

Lista della spesa di Marzo



Frutta di stagione

- Arance
- Kiwi
- Limoni
- Mandarini, Mele
- Pere, Pompelmi

Verdura di stagione

- Agretti, Asparagi
- Barbabietole, Biete, Broccoli
- Carciofi, Carote
- Cavolfiori e Cavoli (Bruxelles, cappuccio, rosso, verza)
- Cicoria, Cime di rapa, Cipolle
- Finocchi
- Insalata
- Radicchio, Rape
- Sedano, Sedano rapa, Spinaci

Spezie ed erbe aromatiche

- Prezzemolo