

CALENDARIO DE FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA

OTOÑO



- VERDURAS** - Aguacate, alcachofas, apio, brócoli, calabacín, calabaza, canónigos, castaña, champiñón, col, coliflor, endivias, espinacas, hinojo, lechuga, nabo, perifollo, pimientos, puerro, rábano, remolacha, tomate, zanahoria
- FRUTAS** - Avellana, limón, manzana, melón, membrillo, nuez, pera, plátano, uva

INVIERNO



- VERDURAS** - Canónigos, champiñón, col de Bruselas, colinabo, endivias, nabo, puerro, rábano, repollo, salsifí, zanahoria
- FRUTAS** - Avellana, clementina, kiwi, limón, manzana, maracuyá, naranja, pera, plátano

CALENDARIO DE FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA

PRIMAVERA



VERDURAS - Calabacín, cebolla, colíflor, espárrago, espinacas, guisantes, lechuga, nabo, pepino, perifollo, rábano, tomate, zanahoria
FRUTAS - Albaricoque, cereza, frambuesa, fresa, limón, plátano, ruibarbo

VERANO



VERDURAS - Alcachofas, berenjena, brócoli, calabacín, cebolla, chalota, colíflor, guisantes, hinojo, judía verde, lechuga, pepino, pimientos, rábano, remolacha, repollo, tomate, zanahoria
FRUTAS - Albaricoque, arándano, avellana, ciruela, frambuesa, fresa, grosella, grosella negra, limón, manzana, melocotón, melón, mora, pera, plátano, sandía