Zeitschrift: Schweizerische Zeitschrift für Pilzkunde = Bulletin suisse de mycologie
Herausgeber: Verband Schweizerischer Vereine für Pilzkunde
Band: 21 (1943)
Heft: 8

Artikel: À propos de la valeur alimentaire des champignons
Autor: Farine, A.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-934095

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Lamellen herablaufend, weiss, Schneide der Lamellen mit aus flokkigen Hyphen bestehenden «Drüsen» oder vielmehr Pusteln (Warzen) besetzt. Sporen 8—10/3—4 μ.

Pleurotus salignus Pers., *columbinus* Quél., *spodoleucus* Fr., *cornucopioides* Fr., *pulmonarius* Fr., und *insignior* Fr. sind nur Varietäten von *Pleurotus ostreatus* Fries ex Jacquin und müssen darum als Arten gestrichen werden.

Abbildungen:

Jaquin, Flora Austriaca Taf. 288.
Fries, Icones selectæ I. Band, Taf. 87, Fig. 1 und 2.
Fries, Sveriges ätlige och giftige swamparTaf. 46^{1-7}.
Bulliard, Histoire des Champignons Taf. 144, 426.
Flora Danica, Taf. 891.
Gillet, Les Hyménomycètes Taf. 310, 311, 312.
Bresadola, Fungi Tridentini I. Band, Taf. 6.
Bresadola, Iconographia Mycologica VI. Band, Taf. 288, 289, 290, 291, 293.
Paulet, Traité des Champignons. Taf. 17, 18, 28, 144.
Kalchbrenner, Icones selectæ Hymenomycetum Hungariæ Taf. 8, Fig. 1.
Pilat, Atlas des Champignons de l'Europe II. Band, Taf. 47-52.
Konrad et Maublanc, Icones selectæ Fungorum IV. Band, Taf. 305.
Cooke, Illustrations of British Fungi II. Band, Taf. 195, 196, 228. VIII. Band, Taf. 953, 954.
Ricken, Die Blätterpilze, Taf. 112, Fig. 1.
Britzelmayr, Hymenomyceten aus Südbayern Abbild. 382, 383, 656.
Gramberg, Pilze der Heimat, I. Band, Taf. 34.
Rolland, Atlas des Champignons, Taf. 43, Nr. 93 und Taf. 44 Nr. 95.
Michael-Schulz, Führer für Pilzfreunde I. Band, Abbild. 43.
Maublanc, Les Champignons comestibles et vénéneux I. Band Taf. 93 und 94.
Sydow, Taschenbuch der wichtigeren Pilze, Taf. 21.
Hahn, Der Pilzsammler, Taf. 12, Nr. 64.
Dumée, Nouvel Atlas de poche des Champignons I. Band Taf. 29.
Hinterthür, Praktische Pilzkunde, Taf. 21, Fig. 2.
Migula, Kryptogamen-Flora III. Band: Pilze: Taf. 117^{1-2}.
Massee, British Fungi, Taf. 17, Nr. 6.
Bel, Les Champignons du Tarn, Taf. 18.

A propos de la valeur alimentaire des champignons.

Par A. FARINE Dr ès Sciences, Inspecteur des Denrées Alimentaires,
Président de la VAPKO, Bienne.

Durant la guerre on a beaucoup écrit pour et contre l'emploi des champignons comme aliment. Il m'a paru utile d'apporter une modeste contribution à cette question afin de mettre quelques précisions à la base de cette appréciation des champignons comme aliments et présenter une résumé de cette branche de l'alimentation qui n'est certes pas à dédaigner dans les temps actuels mais qu'il ne faut pas non plus surenchérir.

Il y a lieu de considérer en toute objectivité les principes suivants dans une étude de ce genre:

1. La plupart des personnes qui ont émis une opinion favorable à l'emploi des champignons comme aliments ont certainement basés leurs déductions sur les résultats d'analyses anciennes, dont certaines remontent à Braconnot en 1811 et à Vauquelin en 1813. Dans ces analyses ces auteurs ont identifié les substances que les méthodes d'alors permettaient de caractériser au point de vue qualitatif. Les proportions de chaque substance mentionnée ne sont pas indiquées.

2. Les travaux assez importants publiés ces dernières années sur la chimie des champignons permettent de raisonner sur des données beaucoup plus exactes.

