

OCTOBRE

Légumes

Avocat	Bette
Betterave rouge	Brocoli
Carotte	Catalonia
Chou blanc	Chou de Bruxelles
Chou frisé	Chou rouge
Chou chinois	Chou fleur
Chou rave	Cima di rapa
Courge	Céleri rave et branche
Epinard	Fenouil
Laitue romaine	Maïs
Oignon	Panais
Poireau	Poivron
Radis rose et noir	Salsifis
Tomate	Topinambour

Fruits

Banane	Citron
Coing	Figue fraîche
Fraise	Fruit de la passion
Kaki	Kiwi
Litchi	Mandarine
Mangue	Papaye
Poire	Pomme
Prune	Quetsche
	Raisin



