

Les légumes et fruits de saison



Janvier

Ananas, Avocat, Banane, Citron, Clémentine, Datte, Grenade, Kaki, Kiwi, Litchi, Mandarine, Orange, Poire, Pomme

Betterave, Blette, Brocoli, Carotte, Céleri, Choux, Endive, Épinard, Navet, Oignon, Panais, Poireau, Pomme de terre, Potimarron, Potiron, Salade, Salsifis, Topinambour

Février

Ananas, Avocat, Banane, Citron, Clémentine, Datte, Grenade, Kiwi, Mandarine, Orange, Pamplemousse, Poire, Pomme

Betterave, Brocoli, Carotte, Céleri, Choux, Endive, Épinard, Navet, Oignon, Panais, Poireau, Pomme de terre, Salade, Salsifis, Topinambour

Mars

Ananas, Avocat, Banane, Citron, Datte, Kiwi, Mandarine, Pamplemousse, Orange, Poire, Pomme

Artichaut, Asperge, Betterave, Brocoli, Carotte, Choux, Endive, Épinard, Navet, Oignon, Panais, Poireau, Pomme de terre, Radis, Salade, Salsifis, Topinambour

Avril

Ananas, Avocat, Banane, Citron, Kiwi, Orange, Poire, Pomelos, Pomme, Rhubarbe

Artichaut, Asperge, Betterave, Choux, Endive, Épinard, Fève, Morilles, Navet, Oignon, Petit oignon blanc, Poireau, Pomme de terre, Radis, Salade, Topinambour

Mai

Banane, Cerise, Citron, Fraise, Framboise, Kiwi, Pomelos, Pomme, Rhubarbe, Tomato

Artichaut, Asperge, Betterave, Carotte, Choux, Concombre, Courgette, Endive, Épinard, Fenouil, Fève, Morille, Navet, Petit pois, Pomme de terre, Radis, Salade

Juin

Abricot, Banane, Cassis, Cerise, Citron, Fraise, Framboise, Groseille, Melon, Myrtille, Nectarine, Pastèque, Pêche, Pomme, Rhubarbe, Tomato

Artichaut, Asperge, Aubergine, Betterave, Blette, Brocoli, Carotte, Céleri, Choux, Concombre, Courgette, Épinard, Fenouil, Fève, Haricot Vert, Petit pois, Poivron, Radis, Salade

Juillet

Abricot, Banane, Cassis, Cerise, Citron, Fraise, Figue, Framboise, Groseille, Melon, Mirabelle, Mûre, Myrtille, Pastèque, Pêche, Poire, Pomme, Prune, Rhubarbe, Tomato

Artichaut, Asperge, Aubergine, Betterave, Blette, Carotte, Céleri, Choux, Concombre, Courgette, Fenouil, Fève, Haricot vert, Navet, Petit Pois, Poivron, Poireau, Pomme de terre, Radis, Salade

Août

Abricot, Amande, Banane, Cassis, Citron, Cerise, Datte, Figue, Fraise, Framboise, Groseille, Melon, Mirabelle, Mûre, Myrtille, Nectarine, Pastèque, Pêche, Poire, Prune, Raisin, Tomato

Artichaut, Aubergine, Betterave, Blette, Brocoli, Carotte, Céleri, Cèpes, Choux, Concombre, Courgette, Echalote, Fenouil, Fève, Haricot vert, Navet, Poireau, Poivron, Radis, Salade

Septembre

Amande, Avocat, Banane, Cassis, Châtaigne, Citron, Coing, Datte, Figue, Framboise, Groseille, Marron, Melon, Mirabelle, Myrtille, Noisette, Noix, Pêche, Pomme, Prune, Raisin, Reine Claude, Tomato

Artichaut, Aubergine, Betterave, Blette, Brocoli, Carotte, Céleri, Cèpes, Choux, Concombre, Courgette, Épinard, Fenouil, Haricot vert, Oignon, Panais, Poireau, Poivron, Pomme de terre, Radis, Salade

Octobre

Amande, Ananas, Avocat, Banane, Châtaigne, Citron, Coing, Datte, Figue, Kaki, Marron, Mûre, Noisette, Noix, Pêche de vigne, Poire, Pomme, Prune, Raisin

Betterave, Blette, Brocoli, Carotte, Céleri, Cèpes, Choux, Citrouille, Concombre, Echalote, Endive, Épinard, Fenouil, Navet, Oignon, Panais, Poireau, Pomme de terre, Potiron, Salade

Novembre

Ananas, Avocat, Banane, Châtaigne, Citron, Clémentine, Coing, Datte, Grenade, Kaki, Kiwi, Mandarine, Marron, Noisette, Noix, Orange, Poire, Pomme, Raisin

Betterave, Blette, Brocoli, Carotte, Céleri, Choux, Citrouille, Échalote, Endive, Épinard, Fenouil, Navet, Oignon, Panais, Poireau, Pomme de terre, Potiron, Topinambour, Salade

Décembre

Ananas, Avocat, Banane, Châtaigne, Clémentine, Datte, Grenade, Kaki, Kiwi, Litchi, Mandarine, Marron, Noix, Orange, Poire, Pomme

Betterave, Blette, Brocoli, Carotte, Céleri, Choux, Citrouille, Échalote, Endive, Épinard, Fenouil, Navet, Oignon, Panais, Poireau, Pomme de terre, Potiron, Topinambour, Salade