



Charles Prince, restaurateur en collaboration avec Roger Larivière, biologiste

LE PETIT ÉCHO DE LA FORÊT

Cet été, j'ai initié ma fille âgée de 3 ans au plaisir de la découverte en forêt. « Une aventure dans la jungle », selon ses mots d'enfant. Elle est curieuse et débrouillarde, voilà des qualités essentielles pour s'aventurer dans la « brousse ». Cependant, il y a quelques règles à respecter.

On ne s'éloigne pas l'un de l'autre, on a un petit sifflet dans nos poches, au cas. Les petites fleurs et les petits fruits sont très attirants pour les petits, et même pour les grands. On ne touche pas si on ne connaît pas. La berce du Caucase cause de sérieuses blessures dans certaines régions du Québec et personne ne voudrait faire partie des statistiques. Tranche de vie : plus jeune, lors d'un voyage en Colombie-Britannique, j'ai fait la connaissance du sumac vénéneux, aussi appelé herbe à puce, et du sympathique personnel médical de la salle d'urgence.



L'auteur, Charles Prince, avec sa fille Sophia en pleine cueillette du thé du Labrador

Le problème en forêt, c'est que certaines parties de plantes ou certains champignons sont toxiques, voire mortels. Qui plus est, souvent, ils peuvent ressembler à des espèces comestibles. Je pense par exemple à l'if du Canada et au sapin baumier; au kalmia à feuilles étroites et au thé du labrador. Ma fille sait qu'elle ne peut rien manger de sa cueillette sans la vérification d'un adulte. Ça me rassure.

Je tiens à préciser qu'il ne faut pas avoir peur. Comme je le mentionnais dans ma précédente chronique, on commence par des produits plus faciles à reconnaître et on progresse à son rythme.

En fin de compte, nous avons eu beaucoup de plaisir de la cueillette à la dégustation. Par contre, c'est papa qui a dû se charger de la longue préparation des plantes pendant la sieste. Dommage, car depuis plus d'un an, elle aspire à nous faire la cuisine. Vivement demain!

En cuisine cet été, nous nous sommes amusés avec la controversée verpe de Bohème et avec le délicieux pleurote du peuplier. Dans la fabrique, nous avons préparé des ganaches aux conifères, avec l'épinette blanche, le cèdre et le sapin baumier. Le pissenlit a été présenté au bistro, sous forme de limonade, et dans notre comptoir à chocolat, en ganache au miel infusé.

C'est maintenant l'automne, la saison des champignons. Pour les non-initiés, il est préférable de ne pas commencer seul et de privilégier les champignons qui sont facilement identifiables comme la dermatose des russules.

LE CHAMPIGNON CRABE

Appelé aussi champignon homard en anglais (Lobster Mushroom), le champignon crabe, ou dermatose des russules, est un des champignons les plus faciles à identifier pour les débutants. Deux critères sont à retenir : sa couleur et son habitat.

D'abord par sa couleur : il est rouge orangé... comme un homard bien cuit! Aussi par son habitat : il pousse souvent dans le sable, en bordure des anciens chemins forestiers où les sabots des chevaux, les pieds des bûcherons ou les roues des voitures ont répandu la semence. Il y a du sable à la tonne dans notre région puisque les rivières et fleuves des glaciers nous ont bien garnis d'eskers. Alors, si on veut maximiser nos chances de cueillir ce délicieux champignon, il faut d'abord localiser ces vestiges de la dernière glaciation. Et le pin gris fait partie du décor.



La dermatose de russule, aussi appelé champignon crabe est l'un des champignons les plus facile à reconnaître avec sa coloration orangée

Photo : Roger Larivière

Photo : Roger Larivière



La russule à pied court, alors qu'elle n'est pas encore envahie par la moisissure orangée

D'où vient ce champignon difforme? En fait, il provient d'un champignon blanc à lames, la russule à pied court, qui est parasité dans le sol par une moisissure. La russule perd progressivement sa forme en sortant du sol et la moisissure le colore totalement en rouge orangé. Dernièrement, j'apprenais de la bouche d'un professeur chercheur de l'Université du Québec à Trois-Rivières, Hugo Germain, Ph. D., que cette moisissure digérait complètement la chair de la russule à pied court en changeant entièrement sa nature biochimique. Outre le changement de couleur, ce processus rend le champignon meilleur au goût, car originalement la russule à pied court s'avère comestible, mais sans plus.

