

## LA PLUPART DES LÉGUMES SE CONGÈLENT PENDANT 1 AN



asperge, bette à carde, betterave,  
brocoli, carotte, céleri-rave, choux,  
citrouille, courge, courgette, épinard,  
fines herbes, haricots, maïs, navet,  
oignon vert, panais, poireau, pois  
mange-tout, poivron, rutabaga, tomate

## LES LÉGUMES QUI NE SE CONGÈLENT PAS



concombre, échalotte, endive,  
pomme de terre, radis, laitue



## Manger des légumes hors saison

### ALTERNATIVE #1

LES LÉGUMES DE SERRE



À l'Escargot Gourmand, vous retrouverez à l'année des pousses et des tomates cerises.

### ALTERNATIVE #2

LA CULTURE HYDROPONIQUE



### QU'EST-CE QUE LA CULTURE HYDROPONIQUE

C'EST LA CULTURE DES PLANTES HORS DU SOL, SANS TERRE NATURELLE.

CETTE TECHNIQUE UTILISE DES SOLUTIONS NUTRITIVES ET UN SUBSTRAT MINÉRAL OU VÉGÉTAL POUR SE PASSER DU SUPPORT ET DES APPORTS D'UN SOL.

CETTE TECHNIQUE PERMET DONC UN CONTRÔLE TOTAL DES CONDITIONS DE DÉVELOPPEMENT DES PLANTES (APPORTS OPTIMAUX EN EAU ET EN OXYGÈNE).

À l'Escargot Gourmand, vous trouverez de la laitue et des fines herbes tout au long de l'année grâce au mur d'hydroponie.