

## Légumes

	jan.	fév.	mars	avr.	mai	juin	juil.	août	sep.	oct.	nov.	déc.
Artichaut												
Asperge												
Aubergine												
Avocat												
Batavia												
Betterave												
Brocoli												
Carotte												
Céleri												
Chou												
Chou de Bruxelles												
Chou-fleur												
Concombre												
Courgette												
Cresson												
Crosne												
Endive												
Épinard												
Fenouil												
Féve												
Frisée												
Haricot blanc												
Haricot vert												
Laitue												
Mâche												
Maïs												
Navet												
Oignon												
Oseille												
Petit pois												
Pied-de-mouton												
Poireau												
Poivron												
Pomme de terre												
Potiron												
Radis												
Radis rose												
Salade chicorée												
Salsifis												
Scarole												
Tomate												
Topinambour												

## Fruits

	jan.	fév.	mars	avr.	mai	juin	juil.	août	sep.	oct.	nov.	déc.
Abricot												
Ananas												
Banane												
Cassis												
Châtaigne												
Cerise												
Citron												
Citron niçois												
Clémentine												
Coing												
Figue												
Fraise												
Framboise												
Groseille												
Kaki												
Kiwi												
Mandarine												
Melon												
Mirabelle												
Mûre												
Myrtille												
Noisette												
Noix												
Orange												
Pamplemousse												
Papaye												
Pastèque												
Pêche												
Poire												
Pomme												
Prune												
Raisin												
Rhubarbe												

\*\*\* La meilleure période pour consommer ce légume

\*\*\* Décalage de culture sans incidence ou légume issu de la conservation

\*\*\* La meilleure période pour consommer ce fruit

\*\*\* Décalage de culture sans incidence ou fruit issu de la conservation