



Tableau des légumes de saison



Mois	Jan.	Fév.	Mars	Avr.	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.
Ail												
Ail des ours												
Asperges												
Aubergines												
Batavia												
Bettes à tondre												
Betteraves												
Brocolis												
Carottes												
Céleri-branche												
Céleri-rave												
Ciboulette												
Chicorée rouge/Trévis												
Cima di rapa												
Chicorée												
Chou blanc												
Chou chinois												
Choux de Bruxelles												
Chou fleur												
Chou frisé												
Chou frisé noir												
Chou rouge												
Colrave												
Concombre												
Côtes de bette												
Courge												
Courgettes												
Cresson												
Cresson de fontaine												
Doucette, mâche, rampon												
Endives												
Epinards												
Fenouil												
Haricots												

Mois	Jan.	Fév.	Mars	Avr.	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.
Laitue												
Laitue feuille de chêne												
Laitue romaine												
Lollo rouge												
Maïs doux												
Oignons												
Pain de sucre												
Pak-choï												
Panais												
Persil												
Petits pois												
Poireau												
Pois mange-tout												
Poivron												
Pommes de terre												
Pommes de terre précoces												
Pourpier												
Racine de persil												
Radis												
Radis long blanc												
Rhubarbe												
Romanesco												
Roquette												
Salade Iceberg												
Scorsonère												
Tomates												
Topinambours												

Tableau de saison

Les saisons habituelles de récolte de légumes produits en plein air ou sous serre non chauffée en Suisse et dans les régions limitrophes sont représentées ici. Attention à la présence de légumes et de fruits importés de plus loin sur les rayons des magasins, même en période de production indigène (lisez les indications de provenance figurant sur les emballages et les affiches).

Plus de conseils pour une consommation écologique: wwf.ch/conseils



Tableau des fruits de saison



Mois	Jan.	Fév.	Mars	Avr.	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.
Abricots												
Argouses												
Cassis												
Cerises												
Coings												
Cynorhodons												
Figues												
Fraises												
Framboises												
Griottes												
Groseilles												
Groseilles hybrides												
Kiwis												
Marrons												
Mirabelles												
Mûres												
Myrtilles												
Nectarines												
Noix												
Pêches												
Poires												

Mois	Jan.	Fév.	Mars	Avr.	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.
Pommes												
Prunes												
Pruneaux												
Raisinets												
Raisins												
Reines-claudes												

Tableau de saison

Les saisons habituelles de récolte de fruits produits en plein air ou sous serre non chauffée en Suisse et dans les régions limitrophes sont représentées ici. Attention à la présence de légumes et de fruits importés de plus loin sur les rayons des magasins, même en période de production indigène (lisez les indications de provenance figurant sur les emballages et les affiches).

Plus de conseils pour une consommation écologique: wwf.ch/conseils