



BARNES

Paris
La capitale, reine de l'immobilier de luxe

➔ P. III

Notre fait du jour Planter des forêts urbaines, cela n'a rien de facile

➔ P. VI-VII

91

Jeu. 26 janvier 2023 · Essonne



Matin 1°
Midi 5°
Soir 4°

Le Parisien

MARCOUSSIS | Depuis octobre dernier, une association a relancé une culture devenue rare dans la région et fait pousser shiitakés et pleurotes. Près de 200 kg sont récoltés chaque semaine.

Le champignon fait son retour en version bio et locale

Nolwenn Cosson

DE LOIN, LES SERRES semblent abandonnées. Il y a soixante-dix ans, elles abritaient des lignées de fleurs. Après des années en sommeil, ces bâtiments, devenus entre-temps des chambres froides, démarrent une nouvelle aventure : la production de champignons.

Entre quatre murs de briques, des dizaines de ballots de culture sont disposés sur des étagères. Les pièces sont chauffées à 15 °C, brumisées et éclairées douze heures par jour. Le reste du temps, ils sont plongés dans le noir. Des conditions idéales pour voir poindre le bout des trompettes. Sous l'œil attentif des salariés de la ferme des Potagers de Marcoussis.

Des produits choisis pour leurs vertus

Le projet, commencé en 2015, a été relancé fin 2022 après d'importants travaux d'aménagement, sur ce site de maraîchage biologique. Depuis, 200 kg de champignons sont récoltés par semaine.

« Il n'y avait plus de champignonnière en Essonne. Et même en Île-de-France, il doit en rester une petite dizaine, indique Paul-Édouard Prouvost, le directeur de cette association créée en décembre 1999. Nous voulions préserver un savoir-faire et produire du bio et du local. Aujourd'hui, les champignons qu'on achète viennent principalement de Hollande et de Belgique. Nous souhaitons mettre en place une démarche de circuit court comme on le fait pour notre activité de maraîchage. »



LP/NOLWENN COSSON

Deux variétés, choisies pour leurs vertus, poussent sur place. Le shiitaké, surnommé « l'élixir de longue vie », est un champignon asiatique populaire dans le monde. Il contient des quantités impressionnantes de vitamines et minéraux.

Son principal composé actif, le lentinane, aurait des propriétés anticancéreuses. Le pleurote, lui, est une excellente source de vitamines B. Sa teneur en protéines est jusqu'à cinq fois supérieure à celle de la plupart des légumes.

Attention, les deux ne se consomment qu'une fois cuits. Sous peine de se retrouver notamment avec de très désagréables démangeaisons.

« Lorsque nous avons lancé cette activité, en 2015, c'était de manière très artisanale. Il n'y avait pas l'eau courante sur place. Les salariés étaient contraints d'apporter des ferricans pour humidifier les pièces, raconte El Houssain Senhaji, encadrant technique maraîcher. Les travaux ont pris du temps mais nous avions besoin de reproduire les conditions similaires à des carrières. Depuis octobre, nous commandons des ballots de 12 kg à 13 kg contenant le mycélium (la souche du champignon) mélangé au substrat de paille. Notre fournisseur, Eurosubstrat, est basé à Callac, en Bretagne. Après,

les champignons se développent très vite. En dix jours, nous pouvons faire la première récolte. »

En deux mois, un ballot peut fournir jusqu'à 10 kg de shiitaké ou de pleurote. « À terme, nous espérons pouvoir réaliser nous-même nos ballots », précise le directeur.



Nous souhaitons mettre en place une démarche de circuit court

Paul-Édouard Prouvost, directeur des Potagers de Marcoussis

Marcoussis, mercredi. El Houssain Senhaji, un des maraîchers des Potagers de Marcoussis, travaille dans les chambres froides à 15 °C où poussent les cultures.

autour du maraîchage bio. Elle peut s'étaler jusqu'à deux ans, explique Paul-Édouard Prouvost. Nous accueillons 50 personnes en même temps, qui sont encadrées par 12 salariés permanents. Et nous enregistrons entre 60 % et 70 % de taux de sortie positive. Avec ce nouveau projet, ce sont trois nouvelles personnes en insertion qui nous ont rejoins. »

Munis d'un petit couteau, ils coupent les champignons, prêts à être cuisinés. De l'ultra frais, aussitôt proposé à la consommation. Le fruit de la récolte est mis en vente dans la boutique de la ferme, située à quelques mètres de là. Il faudra déboursier 14 € pour un kilo de shiitaké, 12 € pour un kilo de pleurote. « Ce n'est vraiment pas cher. Dans les magasins spécialisés bios, on les trouve autour de 20 € », assure une consommatrice. Les adhérents des Amap ont d'ailleurs eu l'agréable surprise d'en découvrir dans leur panier hebdomadaire.

« Nous savions qu'il y avait une grosse attente de leur part, nous voulions qu'ils soient les premiers à en profiter, conduit le directeur. L'idée est de se faire connaître, nous pourrions ensuite augmenter notre production. Nous réfléchissons également à réaliser des recettes que nous pourrions vendre grâce à notre conserverie dans les magasins spécialisés partenaires. »