

# Stagionalità dell'inverno

DOTT. SSA SILVIA MEZZARI

La stagionalità varia per la frutta, per la verdura e per il pesce

## VERDURA



CAROTE  
BIETOLINE  
CROCCOLO  
CAVOLFIORE  
CARCIOFO  
CIPOLLA  
FINOCCHI  
INSALATA

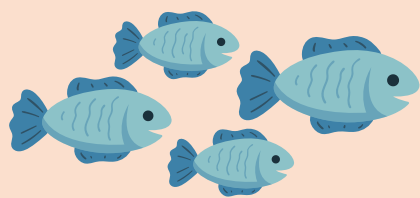
RADICCHIO  
PORRI  
SPINACI  
ZUCCA  
SEDANO  
VERZA  
CAVOLO  
CIME DI RAPA

## FRUTTA

ARANCE  
MELE  
CLEMENTINE  
LIMONI  
MANDARINO  
PERE  
POMPEMO  
KIWI



## PESCE



TRIGLIA  
SARAGO  
RICCIOLA  
SARDINA

PAGELLO  
ALICE  
PESCATRICE  
PALAMITA

