

Helvelle en selle



Toxique

Nom latin: *Helvella sulcata*

Famille: *Autres > Helvellaceae > Helvella*

Caractéristiques du genre *Helvella* : chapeau: formé d'un chapeau et d'un pied, ou en coupelle, chapeau en forme de selle ou lobé, irrégulier, portant la couche fertile, chair cassante, plus rarement élastique - lames: inexistantes - pied: sillonné ou lisse - remarques: saprophyte, terrestre, voir *Gyromitra*

- Chapeau:** 3-5cm, en forme de selle ou composée de 2 à 3 lobes difformes comme enroulés sur eux-mêmes, de consistance gélatineuse, de couleur gris foncé à gris-noirâtre, parfois partiellement taché de blanchâtre
- Lamelles:** néant
- Pied:** sans anneau, droit ou sinueux voire légèrement tordu, profondément nervuré de côtes moyennement épaisses, plein, nervures longitudinales, irrégulières, sinueuses, dessinant parfois un vague réticule, concolore au chapeau
- Chair:** cassante dans le chapeau, fine, tenace, blanchâtre à grise
- Odeur:** neutre ou très peu marquée
- Saveur:** douce
- Habitat:** août-octobre, principalement dans les bois de feuillus, dans la litière pourissante des zones humides mais surtout sur la terre nue
- Remarques:** avec ses formes bizarres, il est souvent pris par les novices pour une espèce partiellement dévorée ou en état de décomposition. Certaines de ses cousines, parfois comestibles lorsque bien cuites, peuvent être dangereuses car contenant de la gyromitrine
- Confusion:** Helvelle élastique (*Helvella elastica*)
Helvelle lacuneuse, Mitre d'évêque, Helvelle sillonnée, Helvelle en selle (*Helvella lacunosa*)
- Toxicité:** Syndrome: hémolytique - Poison: Hémolysine
même si l'helvelle en selle est réputée comestible (bien cuite et en éliminant l'eau de cuisson !) la confusion possible avec des cousines de toxicité plus sévère incitera à la prudence. Dans le doute, il est préférable d'en éviter la dégustation.
De récentes analyses ont montré qu'elle contient également des substances cancérigènes
Symptômes: Latence: de 3 à 24 heures, puis vertiges, incoordination motrice, tremblements, troubles de l'équilibre, céphalées, contractures musculaires, troubles de la vision, de l'accommodation.
Remarques: Ce syndrome concerne des espèces comestibles qui doivent être bien apprêtées. Ce syndrome provoque une hémolyse (destruction des globules rouges). Les espèces qui produisent ce syndrome sont: *Amanita vaginata* (Amanite vaginée), *Amanita rubescens* (Amanite rougissante), *Morchella* sp. (les morilles), *Pleurotus* sp. (les pleurotes) et *Peziza* sp. (les pézizes). On peut manger ces champignons mais uniquement s'ils sont bien cuits. La substance toxique est l'hémolysine mais celle-ci est thermolabile (se détruit à la cuisson prolongée).
Syndrome: gyromitrien - Poison: Gyromitrine
Symptômes: Latence: 5-48 heures, phase d'attaque digestive: celle-ci provoque des nausées, des vomissements et une forte fièvre (c'est le seul syndrome qui provoque de la fièvre), finalement phase d'atteinte hépatique: la destruction du foie se produit en quelques heures
Remarques: Ce syndrome est comme les trois premiers potentiellement mortel. Il se déroule en 3 phases. Les espèces qui produisent ce syndrome sont *Gyromitra gigas* et *Gyromitra esculenta* (Gyromitre dit comestible). La substance toxique de ces champignons est la gyromitrine. Cette substance s'hydrolyse dans l'estomac et forme la méthyl-hydrazine.
- Détermination:** Carpophore > Ni lamelles, ni tubes, ni pores, ni aiguillons sous le chapeau > Entièrement à l'air libre à maturité > Non étalé sur le bois sous forme de croûte > Ni l'aspect d'une croûte, ni la forme d'un dé à coudre > Pas l'aspect de petites masses hémisphériques > Forme d'origine pas sphérique > Forme n'est pas une tige simple en masse, ni en branche ramifiée, chair peu épaisse, cassante comme de la cire > Pied bien distinct, pas de rouge > Pied veiné, lacuneux ou lisse, avec chapeau noir > Pied non enterré et chapeau non en coupe > Pied long et très veiné, ou lisse avec chapeau noir > *Helvella*