

JANVIER

En récolte :

champignon de Paris
chicon
chou de Bruxelles
chou vert
chou frisé
cresson
salade de blé
panais
pleurote
poireau
pourpier d'hiver
radis noir
topinambour

En conservation :

ail
betterave rouge
carotte
céleri rave
chou blanc
chou rouge
échalote
navet
oignon
potimarron
potiron
radis noir

FÉVRIER

En récolte :

champignon de Paris
chicon
chou de Bruxelles
chou vert
chou frisé
cresson
salade de blé
panais
pleurote
poireau
pourpier d'hiver
topinambour

En conservation :

ail
betterave rouge
carotte
céleri rave
chou blanc
chou rouge
échalote
navet
oignon
potimarron
potiron
radis noir

MARS

En récolte :

champignon de Paris
chicon
chicorée
chou de Bruxelles
chou frisé
chou vert
cresson
épinard
germe de soja
salade de blé
pleurote
poireau
pourpier d'hiver
scarole
topinambour

En conservation :

betterave rouge
carotte
céleri rave
chou blanc
chou rouge
échalote
navet
oignon
panais
potimarron
potiron
radis noir

AVRIL

En récolte :

asperge
cerfeuil
champignon de Paris
chicorée
épinard
laitue (à couper
ou pommée)
mizuna
moutarde
navet
oignon ciboule
pleurote
poireau
radis
roquette
salade

En conservation :

potiron

MAI

En récolte :

asperge
bette
brocoli
carotte primeur
céleri vert
cerfeuil
champignon de Paris
chicorée
chou fleur
chou rave
épinard
germe de soja
laitue (à couper
ou pommée)
mizuna
navet
oignon ciboule
pleurotte
radis
roquette

JUIN

En récolte :

asperge
bette
betterave rouge
brocoli
carotte primeur
céleri vert
céleri vert
champignon de Paris
chicorée
chou fleur
chou rave
courgette
épinard
fenouil
laitue (à couper
ou pommée)
navet
oignon botte
petit pois
radis
salade

JUILLET

En récolte :

ail
aubergine
bette
betterave rouge
brocoli
carotte
céleri branche
(vert et blanc)
champignon de Paris
chicorée
chou fleur
chou rave
concombre
courgette
échalote
fenouil
haricot
laitue
navet
oignon
petit pois
pleurote
poireau
poivron
pourpier d'été
radis
salade
tomate

AOÛT

En récolte :

ail
aubergine
bette
betterave rouge
brocoli
carotte
céleri branche
(vert et blanc)
champignon de Paris
chicorée
chou fleur
chou frisé
chou pommé
chou rave
concombre
courgette
fenouil
haricot
laitue
oignon
pleurote
poireau
poivron
potimarron
radis
salade
tomate

SEPTEMBRE

En récolte :

ail
aubergine
bette
betterave rouge
brocoli
carotte
céleri branche
(vert et blanc)
céleri rave
cerfeuil
champignon de Paris
chicorée
chou chinois
chou fleur
chou frisé
chou pommé
chou rave
chou rouge
concombre
courgette
épinard
fenouil
haricot
navet
panais
pleurote
poireau
potimarron
potiron
pourpier d'été
radis noir
radis
salade
tomate

En conservation :

oignon

OCTOBRE

En récolte :

ail
aubergine
bette
betterave rouge
brocoli
carotte
céleri blanc
céleri branche
(vert et blanc)
céleri rave
céleri rave
cerfeuil
champignon de Paris
chicorée
chou chinois
chou de Bruxelles
chou fleur
chou frisé
chou pommé
chou rave
chou rouge
concombre
courgette
cresson
échalote
épinard
fenouil
haricot
laitue (à couper
ou pommée)
navet
panais
patate douce
pleurote
poireau
poivron
potimarron
potiron
radis
salade
topinambour

