

STAGIONALITÀ DELLA VERDURA

	PRIMAVERA	ESTATE	AUTUNNO	INVERNO
AGLIO				
ASPARAGI				
BIETOLE				
BROCCOLI				
CARCIOFI				
CARDI				
CAROTE				
CAVOLI				
CETRIOLI				
CICORIA				
CIPOLLE				
TACCOLE				
FINOCCHI				
FUNGHI				

	PRIMAVERA	ESTATE	AUTUNNO	INVERNO
INSALATA				
MELANZANE				
PATATE				
PEPERONI				
POMODORI				
PORRI				
RADICCHIO				
RAPA				
RAVANELLI				
RUCOLA				
SEDANO				
SPINACI				
ZUCCA				
ZUCCHINE				