

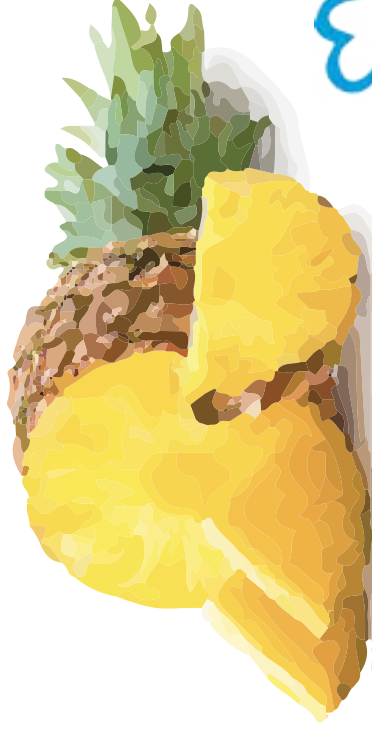
Banane



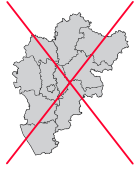
Régardez-les  
pousser



Ananas



Régardez-les  
pousser



Fruit de la passion



Régardez-les  
pousser



Orange



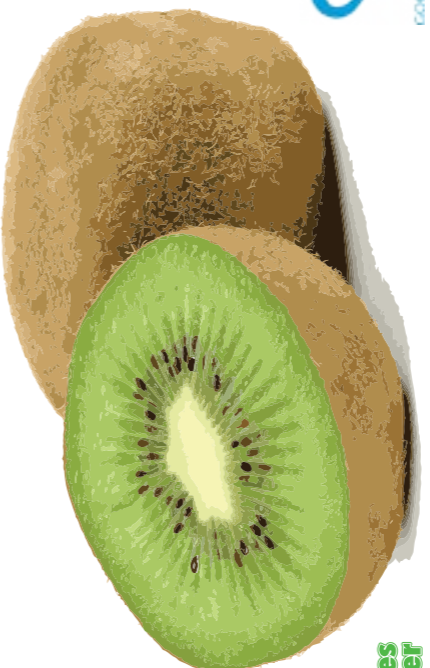
Régardez-les  
pousser





Régardez-les pousser

# Raisin



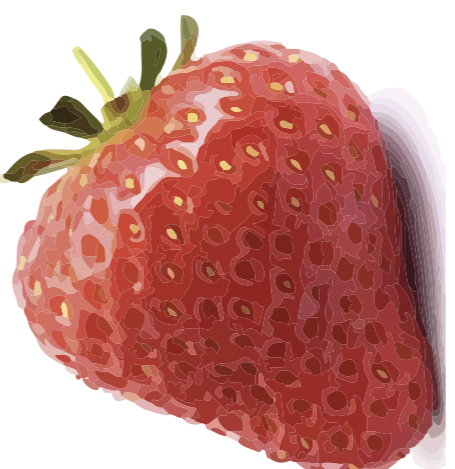
Régardez-les pousser

# Kiwi



Régardez-les pousser

# Framboise



Régardez-les pousser

# Fraise



# Banane



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Costa Rica

Distance jusqu'à la Belgique: environ 9000 km

Conservation: hors du frigo, 2 - 6 jours

Préparation typique: milkshake à la banane



# Ananas



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine Equateur

Distance jusqu'à la Belgique: environ 9000 km

Conservation: hors frigo, endroit sombre, 1 semaine

Préparation typique: glace avec ananas



# Orange



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Espagne

Distance jusqu'à la Belgique: environ 1500 km

Conservation: hors du frigo, 1 - 3 semaines

Préparation typique: jus d'oranges pressées



# Fruit de la passion



Type: légume / fruit

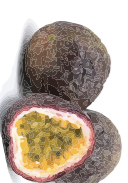
Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Espagne

