loire, dans le département 49

EN SAVOIR PLUS SUR

LES CHAMPIGNONS ?

L'étude des champignons est une science ! Cela s'appelle la « mycologie ». Si tu veux en savoir davantage sur les champignons, des cours sont donnés en Ile-de-France aux enfants et aux adultes.

- **L'Agence des Espaces Verts** propose des stages gratuits (www.aev-iledefrance.fr)

- **Les magasins Nature et Découvertes** proposent des cours et formations (payantes)

BESOIN D'UN CONSEIL ?

Tu peux contacter :

M^{me} Sabrina LÉPINE par email : slepine@mairie-neuillyplaisance.com

Mairie de Neuilly-Plaisance

6 rue du Général de Gaulle
93360 NEUILLY-PLAISANCE
Tél. : 01 43 00 96 16

www.mairie-neuillyplaisance.com

