

Lista della spesa di Giugno



Frutta di stagione

- Albicocche
- Ciliegie
- Fragole
- Kiwi
- Lamponi, Mirtilli
- Nespole
- Pompelmi

Verdura di stagione

- Asparagi
- Carciofi, Carote, Cetrioli
- Fagiolini
- Melanzane
- Insalate
- Peperoni, Pomodori
- Ravanelli, Rucola
- Sedano, Spinaci
- Zucchine

Spezie ed erbe aromatiche

- Basilico
- Erba cipollina
- Menta
- Peperoncino, Rosmarino
- Salvia