

SAISONNALITÉ DES FRUITS ET LÉGUMES

Printemps

FRUITS

- Fraise
- Poire
- Pomme
- Rhubarbe

LÉGUMES

- Artichaut
- Asperge
- Blette
- Carotte
- Céleri
- Fève
- Petits pois
- Pomme de terre



Été

FRUITS

- Cassis
- Cerise
- Framboise
- Groseille
- Melon
- Pastèque
- Prune

LÉGUMES

- Aubergine
- Courgette
- Haricots verts
- Oignons
- Poivron
- Radis
- Salade
- Tomato



Automne

FRUITS

- Coing
- Kiwi
- Noix
- Poire
- Pomme
- Prune
- Raisin

LÉGUMES

- Betterave
- Blette
- Brocoli
- Chou de Bruxelles
- Courge
- Endive
- Fenouil
- Haricots coco



Hiver

FRUITS

- Châtaigne
- Kiwi
- Poire
- Pomme

LÉGUMES

- Champignon
- Cresson
- Épinard
- Mâche
- Navet
- Panais
- Patate douce
- Poireau
- Potimarron

