

le petit bulletin

De la Société mycologique de Seyssinet-Pariset

N° 5 Mai 2005

Sommaire

Le mot du Président

La Session 2005

La soirée "Bugnes 2005"

Un peu de botanique

Mycotoxicologie (suite)

Poème aux Epouses

Médecine et champignons

La toque

Poème en Tique

CA du 8 mars 05 (résumé)

Le coin du pipelet

Le petit bulletin



Place André-Balme
38170 SEYSSINET-PARISSET
<http://champignons38.free.fr>

Le mot du Président

Chers sociétaires,

Ça y est, le printemps est là, les premières sorties ont commencé, et déjà, quelques petites cueillettes d'hygrophores de mars et de morilles ont réjoui les ramasseurs du mercredi et du samedi. J'espère que cette année sera florissante et abondante en espèces de toutes sortes.

Avec ce bulletin, vous trouverez la fiche d'inscription pour le stage d'automne de la FMDS organisé cette année par notre société à Meaudre. Nous devons tous nous mobiliser pour la réussite de cet événement. Je compte donc sur votre présence et votre participation active durant ces 3 jours. Venez nombreux, vous serez les bienvenus.

Dimanche 10 avril, nous étions à Faverges (Haute-Savoie) pour l'assemblée générale de la FMDS. Tous les présidents des différentes sociétés étaient présents. Ce fut l'occasion pour certains de présenter les stages organisés durant cette année par la FMDS qui chapote annuellement 2 stages myco, 1 stage bota et 1 stage myxo. Mon intervention suscita quelques questions pertinentes et constructives sur l'accessibilité aux débutants, la présence des sommités ou l'hébergement..... Toutes ces questions étaient très constructives et comme beaucoup de mycologues, connaissent et aiment le Vercors, je pense qu'ils viendront nombreux. En plus pendant le repas quelques personnes m'ont demandé des renseignements sur l'inscription, tout ceci est donc du meilleur présage.

La veille, le samedi, nous avons visité le site d'hébergement aux Chaberts à Meaudre, chez « IGESA » où un de nos sociétaires est comptable (c'est un pur hasard), et il nous a organisé la découverte des lieux, tout a été parfait.....même la météo, car la visite s'est terminée sous 80 cm de neige, je ne vous dis pas la galère pour sortir les voitures.

Le stage à Meaudre à peine terminé, nous enclencherons dans la foulée, la préparation de notre exposition d'automne à la Fauconnière, et là encore c'est un événement exceptionnel, notre société fêtera cette année ses 30 ans d'existence, le jour anniversaire étant le 16 avril.

Le 26 mars dernier, un heureux événement a eu lieu : Le mariage de ma fille Adeline avec son copain Thomas. Le mot de la fin sera donc un grand merci à vous tous pour votre gentillesse.

Jean-Paul Jorge

Session mycologique d'automne 2005 à **Méaudre**

Je serais très heureux de vous accueillir à Méaudre à l'occasion de la session mycologique de la FMBDS du 30 septembre au 2 octobre 2005.

L'équipe qui m'entoure est dynamique, très efficace quand il faut se mettre au boulot pour organiser une expo, toujours dans la bonne humeur. On va se mettre à votre service pour que vous passiez un agréable séjour.

Le site est superbe. C'est le pays de mon enfance, au cœur du parc régional du Vercors. MEAUDRE fait partie des quatre montagnes, Villard de Lans est à 10 km, Autrans à 5 km,

Le centre de vacances IGESA domine le village qui compte environ 850 habitants, des résidences secondaires, des camps de vacances, etc.....

Le val d'Autrans-Méaudre est entouré de forêts mixtes, feuillus (hêtres principalement), conifères (épicéas, et sapins). Le village se situe à 1000 m d'altitude, le point culminant de la station est à 1500 m. En hiver, c'est le royaume du ski de fond, de la raquette et du ski alpin, en famille. L'été, des circuits VTT, un parcours du patrimoine, des explorations souterraines, des sentiers balisés permettent de découvrir le Vercors.

L'automne, le Vercors est très prisé par les amateurs de champignons, même si le risque de sécheresse existe de par le sol calcaire où l'eau a tendance à s'infiltrer.

