

La pause champi, champignons



Ah, vous aimeriez bien connaître la suite de la chronique 116 sur la résilience alimentaire et l'action des collectivités locales en la matière ! Ah comme je vous comprends mais... mais... mais il va falloir un peu attendre et c'est, figurez-vous, pour

la bonne cause. Car, figurez-vous encore, c'est bientôt Noël. On pourrait dire qu'on s'en fout, que c'est banal, qu'on est bien trop déprimés pour fêter quoi que ce soit, que c'est toujours la même chose et qu'en même temps c'est jamais la même chose, qu'on voit bien que vous êtes confus à force d'être déprimés... bref, c'est précisément le moment de se ressaisir et de jouer le jeu puisque la vie c'est ça, c'est avant tout jouer sérieusement le jeu. Pour cela, rien de tel que de faire sa petite part, comme le colibri-cui-cui, et pas toujours attendre que ça vienne d'en-haut la bectance-cui-cui. Les maires et autres présidents, l'action locale et pourquoi pas internationale, ok, bien sûr que c'est important. Mais vous face à vous-mêmes aussi c'est important et **rien de tel que se mettre au DIY**, le fameux Do It Yourself, alias "démerde zidich" comme disait mon père quand j'étais petite et j'espère bien retranscrire ce mot à la sonorité unique. Et vraiment **rien de tel que cultiver ses propres champignons**, ça vous changera sans jeu de mot mais je l'avoue avec une certaine lourdeur (assumée) de vos plantes de pied un brin hallucinées.

Cela dit, comment faire, peut-on s'improviser myco... myco... je cherche parce que je sais que « myco » ça veut dire champignon en grec ou en latin, enfin bref dans une de nos deux racines antiques, après tout on est tous un peu des champignons, mais cultivateur de champignons, je ne sais pas. Mycoculteur ? Si c'est ça, c'est pas top. Ah ça y est, je me souviens ! Myciculteur ! Magie de la langue et de son évolution, on a mis un « i » comme pour adoucir un mot qui finissait par lui-même ressembler en calligramme à un champignon. Et donc, ce débat sémantique initialo-fondamental étant clos, toute la question elle aussi initiale demeure : **alors comme ça, je peux vraiment devenir une mycicultrice** (je parle pour moi et à l'issue d'un débat avec moi-même aussi intense que pour la question sémantique ci-avant, je pense pouvoir parler de moi au féminin, du moins en ce moment) ? Eh oui, il est tout à fait possible et même recommandé pour les nerfs, les pieds, le nez, tout votre métabolisme en effervescence à cette folle et si douce idée de cultiver vos propres champignons par définition comestibles parce que sinon, si l'idée c'est du faire du sport et de paraître un peu intelligent, autant pédaler pour recharger votre portable.

C'est donc à cette fin si noble et oubliée que **j'ai dévoré le dernier livre consacré à la question par les éditions Ulmer**. Il fallait bien que je devore quelque chose en

attendant de faire ma propre récolte et si je comptais sur en rapporter des bois, ben Tintin parce que cette année c'est une année où Tintin, les champi y'en n'a pas des masses dans les bois. En plus, les coins à champi, c'est un secret et moi personne a voulu me dire et même qu'en plus vaut mieux parce que je les garde pas les secrets. Blague à part car je suis quelqu'un de très docte et très fiable et c'est précisément pour cela que je m'intéresse de près aux champignons, que trouver dans ce joli livre ? Ah, d'abord, comment s'appelle-t-il (quand même la base pour une recension aussi docte que fiable comme ma personne!) ? Cultiver les champignons. A la maison, sur le balcon, dans la cave et au jardin. Son auteur, pas un rigolo ni un dernier né de la dernière pluie, puisque titulaire d'une thèse en agronomie, est un journaliste spécialisé dans le jardinage. Lui-même jardinier dans son propre jardin, il a souhaité faire ce que font tous les jardiniers et je dirais les humains encore un peu humains : expérimenter et partager le résultat de ses expérimentations. C'est ainsi que Folko Kulmann a publié ce livre à la base en allemand et le voici maintenant traduit en français pour la plus grande joie de la curiosité, des yeux et j'espère bientôt des papilles. **Ce splendide ouvrage, qui fait partie de mes premières recommandations de cadeaux** (à se faire soi-même et éventuellement, s'ils ont été bien sages, aux autres) à Noël et en tout temps, vous en apprendra des vertes et des pas mûres et ce en 3 temps. **D'abord comprendre ce qu'est un champignon** car la base, pour un jardinier, c'est la connaissance et l'attention. Donc un petit peu de biologie ne vous fera pas de mal car vos souvenirs de dissection de champi et de cerveau de grenouille après l'oeil de la vache pas si folle commencent à s'éloigner. C'est normal, tout à fait normal et, mes bien chers frères, mes bien chers sœurs, allez en paix puisque la culture du champignon va vous soigner. Où il est rappelé que le champi est un peu un alien, ni animal ni végétal, et que c'est pour cela, sans le savoir, qu'on l'aime en fait bien ; qu'il en existe beaucoup dans ce qui constitue un règne, mais vous vous rendez compte ?, un règne à part entière !; qu'ils sont de longue date présents dans l'alimentation de nombreux peuples mais pas que puisqu'ils ont aussi un usage en médecine. En Asie ou en Europe, songez aux champignons de Paris, les cultiver est une tradition ancestrale. Enfin, ils constituent le compagnon idéal de nos menus santé puisque riches en protéines, en fibres, en vitamines et en minéraux, ils contiennent à l'inverse peu de graisses. Champions de l'adaptation, on peut les cultiver à peu près partout, que ce soit à l'intérieur de la maison ou en extérieur. Qui dit mieux ? Personne. Donc je poursuis et on attaque dans le vif du sujet avec **la seconde partie consacrée à tout**

