



CULTURE DE CHAMPIGNONS DE PARIS

Le Champignon de Paris (*Agaricus bisporus*) est l'un des champignons les plus cultivés du monde. Il se cultive dans un mélange de compost et de fumier, à l'intérieur ou à l'extérieur. Il est souvent cueilli lorsque son chapeau blanc atteint 5 cm de diamètre, juste avant que celui-ci ne s'ouvre pour laisser place à l'entièreté de ses lamelles. Il se conserve très bien à l'état frais et peut se garder au frigo pendant une semaine. Il peut aussi être congelé, séché ou mariné dans de l'huile ou du vinaigre pour la conservation.

Le sac de mycélium peut être conservé au moins un mois au réfrigérateur ou au frais (5-15°C). Le substrat devrait être en grande partie colonisé par le mycélium (devenir blanc) avant son utilisation. Pour l'ensemencement à l'extérieur, il faut choisir un emplacement ombragé, humide et à l'abri du vent.

Voici les méthodes de culture recommandées pour l'intérieur et l'extérieur :

Culture extérieure

Couvrir le sol ou le fond d'une tranchée de carton ou de papier journal. Répartir environ 1m² de compost bien aéré et y mélanger le mycélium afin que celui-ci se retrouve partout dans le compost. Recouvrir de papier journal et arroser régulièrement. Après quelques semaines, le mycélium se propagera dans le compost. Recouvrir de 2,5 à 5 cm de terreau. Arroser régulièrement sans détremper. Récolter lorsque les chapeaux des champignons atteignent 5 cm de diamètre.

Culture intérieure

Mélanger à parts égales du compost, du fumier et de la vermiculite dans un bac de plastique. Répartir le bloc de mycélium dans le mélange. Le mélange doit être légèrement humide. Fermer le bac et laisser reposer à une température de 15 à 25°C pour quelques semaines en l'arrosant avec un vaporisateur régulièrement. Lorsque le mycélium blanc apparaît à la surface, couvrir avec une couche de 2 cm de terreau ou de vermiculite et laisser le bac entrouvert. Arroser régulièrement sans détremper. Récolter lorsque les chapeaux des champignons atteignent 5 cm de diamètre.

Le Champignon de Paris est l'un des rares champignons qui peut être cultivé sans lumière. Une lumière indirecte est toutefois recommandée.



WHITE BUTTON MUSHROOM CULTIVATION

The White Button Mushroom (*Agaricus Bisporus*) is one of the most cultivated mushrooms in the world. It is grown in a mix of compost and manure, both indoors and outdoors. It is often harvested when the cap reaches 5 cm in diameter, right before it opens up to show its gills. It can be stored in the fridge for up to a week, frozen, dehydrated, or marinated in oil or vinegar for further use.

The block of mycelium can be kept in the fridge or in cool temperatures (5-15°C) for up to a month. The substrate must be mostly colonized (covered in white mycelium) before being used. For outdoor cultivation, a humid, shaded and wind-free place is most appropriate.

Here are the methods we recommend for indoor and outdoor cultivation:

Outdoor cultivation

Cover an area of the soil or the base of a large trench with cardboard or newspaper. Spread approximately 1m² of well aerated compost and disperse the mycelium equally inside the compost. Cover with newspaper and moisten regularly. After a few weeks, the mycelium will have spread throughout the compost. Cover with 2,5 to 5 cm of garden soil. Keep watering regularly. Harvest when mushrooms reach 5 cm in diameter.

Indoor cultivation

Mix equal parts of slightly moist compost, manure, and vermiculite into a plastic bin and mix in the mycelium. Close the bin and leave at room temperature (15 to 25° C) for a few weeks, watering occasionally with a mister to keep moist. When the white mycelium appears on the surface, add a layer of 2 cm of potting soil or vermiculite and leave the bin slightly open on the top. Mist lightly once a day or regularly. Harvest when mushrooms reach 5 cm in diameter.

The White Button Mushroom is one of the few edible mushroom species that can grow in complete absence of light. However, some indirect light is recommended.