

# CUEILLIR ET CONSOMMER LES CHAMPIGNONS EN TOUTE SÉCURITÉ

## Pendant la cueillette des champignons

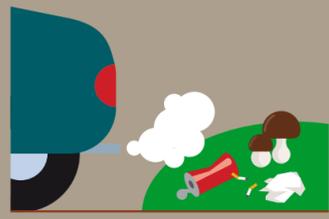


**Cueillez uniquement les spécimens en bon état.** Prélevez la totalité du champignon, avec le pied et le chapeau.



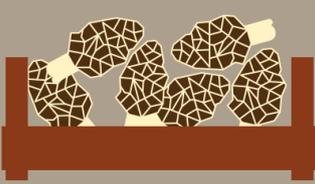
**Ramassez uniquement les champignons que vous connaissez parfaitement.**

**Attention ! Certains champignons vénéneux hautement toxiques ressemblent beaucoup aux espèces comestibles.**



**Ne cueillez pas les champignons près de sites pollués :** bords de routes, aires industrielles, décharges.

**Séparez les champignons récoltés par espèce** pour éviter le mélange de morceaux de champignons vénéneux avec des espèces comestibles.



**Déposez vos champignons dans une caisse ou un carton.** N'utilisez jamais de sac plastique : il accélère le pourrissement.

**Un doute sur l'état ou le spécimen ?  
Jetez le champignon !**

## Après la cueillette des champignons



**Lavez-vous soigneusement les mains** après avoir ramassé des champignons.



**Prenez une photo de votre cueillette,** avant la cuisson : elle sera utile en cas d'intoxication.



**Au moindre doute, faites contrôler votre récolte par un spécialiste.**

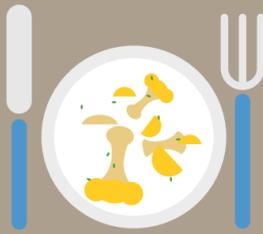
Consultez les pharmaciens ou les associations et sociétés de mycologie de votre région.



**maxi 4°C**

**Conservez vos champignons au réfrigérateur,** dans un récipient à part.

## Consommation de la cueillette des champignons



**La consommation de champignons sauvages doit rester occasionnelle.**



**Faites cuire suffisamment les champignons** avant de les consommer. Ne les consommez jamais crus.



**Les champignons sont à consommer dans les 2 jours** au maximum après la cueillette.



**Les champignons cueillis ne doivent pas être consommés** par de jeunes enfants.

### Que faire en cas d'intoxication ?

- **En cas d'apparition d'un ou plusieurs symptômes** suite à une consommation de champignons (nausées, vomissements, sueurs, tremblements, vertiges, troubles de la vue, ...), **appelez immédiatement le « 15 » ou un centre antipoison.**

- **Les symptômes apparaissent le plus fréquemment dans les 12 heures** après la consommation, mais dans certains cas, l'intoxication peut apparaître plus tard.

- **Veillez à noter l'heure** du ou des repas de champignons et celle des premiers symptômes.

- **Conservez** les restes de la cueillette pour identification.