

Lente

Maart	April	Mei
aardappelen bloemkool groene selder knolselder paddenstoelen pastinaak pompoe prei raap radijs rammenas rode biet rodekool savooikool schorseneren spinazie spruiten uien veldsla witlof wittekool wortelen *****	aardappelen andijvie bloemkool groene selder paddenstoelen prei raap raapstelen radijs rode biet spinazie uien witlof ***** mango pompelmoes rabarber sinaasappelen	andijvie asperges bloemkool doperwtjes groene selder koolrabi kropsla paddenstoelen prei raap raapstelen radijs spinazie spitskool uien warmoes wortelen ***** aardbeien pompelmoes rabarber sinaasappelen

Gebruik deze handige groente- en fruitkalender om per maand te ontdekken van welke groenten en vruchten je kunt genieten.

Probeer de voedselkilometers zoveel mogelijk te beperken. Kies steeds die groenten en vruchten die het dichtst bij huis zijn gekweekt. Lees het etiket!

Meer info en seizoensrecepten:
www.groentekalender.be

Zomer

Juni	Juli	Augustus
aardappelen andijvie artisjok asperges bloemkool broccoli doperwtjes groene selder koolrabi kropsla paddenstoelen prei prinsessen -bonen raap radijs savooikool spinazie spitskool tomaten uien venkel warmoes wortelen ***** aardbeien abrikozen frambozen kersen nectarines perziken rabarber rode bessen sinaasappelen zwarte bessen	aardappelen andijvie artisjok aubergine bleekselder bloemkool broccoli chinese kool courgette doperwtjes groene selder komkommer koolrabi kropsla paddenstoelen paprika prei prinsessen -bonen radijs rodekool savooikool snijbonen spinazie spitskool tomaten uien venkel warmoes wittekool wortelen ***** aardbeien abrikozen bramen frambozen kersen mango meloenen nectarines peren pruimen zwarte bessen	aardappelen andijvie artisjok aubergine bleekselder bloemkool broccoli chinese kool courgette groene selder knolselder komkommer koolrabi kropsla mais paddenstoelen paprika pompoe prei prinsessen -bonen radijs raapstelen rode biet rodekool savooikool snijbonen spinazie spitskool tomaten uien warmoes wittekool wortelen ***** aardbeien abrikozen bramen druiven frambozen kersen mango meloenen nectarines peren pruimen zwarte bessen

Herfst

September	Oktober	November
aardappelen andijvie artisjok aubergine bleekselder bloemkool broccoli chinese kool courgette groene selder knolselder komkommer koolrabi kropsla mais paddenstoelen paprika pompoe prei prinsessen -bonen raap raapstelen radijs rammenas rode biet rodekool savooikool schorseneren snijbonen spinazie spitskool tomaten uien venkel warmoes wittekool wortelen ***** appelen bananen bramen druiven frambozen kiwi's mango meloenen nectarines peren perziken pompelmoes pruimen	aardappelen andijvie artisjok aubergine bleekselder bloemkool broccoli chinese kool courgette groene selder knolselder koolrabi kropsla paddenstoelen paprika pastinaak pompoe prei prinsessen -bonen raap raapstelen radijs rammenas rode biet rodekool savooikool schorseneren snijbonen spinazie spitskool spruiten tomaten uien veldsla venkel witlof warmoes wittekool wortelen ***** appelen bananen bramen druiven frambozen kiwi's mango meloenen pompelmoes peren sinaasappelen	aardappelen andijvie bleekselder bloemkool broccoli chinese kool courgette knolselder pastinaak pompoe prei rammenas rode biet rodekool savooikool schorseneren spruiten uien veldsla venkel witlof wittekool wortelen ***** appelen bananen mango peren pompelmoes sinaasappelen

Winter

December	Januari	Februari
aardappelen andijvie groene selder knolselder paddenstoelen pastinaak pompoe prei raap rammenas rode biet rodekool savooikool schorseneren spruiten uien veldsla witlof wittekool wortelen ***** appelen bananen mandarijnen mango kiwi's mandarijnen mango peren pompelmoes sinaasappelen	aardappelen knolselder paddenstoelen pastinaak pompoe prei raap rammenas rode biet savooikool schorseneren spruiten uien veldsla witlof wittekool wortelen ***** appelen mandarijnen mango peren pompelmoes sinaasappelen	aardappelen groene selder knolselder paddenstoelen pastinaak pompoe prei raap rammenas rode biet rodekool savooikool schorseneren spruiten uien veldsla witlof wittekool wortelen ***** appelen bananen mandarijnen mango peren pompelmoes sinaasappelen

