

Hiver

Ail
Betteraves
Carottes
Céleris-raves
Choux
Courges
Endives
Épinards
Navets
Oignons
Panais
Poireaux
Pommes de terre
Radis
Topinambours

Avocats
Bananes
Citrons
Clémentines
Grenades
Kiwis
Mandarines
Oranges
Pamplemousses
Poires
Pommes

Printemps

Artichauts
Asperges
Betteraves
Carottes
Céleris-raves
Courgettes
Épinards
Fenouil
Fèves
Laitues
Navets
Oignons nouveaux
Petits pois

Pissenlits
Poireaux
Radis
Rhubarbe
Roquette
—
Avocats
Cerises
Fraises
Groseilles
Kiwis
Myrtilles
Oranges
Pommes
Poires

Fruits &
légumes de
saison

Été

Aubergines
Blettes
Brocolis
Carottes
Chou-fleur
Concombres
Courgettes
Fenouil
Haricots verts
Maïs
Poivrons
Radis
Tomates
Courgettes
—
Abricots

Cassis
Cerises
Figue
Fraises
Framboises
Groseilles
Melon
Mûres
Myrtilles
Nectarines
Pastèque
Pêches
Poires
Pommes
Prunes
Raisins

Automne

Betteraves
Brocolis
Carottes
Céleris-raves
Choux
Citrouilles
Courges
Crosnes
Endives
Épinards
Fenouil
Navets
Panais
Poireaux
Potimarrons
Salsifis

Châtaignes
Coings
Figues
Kiwis
Mandarines
Marrons
Noisettes
Poires
Pommes
Raisins