Distance jusqu'à la Belgique: environ 1500 km

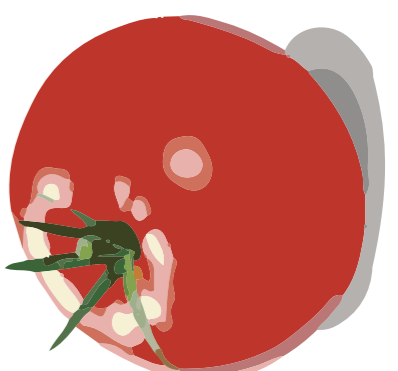
Conservation: hors frigo, 2 - 3 jours

Préparation typique: salade de fruits

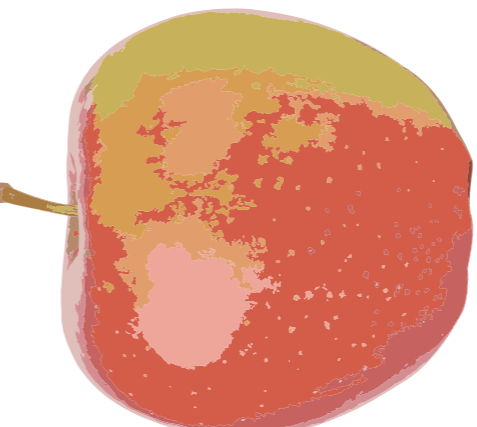




Poire



Tomate



Pomme



Avocat



Kiwi

Type: légume / fruit

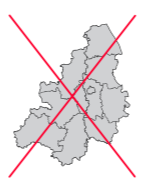
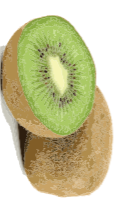
Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Italie

Distance jusqu'à la Belgique: environ 1000 km

Conservation: frigo, 1 - 3 semaines

Préparation typique: salade de fruits



Fraise

Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: frigo, 1 - 3 jours

Préparation typique: coupe de fraises



Raisin

Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Italie

Distance jusqu'à la Belgique: environ 1000 km

Conservation: frigo, 1 semaine

Préparation typique: plateau de fromage et raisins



Framboise

Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

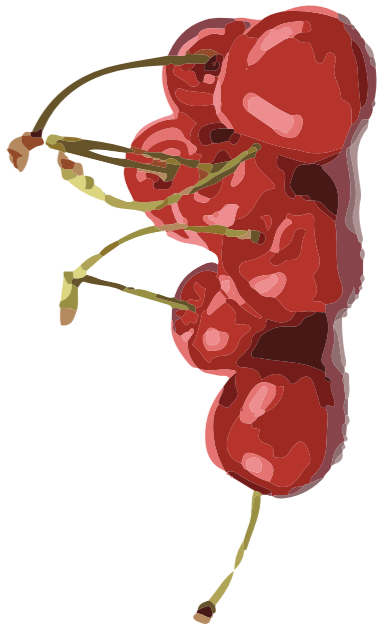
Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

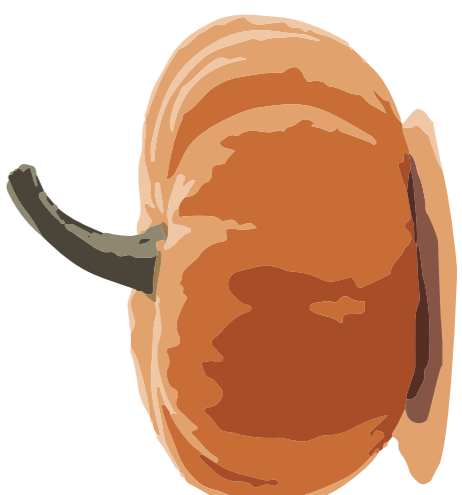
Conservation: frigo, 1 - 3 jours

Préparation typique: tarte aux framboises





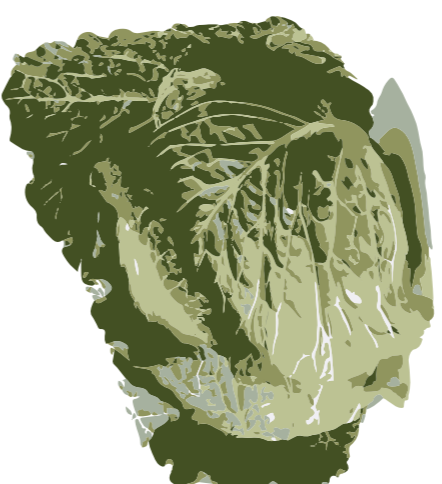
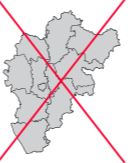
# Cerise



# Potiron



# Melon



# eiowes ap nouç



# Pomme



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver\*

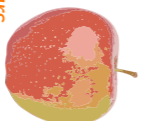
Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: environ 9000 km

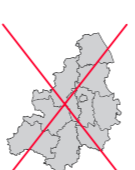
Conservation: hors du frigo, 2 - 6 jours

Préparation typique: milkshake à la banane

\* = conservation dans des entrepôts, des sous-sols ou des réfrigérateurs.



