

# HUERTA DEL GUADALHORCE

CALENDARIO  
DE VERDURAS Y HORTALIZAS  
DE TEMPORADA  
AL AIRE LIBRE

## VERDURAS Y HORTALIZAS

- ACELGA
- AJOS
- ALCACHOFA
- APIO
- BATATA
- BERENGENA
- BRÓCOLI
- CALABACÍN
- CALABAZA
- CEBOLLA
- CEBOLLETA
- CHÍCHARO
- COL LOMBARDA
- COL VERDE
- COLES DE BRUSELAS
- COLIFLOR
- ESCAROLA
- ESPINACA
- FIJONES
- GUISANTE
- HABA
- HINOJO
- JUDÍA
- LECHUGA HOJA DE ROBLE
- LECHUGA LOLLO ROSA
- LECHUGA MALAGUEÑA
- LECHUGA MARAVILLA
- NABO
- PATATA
- PEPINO
- PIMIENTO ASAR
- PIMIENTO VERDE
- PUERROS
- RABANILLA
- RÁBANO
- REMOLACHA ROJA
- ROMANESCO
- RÚCULA
- TOMATE
- TOMACHE CHERRY
- ZANAHORIA

	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
ACELGA	●	●	●	●	○	○	○	○	○	●	●	●
AJOS	○	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○
ALCACHOFA	●	●	●	○	○						○	●
APIO	●	●	●	○	○	○	○	○	○	●	●	●
BATATA	○	○	○	○					●	●	●	●
BERENGENA						●	●	●	●	●	○	
BRÓCOLI	●	●	●							●	●	●
CALABACÍN					●	●	●	●	●	●		
CALABAZA	○	○	○	○	○	●	●	●	●	●	●	○
CEBOLLA	○	○	●	●	●	●	●	●	●	●	○	○
CEBOLLETA	●	●	●	●						●	●	●
CHÍCHARO							●	●	●	●		
COL LOMBARDA	●	●	●	●	●	○	○	○	○	●	●	●
COL VERDE	●	●	●	●	●	●	○	○	○	●	●	●
COLES DE BRUSELAS	●	●	●	●	●							●
COLIFLOR	●	●	●	●	○					○	●	●
ESCAROLA	●	●	●	●						●	●	●
ESPINACA	●	●	●	●	○					●	●	●
FIJONES									●	●	●	
GUISANTE	●	●	●	●	○						○	●
HABA	●	●	●	●						○	○	●
HINOJO	●	●	●	●	○					●	●	●
JUDÍA					●	●	●	●	●	●	○	
LECHUGA HOJA DE ROBLE	●	●	●	●	●	○			○	●	●	●
LECHUGA LOLLO ROSA	●	●	●	●	●	○			○	●	●	●
LECHUGA MALAGUEÑA	●	●	●	●	●			○	○	●	●	●
LECHUGA MARAVILLA				●	●	●	●	●	●	○		
NABO	●	●	●	○					○	●	●	●
PATATA	○	○	○	○	●	●	○	○	○	○	●	●
PEPINO					●	●	●	●	●	●		
PIMIENTO ASAR							●	●	●	●	●	
PIMIENTO VERDE					●	●	●	●	●	●	●	
PUERROS	●	●	●	●	●	○	○	○	○	●	●	●
RABANILLA	●	●	●	○	○					●	●	●
RÁBANO	●	●	●	○						●	●	●
REMOLACHA ROJA	●	●	●	●	○	○	○	○	○	●	●	●
ROMANESCO	●	●	●	○						○	●	●
RÚCULA	●	●	●	●	○	○			○	●	●	●
TOMATE						●	●	●	●	●	○	
TOMACHE CHERRY						●	●	●	●	●		
ZANAHORIA	●	●	●	●	●	○	○	○	○	○	●	●

