

CALENDRIER DES FRUITS ET LÉGUMES DE SAISON EN WALLONIE

— ÉDITION 2020 —

JANVIER

FRUITS

En conservation :
châtaigne • noisette
noix • poire • pomme

LÉGUMES

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



FÉVRIER

FRUITS

En conservation :
châtaigne • noisette • noix
poire • pomme

LÉGUMES

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

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 non forcé
chou de Bruxelles • chou frisé • chou vert
claytone de Cuba • cresson • épinard • germe de soja
mâche (= salade de blé) • mizuna • pleurote
poireau • topinambour • roquette

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 • chicon non forcé
claytone de Cuba • cresson • épinard • laitue pommée
mâche (= salade de blé) • mizuna • moutarde • navet • oignon
ciboule • pleurote • poireau • radis • roquette

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 scarole et frisée
chou fleur • chou rave • cresson • épinard
germe de soja • laitue 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 pain de sucre
chicorée scarole et frisée • chou fleur • chou rave
courgette • cresson • épinard • fenouil • laitue pommée
mizuna • navet • oignon botte • petit pois
radicchio • radis • roquette



JUILLET

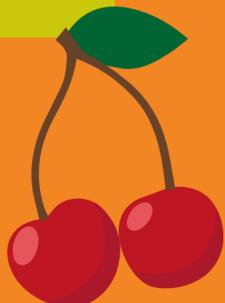
FRUITS

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 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
radicchio • radis • roquette • 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 pain de sucre
chicorée scarole et frisée • chou fleur • chou frisé
chou pommé • chou rave • concombre • courgette
cresson • fenouil • haricot • laitue pommée • mizuna
oignon • pleurote • poireau • poivron • potimarron
radicchio • radis • roquette • 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 pain de sucre • chicorée scarole et frisée • chou chinois
chou fleur • chou frisé • chou pommé • chou rave • chou rouge
concombre • courgette • cresson • fenouil • haricot • laitue pommée
mizuna • navet • panais • pleurote • poireau • potimarron • potiron
radicchio • radis noir • radis • roquette • 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 pain de sucre
chicorée scarole et frisée • chou chinois • chou de Bruxelles
chou fleur • chou frisé • chou pommé • chou rave • chou rouge
claytone de Cuba • concombre • courgette • cresson • épinard • fenouil
haricot • laitue pommée • mâche (= salade de blé) • mizuna • navet
panais • patate douce • pleurote • poireau • poivron • potimarron
potiron • radicchio • radis • roquette • 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
chicorée pain de sucre • chicorée scarole et frisée • chou chinois
chou de Bruxelles • chou fleur • chou frisé
chou pommé • chou rave • chou rouge • claytone de Cuba
cresson • échalote • épinard • fenouil • laitue pommée
mâche (= salade de blé) • mizuna • navet • panais • patate douce
pleurote • poireau • radicchio • radis noir • roquette • topinambour

En conservation :
oignon • potiron • potimarron



DÉCEMBRE

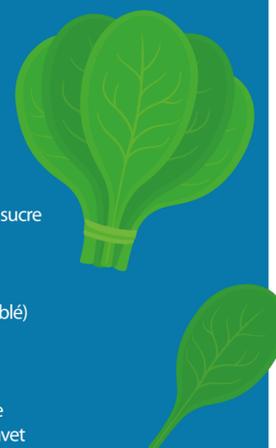
FRUITS

En conservation :
châtaigne • noisette • noix
poire • pomme

LÉGUMES

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

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.