On pourra explorer les coins humides comme le bois de Claret, avec son sous-sol sablonneux toujours humide, bienvenue en période de sécheresse. J'espère que l'on aura la possibilité de parcourir les hauts plateaux où toute cueillette est interdite en temps normal mais grâce à la collaboration des gardes, ce sera peut être possible et permettra de faire un inventaire mycologique de la plus grande réserve naturelle de France.

Gilbert BONTHOUX
Vice-président de la société mycologique de Seyssinet-Pariset
Coordinateur de la session 2005

SOIREE « BUGNES » du 28 JANVIER 2005



Je ne sais quel vent nous a poussé, nous partions à la dérive. En effet notre bateau n'avait pas de dérive.

Mais en gardant le cap, nous sommes arrivés à bon port à la salle Jean-Jacques Rousseau où nous attendaient les matelots.

Là, comme de vrais moussaillons, tout le monde sur le pont s'active et la préparation va bon train.

Paul MONTILLET et Fernand MORIN parent le dériveur. Pierre DI CHIARO et Daniel CASARA ont beaucoup de mal avec la sono.

Les plus costauds installent les tréteaux tandis que ces dames habillent les tables ou préparent « l'apéro »

Comme d'habitude tout est réglé avec promptitude, sous l'œil amusé de Pierre le « cocher ».

La mer est calme, pas de vent dans la voile et assis sur un croissant de lune, dans le ciel veille Neptune. Avant de tirer une bordée, on écoute presque avec recueillement le mot de bienvenue de Jean-Paul JORGE, le nouveau Président.

Après les mises en bouche qui permettent de se resserrer, c'est sus sur le buffet, garni de plats multicolores et variés.

Georges LAMBERT à la batterie, Daniel VARVAT à l'accordéon et Victoria aux castagnettes sont là pour le rythme et le ton, tandis qu'un drôle de capitaine donne de la rengaine, relayé dans la chanson par Pierre le baryton.

Sur la plage, c'est le défilé de mode. A Lourdes, avec les « VAMPS » (mesdames Josette LOUBET et Jeannine PELISSON) on s'attendait au pire.

La soirée tourne rond, personne n'est « rond », au contraire nous sommes tous au diapason.

Dans cette ambiance marine, en attendant la tombola on marine. Les premiers numéros s'égrainent, les lots s'enchaînent. Peu importe la valeur, quand on gagne, c'est un peu de bonheur !!!

La virée est terminée, il faut rentrer à quai.

Bravo et merci à tous pour votre participation et votre générosité qui prouvent votre attachement à la société.

Coup de chapeau à Bernadette et Georges BRUYAS pour les pâtisseries, et un grand merci à Monsieur Marcel REPELLIN, maire de SEYSSINET pour toute

l'aide qu'il nous apporte.

Larguez la voile,
envoyez le hunier.
Bonne voile
et bon vent !

A l'an prochain
évidemment !

P.BAYNAC-
MAURY



Un peu de BOTANIQUE



Un adhérent m'a indiqué que les iris de la Bastille sont des iris lutescens, espèce protégée méditerranéenne, dont Grenoble Bastille est la station la plus au nord de France.

En voici 2 photos.

Communiqué

par J.P JORGE

NDLR - Cette fleur est décrite et illustrée dans l'ouvrage : "Fleurs de méditerranée" de M. Blamey et C. Grey-Wilson éd. Delachaux & Niestlé sous le N° 2294.



MYCOTOXICOLOGIE

par Gilbert BONTHOUX

(suite 4)

Syndromes précoces

L'intoxication survient très rapidement, l'incubation est courte, moins de 6 heures, son évolution est dans la plupart des cas favorable et non mortelle, comme les syndromes précédents.

Il existe :

- des symptômes uniquement gastro-intestinaux
(Syndrome gastro-intestinal ou résinoïdiens)
- ou des troubles à la fois gastro-intestinaux et du système nerveux central.
 - **SNC : cerveau + moelle épinière**
 - **SNV : système nerveux végétatif** (régule les fonctions organiques, sympathique et parasympathique).