A titre documentaire voici le résultat d'analyses chimiques effectuées par M. Fernand Guueguen, Dr. ès Sciences et professeur agrégé de l'Ecole de Pharmacie:

a) les champignons sont riches en matières minérales: sels de chaux, de potasse, de soude, de magnésie, de silice.

b) leur haute teneur en acide phosphorique (sous forme de sels) permet de les classer comme aliment reconstituant.

c) comme les légumineuses ils contiennent du glycogène en proportion assez forte.

d) les matières sucrées, appelées tréhaloses, les placent au rang des fruits nutritifs.

e) par leur teneur en lécithines et corps gras ils se rapprochent des graines oléagineuses.

f) leur teneur en matières albuminoïdes leur a valu le nom de «viandes végétule» et sont ainsi rapprochés de la viande de boucherie.

On en déduit que tout ce qui est nécessaire à la vie de l'être humain se trouve réuni dans les champignons. Il est bien entendu qu'il ne faut pas oublier que dans cette comparaison et cette mise en parallèle on doit tenir compte des quantités absolues de chaque élément contenues dans les diverses variétés et ne pas surenchérir la valeur alimentaire des champignons de façon démesurée. Il faut tenir un juste milieu.

L'énumération des composants généraux des champignons n'a pas pour but de faire accroire que l'on peut les substituer aux aliments courant, contenant en proportion plus d'éléments actifs assimilables que les champignons. Mais néanmoins les considérations qui précèdent autorisent à ne pas faire négliger la valeur alimentaire des champignons comme c'est le cas pour certains détracteurs.

3. Ce qui est important dans l'appréciation de la valeur alimentaire des champignons c'est non seulement leur valeur au point de vue strictement nutritif, mais également comme condiment. A ce point de vue, on ne saurait nier l'effet des champignons comme excitateurs de l'appétit suivant les espèces. Beaucoup de lecteurs seront d'accord avec moi, que souvent on devrait fortement réduire son menu à une plus simple expression encore qu'il ne figure actuellement sur la tabie, si l'on voulait, dans son alimentation de tous les jours, considérer uniquement la valeur nutritive. Il y a un ancien dicton selon lequel on ne mange pas seulement avec la bouche mais avec les yeux et le nez...!

Il existe des champignons qui sont prédestinés non pas à nous fournir un plat «de résistance» mais à nous faire plus facilement avaler tel ou tel préparation. Servons-les comme tels.

Les champignons qui se prêtent mieux comme plat alimentaire, il y en a bon nombre, ne doivent pas non plus être négligés.

4. Quels champignons consommer?

Il faut savoir sélectionner car inutile d'encombrer l'organisme de substances qui ne lui servent à rien, qui ne tendent qu'à embarrasser l'estomac, provoquer une excitation de l'intestin, des reins etc. Il est de toute importance de savoir choisir les champignons qui présentent un intérêt à l'exclusion des autres. C'est dans ce sens que l'on doit interpréter la législation fédérale sur le commerce des denrées qui fixent les qualités que doivent posséder les champignons s'ils veulent se parer du titre d'aliment. Il est inutile, pour faire montre de grand savoir, qu'un marché de telle ou telle ville, tolère un nombre considérable de variétés. Ce n'est pas la quantité mais la qualité qui doit être à la base de tout contrôle. Il ne faut pas croire que alors même que la Suisse possède environ 4—500 sortes de champignons comestibles, j'entends par là un champignon qui ne présente pas de danger à la consommation, qu'il faille absolument tolérer la vente de toutes ces espèces. Il y a lieu de considérer ce qui est comestible pour la population et ce qui est comestible théoriquement. Seuls les espèces comestibles sans restrictions pour le grand public doivent être tolérées. J'ai répondu lors d'une controverse avec un particulier qui voulait absolument consommer ou faire consommer une espèce que je ne tolérais pas par la phrase suivante «On peut aussi faire de la soupe avec des copeaux de bois». Il a même mieux vu que l'on peut, chimiquement, produire du sucre à partir du bois.

5. Résumé: La valeur alimentaire des champignons sélectionnées n'est pas négligeable, il faut savoir tenir un juste milieu, être modéré dans la comparaison avec d'autres classes d'aliments et ne pas vouloir leur demander plus qu'il ne peuvent donner. Les mettre à l'écart comme adjuvants de l'alimentation serait une erreur.