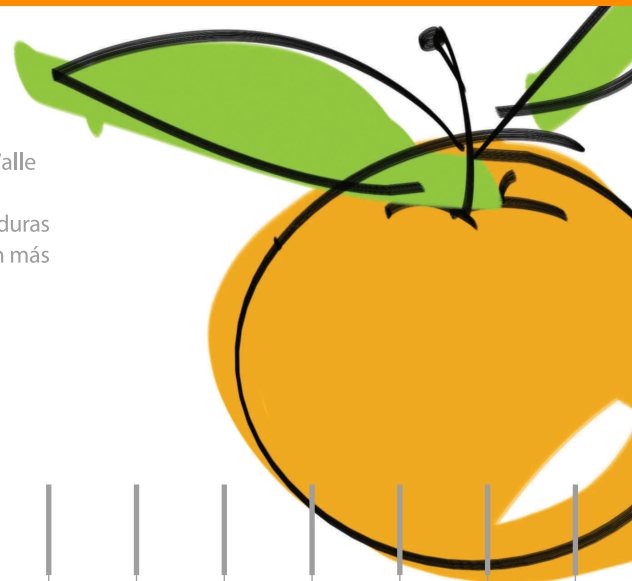
● MES CON INTENSA PRODUCCIÓN ○ MES CON MODERADA PRODUCCIÓN



This project is funded by the European Union



Desde el Grupo de Desarrollo Rural Valle del Guadalhorce (Málaga) estamos fomentando el consumo de frutas, verduras y hortalizas de temporada porque son más **saludables, económicos y más ecológicos.**



## HUERTA DEL GUADALHORCE

### CALENDARIO DE FRUTAS DE TEMPORADA AL AIRE LIBRE

# FRUTAS

- ACEITUNA
- AGUACATE
- ALMENDRA
- ALBARICOQUE
- CEREZAS
- CAQUI
- CHARONI
- CHIRIMOYA
- CHUMBO
- CIRUELA
- GRANADA
- BREVA
- HIGO
- FRESA
- LIMÓN
- MANGO
- MANDARINA
- MANZANA
- MELOCOTÓN
- MELÓN
- MEMBRILLO
- NARANJA
- NECTARINA
- NÍSPERO
- NUECES
- NUECES PACANAS
- NÍSPERO DE INVIERNO
- PERA
- SANDÍA
- UVA

	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
ACEITUNA									●	●	●	
AGUACATE	●	●	●	●	●	●	○	○		●	●	●
ALMENDRA	○	○	○	○	○	●	●	○	●	●	●	○
ALBARICOQUE					●	●	●					
CEREZAS					●	●						
CAQUI									●	●	●	
CHARONI										●	●	○
CHIRIMOYA										●	●	
CHUMBO							○	●	●			
CIRUELA					●	●	●	○				
GRANADA									●	●	●	●
BREVA						●	○					
HIGO							○	●	●	●	○	
FRESA	●	●	●	●	●	●	○					○
LIMÓN	●	●	●	●	●	●	○	○	●	●	●	●
MANGO									●	●	●	○
MANDARINA	●	●	○						○	●	●	●
MANZANA							●	●	●	●	●	●
MELOCOTÓN					○	●	●	●	●	○		
MELÓN						●	●	●	●	○		
MEMBRILLO									●	●	●	
NARANJA	●	●	●	●	●	●	○			●	●	●
NECTARINA					○	●	●					
NÍSPERO				●	●	●						
NUECES	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	●	●
NUECES PACANAS	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
NÍSPERO DE INVIERNO											●	●
PERA						●	●	●				
SANDÍA						●	●	●	●	○		
UVA							●	●	●	●		
ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	

design | signo-grafico.com

MES CON MODERADA PRODUCCIÓN

MES CON INTENSA PRODUCCIÓN

Más saludables porque los alimentos son producidos en sus ciclos naturales y recolectados en su momento más óptimo de maduración, lo que hace que conserven sus mejores propiedades organolépticas y nutricionales.

-Más económicos porque al ser producidos en su temporada, no se necesita el consumo de grandes insumos (plásticos, agroquímicos,...), con lo que su obtención son más baratos.

-Más ecológicos porque al consumir menos recursos son más respetuosos con el medio ambiente.

No lo olvides: por tu salud, por tu bolsillo y por el medio ambiente,

**¡¡¡CONSUME ALIMENTOS DE TEMPORADA!!!**