

CUEILLIR ET CONSOMMER LES CHAMPIGNONS EN TOUTE SÉCURITÉ

Pendant la cueillette des champignons

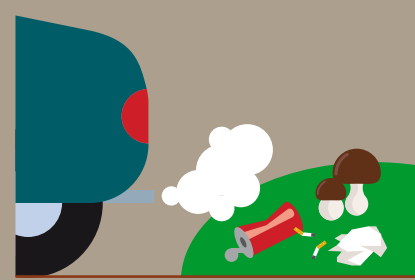


Cueillez uniquement les spécimens en bon état. Prélevez la totalité du champignon, avec le pied et le chapeau.



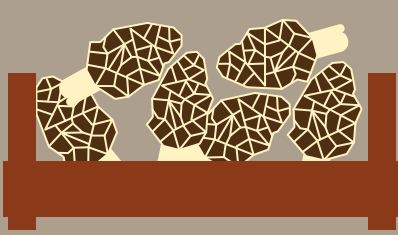
Ramassez uniquement les champignons que vous connaissez parfaitement.

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



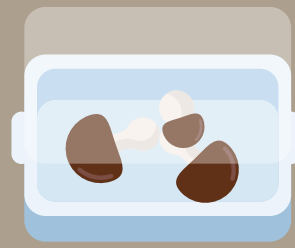
Lavez-vous soigneusement les mains après avoir ramassé des champignons.



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



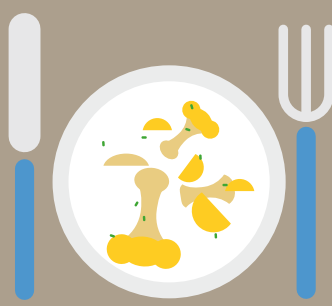
Au moindre doute, faites contrôler votre récolte par un spécialiste. Consultez les pharmaciens ou les associations et sociétés de mycologie de votre région.



maxi 4°C

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

Consommation de la cueillette des champignons



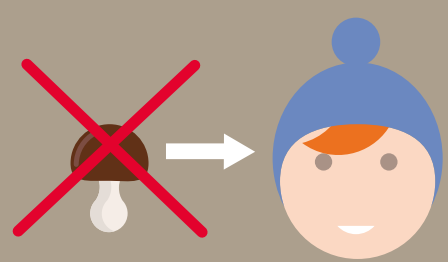
La consommation de champignons sauvages doit rester occasionnelle.



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.