

# CALENDRIER DES FRUITS ET LÉGUMES SELON LES SAISONS

## AUTOMNE

<b>Légumes</b>	Artichaut	Frisée
	Aubergine	Girolle
	Blette	Haricot vert
	Brocoli	Haricot beurre
	Céleri rave	Oseille
	Céleri branche	Panais
	Cèpe	Pâtisson
	Chou de Bruxelles	Piment
	Chou chinois	Pissenlit
	Chou rave	Poivron
	Chou Romanesco	Potimarron
	Chou vert	Potiron
	Chou frisé	Pourpier
	Concombre	Radis
	Courge	Radis noir
	Courgette	Roquette
	Cresson	Rutabaga
	Crosne	Salsifis
	Épinard	Scarole
	Fenouil	Soja
	Tomate	
	Topinambour	

<b>Fruits</b>	Châtaigne
	Chayotte
	Figue
	Grenade
	Kaki
	Mûre
	Orange
	Poire
	Prune
	Quetsche
	Raisin
	Noisette



## HIVER

<b>Légumes</b>	Cardon
	Céleri rave
	Chou chinois
	Chou frisé
	Chou vert
	Courge
	Cresson
	Crosne
	Endive
	Mâche
	Noix
	Panais
	Pissenlit
	Potimarron
	Potiron
	Radis noir
	Rutabaga
	Topinambour

<b>Fruits</b>	Clémentine
	Coing
	Grenade
	Kiwi
	Mandarine
	Orange
	Pomelo
	Poire



## PRINTEMPS

<b>Légumes</b>	Artichaut
	Asperge
	Blette
	Céleri rave
	Courgette
	Endive
	Frisée
	Épinards
	Fève
	Morilles
	Oseille
	Petits pois
	Radis
	Roquette
	Rutabaga
	Salsifis
	Scarole

<b>Fruits</b>	Abricots
	Cerise
	Fraise
	Kiwi
	Mandarine
	Melon
	Orange
	Pomelo
	Prune
	Rhubarbe



## ÉTÉ

<b>Légumes</b>	Artichaut	Fève
	Aubergine	Girolle
	Blette	Haricot verts
	Brocoli	Haricot beurre
	Céleri branche	Oseille
	Courgette	Petit pois
	Frisée	Piment
	Chou chinois	Poivron
	Chou rave	Pourpier
	Chou Romanesco	Radis
	Chou vert	Roquette
	Concombre	Salsifis
	Épinard	Scarole
	Fenouil	Soja
		Tomate

<b>Fruits</b>	Abricot	Myrtille
	Cassis	Nectarine
	Cerise	Noisette
	Figue	Pastèque
	Fraise	Pêche
	Fraise des bois	Poire
	Framboise	Prune
	Groseille	Questche
	Melon	Raisin
	Mirabelle	Reine claudie
	Mûre	Rhubarbe



## TOUTE L'ANNÉE (où presque)

<b>Légumes</b>	Betterave
	Carotte
	Champignon de paris
	Chou blanc
	Chou fleur
	Chou rouge
	Échalote
	Laitue
	Navet
	Oignon
	Poireau
	Pleurote



<b>Fruits</b>	Ananas
	Avocat
	Banane
	Citron
	Datte
	Fruit de la passion
	Goyave
	Litchi
	Mangue
	Noix de coco
	Papaye