Syndrome sudorien (muscarinien, cholinergique)

A – **Espèces responsables** : 3 grands genres :

Le genre **Inocybe** : une quarantaine d'espèces dont :
Inocybe patouillardi, fastigiata,

Le genre **Clitocybe** : une quinzaine de clitocybes "blancs" dont :
Clitocybe dealbata, candidans, cerussata, rivulosa, ...
Ces espèces ont toujours une forte teneur en muscarine (0,1 à 0,3 % du poids sec).

Le genre **Amanita** :
la concentration en muscarine est très faible (> 0,002 %).

Plusieurs espèces, d'en d'autres genres, peuvent contenir de la *muscarine* mais sa présence est discutée.

Symptomatologie : incubation très brève, 15' à 2 heures après le repas .
On relève des troubles digestifs avec atteinte du SNV parasympathique se traduisant par :

- hypersécrétions glandulaires, myosis (rétrécissement de la pupille),
- bradycardie (baisse du rythme cardiaque)

Traitement :

réhydratation si besoin, l'atropine est l'antidote spécifique.
Le plus souvent, les signes cliniques régressent en 2h.

Confusions : elles sont multiples :

Inocybe Patouillardi

(inocybe de patouillard)

Chapeau conique, fibrilleux blanc, rougissant.

Lames moyennement serrées.

Odeur fruitée puis terreuse.



TOXIQUE

Calocybe Gambosa

(tricholome St Georges)

Chapeau convexe puis aplani, non fibrilleux, blanc, non rougissant.

Lames très serrées.

Odeur farineuse .



COMESTIBLE

Inocybe (species)

Chapeau fibrilleux, non hygrophane.

Pied non élastique.

Sporée brun tabac.

Odeur spermatique.



TOXIQUE

Marasme oreades

(faux mousseron)

Chapeau non fibrilleux, hygrophane.

Pied rigide , élastique.

Sporée blanche.

Odeur cyanique.



COMESTIBLE

Clitocybe « blanc »

Chapeau givré ou glacé.

Lames pentues,

Blanches.

Pied fibreux.

Odeur subfarineuse



TOXIQUE

Clitopilus prunulus

(meunier)

Chapeau pruineux.

Lames très décurrentes, roses à maturité.

Pied cassant.

Odeur farineuse forte.



COMESTIBLE

Attention au **clitocybe conné (Lyophyllum connatum)** comestible qui pousse en touffe.

Les deux syndromes suivants concernent des champignons psychotropes (toxicité sur le système nerveux central , SNC) , soit psychotonique (augmentation du tonus cérébral), soit psychodysléptique (modification de ce tonus)

Syndrome panthérinien (muscarien,myco-atropinien,anticholinergique) :

Espèces responsables : Amanita muscaria (tue-mouches),

Amanita pantherina (panthère)...

Symptomatologie :

Incubation courte, les troubles surviennent 30 minutes à 3 heures après le repas. Les symptômes se traduisent par une atteinte du SNC sympathique (le contraire du précédent) :

- au début, la phase neuropsychique avec une ébriété (parfois recherchée), allant jusqu'au délire voire des hallucinations,
- puis des troubles de la conscience avec une phase de somnolence allant jusqu'au coma (possibilité de convulsions dans les cas graves).

Traitement : symptomatique, sédatifs.

Substances responsables : Acide iboténique, muscimol, muscazone.

Confusion possibles :

Amanita muscaria

Chapeau à marge non striée rouge,
moucheté d'écailles blanches.
Lames blanches.
Pied blanc.
Volve friable (bourelets).



TOXIQUE

Amanita caesarea

(A. des césars ,orange)

Chapeau à marge striée
jaune orangé,
dépourvu d'écailles.
Lames jaunes.
Pied jaune.
Volve ample, membraneuse.



COMESTIBLE

Amanita pantherina

Chapeau couvert
de verrues blanc pur.
Marge striée.
Anneau non strié.
Chair blanche, immuable.
Bourelets hélicoïdaux.
Bulbe globuleux,
Volve à rebord net



TOXIQUE

Amanita rubescens

(golmotte)

Chapeau couvert
d'écailles grisâtres.
Marge non striée.
Anneau strié.
Chair rougissante à l'air.

Bulbe napiforme



COMESTIBLE

Une autre espèce, **Amanita spissa** (**A. épaisse**) comestible médiocre, peut être confondue avec **A. pantherina**.

