

# CALENDARIO DELLA STAGIONALITÀ VERDURE SVIZZERE



## Verdure Svizzere: regionale e di stagione

In Svizzera, tutto l'anno crescono verdure sane nei campi e nelle coltivazioni protette. In ogni stagione si producono molte varietà diverse di ortaggi. Per la maggior parte delle verdure, la stagione inizia in primavera. A seconda della stagione è possibile gustare una moltitudine di verdure svizzere appena raccolte, conservate o lavorate. Il numero di colori, forme, sapori e modi di preparare gli ortaggi è senza limiti.

**VERDURA.CH**

	Gen.	Feb.	Mar.	Apr.	Mag.	Giu.	Lug.	Ago.	Set.	Ott.	Nov.	Dic.
Carciofo												
Melanzana												
Lattuga batavia												
Cavolfiore												
Cavolo navone												
Fagioli												
Broccolo												
Catolagna												
Indiva belga												
Cavolo cinese												
Cicorino rosso												
Lattuga foglia di quercia												
Insalata iceberg												
Indivia (lisca, riccia)												
Piselli												
Cavolo piuma												
Finocchio												
Cetriolo												
Rapa autunnale												
Cardo												
Carota												
Carote a mazzi												
Taccole												
Aglio												
Sedano rapa												
Cavolo rapa												
Lattuga capuccio												
Bietola da costa												
Zucca												
Lattuga												
Porro												
Lollo (verde, rosso)												
Rapa primaverile												
Melone												
Formentino												
Pak-choi												
Pastinaca												
Peperone												
Prezzemolo (liscio, riccio)												
Radice di prezzemolo												
Portulaca												
Ravanello												
Barbabetola												
Ramolaccio												
Rabarbaro												
Romanesco												
Cavolo di Bruxelles												
Cabis rosso												
Rucola												
Scalognò												
Erba cipollina												
Scorzonerà												
Asparago (verde, bianco)												
Spinaci												
Sedano da coste												
Patata dolce												
Pomodoro (rotondo, ramato, cherry, peretto)												
Topinambur												
Cabis bianco												
Verza												
Zucchini												
Cicoria pan di zucchero												
Mais dolce												
Cipolla												
Cipollotto												