



# SEIZOENS GROENTEN EN FRUIT

## LENTE

FRUIT	MAART	APRIL	MEI
Aardbei			
Hazelnoot			
Walnoot			
Peer <sup>1</sup>			
Appel <sup>1</sup>			
Rabarber <sup>1</sup>			

GROENTEN	MAART	APRIL	MEI
Look			
Witte asperge			
Groene asperge			
Snijbiet			
Wortel			
Groene selder			
Kervel			
Champignon			
Witloof			
Chinese kool			
Spruitjes			
Bloemkool			
Boerenkool			
Paksoi			
Winterpostelein			
Waterkers			
Sjalot			
Spinazie			
Sojascheuten			
Veldsla			
Raap			

Ui			
Erwten			
Wortelpeterselie			
Oesterzwam			
Prei			
Peultjes			
Aardappel			
Witte rammenas			
Rammenas			
Radijs			
Rucola			
Koolraap			
Sla			
Ijsbergsla			
Mizuna			
Schorseneren			
Aardpeer			

### Wat betekent bewaren?

Bewaring is de opslag (in kelders, op opslagplaatsen) van groenten en fruit om hun smaak te bewaren en te voorkomen dat ze bederven. Bewaring betekent dus niet het invriezen of inblikken van groenten of fruit.

### <sup>1</sup> Beperkte Belgische productie

Oogst

Bewaring





# SEIZOENS GROENTEN EN FRUIT

## ZOMER

FRUIT	JUNI	JULI	AUGUSTUS
Abrikoos <sup>1</sup>			
Zwarte bes <sup>1</sup>			
Kers			
Aardbei			
Framboos			
Griotte (zure kers)			
Aalbes <sup>1</sup>			
Kruisbes <sup>1</sup>			
Meloen <sup>1</sup>			
Mirabel			
Braambes			
Bosbes			
Hazelnoot			
Walnoot			
Peer			
Appel			
Pruim			
Rozijn <sup>1</sup>			
Reine-Claude			
Rabarber <sup>1</sup>			

GROENTEN	JUNI	JULI	AUGUSTUS
Look			
Artisjok			
Witte asperge			
Groene asperge			
Aubergine			
Snijbiet			
Rode biet			

Broccoli			
Wortel			
Groene selder			
Kervel			
Champignon			
Kruilandijvie			
Witte kool			
Chinese kool			
Paksoi			
Bloemkool			
Spitskool			
Koolrabi			
Rodekool			
Groenekool			
Komkommer			
Augurk			
Courgette			
Sjalot			
Spinazie			
Venkel			
Prinsessenboon			
Mais			
Raap			
Ui			
Kardinaalsmuts			
Erwten			
Oesterzwam			
Paprika			
Aardappel			
Peultjes			

Postelein			
Radijs			
Rucola			
Sla			
Zomerspinazie			
Tomaat			

### Wat betekent bewaren?

Bewaring is de opslag (in kelders, op opslagplaatsen) van groenten en fruit om hun smaak te bewaren en te voorkomen dat ze bederven. Bewaring betekent dus niet het invriezen of inblikken van groenten of fruit.

### <sup>1</sup> Beperkte Belgische productie

Oogst

Bewaring



# SEIZOENS GROENTEN EN FRUIT

## HERFST

FRUIT	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER
Abrikoos <sup>1</sup>			
Kastanje			
Kweepeer <sup>1</sup>			
Aardbei			
Framboos			
Kiwibes <sup>1</sup>			
Mirabel			
Meloen <sup>1</sup>			
Hazelnoot			
Walnoot			
Peer			
Appel			
Pruim			
Rozijn <sup>1</sup>			
Reine-claude			

GROENTEN	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER
Look <sup>1</sup>			
Artisjok			
Aubergine			
Snijbiet			
Rode biet			
Broccoli			
Butternutpompoe			
Wortel			
Groene selder			
Knolselderij			
Kervel			
Knolkervel <sup>1</sup>			
Champignon			
Witloof			

Kruandijvie			
Groenlof			
Witte kool			
Spruitjes			
Chinese kool			
Bloemkool			
Boerenkool			
Paksoi			
Spitskool			
Koolrabi			
Romanesco			
Rodekool			
Groenekool			
Winterpostelein			
Komkommer			
Augurk			
Courgette			
Waterkers			
Sjalot			
Spinazie			
Venkel			
Prinsessenboon			
Veldsla			
Mais			
Raap			
Ui			
Pastinaak			
Zoete aardappel			
Kardinaalsmuts			
Wortelpeterselie			
Oesterzwam			
Prei			

Paprika			
Aardappel			
Kastanjepompoe			
Pompoe			
Postelein			
Radicchio			
Witte rammenas			
Rammenas			
Radijs			
Rucola			
Koolraap			
Sla			
Schorseneren			
Zomerspinazie			
Tomaat			
Aardpeer			
Yacon			

### Wat betekent bewaren?

Bewaring is de opslag (in kelders, op opslagplaatsen) van groenten en fruit om hun smaak te bewaren en te voorkomen dat ze bederven. Bewaring betekent dus niet het invriezen of inblikken van groenten of fruit.

### <sup>1</sup> Beperkte Belgische productie

Oogst

Bewaring



# SEIZOENS GROENTEN EN FRUIT

## WINTER

FRUIT	DECEMBER	JANUARI	FEBRUARI
Kastanje			
Hazelnoot			
Walnoot			
Peer			
Appel			

GROENTEN	DECEMBER	JANUARI	FEBRUARI
Look			
Snijbiet			
Rode biet			
Butternutpompoe			
Wortel			
Bleekselderij			
Knolselderij			
Kervel			
Champignon			
Witloof			

Kruandijvie			
Witte kool			
Spruitjes			
Boerenkool			
Rodekool			
Groenekool			
Winterpostelein			
Waterkers			
Sjalot			
Spinazie			
Veldsla			
Raap			
Ui			
Pastinaak			
Zoete aardappel			
Kardinaalsmuts			
Wortelpeterselie			
Oesterzwam			
Prei			
Aardappel			
Kastanjepompoe			
Pompoe			
Witte rammenas			
Rammenas			
Koolraap			
Sla			
Mizuna			
Schorseneren			
Aardpeer			
Yacon			

### Wat betekent bewaren?

Bewaring is de opslag (in kelders, op opslagplaatsen) van groenten en fruit om hun smaak te bewaren en te voorkomen dat ze bederven. Bewaring betekent dus niet het invriezen of inblikken van groenten of fruit.

### 1 Beperkte Belgische productie

Oogst

Bewaring