Syndrome hallucinogène

Quelques intoxications sont accidentelles mais la plupart sont dues à une consommation récréative par des polycotoxicomanes.

Champignons responsables :

Psilocybe semilanceata (liberty caps des anglo-saxons).

Paneolus, Pholiotina (conocybe).

Un arrêté datant de 1990, classe ces 3 genres dans la catégorie des stupéfiants.

Symptomatologie :

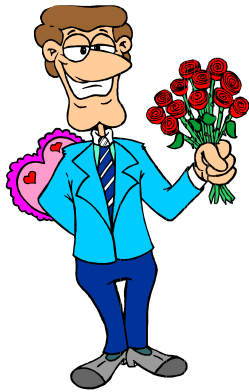
L'incubation est courte. Une demi-heure après la consommation de 10 à 20 exemplaires, on note des effets semblables au LSD, à la mescaline : euphorie, hallucinations, modification de perception du temps et de l'espace.

Durée de l'intoxication : 3 à 6 heures.

Les effets secondaires possibles et non recherchés sont : angoisse, panique, épisodes de violences, coma possible, voire décès !.

Traitement : repos.

Confusions : anecdotiques.



Petit poème

dédié

aux épouses

Pierre BAYNAC-MAURY

Science occulte que la mycologie,
Qui fait sortir les maris du logis ?
Non Mesdames, c'est une belle passion
Qui pousse parfois à la déraison.

Non pour courir l'âme sœur
Mais chercher le champignon avec des consœurs.
Il faut bien vous y résoudre
Sans pour cela en découdre.

Se donner à la mycologie
C'est une partie de leur vie,
Ce n'est pas pour autant qu'ils oublient le foyer
Les enfants adorables et la femme choyée.

C'est vrai, ils sont souvent pris
Mais quand on aime, on y met le prix.
C'est un gros sacrifice, vous avez raison.
C'est votre noble participation.

Epouses adorées, grande est votre âme.
Vous saurez toujours raviver la flamme
Qui brûle au fond de leur cœur,
Alors ils vous couvriront de fleurs.

Pour le don de vos maris à la mycologie
La Société vous dit un grand merci.

MEDECINE ET CHAMPIGNONS

Attention, ce serait une attitude dangereuse et irresponsable que de se soigner avec des champignons sans en référer à son médecin. Seul le médecin est en mesure de diagnostiquer et de soigner les maladies.

Les champignons supérieurs sont actuellement peu prisés par la médecine occidentale, alors que certains d'entre eux ont des vertus avérées. La putréfaction qui accompagne la fin du cycle de vie des champignons provoque la méfiance des occidentaux. Les Japonais eux, recensent près de 700 espèces aux propriétés anticancéreuses. Le shii-take (*lentinula elodes*), fait partie des espèces médicales célèbres - entre autres vertus, il rajeunirait ceux qui le consomment.

Si l'Occident rechigne à reconnaître des propriétés médicinales aux champignons supérieurs, c'est peut-être que leur commercialisation n'est pas jugée d'un grand intérêt financier. Or, *shii-take* et *ganoderme* se cultivent facilement et ont un prix de revient peu élevé. L'Occident manque de molécules pouvant lutter contre certaines maladies graves. Si des molécules de champignons s'avèrent efficaces, il serait dommage de les négliger. Les pharmacies chinoises proposent à leur clientèle une grande quantité de préparations, de mélanges aussi bien à base de plantes que de champignons.

Il faut oser se soigner avec le *Phallus impudicus*, dont l'aspect peut rebuter. En Lituanie, on utiliserait ce champignon, après fermentation, comme anticancéreux.

Si *Inonotus obliquus* (voir plus loin : champignons porés contre les cancers), est un polypore rendu célèbre par Alexandre Soljenitsyne dans son livre « Le pavillon des cancéreux » des études ont montré également une action antitumorale due à *Schizophyllum commune*.

Auricularia auricula-judae. La légende dit que ce champignon en forme d'oreilles accolées pousse sur les troncs de sureau depuis que Judas s'est pendu à un arbre de ce type. L'oreille de Judas a un potentiel médicinal intéressant.

