



Lentinula edodes (Berkeley) Pegler (1976) [1975]

Synonyme : Lentinula edodes Vernaculaires : Shii-take, Lentin du chêne, Lentin du faux châtaigner, Lentin comestible, shitaké, shiitaké

Division : Basidiomycota
Ordre : Agaricales

Classe : Agaricomycetes
Famille : Omphalotaceae



Le nom de cet **excellent champignon** est formé de deux mots japonais shii (*nom de l'arbre Castanopsis cuspidata qui est l'hôte traditionnel de ce champignon*) et take (*champignon*).

"Le shii-take est toxique cru !" dixit ANSES

On trouve ce champignon facilement dans les grandes surfaces, les magasins bio, sur les marchés, Avec au mieux la mention « à consommer bien cuit »

Excellent certes mais **il ne faut pas le consommer cru ou insuffisamment cuit et de façon répétitive**, car cela provoquera un jour ou l'autre, une intoxication cutanée très spécifique avec de fortes démangeaisons pendant plusieurs semaines : **la dermatite toxique « en flagelle »**

Dermatite flagellaire →

[ANSES - Bulletin des vigilances 2017](#)

[DGCCRF & ANSES - Communiqué commun de presse du 09/04/2021](#)

[ANSES - Rapport intoxication par les shiitaké d'avril 2021](#)

Dans ce dernier PDF, l'ANSES mentionne page 21/27 :

Le mécanisme de cette dermatite semble être imputable à une réaction toxique au **lentinane**, un polysaccharide (glucide complexe) contenu dans ce champignon. Ce **lentinane** est thermolabile, ce qui signifie que son pouvoir toxique est aboli par un maintien à une température élevée. Des auteurs ont montré qu'une cuisson à 100 °C était insuffisante et préconisent de **cuire les shiitakés à 150 °C au minimum pendant 15 minutes à cœur** (mention qui serait mieux que « à consommer bien cuit »)

Une [thèse de pharmacie](#) de l'Hôpital de Montpellier confirme.

L'[ANSES recommande](#) donc de **sensibiliser à nouveau les professionnels de la vente de ces champignons** avec des messages clairs en direction des consommateurs ainsi que des restaurateurs, et de renforcer les messages de prévention auprès du public et des professionnels de santé.



Photo Wikipédia



Lentinula edodes (Berkeley) Pegler (1976) [1975]

Synonyme : Lentinula edodes Vernaculaires : Shii-take, Lentin du chêne, Lentin du faux châtaigner, Lentin comestible, shitaké, shiitaké

Nos producteurs locaux :

Producteurs de shiitakés attention : Des pneumopathies d'hypersensibilité chronique causées par l'exposition répétée (inhalations) aux spores du champignon Shiitake ont été diagnostiquées ([exemple](#))

Champignons Coussacois

Lynn CARR

Rotin, 87500 Coussac-Bonneval

Visitez [sa page Facebook](#)

champignons.coussacois@gmail.com

06 04 15 15 10

Villa Hélène

Cécile de VULPIAN

Villa Hélène, 87120 Beaumont-du-Lac

Visitez [sa page Facebook](#)

champignons.villahelene@gmail.com

07 86 76 82 00

Délifungi

Simon PASTEUR

6 La Courcelle 87290 Rancon

Visitez [sa page Facebook](#) ou [son blog Instagram](#)

simon@pasteur.net

07 86 76 82 00