

LES ALIMENTS DE SAISON

Mai 2021

Légumes



Légumes : Artichaut, Asperge, Blette, Concombre, Épinard, Fenouil, Haricot Vert, Laitue, Navet, Oseille, Patate douce, Pomme de terre nouvelle, Radis
Champignons : Champignon de Paris, Girolle, Morilles, Mousseron
Autres : Ciboulette, Citronnelle, Estragon, Laurier, Persil, Romarin, Seigle

Protéines animales

Viandes : Agneau, Lapin, Sanglier, Veau

Volailles : Magret de canard, Poulet

Fromages : Beaufort, Bleu, Brillat-Savarin, Brocciu, Cabécous, Camembert, Langres, Maroilles, Morbier, Munster, Pont-l'évêque

Autres :



Fruits de saison

Banane (Martinique/Guadeloupe), Cerise, Citron, Fraise, Pamplemousse, Pomélo (Corse), Pomme, Ramboutan, Rhubarbe, Tomate



Produits de la mer

Poissons : Aiglefin, Cabillaud, Colin, Limande, Lotte, Maquereau, Merlu, Raie, Rouget-Barbet, Sardine, Sar, Saumon, Sole, Thon, Truite, Turbot

Coquillages et crustacés : Araignée, Crevette, Langouste, Langoustine, Tourteau

Autres : Seiche