Agaricus campestris. Cet agaric, comme beaucoup d'autres, arrête la poussée des cancers chez la souris, en particulier le sarcome 180 et le cancer d'Ehrlich. Paradoxe, car les agarics provoqueraient des cancers ? De même, les coprins réduisant ces deux cancers en laboratoire, sont capables d'attaquer les gonades des animaux et représentent peut-être un danger pour l'homme.

Les champignons poussant sur les arbres regroupent beaucoup d'espèces ayant une action antitumorale en laboratoire. On peut citer *Trametes cinnabarina*, *Ganoderma lucidum* et *G. applanatum*, *Schizophyllum commune*, *Inonotus obliquus*,

Fomes fomentarius, *Laetiporus sulfureus*, etc... ..

Grifola frondosa est un magnifique champignon à multiples chapeaux, assez rare, riche en polysaccharides et renommé pour son action antitumorale, (voir plus loin « champignons porés contre les cancers »), tout comme *Dendropolyporus umbellatus* qui, dit-on, soignerait les cancers du poumon.

De nombreux champignons ont été étudiés dans l'espoir qu'ils pourraient réduire les risques cardiovasculaires, des risques la plupart du temps ignorés du public. L'hypercholestérolémie est un des principaux facteurs de cardiopathies. On peut diminuer son cholestérol total en faisant des cures de *Pleurotus ostreatus* : gastronomie et médecines réunies. D'autres espèces combattent aussi l'hypercholestérolémie comme le cordyceps de Chine (*Cordyceps sinensis*), très rare, l'oreille de Judas (*Auricula Judaee*) le polypore en touffes (*Grifola frondosa*).

Quelques espèces diminuent le taux de sucre dans le sang : la pholiote du peuplier (*Agrocybe aegerita*), le champignon de Paris (*Agaricus bisporus*) et le vrai mousseron (*Calocybe gambosa*). Ces trois espèces sont d'excellents comestibles et joignent l'utile à l'agréable.

Homéopathie : On ne peut passer sous silence l'amanite tue-mouches, disponible en pharmacie sous le nom d'*Agaricus muscarius*, qui combat les spasmes, les tics de la face, la cyanose et diverses tuméfactions.

Outre l'Amanite tue-mouches, on utilise en homéopathie *Amanita phalloides* (sous le nom très ancien d'*Agaricus bulbosus* proposé par Pierre Bulliard), à haute dilution, cela va de soi, contre les vomissements et les diarrhées.

Langermannia gigantea, très répandu en Russie et connu dans ce pays sous le nom de « chaga », fut utilisé comme anticancéreux, lutte contre les règles abondantes, les diarrhées et la transpiration excessive des femmes. *Fomitopsis pinicola* est utilisé contre certaines douleurs des jambes, fièvres intermittentes, nausées, constipation et démangeaisons. Un certain nombre d'espèces sont utilisées mais les indications sont vagues, mal précisées. La médecine occidentale exploite les propriétés des Micromycètes type *Aspergillus*, *Penicillium*, *Saccharomyces*, dans les thérapies modernes.

L'Armillaire couleur de miel (*Armillaria mellea*) espèce redoutable par son action parasitaire, est un puissant protecteur cérébral dans les modèles d'ischémie ou d'hypoxie.

Champignons antiviraux : Quelques espèces intéressantes comme le *Schizophyllum commune*, *ganoderma lucidum* ouvrent la voie à la recherche des molécules antivirales.

Champignons lamellés contre les cancers :

L'effet curatif des champignons sur les tumeurs, proclamé depuis des siècles par les médecines traditionnelles chinoise et japonaise, commence à être pris en compte par la médecine européenne et américaine. L'utilisation des extraits de champignons semble surtout efficace en combinaison avec d'autres thérapies. Les effets bénéfiques indéniables de ces champignons devront être confirmés par la science. La quasi-totalité des champignons concernés sont des basidiomycètes .

Flammula velutipes aussi connu sous son nom japonais de « enoki-take » (ou collybie à pied velouté). Ce champignon semble prometteur dans la prévention des cancers du foie, mais a aussi été utilisé pour son action sur l'ulcère d'estomac. Cultivé également en Europe, ce champignon est assez facile à se procurer.

