













































Le calendrier des légumes 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.	
Ail					✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 6 mois à 1 an
Artichaut			✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗			 ↓ 4 à 5 j
Asperge			✗	✗	✗	✗	✗						 1 j  ↓ 2 à 3 j
Aubergine					✗	✗	✗	✗	✗	✗			 ↓ 3 à 6 j
Betterave	✗	✗	✗	✗						✗	✗	✗	 ↓ 4 à 5 j
Blette	✗	✗	✗	✗	✗					✗	✗	✗	 ↓ 6 à 7 j
Brocoli					✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗		 ↓ 4 à 5 j
Carotte	✗	✗	✗	✗		✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 2 j  ↓ 15 j
Céleri-branche	✗	✗	✗	✗				✗	✗	✗	✗	✗	 ↓ 5 j
Céleri-rave	✗	✗	✗	✗	✗			✗	✗	✗	✗	✗	 ↓ 5 j
Cèpe							✗	✗	✗	✗	✗		 ↓ 1 à 2 j
Champignon de paris	✗	✗	✗	✗	✗	✗			✗	✗	✗	✗	 1 j  ↓ 3 à 4 j
Chicorée	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 ↓ 2 j
Chou pommé**	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 ↓ 7 j
Chou-fleur	✗					✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 ↓ 2 à 3 j
Concombre					✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 2 à 3 j  ↓ 3 à 5 j
Courgette					✗	✗	✗	✗	✗	✗			 ↓ 4 à 6 j
Echalotte	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 1 à 2 m
Endive	✗	✗	✗	✗						✗	✗	✗	 1 à 2 j  ↓ 6 j
Epinard			✗	✗	✗	✗	✗	✗					 ↓ 1 à 2 j
Fenouil					✗	✗	✗	✗	✗	✗			 ↓ 7 j
Fève*				✗	✗	✗	✗						 ↓ 2 j
Haricot vert*					✗	✗	✗	✗	✗	✗			 ↓ 3 à 4 j
Laitue				✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗			 ↓ 1 à 2 j
Lentille*	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	2 ans, protégées de la lumière et de l'humidité.
Mâche	✗	✗	✗							✗	✗	✗	 ↓ 2 à 3 j
Morille			✗	✗	✗	✗							2 j au frais et au sec, mais évitez le réfrigérateur.
Navet	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 ↓ 7 j
Oignon	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 1 à 2 m
Oseille				✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗		 ↓ 2 à 3 j
Panais	✗	✗							✗	✗	✗	✗	 ↓ 6 à 7 j
Patate douce	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	7 à 10 j dans un endroit frais, sombre et aéré. Dans un bocal en verre, fermé  ↓ 6 à 7 j
Persil				✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗		 ↓ 2 j
Petit pois				✗	✗	✗	✗						 ↓ 2 j
Poireau	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗		✗	✗	✗	✗	 1 à 2 j  ↓ 4 à 5 s
Pois gourmand	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	Doit être cuisiné le jour où vous l'achetez !
Poivron						✗	✗	✗	✗	✗			 ↓ 5 à 8 j
Pomme de terre	✗	✗	✗		✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	 ↓ 1 à 2 m
Potiron	✗	✗	✗						✗	✗	✗	✗	3 à 6 m dans un lieu frais et sec.  ↓ 3 à 4 j tranchées
Radis			✗	✗	✗	✗	✗	✗					 ↓ 1 à 2 s
Tomate						✗	✗	✗	✗	✗			 3 à 4 j

* Légumineuses

** Idem pour les choux blanc, vert, rouge & frisés