# Avocat



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Espagne, Israël, Kenya, Afrique du Sud, Pérou

Distance jusqu'à la Belgique: entre 3000 et 10000 km

Conservation: hors du frigo, 1 - 6 jours

Préparation typique: guacamole



# Poire



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver\*

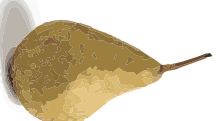
Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: environ 9000 km

Conservation: hors du frigo, 2 - 6 jours

Préparation typique: milkshake à la banane

\* = conservation dans des entrepôts, des sous-sols ou des réfrigérateurs.



# Tomate



Type: légume / fruit (un fruit mangé comme une légume)

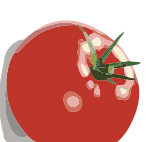
Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, 1 semaine

Préparation typique: spaghetti





# Bettes



# Panais



# Chou-Fleur



# Poireio

# Melon

Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Brésil

Distance jusqu'à la Belgique: environ 9000 km

Conservation: hors du frigo, 2 - 3 jours

Préparation typique: sorbet melon



# Chou de Savoie

Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo (sombre) 1 semaine

Préparation typique: pot au feu



# Cerise

Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, 2 - 5 jours

Préparation typique: confiture de cerises



# Potiron

Type: légume / fruit

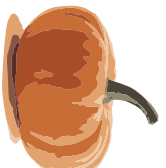
Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, 2 mois

Préparation typique: gratin de potiron





# Topinambour



# Choux Bruxelles



# Chou-rave



# Chicon

# Chou-Fleur



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas (printemps: Espagne)

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 1 semaine

Préparation typique: chou-fleur à la crème



# Bettes



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique (propre jardin)

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, 1 semaine

Préparation typique: quiche



# Poireau



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 2 - 3 jours

Préparation typique: quiche lorraine



# Panais



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, 2 - 6 jours

Préparation typique: gratin de panais





GOODPLANET™



Régardez-les  
pousser

# Betterave rouge



GOODPLANET™



Régardez-les  
pousser

# Pourpier



GOODPLANET™

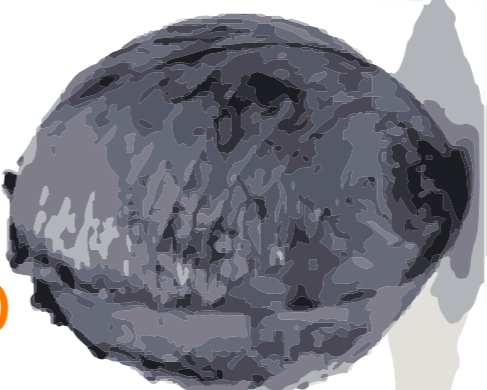


Régardez-les  
pousser

# Asperge



GOODPLANET™



Régardez-les  
pousser

# Chicon noye

# Choux de Bruxelles



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas (printemps et été: Maroc)

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 7 jours

Préparation typique: potée



# Chicon



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 10 jours

Préparation typique: roulades chicon-jambon



# Topinambour



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, max 7 jours

Préparation typique: crème de topinambours



# Chou-rave



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver\*

Origine: Belgique / Pays-Bas (printemps et hiver: Italie)

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 2 semaines

Préparation typique: Chou-rave aux épices

\* = conservation dans des entrepôts, des sous-sols ou des réfrigérateurs.

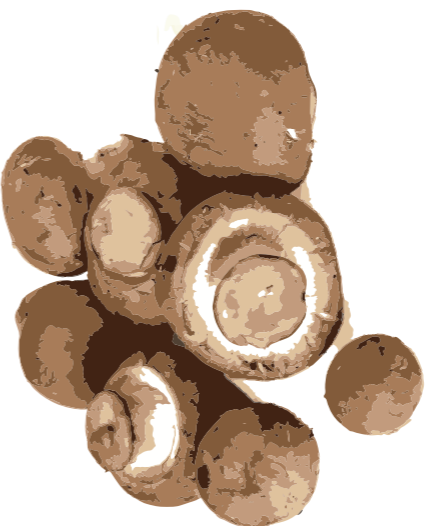




# Noix



# Aubergine



# Chougmueh



# Radis



# Asperge



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 5 jours

Préparation typique: Asperges à la flamande



# Chou rouge



Type: légume / fruit

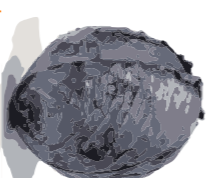
Saison: printemps - été - automne - hiver\*

Origine: Belgique / Pays-Bas

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, 2 - 3 semaines

Préparation typique: chou rouge aux pommes



\* = conservation dans des entrepôts, des sous-sols ou des réfrigérateurs.