Lentinula elodes, mieux connu sous le nom « shii-take », ce champignon fournit une substance curative, le « lentinan ». Utilisé en combinaison avec une chimiothérapie, le

lentinan diminuerait considérablement les effets indésirables causés par la chimie : perte de cheveux, vomissements, nausées et douleurs .Le shii-take est certainement parmi les champignons les plus testés et les mieux documentés. Des tests sur des souris, en laboratoire, ont permis d'isoler le lentinan, dont les effets seraient efficaces sur 75 à 90% des souris cobayes. Comme beaucoup d'autres champignons, le shii-take agirait plutôt sur les fonctions immunitaires et pas directement sur les tumeurs. Selon plusieurs sources, le lentinan serait utile dans le traitement d'autres infections : allergies diverses, simple rhume mais également sida. Bon comestible, riche en oligo-éléments, ce champignon gagne à être consommé régulièrement. Il s'achète sec dans les magasins d'alimentation chinois, ou frais sur les marchés, car on le cultive en France.

Schizophyllum commune, source du « schizophyllan », également une des premières substances d'origine fongique isolées pour leur potentiel thérapeutique ou préventif contre les cancers. On trouve ce champignon dans le monde entier sur bois mort. Bien que consommé depuis des siècles un peu partout dans le monde, ce champignon est déconseillé à cause de ses effets secondaires.

Champignons porés contre les cancers :

Ganoderma lucidum (voir plus haut). Egalement connu sous le nom de « reishi », voici un champignon doté de capacités presque miraculeuses et souvent associé, dans les légendes, à une notion d'immortalité ou de longue vie.

Considéré comme un des plus puissants produits médicinaux naturels, doté de pouvoirs tonifiants ou de propriétés antitumorales. Ce ganoderme agirait en bien sur notre système immunitaire et nerveux, protégerait et fortifierait les poumons et le foie, et serait un antidote au stress. La culture de ce champignon, uniquement pratiquée dans un but d'usage thérapeutique ou médicinal, s'élève à environ 7.000 tonnes aujourd'hui, dont plus des trois-quarts en Chine.

Dans les champignons, certaines molécules de grande taille composées principalement d'une chaîne de « sucres » simples, sont bien absorbées et ne perdent pas leur activité après ingestion. Elles représentent un réel espoir dans la lutte contre le cancer.

Grifola frondosa, mieux connu sous le nom de « mai-take », ce champignon est utilisé en Chine et au Japon depuis des milliers d'années comme source de santé et de longévité. Le « mai-také » est de plus en plus cultivé et exporté, y compris comme espèce comestible quand il est jeune. Il serait en outre capable de diminuer le taux de cholestérol.

Tramète versicolore (et le Yun-Zhi des Chinois), est un champignons du bois mort très largement répandu et partout commun. Un cas de guérison de cancer au Japon a déclenché la recherche des molécules intéressantes dans ce tramète, conduisant à la découverte de deux proteoglycanes actuellement commercialisés, d'abord le PSK (polysaccharide-k) au Japon, puis le PSP en Chine.

Inonotus obliquus, ce polypore est commun sur les troncs des arbres feuillus en Russie, où il est utilisé depuis des siècles contre les cancers, plus particulièrement ceux des poumons et de l'estomac. Il semble avoir un effet bénéfique sur les gastrites et les ulcères. Le PSP (Polysaccharide-P ou poly-saccharopeptide) est préparé à partir de cultures mycéliennes. Des test comparatifs le prouvent : les patients traités par chimiothérapie et PSK on bénéficié d'une

amélioration significative de la qualité de vie et du pourcentage de survie, en particulier pour les cancers du système digestif.

Polyporus Umbellatus, en Chine, ce champignon est considéré comme un remède efficace contre les cancers du système urogénital.

André SIMON

La Toque d'André SIMON



PAVE de CABILLAUD aux CHANTERELLES

Pour 4 personnes : Préparation 25 mn. – Cuisson 30 mn.

4 beaux pavés de cabillaud (morue) – ½ l. de moules – 400 g. de chanterelles – 20 cl. De vin blanc – 2 « étoiles » d'anis étoilé, (je peux vous en donner) – 1 c. à café de curry – 15 cl de crème fraîche – 2 échalotes – 2 gousses d'ail – 30 g. de farine –
5 c. à soupe d'huile d'olive – sel, poivre.

