

# Au rythme des saisons

avec *Ansamble*

Janvier

Ananas  
Citron  
Clémentine  
Kiwi  
Orange  
Pamplemousse  
Poire  
Pomme

Ail  
Betterave  
Carotte  
Céleri  
Chou-fleur  
Chou de B.  
Chou rouge  
Courge  
Cresson  
Échalote  
Endive

Épinard  
Fenouil  
Mâche  
Navet  
Oignon  
Panaïs  
Poireau  
P. de terre  
Potimarron  
Radis blanc  
Salsifis  
Topinambour

Juillet

Abricot  
Cassis  
Figue  
Fraise  
Framboise  
Groseille  
Melon

Mûre  
Myrtille  
Nectarine  
Pastèque  
Pêche  
Prune  
Tomate

Ail  
Artichaut  
Aubergine  
Betterave  
Blette  
Brocoli  
Carotte  
Céleri  
Chou  
romanesco  
Concombre  
Courgette

Échalote  
Fenouil  
Haricot vert  
Laitue  
Maïs  
Oignon  
Petits pois  
Poireau  
Poivron  
P. de terre  
Radis rose

AOÛT



Banane  
Figue  
Melon  
Mirabelle  
Mûre  
Myrtille  
Noisette  
Noix  
Pastèque  
Poire  
Pomme  
Prune  
Pêche  
Raisin

Ail  
Artichaut  
Aubergine  
Betterave  
Blette  
Brocoli  
Carotte  
Céleri  
Chou blanc  
Chou-fleur  
Chou de B.  
Concombre  
Courge  
Courgette

Épinard  
Fenouil  
Haricot vert  
Laitue  
Mâche  
Maïs  
Oignon  
Patate douce  
Petits pois  
Poireau  
Poivron  
P. de terre  
Potimarron  
Radis noir

Octobre

Banane  
Châtaigne  
Coing  
Figue

Myrtille  
Noisette  
Noix  
Poire

Ail  
Betterave  
Blette  
Brocoli  
Carotte  
Céleri  
Chou blanc  
Chou-fleur  
Chou rouge  
Choux de B.

Courge  
Cresson  
Échalote  
Endive  
Épinard  
Fenouil  
Laitue  
Mâche  
Maïs  
Navet

Pomme  
Raisin

Oignon  
Patate  
douce  
Panaïs  
Poireau  
P. de terre  
Potimarron  
Potiron  
Radis noir

Février

Citron  
Clémentine  
Kiwi  
Orange

Pamplemousse  
Poire  
Pomme

Ail  
Betterave  
Carotte  
Céleri  
Chou-fleur  
Chou de B.  
Chou rouge  
Échalote  
Endive  
Épinard

Frisée  
Mâche  
Navet  
Oignon  
Panaïs  
Poireau  
P. de terre  
Salsifis  
Topinambour

Mars

Citron  
Kiwi  
Orange

Pamplemousse  
Pomme

Ail  
Asperge  
Betterave  
Blette  
Carotte  
Céleri  
Chou-fleur

Chou de B.  
Échalote  
Endive  
Épinard  
Frisée  
Mâche  
Oignon

Panaïs  
Poireau  
P. de terre  
Salsifis  
Topinambour  
Navet

Ail  
Artichaut  
Aubergine  
Betterave  
Blette  
Brocoli  
Carotte  
Céleri

Chou blanc  
Chou  
romanesco  
Concombre  
Courgette  
Fenouil  
Haricot vert  
Laitue

Maïs  
Oignon  
Poireau  
Poivron  
P. de terre  
Radis rose

AVRIL

Ail  
Artichaut  
Asperge  
Betterave  
Blette  
Carotte  
Chou rouge  
Échalote

Endive  
Épinard  
Navet  
Oignon  
Petits pois  
Poireau  
P. de terre  
nouvelle  
Radis rose

Juin



Abricot  
Cerise  
Fraise  
Framboise  
Groseille  
Melon  
Nectarine  
Pastèque  
Pêche  
Tomate

Ail  
Artichaut  
Asperge  
Aubergine  
Betterave  
Blette  
Carotte  
Céleri  
Chou blanc  
Concombre

Courgette  
Fenouil  
Haricot vert  
Oignon  
Petits pois  
Poireau  
Poivron  
P. de terre  
nouvelle  
Radis rose

Novembre

Ananas  
Banane  
Châtaigne

Clémentine  
Coing  
Kiwi

Noix  
Poire  
Pomme

Ail  
Batavia  
Betterave  
Blette  
Brocoli  
Carotte

Céleri  
Chou blanc  
Chou-fleur  
Chou rouge  
Choux de B.  
Courge

Cresson  
Échalote  
Endive  
Épinard  
Fenouil  
Laitue

Mâche  
Navet  
Oignon  
Panaïs  
Poireau  
P. de terre

Potimarron  
Potiron  
Radis noir

Décembre

Ananas  
Avocat  
Banane  
Citron

Clémentine  
Coing  
Datte  
Kaki

Kiwi  
Litchi  
Mandarine  
Orange

Ail  
Avocat  
Betterave  
Carotte  
Céleri  
Chou-fleur  
Chou rouge

Choux de B.  
Courge  
Cresson  
Échalote  
Endive  
Épinard  
Fenouil

Laitue  
Mâche  
Navet  
Oignon  
Panaïs  
Poireau  
P. de terre

Potimarron  
Potiron  
Radis noir  
Topinambour

*Ansamble*