

# IN 'T SEIZOEN!

Met deze kalender eet je lekker én gezond

## WINTER

Aardpeer  
Boerenkool  
Knolselder  
Koolraapjes  
Pastinaak  
Pompoen  
Raapjes  
Rammenas  
Rode biet  
Savooikool  
Schorseneren  
Spruitjes  
Veldsla  
Winterpostelein  
Witloof  
Wittekool

Appelen  
Peren  
Mandarijnen  
Sinaasappelen



## LENTE

Andijvie  
Asperges  
Bloemkool  
Doperwtjes  
Raapjes  
Raapstelen  
Radijsjes  
Rode biet  
Spinazie  
Veldsla

Aardbeien  
Rabarber



## ZOMER

Artisjok  
Aubergine  
Bleekselder  
Bloemkool  
Broccoli  
Courgette  
Komkommer  
Koolrabi  
Kropsla  
Paprika  
Prinsessenboontjes  
Radijsjes  
Rode biet  
Rodekool  
Snijbonen  
Spinazie  
Spitskool  
Tomaten  
Venkel

Aardbeien  
Abrikozen  
Appelen  
Blauwe bessen  
Bramen  
Druiven  
Frambozen  
Kersen  
Kruisbessen  
Meloenen  
Mirabelles  
Nectarines  
Perziken  
Pruimen  
Rode bessen  
Vijgen  
Zwarte bessen



## HERFST

Aardpeer  
Boerenkool  
Pastinaak  
Pompoen  
Schorseneren  
Spruitjes  
Veldsla  
Winterpostelein  
Witloof

Appelen  
Druiven  
Kweeperen  
Meloen  
Peren



MET HELE JAAR DOOR  
Aardappelen,  
champignons, groene  
selder, prei, ui en  
wortelen