Nettoyez soigneusement les moules. Faites revenir les échalotes épluchées dans 2 c. à soupe d'huile d'olive, puis divisez-les en deux parties.

Dans la première portion d'échalotes, versez les moules, le curry, l'anis étoilé et le vin blanc. Avec le reste des échalotes, faites sauter les chanterelles soigneusement nettoyées et l'ail pressé (n'oubliez pas d'enlever le germe des gousses d'ail)

Décortiquez les moules en gardant les plus belles pour le décor. Mélangez avec les chanterelles et liez le tout avec la crème. Salez et poivrez, puis laissez réduire à feu doux.

Farinez légèrement les pavés de cabillaud. Chauffez le reste de l'huile dans une poêle et faites cuire les pavés 4 à 5 mn. de chaque côté.

Servez avec le ragoût de chanterelles aux moules.

Tour de main : Utilisez des « moules de Bouchot », petites mais très fines au goût. Hors saison, ou pour gagner du temps vous pouvez utiliser des moules en boîte au naturel. (moins fin).

La poudre de curry peut être remplacée par une autre épice comme le cumin. Utilisez du cumin sauvage que l'on trouve en montagne, il est plus parfumé. Curry, carry, cari, la recette de base est à peu près la même, aux Indes, en AFN ou ailleurs, seules les proportions changent, et chaque maîtresse de maison a sa propre recette. Si vous souhaitez connaître la recette de base, (10 ingrédients), me la demander.

Accompagnement : C'est un plat complet mais vous pouvez l'accompagner d'une garniture de riz blanc (riz à la vapeur)

Que boire ?: Bergerac – sauternes – Riesling – etc...

André SIMON

POEME EN TIQUE

Utilisons la dialectique.
Dans un élan pathétique
Quelques versets poétiques
Et humoristiques,
Dressons un tableau synoptique.
Dans un beau triptyque
Parlons de ce groupe mystique
Et monolithique.

Il n'est pas asymptotique.
Pas de syphilitiques
Encore moins d'asthmatique
Ou de bronchitique
Aux coliques néphrétiques,
Pas de chétif au corps squelettique.
Que des chercheurs athlétiques
Aux muscles élastiques.

Loin de nous la vie monastique
E les régimes drastiques.
Pas de personnage antique
A la figure emblématique,
Peut-être des romantiques
Ou des flegmatiques.
Que des marcheurs acrobatiques
De purs produits énergétiques.

Pas de discours d'éthique
De thématique ou de politique.
Que de bonnes thérapeutiques
Des discussions logistiques
Culturelles et touristiques.
Pas besoin de relation diplomatique
Pour rentrer dans ce club fantastique
Esthétique et fort sympathique.

La Société « mycolotique »

Pierre BAYNAC-MAURY

Conseil d'administration du 8 mars 2005 (Résumé)

Présents (es)

Mmes Andrieux Evelyne, Berger Yvette, Cianci Nicole, Di-Chiaro Anne-Marie, Latil Christine, Medjmedj Yamina, Montpert Josette, Perrin Josiane, Vicherd Claudine,

MM : Jorge Jean-Paul, Baynac-Maury Pierre, Bonthoux Gilbert, Bouvet Maurice, Brochenin Bernard, Debroux Jean, Glaudas André, Gonda René, Guillome Jean, Lambert Georges, Montillet Paul, Perrin Christian, Suzan Gérald, Trappo Jacques.

Excusés : Mmes Dussert Nicole, Mazet Elsa, Mr Simon André.

soit : 18 personnes du conseil d'administration, 4 personnes ressources, ainsi que Mr Glaudas (commissaire aux comptes).

Voici les décisions prises par le CA :

Soirée Bugnes :

Préparation et animation réussies. Nous remercions toutes les personnes qui ont participé à la réussite de cette soirée.

Très bonne recette pour la tombola, grâce à la générosité de Josiane et Christian Perrin qui ont offert le 1^{er} prix : 1 semaine à Juan les Pins.

