

Tout au long de l'année, votre magasin Ô Marché Fermier propose à ses clients un échange particulier : le Troc de fruits et légumes.

Vous êtes un particulier éco responsable doté de la passion du jardinage, vous en avez marre du gaspillage et avez envie de partager les saveurs de votre jardin.

Afin de transformer votre essai avec le Troc en succès, en voici les règles :

- Vos fruits et légumes ont été récoltés par vous-même dans votre jardin privé.
- Les fruits et légumes proposés sont issus de la culture raisonnée et n'ont pas été traités après récolte.
- Chaque dépôt de fruits et légumes sera réglementé par une attestation du déposant, datée et signée.
- Les fruits et légumes seront acceptés sous réserve de leur qualité et de la demande du magasin vis à vis de la variété proposée.
- Chaque dépôt est pesé.
- Les prix d'achat des fruits et légumes sont imposés par le magasin.
- Un bon d'achat à utiliser au magasin Ô Marché Fermier vous sera échangé à chaque dépôt de fruit et légumes respectant les règles mentionnées ci-dessus.
- Les bons d'achats pourront être utilisés en plusieurs fois, dans la limite d'un an. Aucun remboursement ne pourra être effectué dessus.

TABLEAU DES VARIÉTÉS SOUHAITÉES PAR LE MAGASIN : QUAND LES SEMER ?

(Si vous disposez d'autres variétés non présentes dans la liste, n'hésitez pas à nous contacter !)

	Quand planter ?	Quand récolter ?
Fruit	Mois	Mois
Fruit	Mois	Mois
Légume	Mois	Mois
Légume	Mois	Mois
Légume	Mois	Mois
Légume	Mois	Mois
Légume	Mois	Mois
Légume	Mois	Mois
Légume	Mois	Mois
Légume	Mois	Mois
Légume	Mois	Mois

LE GUIDE DU «TROQUEUR»



Ô Marché Fermier
Barcelonne du Gers

Qu'est ce que le troc ?

Le troc est l'opération économique par laquelle chaque participant cède la propriété d'un bien (ou d'un groupe de biens) et reçoit en échange un autre bien.

A qui s'adresse-t-il ?

Il s'adresse à tous les particuliers possédant un jardin et des produits adaptés au troc, désireux de ne plus gaspiller et/ou partager leurs saveurs avec autrui.

Comment ça marche ?

Il suffit de proposer ses fruits et légumes au magasin. Selon les besoins et la demande, nous les estimons et donnons en échange un bon d'achat à utiliser dans notre magasin.

Ce guide vous aidera à comprendre le Troc, ses attentes et celle de notre magasin, mais également à savoir planter et récolter les légumes de saisons



Ô Marché Fermier - 1 rue des Pyrénées (à côté de La Poste)
Barcelonne du Gers - 05 62 69 28 94 - www.o-marche-fermier.fr

Calendrier des fruits et légumes de saison



Marché fermier

toutes vos courses en direct de nos fermes !

JANVIER

Fruits : Avocat, Citron, Clémentine
Datte, Fruit de La passion, Grenade, Kaki, Kiwi,
Litchi, Mandarine, Mangue
Orange, Pamplemousse, Poire, Pomme
Légumes : Carotte, Céleri, Choux, Chou de
Bruxelles, Citrouille, Cresson, Endive, Mûche,
Oignon, Poireau, Pomme de terre, Salsifis,
Topinambour

FEVRIER

Fruits : Avocat, Citron, Clémentine
Datte, Fruit de La passion, Grenade, Kaki, Kiwi,
Litchi, Mandarine, Mangue
Orange, Pamplemousse, Poire, Pomme
Légumes : Carotte, Céleri, Choux, Citrouille,
Cresson, Endive, Mûche, Oignon, Poireau, Pomme
de terre, Salsifis, Topinambour

MARS

Fruits : Avocat, Citron, Datte, Fruit de La
passion, Kiwi, Mandarine, Mangue,
Pamplemousse, Pomme
Légumes : Carotte, Céleri, Choux, Endive, Oignon,
Petit oignon blanc, Poireau, Salsifis

AVRIL

Fruits : Avocat, Citron, Fruit de La passion, Kiwi,
Litchi, Mangue
Légumes : Ail, Asperge blanche, Bette, Carotte,
Choux, Epinard, Laitue romaine, Oignon, Petit
oignon blanc, Radis

MAI

Fruits : Avocat, Citron, Fraise, Fruit de La
passion, Kiwi, Mangue
Légumes : Ail, Asperge blanche, Asperge verte,
Aubergine, Bette, Betterave rouge, Choux,
Concombre, Epinard, Fenouil, Laitue romaine,
Petit oignon blanc, Pomme de terre, Radis, Radis
Long, Rhubarbe