ce qu'il faut savoir pour se lancer dans l'autoproduction. Des outils au calendrier de culture en passant par le choix du bon substrat, des bons lieux, des bons soins au quotidien, sans oublier comment récolter, stocker et conserver, bref vous saurez tout tout tout sur tout le cycle de culture du champi. Je retiens pour leur intérêt particulier pour des débutants un certain nombre de tableaux récapitulatifs comme celui du classement par ordre de difficulté. Et cela donne immédiatement envie de se lancer parce que la pleurote et le shiitake, qui sont quand même parmi les champignons les meilleurs, les plus raffinés, eh bien ceux-là même se trouvent à la portée immédiate des apprentis jardiniers. Je retiens aussi le focus fait sur **la culture avec le marc de café car c'est un bon exemple d'économie domestique circulaire**, pour parler vite vos déchets deviennent terreau fertile et c'est CQFD (le souci, c'est qu'il faut boire du café donc cela peut ne pas trop s'avérer logique de vouloir se calmer, admettons, à coup de champignons, et de s'énerver d'un autre côté pour leur fournir une forme de terre, sans parler de l'aspect équitable ou non du café, et sans parler non plus d' où il vient, du bilan carbone lié aux transports, bref tout ce qui déprime quand on pense conso responsable et même que c'est justement pour ça qu'il nous en faut beaucoup beaucoup de champi-champignons). Je retiens également que si vous avez une cave et que vous n'avez pas peur d'y descendre en mode au-secours-Hitchcock-les-champignons-me-courent-après-ils-sont-devenus-fous, eh bien voilà une bonne occasion de valoriser un endroit sombre et potentiellement humide, bref l'endroit pouah où aucune plante ne voudrait pousser. Décidément, le champi est un être cool et c'est encore plus vrai si vous vous rendez compte qu'il pousse sur une vieille souche. Du coup, si vous avez une belle-mère ou un mari dans cet état et que vous voulez faire du social, pas jeter les vieilles souches, ça jamais, n'hésitez pas à leur donner une seconde vie en les transformant en support de culture d'éternelle jeunesse. A noter qu'en terrasse ou en balcon, c'est-à-dire ce qui concerne la majorité des urbains urbanisés que nous sommes de plus en plus, il ne faut pas grand chose : pots ou grands récipients suffisent pour peu qu'ils soient au nord et donc vous allez devoir déménager au nord si vous voulez de beaux champignons ; tant pis si à vous il faut du soleil, vous en aurez ensuite dans l'assiette.

L'assiette, il s'agit justement d'elle et uniquement d'elle, miam miam, dans la troisième partie. Celle-ci s'ouvre sur un précieux tableau récapitulatif pour chaque espèce son utilisation, sa durée de stockage au réfrigérateur et les différents modes de conservation. C'est là qu'on s'aperçoit de la force unique de la pleurote en forme d'huître (je précise parce qu'il y a quantité de pleurotes) et du shiitake puisque les deux se gardent une bonne semaine au frigo et peuvent se conserver tant congelés qu'en conserve au vinaigre ou à l'huile. Si c'est pas motivant ça ! Ensuite, **18 champignons sont systématiquement passés en revue.** Vous allez devenir fortiches sur leurs caractéristiques, leur technique de culture, la phase d'incubation, la récolte, re-stockage et re-conservation, puis en cuisine comment ça se passe, leurs bienfaits et le tout et tout de leurs petites particularités à chacun. Étant écrivain, je ne me lasse pas de prendre de telles précisions au second, que dis-je, à je ne sais quel degré : « La variété Florida n'a pas besoin de vernalisation ». Si c'est pas du code secret ça, j'en met ma non-main de jardinière au feu sacré ! Le must de cette partie se cache comme toujours dans les interstices et vous trouverez donc **de suggestives recettes** ci et là dans votre jardin aux 18 champignons. Ce qu'il y a de bien, c'est que l'on peut choisir et adapter selon les saisons. Je pense particulièrement aux pleurotes sur leur lit d'artichaut, mets d'automne s'il en est, eh bien pourquoi pas leur faire un transat de poivrons de toutes les couleurs, à l'huile d'olive, en été ? Je passe sur le sandwich aux pleurotes du panicaut car si je le visualise trop j'arrête tout de suite d'écrire et je vais m'en faire un. Ça doit être p... de bon ! Bref, vous trouverez de quoi vous régaler et aussi **de quoi transitionner car les champignons sont les rois pour tout régime végétarien/végétalien.** Cela n'enlève malheureusement rien à la barbarie qui consiste à les cultiver pour miam miam les manger. Mais que voulez-vous, que voulez-vous... On aura juste des comptes à rendre à la pholote changeante. Et il faudra convaincre l'hydne hérisson de nous épargner à l'heure des grands jugements derniers. Pour l'heure, qui vivra verra. Enfin surtout, qui cultivera vivra et verra.

Yolaine de LocoBio,

Novembre 2021