






























































# Le calendrier des fruits de saison

✗ Disponible

✗ Pleine saison (produit frais, meilleur rapport qualité / prix)

CONSERVATION :  air ambiant  au froid

	Jan.	Fév.	Mars	Avr.	Mai	Juin	Juil.	Août	Sep.	Oct.	Nov.	Déc.	
Abricot			✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗				 2 à 5 j  ↓ 7 à 8 j
Amande (sèches) (fraîches)	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 Toute l'année si sèches
Ananas	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 5 à 6 j  ↓ 1 à 2 j
Avocat	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 3 à 5 j  ↓ 2 à 3 j
Banane	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 4 à 5 j
Cassis								✗	✗				 ↓ 1 à 2 j
Cerise					✗	✗	✗	✗					 2 à 4 j  ↓ 5 j
Chataîgne									✗	✗	✗	✗	Une fois épluchées :  ↓ 4 à 5 j
Citron	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 7 à 8 j  ↓ ~10 j
Clémentine, Mandarine	✗	✗	✗	✗						✗	✗	✗	 6 j  ↓ 10 j
Coing									✗	✗	✗		 Plusieurs semaines.
Datte	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 1 à 2 j  ↓ 6 à 7 j
Figue						✗	✗	✗	✗	✗	✗		 4 j  ↓ 8 j
Fraise	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 1 j  ↓ 6 j
Framboise				✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗		 ↓ 1 à 2 j
Goyave	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 4 à 5 j pas mûre  ↓ 2 j mûre
Grenade	✗	✗	✗							✗	✗	✗	 10 j
Groseille						✗	✗	✗	✗				 ↓ 2 à 3 j
Kaki	✗									✗	✗	✗	 6 à 7 j  ↓ 6 à 7 j
Kiwi	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 5 à 7 j  ↓ 2 j
Litchi	✗										✗	✗	 1 à 2 j  ↓ 15 j
Mangue	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 1 à 2 j
Melon*	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 1 à 2 j  ↓ 2 à 6 j
Mirabelle								✗	✗				 1 j  ↓ 3 à 5 j
Mûre							✗	✗	✗	✗			 ↓ 2 à 3 j
Myrtille						✗	✗	✗	✗				 ↓ 1 s
Noisette									✗	✗	✗		 Plusieurs semaines.
Noix									✗	✗	✗		Pas plus de 2 j au frigo si fraîches.
Noix de coco	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 6 j  ↓ 10 j
Orange	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 1 s  ↓ 10 j
Pastèque					✗	✗	✗	✗	✗				 1 s  ↓ 6 j
Pamplemousse	✗	✗	✗									✗	 ↓ ~10 j
Pêche, Brugnion, Nectarine					✗	✗	✗	✗	✗				 2 à 4 j  ↓ 3 à 4 j
Poire**	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 2 à 3 j  ↓ 1 à 3 j
Pomelo	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 ↓ ~10 j
Pomme	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 7 à 8 j  ↓ 4 à 6 s
Prune	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 2 à 3 j  ↓ 5 à 10 j
Raisin	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 3 à 5 j  ↓ 5 j
Rhubarbe				✗	✗	✗							 ↓ 2 à 3 j

\* Le melon est un légume du point de vue botanique (famille des cucurbitacées), mais son goût sucré nous le fait traditionnellement consommer comme un fruit.

\*\* Poire d'automne-hiver. L'autre variété, la poire d'été, est consommable en pleine saison en juillet et août.