JUIN

Fruits : Cerise, Citron, Fraise, Framboise
Fruit de La passion, Groseille, Litchi, Mangue,
Melon, Nectarine, Pastèque, Pêche, Tomates
Légumes : Ail, Artichaut, Asperge blanche
Asperge verte, Aubergine, Bette, Betterave
rouge, Brocoli, Choux, Concombre, Courgette
Epinard, Fenouil, Haricot, Laitue romaine, Navet,
Petit oignon blanc, Petit pois, Poivron
Pomme de terre, Radis, Radis Long, Rhubarbe

JUILLET

Fruits : Abricot, Aiguille, Cassis, Cerise, Citron,
Fraise, Framboise, Fruit de La passion, Groseille,
Litchi, Mangue, Melon, Mûre, Myrtille,
Nectarine, Pastèque, Pêche, Tomates
Légumes : Ail, Artichaut, Aubergine, Bette
Betterave rouge, Brocoli, Choux, Concombre,
Courgette, Cresson, Epinard, Fenouil, Haricot,
Laitue romaine, Maïs, Navet, Pâtisson, Petit
oignon blanc, Petit pois, Poivron, Pomme de
terre, Potiron, Radis, Radis Long

AOUT

Fruits : Abricot, Aiguille, Amande, Cassis, Cerise,
Citron, Datte, Figue, Fraise, Framboise, Fruit de
La passion, Litchi, Mangue, Melon, Mirabelle, Mûre,
Myrtille, Nectarine, Noisette, Pastèque,
Pêche, Poire, Prune, Quetsche, Reine-claude,
Tomates
Légumes : Ail, Artichaut, Aubergine, Bette
Betterave rouge, Brocoli, Carotte, Choux, Chou de
Bruxelles, Concombre, Courge, Courgette,
Cresson, Epinard, Fenouil, Haricot,
Laitue romaine, Maïs, Navet, Oignon, Pâtisson,
Petit oignon blanc, Poivron, Pomme de terre,
Potiron, Radis Long

SEPTEMBRE

Fruits : Amande, Avocat, Châtaigne, Citron,
Coing, Datte, Figue, Framboise, Fruit de La
passion, Litchi, Mangue, Melon, Mirabelle, Mûre,
Myrtille, Nectarine, Noisette, Noix, Pastèque,
Pêche, Poire, Prune, Quetsche, Reine-claude,
Tomates
Légumes : Artichaut, Aubergine, Bette,
Betterave rouge, Brocoli, Carotte, Céleri, Choux,
Citrouille, Concombre, Courge, Courgette,
Cresson, Epinard, Fenouil, Haricot, Laitue
romaine, Maïs, Navet, Oignon, Panais, Pâtisson,
Petit oignon blanc, Poireau, Poivron, Pomme de
terre, Potiron

OCTOBRE

Fruits : Avocat, Châtaigne, Citron, Coing, Datte
Figue, Fruit de La passion, Kaki, Litchi,
Mandarine, Mangue, Marron, Noisette, Noix,
Poire, Pomme, Prune, Quetsche, Raisin
Légumes : Bette, Betterave rouge, Brocoli,
Carotte, Céleri, Choux, Chou de Bruxelles, Ci-
trouille, Courge, Cresson, Epinard, Fenouil,
Laitue romaine, Maïs, Oignon, Panais, Poireau,
Petit oignon blanc, Poireau, Poivron, Pomme de terre,
Potimarron, Potiron, Salsifis, Topinambour

NOVEMBRE

Fruits : Avocat, Châtaigne, Citron, Clémentine,
Datte, Fruit de La passion, Grenade, Kaki, Kiwi,
Kumquat, Mandarine, Mangue, Marron, Noix,
Orange, Poire, Pomme
Légumes : Carotte, Céleri, Choux, Chou de
Bruxelles, Citrouille, Courge, Cresson, Endive,
Epinard, Fenouil, Mûche, Oignon, Panais, Poireau,
Pomme de terre, Potimarron, Salsifis,
Topinambour

DECEMBRE

Fruits : Avocat, Châtaigne, Citron, Clémentine,
Datte, Fruit de La passion, Grenade, Kaki, Kiwi,
Kumquat, Litchi, Mandarine, Mangue, Marron,
Orange, Pamplemousse, Poire, Pomme
Légumes : Carotte, Céleri, Choux, Chou de
Bruxelles, Citrouille, Courge, Cresson, Endive,
Mûche, Oignon, Panais, Poireau, Pomme de terre,
Salsifis, Topinambour