

La Libre INSPiRe

Retrouvez ces reportages et les témoignages vidéo sur lalibre.be et notre page Facebook 

Le temps des solutions

- Nourrir Demain propose au citoyen de se réappropriier des techniques de culture et d'élevage.
- Et d'ainsi tendre vers une certaine autonomie alimentaire.

Et si nous produisions notre propre alimentation ?

Reportage Valentine Van Vyve

Antoine et sa compagne viennent d'acheter une maison en périphérie namuroise. "La priorité, c'était d'avoir un espace pour cultiver", souligne-t-il. Et ainsi, un jour, s'affranchir des achats en supermarchés et devenir autonome en termes de production alimentaire. "Je suis au début de la démarche", précise le jeune homme. "Je m'en sors bien pour les légumes et les fruits... Mais j'ai envie d'aller plus loin et d'apprendre d'autres techniques. Les champignons, j'adore en manger et j'ai envie de savoir en cultiver". Et pour cela, il est au bon endroit !

Ce soir-là, l'ASBL namuroise Nourrir Demain organise en effet un atelier consacré à cette thématique. Il est animé par Quentin Gobert, fondateur de la Mycosphère et producteur d'une dizaine de variétés de champignons. "Un champignon, c'est quasi un miracle!", souligne-t-il d'emblée devant la quinzaine de participants.

Des spores au champignon

Pour bien comprendre comment fonctionne sa culture, mieux vaut revoir les bases. Les spores (sortes de graines microscopiques) tombent ou sont placées sur un substrat (de la matière carbonée propice à son développement telle que la sciure de bois, la paille, les bûches, le fumier de cheval...) et fusionnent (ou se reproduisent). Ce mycélium grandit et "colonise" ou "digère" progressivement le substrat. Après un stress (de température, d'air, de lumière), poussera ensuite le fruit, qu'on appelle champignon. Et c'est de ce champignon que tomberont de nouvelles spores, qui seront déplacées par l'air, les animaux ou les humains. "Nous accumulons sur nos vêtements de 10 à 100 millions de spores chaque jour", soulève Quentin Gobert.

Culture de champignons, de plantes sauvages et de légumes perpétuels, élevage d'insectes et d'escargots, construction de son bac potager, apprentissage des

techniques de conservation... Voici les ateliers que propose dans un premier temps Nourrir Demain. Ils n'ont pas été choisis au hasard. Les insectes, par exemple, constituent un apport en protéines important au moment où l'on pense de plus en plus à réduire sa consommation de viande. Les champignons sont riches en protéines également et ont de nombreuses vertus thérapeutiques, en plus des bénéfices pour l'environnement et "tout ce qu'il nous reste à découvrir puisqu'on ne connaît que 20% des variétés existantes", ajoute Quentin Gobert.

"L'idée selon laquelle cultiver est complexe est largement répandue, regrette Amandine Brouwers, coordinatrice de l'ASBL. Or, il existe des savoirs faciles à mettre en œuvre au quotidien, dans nos vies chargées, et qui concourent à une certaine autonomie dans l'alimentation". L'indépendance que vise Nourrir Demain se mesure "à l'échelle individuelle et est accessible au plus grand nombre".

Pas à pas, tendre vers l'autonomie

"C'est encore chaud!", commente Carine en plongeant sa main dans la paille humide et finement broyée amenée par Quentin Gobert. Elle a été pasteurisée le matin même afin d'en enlever les bactéries et ainsi favoriser l'incubation des champignons.

La trentaine de mains plonge successivement dans la paille, puis dans le sac de mycélium, réalisant dans un sac plastique avec filtres des couches "en lasagne" avant de le refermer avec de la corde. "D'ici 3 à 4 semaines, le mycélium devrait avoir colonisé le substrat", prévient le "maître mycologue". Il sera alors temps d'ouvrir le sac et d'y ajouter une fine couche de terre (en intérieur) ou de semer en extérieur le mycélium sur un autre substrat: copeaux de bois, sciure, carton, paille, litière d'animal compostée... "Une fois qu'il est bien établi, le mycélium demande peu d'entretien", rassure Monsieur Gobert. Les strophaires ainsi cultivés pourront être récoltés au printemps. "Il peut ensuite donner pendant



"J'avoue que je suis un peu éco-anxieux. Apprendre de nouvelles techniques, c'est ajouter une corde à mon arc."

Antoine

Participant à l'atelier de culture de champignons organisé par Nourrir Demain.