

LES PRODUITS À CONSOMMER EN Mars

Légumes

Artichaut, Avocat, Betterave, Cardon, Carotte, Céleri branche, Céleri rave, Chou blanc, Chou-fleur, Chou frisé, Chou kalé, Chou rouge, Endive, Épinard, Navet, Patate douce*, Poireau, Pomme de terre*, Radis, Radis noir, Rutabaga, Salsifis, Topinambour

Salades : Cresson, Frisée, Laitue, Mâche, Pissenlit, Scarole

Champignons : C. de Paris, Morille

Viandes

Les viandes de boucherie sont disponible toute l'année

Agneau, Bœuf, Chevreau, Porc

Volailles : Canard, Chapon

Gibier : Grive

Aromates

Ail, Ciboulette, Échalote, Laurier, Oignon, Origan, Sarriette

Poissons

Alose, Anguille, Bar, Carrelet, Chinchard, Congre, Grondin, Hareng, Limande-sole, Lotte, Raie, Rouget, Roussette, Saumon, Saumon, Truite, Turbot

Coquillages et crustacés : Araignée, Bigorneau, Calamar, Coquille St-Jacques, Huître, Moule, Oursin, Poulpe, Sèche

Fromages

Vache : Brie de Meaux, Brie de Melun, Cancoillotte, Comté, Coulommiers, Fourme de Montbrison, Laguiole, Maroilles, Morbier, Pont-l'évêque, Salers

Brebis : Brocciu, Roquefort

Fruits

Citron, Citron vert, Kiwi, Mandarine, Orange, Orange sanguine, Pamplemousse, Poire, Pomme

Exotique : Ananas, Banane, Carambole, Fruit de la Passion, Mangoustan, Pitaya, Sapotille

*féculents