Photo : Roger Larivière



Après avoir coupé, séché ou déshydraté les champignons récoltés, il suffit de les faire revenir à la poêle avec de l'huile et du beurre pour les rôtir et leur donner de la saveur

Le champignon crabe a une chair ferme, blanche à l'intérieur. D'ailleurs, il ne faut jamais le cueillir si la chair devient grise ou si elle commence à ramollir, d'où l'importance de tester avec une pression des doigts. C'est une question de sécurité alimentaire!

Ce champignon est rarement parasité, d'où l'intérêt accru à le cueillir. Dès son prélèvement (couper au niveau du sol avec un couteau), il faut

le nettoyer soigneusement en le brossant vigoureusement. À la maison, on peut le passer sous un jet d'eau afin de décoller toutes les particules indésirables. Par la suite, il est de mise de le réfrigérer rapidement ou on peut le couper en fines tranches pour le déshydrater. Ce champignon se conserve longtemps de cette façon, à condition de le placer dans un contenant à l'abri de la lumière et de l'humidité.

Pour le cuisiner frais, on le coupe en fines tranches et on le cuit dans l'huile et... du beurre pour le goût. Ajouter des oignons, de l'ail, de la crème et du vin blanc améliore le plaisir gustatif. Sur le site Champignons de la Mauricie (www.mycomauricie.com), il est possible de trouver une excellente recette de crème de dermatose des russules. Cette entrée sera classée cinq étoiles par vos convives et elle est très facile à réaliser avec des ingrédients disponibles couramment à la maison.

Pour qui souhaite manger des champignons sauvages de façon sécuritaire, la cueillette du champignon crabe est une activité incontournable pendant le mois d'août.

Bonne dégustation! ■

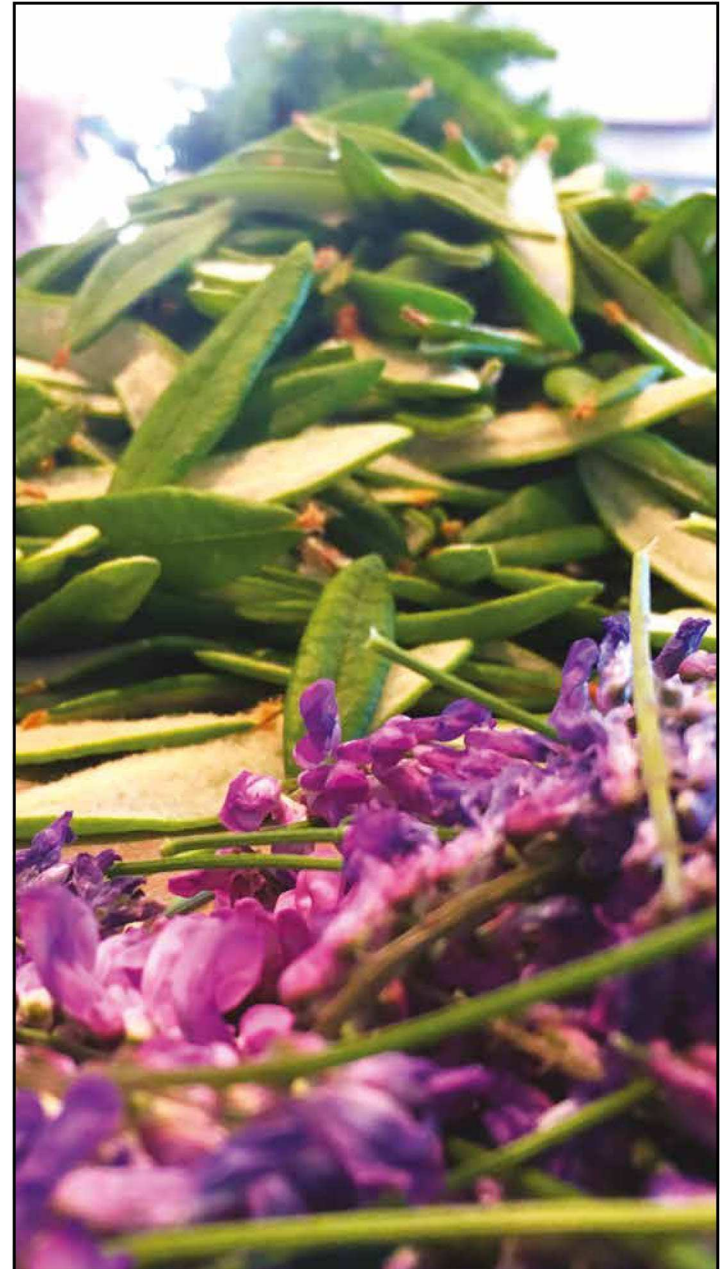


Photo : Le Gisement