# Betterave rouge



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver\*

Origine: Belgique / Pays-Bas

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 1-2 semaines

Préparation typique: salade



\* = conservation dans des entrepôts, des sous-sols ou des réfrigérateurs.

# Pourpier



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 2 jours

Préparation typique: en salade







# Carotte



# Haricots



# Poivron



# Courgette



# Champignon



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas (dans la nature: automne)

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 2 - 3 jours

Préparation typique: toast aux champignons



# Radis



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 6 jours

Préparation typique: comme apéro



# Noix



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, au sec

Préparation typique: dans les salades



# Aubergine



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

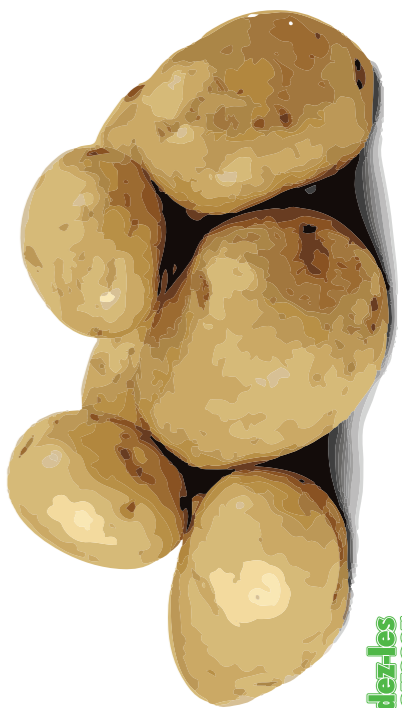
Origine: Belgique (printemps et hiver: Espagne)

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, conservation au sec

Préparation typique: moussaka





Régardez-les pousser



# Pommes de terre



Régardez-les pousser



# Navet



Régardez-les pousser



# Germes de soja



Régardez-les pousser



# Radis noir

# Poivron



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas (printemps et hiver: Espagne)

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, 7 jours

Préparation typique: Poivrons farcis



# Courgette



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas (printemps et hiver: Espagne)

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, 1 semaine

Préparation typique: soupe aux courgettes



# Carotte



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique / Pays-Bas (printemps et hiver: Espagne)

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, conservation au sec

Préparation typique: purée aux carottes



# Haricots



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Pays-Bas (souvent: Espagne, Marocco, Kenya)

Distance jusqu'à la Belgique: environ 9000 km

Conservation: hors du frigo, 4 jours

Préparation typique: haricots verts à l'italienne



\* = conservation dans des entrepôts, des sous-sols ou des réfrigérateurs.



COOPLANET™



Regardez-les pousser

# Brocoli



Regardez-les pousser



COOPLANET™



# Céleri rave



# Germes de soja



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 3 jours

Préparation typique: wok au curry



# Radis noir



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver\*

Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 1 semaine

Préparation typique: dans une salade

\* = conservation dans des entrepôts; des sous-sols ou des réfrigérateurs.



# Pommes de terre



Type: légume / fruit

Saison: printemps\* - été - automne - hiver\*

Origine: Belgique (souvent France ou Allemagne)

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, sec et sombre, 6 mois

Préparation typique: frites

\* = conservation dans des entrepôts; des sous-sols ou des réfrigérateurs.



# Navet



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver\*

Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, sombre, un mois

Préparation typique: petits navets glacés

\* = conservation dans des entrepôts; des sous-sols ou des réfrigérateurs.



# Céleri rave



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver\*

Origine: Belgique

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: hors du frigo, 3 semaines

Préparation typique: purée de céleri

\* = conservation dans des entrepôts, des sous-sols ou des réfrigérateurs.



# Broccoli



Type: légume / fruit

Saison: printemps - été - automne - hiver

Origine: Belgique (printemps et hiver: la France)

Distance jusqu'à la Belgique: 0 km

Conservation: dans le frigo, 2 - 5 jours

Préparation typique: pâtes aux brocolis

