

SEPTEMBRE

LÉGUMES

*ail, artichaut, aubergine,
brocoli,
carotte, champignons, chou-fleur,
chou lisse, concombre, courges, courgette,
fenouil,
haricot coco, haricot vert,
poivron, pomme de terre, potimarron
radis,
salade,
tomate*

FRUITS

*banane,
citron, coing,
figue,
melon,
nectarine, noix,
pastèque, pêche, poire, pomme, prune,
raisin*