



CALENDRIER DES SAISONS DES LÉGUMES SUISSES

Légumes suisses : saisonniers et régionaux

Des légumes sains poussent pendant toute l'année sur les champs ainsi qu'en culture couverte en Suisse. Chaque saison apporte une grande diversité de légumes. Pour une grande partie de ces derniers, la saison commence au printemps. On peut donc déguster différents légumes suisses frais, stockés ou transformés selon la saison. La diversité des couleurs, des formes, des goûts et des possibilités de préparer les légumes est illimitée.

	janv.	févr.	mars	avril	mai	juin	juil.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
Artichaut												
Aubergine												
Laitue batavia												
Chou-fleur												
Chou-rave												
Haricot												
Brocoli												
Catalonia												
Endive												
Chou de Chine												
Chicorée rouge												
Feuille de chêne (vert, rouge)												
Laitue Iceberg												
Chicorée (frisée, scarole)												
Petit pois												
Chou frisé non pommé												
Fenouil												
Concombre												
Rave d'automne												
Cardon												
Carotte												
Carotte botte												
Pois mange-tout												
Ail												
Céleri-pomme												
Chou-pomme												
Laitue pommée (vert, rouge)												
Côte de bette												
Courge												
Laitue romaine												
Poireau												
Lollo (vert, rouge)												
Navet de printemps / rave												

	janv.	févr.	mars	avril	mai	juin	juil.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
Melon												
Rampon												
Pak-Choi												
Panais												
Poivron												
Persil												
Persil tubéreux												
Pourpier												
Petit Radis												
Betterave												
Radis long												
Rhubarbe												
Romanesco												
Chou de Bruxelles												
Chou rouge												
Rucola												
Echalotte												
Ciboulette												
Scorsonère												
Asperge (verte & blanche)												
Epinard												
Céleri-branche												
Patate douce												
Tomate (ronde, grappe, cerise, San Marzano)												
Topinambour												
Chou blanc												
Chou frisé												
Courgette												
Chicorée pain de sucre												
Maïs sucré												
Oignon												
Oignon en botte												