



## Décembre : Les produits de saison

### Légumes

Avocat, Carotte, Celeri, Champignon, Chou blanc, Chou chinois, Chou de Bruxelles, Chou-fleur, Chou rouge, Chou frisé, Chou Romanesco, Citrouille, Courge, Endive, Epinard, Fenouil, Mâche, Navet,



### Fruits

Ananas, Banane, Citron, Clémentine, Datte, Fruit de la passion, Grenade, Kiwi, Kumquat, Litchi, Mandarine, Mangue, Marron, Noix, Papaye, Orange, Orange sanguine, Pamplemousse, Poire, Pomme, Raisin.

### Poissons et Fruits de mer

Bar, Coque, Coquille Saint-Jacques, Crevette, Dorade grise, Eglefin, Grondin rouge, Hareng, Homard, Huître, Langoustine, Lieu jaune, Lieu noir, Maquereau, Merlan, Moule, Poulpe, Truite, Oursin.



### Viandes

En Décembre, profitez des viandes préparées pour les repas de fêtes : Chapon, Dinde, Oie, Canard, Caille, Lapin, Pintade. Profitez également des gibiers dont c'est la pleine saison : Bécasse, Chevreuil, Faisan, Perdreau, Sanglier...

### Fromages

En Décembre, vous profitez des fromages : Beaufort, Brie de Meaux, Broccio, Chèvre frais, Comté, Crottin de Chavignol, Epoisses, Gruyère, Munster, Pont-l'Evêque, Rocamadour, Roquefort, Vacherin Mont-d'Or, raclette.



Jardin-des-gourmands.com... cultivons la gourmandise !