



# L'éco-Blog

## PRODUITS DE SAISON

### Les fruits et légumes par mois



	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
Fruits	banane, clémentine, datte, mandarine, marron, noix, orange, pamplemousse, poire, pomme.	ananas, datte, orange, citron, pomme, poire.	banane, orange, ananas, pomme, poire.	banane, ananas, orange, fraise.	banane, amande, fraise, cerise.	cerise, fraise, abricot, framboise, groseille, pêche.
Légumes	cardon, carotte, céleri, chou vert, chou blanc, chou rouge, chou de Bruxelles, cresson, crosne, endive, fenouil, navet, poireau, potiron, radis noir, salsifis, topinambour, betterave rouge, potiron.	chou rouge, betterave rouge, céleri, chou, crosne, topinambour, salsifis, barbe de capucin, mâche, pissenlit.	betterave rouge, chou rouge, blette, céleri, carotte, chou de Bruxelles, navet, salsifis, mâche, romaine, chou-fleur, épinard, asperge, chou vert, chou-fleur, champignon de Paris, radis.	pomme de terre nouvelle, chou-fleur, épinard, blette, chou-rouge, chou-fleur, asperge, oseille, romaine, laitue, radis, petits pois, asperge.	chou-rouge, blette, artichaut, asperge, oseille, pois, radis, épinard, carotte, navet, laitue, cresson, romaine, concombre, haricot vert, fève, céleri branche.	asperge, pois, pomme de terre, carotte, girofle, radis, navet, tomate, concombre, fève, romaine, laitue, aubergine, céleri branche.

	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Fruits	abricot, amande, banane, cerise, fraise, framboise, groseille, pêche, melon, brugnol.	abricot, cerise, reine-claude, mirabelle, pomme, melon, pêche, raisin, figue, noisette.	ananas, banane, figue, mûre, reine-claude, pêche de vigne, melon, pomme, quetsche, framboise, poire, noix.	raisin, figue, noix, coing, quetsche, pomme.	pomme Canada, marron, poire, datte, raisin, orange, nêfle.	banane, marron, mandarine, datte, kaki, noisette, noix, pomme, poire.
Légumes	blette, pois, haricot, tomate, artichaut, concombre, chou-fleur, carotte, navet, laitue, romaine, batavia, radis.	blette, pois, haricot, aubergine, tomate, carotte, navet.	truffe, haricot écossé, haricot beurre, tomate, aubergine, chou-fleur, laitue, romaine, bolet, potiron.	carotte, navet, céleri, flageolet, tomate, aubergine, chou-vert.	chou de Bruxelles, topinambour, lentille, haricot, endive, salsifis, chicorée, brocoli, romaine.	chou de Bruxelles, endive, salsifis, barbe de capucin, avocat, potiron.

Ce calendrier est disponible gratuitement sur [www.eco-blog.fr](http://www.eco-blog.fr)