

LES LÉGUMES

CALENDRIER DES FRUITS ET LÉGUMES DE SAISON EN WALLONIE

JANVIER

FÉVRIER

MARS

AVRIL

MAI

JUIN

JUILLET

AOÛT

SEPTEMBRE

OCTOBRE

NOVEMBRE

DÉCEMBRE

En récolte :
 champignon de Paris
 chicorée pain de sucre
 chou de Bruxelles
 chou vert
 chou frisé
 claytone de Cuba
 épinard
 mâche (= salade de blé)
 panais
 pleurote
 poireau
 radicchio
 radis noir
 topinambour

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

En récolte :
 champignon de Paris
 chicon non forcé
 chicorée pain de sucre
 chou de Bruxelles
 chou vert
 chou frisé
 claytone de Cuba
 épinard
 mâche (= salade de blé)
 panais
 pleurote
 poireau
 radicchio
 radis noir
 topinambour

En conservation :
 ail
 betterave rouge
 carotte
 céleri rave
 chou blanc
 chou rouge
 échalote
 navet
 oignon
 panais
 potimarron
 potiron
 radis noir

En récolte :
 champignon de Paris
 chicon non forcé
 chou de Bruxelles
 chou frisé
 claytone de Cuba
 cresson
 épinard
 laitue pommée
 germe de soja
 mâche (= salade de blé)
 mizuna
 moutarde
 navet
 oignon ciboule
 pleurote
 poireau
 radis
 roquette
 topinambour

En conservation :

potiron

En récolte :
 asperge
 cerfeuil
 champignon de Paris
 chicon non forcé
 claytone de Cuba
 cresson
 épinard
 laitue pommée
 germe de soja
 mâche (= salade de blé)
 mizuna
 moutarde
 navet
 oignon ciboule
 pleurote
 poireau
 radis
 roquette

En conservation :

potiron

En récolte :
 asperge
 bette
 brocoli
 carotte primeur
 céleri vert
 cerfeuil
 champignon de Paris
 chicorée scarole et frisée
 mâche (= salade de blé)
 mizuna
 moutarde
 navet
 oignon ciboule
 pleurote
 radis
 roquette

En conservation :

potiron

En récolte :
 asperge
 bette
 betterave rouge
 brocoli
 carotte primeur
 céleri vert
 champignon de Paris
 chicorée pain de sucre
 chicorée scarole et frisée
 chou fleur
 chou rave
 courgette
 cresson
 épinard
 fenouil
 laitue pommée
 mizuna
 navet
 oignon botte
 petit pois
 radis
 roquette
 radicchio

En conservation :

potiron

En récolte :
 ail
 aubergine
 bette
 betterave rouge
 brocoli
 carotte
 céleri branche (vert et blanc)
 champignon de Paris
 chicorée pain de sucre
 chicorée scarole et frisée
 chou fleur
 chou rave
 concombre
 courgette
 cresson
 échalote
 fenouil
 haricot
 laitue pommée
 mizuna
 navet
 oignon
 petit pois
 pleurote
 poireau
 poivron
 pourprier d'été
 radis
 tomate
 roquette
 radicchio

En conservation :

potiron

En récolte :
 ail
 aubergine
 bette
 betterave rouge
 brocoli
 carotte
 céleri branche (vert et blanc)
 champignon de Paris
 chicorée pain de sucre
 chicorée scarole et frisée
 chou fleur
 chou frisé
 chou pommé
 chou rave
 concombre
 courgette
 cresson
 fenouil
 haricot
 laitue pommée
 mizuna
 navet
 oignon
 petit pois
 pleurote
 poivron
 pourprier d'été
 radis
 tomate
 roquette
 radicchio

En conservation :

potiron

En récolte :
 ail
 aubergine
 bette
 betterave rouge
 brocoli
 carotte
 céleri branche (vert et blanc)
 céleri blanc
 céleri branche (vert et blanc)
 céleri rave
 cerfeuil
 champignon de Paris
 chicorée pain de sucre
 chicorée scarole et frisée
 chou chinois et frisée
 chou chinois
 chou de Bruxelles
 chou fleur
 chou frisé
 chou pommé
 chou rave
 chou rouge
 concombre
 courgette
 cresson
 fenouil
 haricot
 laitue pommée
 mizuna
 navet
 oignon
 petit pois
 pleurote
 poivron
 pourprier d'été
 radis noir
 radis
 tomate
 roquette
 radicchio

En conservation :

potiron

En récolte :
 ail
 aubergine
 bette
 betterave rouge
 brocoli
 carotte
 céleri branche (vert et blanc)
 céleri rave
 cerfeuil
 champignon de Paris
 chicorée pain de sucre
 chicorée scarole et frisée
 chou chinois et frisée
 chou de Bruxelles
 chou fleur
 chou frisé
 chou pommé
 chou rave
 chou rouge
 claytone de Cuba
 cresson
 échalote
 épinaud
 mâche (= salade de blé)
 mizuna
 navet
 panais
 patate douce
 pleurote
 poireau
 radis noir
 topinambour
 roquette
 radicchio

En conservation :

potiron

En récolte :
 ail
 bette
 betterave rouge
 brocoli
 carotte
 céleri branche (vert et blanc)
 céleri rave
 cerfeuil
 champignon de Paris
 chicorée pain de sucre
 chicorée scarole et frisée
 chou chinois et frisée
 chou de Bruxelles
 chou fleur
 chou frisé
 chou pommé
 chou rave
 chou rouge
 claytone de Cuba
 échalote
 épinaud
 mâche (= salade de blé)
 panais
 poireau
 radicchio

En conservation :

potiron

En récolte :
 céleri branche (vert et blanc)
 cerfeuil
 champignon de Paris
 chicorée pain de sucre
 chicorée scarole et frisée
 chou frisé
 chou vert
 claytone de Cuba
 échalote
 épinaud
 mâche (= salade de blé)
 panais
 poireau
 radicchio

En conservation :

potiron

LES LÉGUMES DE CHEZ NOUS



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.



ÉDITION 2020

LES FRUITS

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
pastèque
péche

JUILLET

abricot
figue
nectarine
melon
pastèque
péche

AOÛT

abricot
figue
nectarine
melon
pastèque
péche
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