Christian nous donne les comptes de la soirée :

- recette de la tombola	670 €
- Dépenses diverses	250 €
<u>soit un bénéfice de</u>	<u>420 €</u>

Trésorerie :

Les comptes de la société au 8 Mars 2005 sont les suivants :

- Recettes	6625 €
- Dépenses	6189 €
Sur le compte courant	436 € d'excédent au 31-08-04
Au Crédit Agricole de Seyssinet : 2 comptes :	
- compte courant	2200€
- Compte livret	4421€
Total	6621€

Nicole a fait des lettres de relance à la Mairie du Sappey qui n'a toujours pas réglé leur participation aux expos pour les deux années précédentes. St-Nizier doit une année. Cette année il n'y aura pas d'expo au Sappey, mais à St-Hilaire du Touvet prévue par Jean-Luc pour les 24 et 25 septembre 2005.

Achat d'un ordinateur portable :

Jean Debroux doit faire une proposition au CA.

Rencontre avec le maire de Seyssinet :

M Repellin nous annonce qu'en septembre/octobre prochain il faudra quitter les locaux actuels. Le Maire nous propose deux possibilités :

- soit un local dans l'ancienne école du Vercors à la limite de Fontaine,
- soit à l'école du Moucherotte.

Nous préférons la 2eme proposition, car mieux sécurisé, avec une grande salle de réunion, et un petit local pour notre matériel de 30 m².

Sortie Annuelle :

Elle aura lieu le 22 Mai, et non le 8 comme cela était prévu. Elle est organisée et programmée par Yvette Berger et Georges Lambert.

Le départ se fera au parking de la Fauconnière.

Participation 40,00€ par personne.

Petit Bulletin:

Concernant le prochain bulletin, il faudra le réduire à 4 feuilles maximum, (diminuer les photocopies et réduire les frais d'envoi- enveloppes pré-timbrées à 50 gr maxi)

Date d'envoi le 15 Mai au plus tard.

Adhésion à la FRAPNA : Elle a été réglée par Christian pour l'année 2005.

Maurice Bouvet représentant FRAPN

Réunion de la FMBDS .

Le CA aura lieu le 19 Mars, Jean-Paul et Gilbert Bonthoux y assisteront ainsi qu'Elsa Mazet.

L'Assemblée générale aura lieu à Faverges le 10 Avril. C'est Jean-Paul et Pierre Baynac-Maury qui seront présents.

Stage d'automne à Meaudre :

Le 9 Avril : visite du site Club Résidence IGESA .

Gros souci de Gilbert Bonthoux aidé par Pierre, car programme important à établir sur tous les points.

8 personnes seront nécessaires pour l'accueil, l'accompagnement de visiteurs, pour les conférences, expo, visite du site, des environs, , etc..... Enfin un vaste programme à définir. Gilbert demande des volontaires pour l'aider. Il pense qu'il faudra héberger 5 à 6 mycologues gratuitement.

Elsa se propose de s'occuper des mycologues : MM André Tartarat, André Bideault, Robert Garcin, Guillaume Eyssartier, Alain Estades, Lucien Giacomoni.

Marcel Bon et son épouse, viendront si leur santé le leur permet.

Une demande de subvention a été faite au Conseil Général. La subvention ne sera accordée qu'après la session, et sous certaines conditions.

30 ans de la société :

Lors de notre exposition du 10 au 12 octobre, nous fêterons les 30 ans de la société, nous recherchons un maximum de volontaire pour nous aider. Contacter dès maintenant Georges Lambert au 04 76 96 39 17.

NDLR - L'intégralité du compte-rendu de ce CA est consultable au siège de la Société le 2^{ème} lundi de chaque mois de 18 h à 19 h 30. (Bibliothèque)

Le coin du pipelet

Mariage

Notre Président , Jean-Paul Jorge et
Madame ont le plaisir de vous annoncer le
mariage le 26 mars 2005 de leur Fille

Adeline avec Mr Thomas Robin



Félicitations et meilleurs vœux de Bonheur aux Jeunes époux

“Le petit bulletin”

Adresser vos articles exclusivement à :

Josette MONPERT
2, rue. de Stalingrad 38130 - ECHIROLLES
04.76 / 98.53.12 E-mail : jlfasciotto@free.fr

Nous aurons plaisir à publier vos articles ou photos