



Conservation

Introduction

Les champignons sont un aliment très intéressant dans l'alimentation.

Ils sont parfumés, très différents de consistance selon les espèces ou le mode de conditionnement.

La coloration varie également, ce qui permet de composer les mélanges.

Enfin les champignons sont très peu nourrissants car l'organisme n'arrive pas à dissocier les différents éléments nutritifs du champignon. C'est pourquoi il ne faut pas trop en manger et surtout ne pas en consommer 2 à 3 jours suivis.

L'estomac se rebellerait.

Les champignons sont une denrée très périssable.

De ce fait, les intoxications liées au conditionnement peuvent être graves et les champignons sont souvent accusés à tort d'être vénéneux. C'est pourquoi il est primordial :

- De ramasser des champignons frais
- D'enlever toutes traces de pourriture
- D'éviter de les transporter et de les conserver dans un sac en plastique car ils fermenteraient
- De bien les nettoyer en les brossant, les raclant ou en les lavant.

La conservation des champignons frais est une affaire d'heures selon les espèces. Leurs pires ennemis sont :

- La chaleur
- L'humidité
- Les autres champignons comme les moisissures.

En conséquence, les techniques de conservation sont intéressantes et variées, soit pour les principales :

1. Le séchage ou dessiccation
2. La congélation.
3. La conservation au vinaigre
4. La conservation à l'huile (d'olive)
5. La conservation par stérilisation
6. La conservation par lacto-fermentation
7. Les conserves du commerce