En conservation :

oignon

NOVEMBRE

En récolte :

ail
bette
betterave rouge
brocoli
carotte
céleri branche
(vert et blanc)
céleri rave
cerfeuil
champignon de Paris
chicon
chicorée
chou chinois
chou de Bruxelles
chou fleur
chou frisé
chou pommé
chou rave
chou rouge
cresson
échalote
épinard
fenouil
navet
panais
patate douce
pleurote
poireau
pourpier d'hiver
radis noir
salade de blé
topinambour

En conservation :

oignon
potiron
potimarron

DÉCEMBRE

En récolte :

céleri branche
(vert et blanc)
cerfeuil
champignon de Paris
chicon
chicorée endive
chou de Bruxelles
chou frisé
chou vert
échalote
panais
poireau
pourpier d'hiver
salade de blé

En conservation :

ail
betterave rouge
carotte
céleri rave
chou blanc
chou rave
chou rouge
navet
oignon
potimarron

LES LÉGUMES DE CHEZ NOUS



Wallonie



BIOWALLONIE



Aptaq-W

MANGER
DEMAIN

Ce calendrier répertorie les fruits et les légumes disponibles dans le respect des cycles saisonniers, c'est-à-dire sans recours à une serre chauffée et sans conservation en frigo exagérément longue.

C'est un outil pratique pour l'établissement de vos menus et la réalisation de vos achats.



CALENDRIER DES FRUITS ET LÉGUMES DE SAISON EN WALLONIE

JANVIER

En conservation :

châtaigne
noisette
noix
poire
pomme

FÉVRIER

En conservation :

châtaigne
noisette
noix
poire
pomme

MARS

En conservation :

noisette
noix
poire
pomme

AVRIL

En récolte :

rhubarbe

En conservation :

noisette
noix
poire
pomme

MAI

En récolte :

fraise
rhubarbe

En conservation :

noisette
noix

JUIN

En récolte :

cassis
cerise
fraise
framboise
groseille
rhubarbe

En conservation :

noisette
noix

JUILLET

En récolte :

cassis
cerise
fraise
framboise
groseille
melon
mûre
myrtille
rhubarbe

En conservation :

noisette
noix

AOÛT

En récolte :

fraise
framboise
melon
mirabelle
mûre
myrtille
poire
pomme
prune

En conservation :

noisette
noix

SEPTEMBRE

En récolte :

châtaigne
fraise
framboise
melon
mirabelle
noisette
noix
poire
pomme
prune

OCTOBRE

En récolte :

châtaigne
framboise
melon
noisette
noix
poire
pomme
prune

NOVEMBRE

En conservation :

châtaigne
noisette
noix
poire
pomme

DÉCEMBRE

En conservation :

châtaigne
noisette
noix
poire
pomme

LES FRUITS EUROPÉENS

TROUVEZ CI-DESSOUS D'AUTRES FRUITS DE SAISON DE PAYS EUROPÉENS PROCHES (FRANCE, ITALIE, ESPAGNE).

JANVIER

citron
clémentine
kiwi
mandarine
orange
pamplemousse

FÉVRIER

avocat
citron
clémentine
kiwi
mandarine
orange
pamplemousse

MARS

avocat
citron
clémentine
kiwi
mandarine
orange
pamplemousse

AVRIL

avocat
citron
clémentine
kiwi
mandarine
orange
pamplemousse

MAI

avocat
citron
orange
pamplemousse

JUIN

avocat
abricot
figue
nectarine
melon
orange
pastèque
pêche

JUILLET

abricot
figue
nectarine
melon
pastèque
pêche

AOÛT

abricot
figue
nectarine
melon
pastèque
pêche
raisin

SEPTEMBRE

figue
nectarine
melon
pastèque
raisin

OCTOBRE

clémentine
figue
mandarine
raisin

NOVEMBRE

citron
clémentine
kiwi
mandarine
orange
pamplemousse

DÉCEMBRE

citron
clémentine
kiwi
mandarine
orange
pamplemousse

