



Le pied-de-mouton ou hydne sinué est un des meilleurs champignons sauvages, avec un parfum de noisette et une touche d'amertume

Photo : Roger Larivière

LES PIEDS-DE-MOUTON, TOUT AUSSI BONS QUE LES MORILLES ET LES CHANTERELLES

Par Roger Larivière, *biologiste*

Alors que j'étudiais en France au milieu des années 1970, j'ai découvert des gens de tous âges passionnés par la cueillette et la consommation de champignons sauvages, tels les morilles, les giroles et les cèpes. À mon retour en terre abitibienne, ayant eu la piqûre, j'ai eu la chance de pouvoir apprivoiser cette richesse de nos forêts. Depuis ce temps, rien ne m'arrête et, rapidement, j'ai commencé à partager mes connaissances en donnant des ateliers. En 2013, je publiais un ouvrage sur le sujet : *Champignons comestibles de la forêt boréale*, qui a remporté le titre de livre Coup de cœur dans les librairies Renaud-Bray. Il en est rendu à sa 3^e impression et il vient d'être traduit en anglais (*Edible Mushrooms of the Boreal Forest*, aux Éditions Naturat). Toute l'équipe qui a permis la réalisation de cet ouvrage en est particulièrement heureuse.

Nos mordus de cueillette de champignons, tout comme nos cousins français, vivent en gros deux espèces : les morilles et les chanterelles. Cependant, il faut savoir que nos forêts permettent à des centaines d'espèces de proliférer, des bonnes et des moins bonnes; l'une d'entre elles est mortelle, l'amanite vireuse, et quelques-unes sont toxiques, comme l'amanite tue-mouches. D'autres méritent qu'on s'y attarde pour leur goût, mais surtout pour la facilité à les identifier de façon sécuritaire; je parle du pied-de-mouton.

Le pied-de-mouton ou hydne sinué est un des meilleurs champignons sauvages, avec un parfum de noisette et une touche d'amertume. Son identification est rendue facile par le fait qu'on trouve sous son chapeau lobé de couleur beige ou rousse, non pas des lames ni des tubes donnant l'aspect d'une éponge, mais bien des dents, appelées aiguillons.

Ce champignon à la chair ferme est très rarement parasité; on n'a qu'à le couper en deux au moment de la cueillette pour réaliser qu'il n'y a pas de galeries! Une invitation à le manger au complet, chapeau et pied... Les pieds-de-mouton peuvent fusionner s'ils poussent trop près les uns des autres; de plus, ils peuvent pousser en talles.

Il y a quelques années, j'ai découvert un groupe de pieds-de-mouton poussant en quart-de-cercle dans un sous-bois d'érables rouges et de

bouleaux blancs. Ils étaient énormes et l'un d'entre eux mesurait 23 cm de diamètre! Ils étaient encore fermes à cette période de l'année, même après la chasse à l'original.



Photo : Roger Larivière

On le reconnaît facilement, car sous son chapeau on y retrouve des «dents» appelées aiguillons

Le pied-de-mouton choisit ses sites pour fructifier : sous les conifères ou dans les forêts mixtes. Il se trouve partout au Canada et aux États-Unis, en été et en automne, tant que le gel n'apparaît pas. C'est un champignon mycorhizien, c'est-à-dire que son mycélium entretient une relation symbiotique avec les racines des arbres voisins.

Ces champignons peuvent se déguster sans grands artifices : sautés dans le beurre, dans une poêle chaude. J'aime bien les consommer un peu rôtis. Ajouter du vin blanc, de l'ail, des herbes et de la crème vient décupler le plaisir. Si la récolte est trop généreuse, les pieds-de-mouton se déshydratent très bien et leurs parfums s'en trouvent accentués. Cueillir des champignons sauvages donne de la valeur à nos forêts, encore plus si on les déguste entre amis. Qui photographiera le plus gros pied-de-mouton? ■