

Calendrier des fruits et légumes

JANVIER

Citron, Clémentine, Kiwi,
Mandarine, Orange, Poire,
Pomelo, Pomme

Carotte, Céleri, Champignons,
Choux, Courges d'hiver
(Butternut, Citrouille, Potimarron,
Potiron), Endive, Navet, Poireau

M AI

Cerise, Fraise, Framboise,
Rhubarbe

Asperge, Aubergine, Betterave,
Carotte, Champignons, Choux,
Concombre, Courgette,
Épinard, Haricots verts, Laitue,
Navet, Petits pois, Radis, Tomate

S E P T E M B R E

Figue, Framboise, Melon,
Mirabelle, Mûre, Myrtille,
Pastèque, Pêche, Poire, Pomme,
Prune, Raisin

Artichaut, Aubergine, Betterave,
Carotte, Champignons, Choux,
Concombre, Courges d'hiver
(Butternut, Citrouille, Potimarron,
Potiron), Courgette, Epinard,
Haricots verts, Laitue, Poireau,
Poivron, Tomate

F É V R I E R

Citron, Clémentine, Kiwi,
Mandarine, Orange, Poire,
Pomelo, Pomme

Carotte, Céleri, Champignons,
Choux, Courges d'hiver
(Butternut, Citrouille, Potimarron,
Potiron), Endive, Navet, Poireau

J U I N

Abricot, Cerise, Figue, Fraise,
Framboise, Melon, Mûre,
Pastèque, Pêche, Prune

Artichaut, Asperge, Aubergine,
Betterave, Carotte,
Champignons, Choux,
Concombre, Courgette,
Épinard, Haricots verts, Laitue,
Petits pois, Poivron, Radis,
Tomate

O C T O B R E

Châtaigne, Figue, Poire, Pomelo,
Pomme, Prune, Raisin

Aubergine, Betterave, Carotte,
Céleri, Champignons, Choux,
Courges d'hiver (Butternut,
Citrouille, Potimarron, Potiron),
Endive, Épinard, Haricots verts,
Laitue, Navet, Poireau, Poivron,
Tomate

M A R S

Citron, Kiwi, Orange, Poire,
Pomelo, Pomme

Asperge, Carotte, Céleri,
Champignons, Choux, Endive,
Épinard, Navet, Poireau

J U I L L E T

Abricot, Brugnion, Cerise, Figue,
Fraise, Framboise, Melon,
Mirabelle, Mûre, Myrtille,
Nectarine, Pastèque, Pêche,
Poire, Pomme, Prune

Artichaut, Aubergine, Betterave,
Carotte, Champignons, Choux,
Concombre, Courgette,
Épinard, Haricots verts, Laitue,
Petits pois, Poivron, Radis,
Tomate

N O V E M B R E

Châtaigne, Clémentine, Kiwi,
Mandarine, Orange, Poire,
Pomelo, Pomme, Raisin

Carotte, Céleri, Champignons,
Choux, Courges d'hiver
(Butternut, Citrouille, Potimarron,
Potiron), Endive, Épinard, Navet,
Poireau

A V R I L

Citron, Kiwi, Orange, Pomelo,
Pomme, Rhubarbe

Asperge, Carotte, Céleri,
Champignons, Choux, Épinard,
Laitue, Navet, Radis

A O Û T

Abricot, Brugnion, Cerise, Figue,
Fraise, Framboise, Melon,
Mirabelle, Mûre, Myrtille,
Nectarine, Pastèque, Pêche,
Poire, Pomme, Prune, Raisin

Artichaut, Aubergine, Betterave,
Carotte, Champignons, Choux,
Concombre, Courgette,
Épinard, Haricots verts, Laitue,
Poivron, Radis, Tomate

D É C E M B R E

Châtaigne, Clémentine, Kiwi,
Mandarine, Orange, Poire,
Pomelo, Pomme

Carotte, Céleri, Champignons,
Choux, Courges d'hiver
(Butternut, Citrouille, Potimarron,
Potiron), Endive, Navet, Poireau