

CALENDRIER

LES FRUITS ET LÉGUMES DE SAISONS



PRINTEMPS

Côté légumes

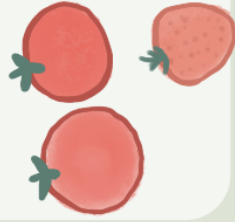
Ail, Asperge, aubergine, blette, betterave, carotte, chou, fève, laitue romaine, oignon, radis, petit pois, pois gourmands, cresson, pourpier, concombre, morille, artichaut, épinards, navet, échalote, haricot vert, fenouil, roquette, laitue, pomme de terre, rhubarbe, sauce, thym, artichaut, chou-fleur, courgette, oseille, poivron



ÉTÉ

Côté fruits

Kiwi, pomme, avocat, banane, citron, fruit de la passion, kiwi, litchi, mandarine, mangue, orange, pamplemousse, papaye, fraise, melon, nectarine, orange, prune, pêche, tomate, cerise, framboise, nectarine, pastèque, abricot, amande, figue.



ÉTÉ

Côté légumes

Ail, artichaut, asperge, aubergine, échalote, betterave, blette, brocoli, carotte, chou, concombre, courgette, céleri, épinard, fenouil, haricot vert, navet, poivron, pomme de terre nouvelle, potiron, radis, petit pois, flageolet, maïs, oignon, girofle, cèpe, trompette de la mort



ÉTÉ

Côté fruits

Abricot, cassis, figue, fraise, framboise, groseille, melon, mirabelle, mûre, myrtille, pêche, raison, prune, tomate, pastèque, nectarine, cranberry, amande, avocat, banane, citron, noisette, pastèque, poire, fruit de la passion, kiwi, reine-

