

CALENDRIER DES FRUITS ET LÉGUMES DE SAISON EN WALLONIE

— ÉDITION 2019 —

JANVIER

FRUITS

En conservation :
châtaigne • noisette
noix • poire • pomme

LÉGUMES

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

FRUITS

En conservation :
châtaigne • noisette • noix
poire • pomme

LÉGUMES

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

FRUITS

En conservation :
noisette • noix • poire • pomme

LÉGUMES

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

FRUITS

En récolte :
rhubarbe

En conservation :
noisette • noix • poire • pomme

LÉGUMES

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

FRUITS

En récolte :
fraise • rhubarbe

En conservation :
noisette • noix

LÉGUMES

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

FRUITS

En récolte :
cassis • cerise • fraise • framboise
groseille • rhubarbe

En conservation :
noisette • noix

LÉGUMES

En récolte :
asperge • bette • betterave rouge
brocoli • carotte primeur • 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

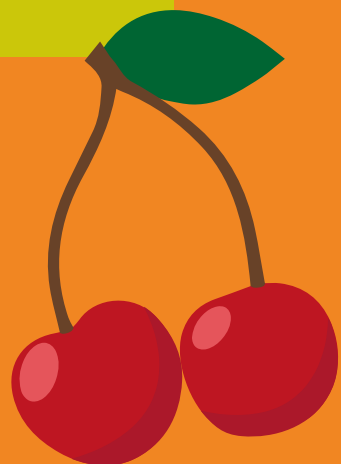
FRUITS

En récolte :
cassis • cerise • fraise • framboise
groseille • melon • mûre • myrtille
rhubarbe

En conservation :
noisette • noix

LÉGUMES

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

FRUITS

En récolte :
fraise • framboise • melon • mirabelle
mûre • myrtille • poire • pomme • prune

En conservation :
noisette • noix

LÉGUMES

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

FRUITS

En récolte :
châtaigne • fraise • framboise • melon
mirabelle • noisette • noix • poire
pomme • prune

LÉGUMES

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

FRUITS

En récolte :
châtaigne • framboise • melon • noisette
noix • poire • pomme • prune

LÉGUMES

En récolte :
ail • aubergine • bette • betterave rouge
brocoli • carotte • céleri blanc
céleri branche (vert et blanc) • 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 • épinard • fenouil • haricot
laitue (à couper ou pommée) • navet • panais • patate douce
pleurote • poireau • poivron • potimarron • potiron • radis
salade • salade de blé • tomate • topinambour

En conservation :
oignon



NOVEMBRE

FRUITS

En conservation :
châtaigne • noisette • noix
poire • pomme

LÉGUMES

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

FRUITS

En conservation :
châtaigne • noisette • noix
poire • pomme

LÉGUMES

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



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.