



Tabella stagionale della verdura

	GEN.	FEB.	MAR.	APR.	MAG.	GIU.	LUG.	AGO.	SETT.	OTT.	NOV.	DIC.
Asparagi												
Bietole rosse												
Broccoli												
Carote												
Carciofi												
Cavolfiori												
Cavoli di Bruxelles												
Cavolo bianco												
Cavolo cinese												
Cavolo-rapa												
Cetrioli												
Cicoria												
Cipolle												
Coste												
Fagioli												
Finocchi												
Formentino												
Indivia												
Insalata dei ghiacciai												
Insalata diverse												
Lattuga da taglio												
Lattuga romana												
Mais												
Melanzane												
Pan di zucchero												
Pastinaca												
Patate												
Peperoni												
Piselli												
Pomodori												
Porri												
Rafano												
Ravanelli												
Scorzonera												
Sedano												
Sedano costa												
Sedano-rapa												
Spinaci												
Taccole												
Topinambur												
Verza												
Zucca												
Zucchine												

Tabella di stagione.

Nella tabella sono riportate solo le date di raccolta e di conservazione riguardanti le verdure e la frutta che crescono all'aperto o nei tunnel di plastica non riscaldati, in Svizzera e nelle regioni circostanti. Da notare che anche nei periodi indicati si possono trovare sul mercato prodotti provenienti dall'estero. Verificate quindi il paese di provenienza, riportato sulla confezione o sulle etichette.