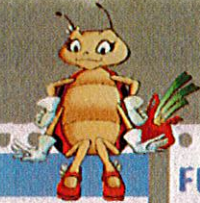


Le Calendrier des Fruits et légumes de saison...



JANVIER

Betterave, céleri, carotte, navet, chou, chou de bruxelle, chou-fleur, endive, mâche, navet, poireau, topinambour, potimarron, épinard, radis noir...



LEGUMES

Citron, clémentine, pamplemousse, poire, pomme, noix, kiwi, pomelo.



FRUITS

FEVRIER

Betterave, céleri, chou, chou de bruxelle, chou-fleur, endive, mâche, navet, poireau, topinambour, échalote, céleri, carotte, ail, navet, blette, courge, ail...



LEGUMES

Citron, marron, noix, orange, pamplemousse, clémentine, poire, pomme, kiwi, pomelo.



FRUITS

MARS

Betterave, céleri, chou, blette, poireau, céleri, oignon, carotte, navet, salsifi, épinard, oignons blanc, potimarron, radis noir, radis rose...



LEGUMES

Citron, clémentine, poire, pomme, orange, pamplemousse, kiwi, pomelo.



FRUITS



AVRIL

Asperge, betterave, carotte, chou-fleur, fève, endive, laitue, oignon, radis, ail, chou blanc, céleri, blette, carotte, navet, épinard, laitue romaine, oignon.



LEGUMES

Pomme, rhubarbe, pamplemousse, citron, kiwi, pomelo.



FRUITS

MAI

Artichaut, asperge, poireau, betterave, carotte, chou-fleur, pomme de terre, petit pois, carotte, ail, navet, concombre, courgette, épinard, laitue, oignon, petit pois, radis, fève.



LEGUMES

Fraise, cerise, pamplemousse, rhubarbe, amande, tomate.



FRUITS

JUIN

Artichaut, aubergine, betterave, carotte, brocoli, choux, fenouil, concombre, courgette, haricot vert, fenouil, poireau, laitue, oignon, petit pois, poivrons, céleri, pomme de terre, radis.



LEGUMES

Abricot, cerise, figue, fraise, framboise, melon, nectarine, pêche, prune, tomate.



FRUITS

JUILLET

Artichaut, aubergine, betterave, brocoli, carotte, céleri, chou-fleur, concombre, radis, oignons blanc, maïs doux, courgette, épinard, fenouil, haricot vert, laitue, petit pois, poivrons.



LEGUMES

Abricot, cerise, figue, fraise, framboise, tomate, tomate, brugnion, groseille, pastèque, cassis, melon, mûre, myrtille, nectarine, pêche, prune, amande...



FRUITS

AOÛT

Artichaut, aubergine, betterave, brocoli, carotte, céleri, chou-fleur, concombre, maïs doux, pomme de terre, courgette, épinard, fenouil, haricot vert, laitue, poivrons, radis...



LEGUMES

Abricot, cerise, figue, fraise, framboise, mirabelle, poire, tomate, groseille, melon, mûre, myrtille, nectarine, pêche, poire, pomme, prune, raisin, pastèque...



FRUITS

SEPTEMBRE

Artichaut, aubergine, betterave, brocoli, maïs doux, carotte, céleri, chou de bruxelle, poireau, chou-fleur, concombre, courgette, épinard, haricot vert, laitue, poivrons, ail, radis...



LEGUMES

Figue, framboise, melon, mirabelle, mûre, myrtille, nectarine, pêche, poire, pomme, prune, raisin, quetsche, noix, coing, tomate...



FRUITS

OCTOBRE

Artichaut, betterave, brocoli, carotte, céleri, maïs doux, chou-fleur, chou de bruxelle, petit pois, courgette, épinard, fenouil, haricot vert, navet, poireau, potiron, ail, radis.



LEGUMES

Châtaigne, coing, myrtille, mûre, figue, pêche de vigne, framboise, poire, pomme, prune, raisin, noix, pomelo.



FRUITS

NOVEMBRE

Betterave, brocoli, céleri, chou, chou-fleur, chou de bruxelle, fenouil, carotte, céleri, artichaut, oignon sec, blette, courge, endive, épinard, navet, poireau, potiron.



LEGUMES

Châtaigne, coing, poire, pomme, nêfle, clémentine, mandarine, raisin, noix, kiwi, pomelo.



FRUITS

DECEMBRE

Betterave, céleri, fenouil, chou, chou-fleur, chou de bruxelle, endive, courge, épinard, navet, poireau, potiron, topinambour, échalote, navet, salsifis, blette, ail.



LEGUMES

Châtaigne, clémentine, kiwi, poire, pomme, marron, mandarine, pamplemousse, datté, kaki, noisette, noix, pomme, poire, pomelo.



FRUITS

