
































# Manger LOCAL, à la bonne saison!



## AROMATES, ÉPICÉS ET LÉGUMES FEUILLES

tahitien   Français Latin		JAN	FEB	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUIL	AOÛT	SEPT	OCT	NOV	DEC
āroe   Aloe Vera <i>Aloe vera</i>													
Baselle <i>Basella alba</i>													
miri   Basilic <i>Ocimum basilicum</i>													
finamo   Cannelle de Ceylan <i>Cinnamomum verum</i>													
finamo   Cannelle de Chine <i>Cinnamomum burmannii</i>													
pota tinitō   Chou chinois <i>Brassica rapa</i>													
fafa taratoni   Chou kanak <i>Abelmoschus manihot</i>													
tirofe   Clou de girofle <i>Syzygium aromaticum</i>													
'āretu mono'i   Citronnelle <i>Cymbopogon citratus</i>													
tete   Coriande (persil chinois) <i>Coriandrum sativum</i>													
tete   Coriande dentelée <i>Eryngium foetidum</i>													
pāto'a vai   Cresson <i>Nasturtium officinale</i>													
taratuna   Estragon anisé <i>Tagetes lucida</i>													
re'a tinitō   Gingembre <i>Zingiber officinale</i>													
Gynura rouge <i>Gynura bicolor</i>													
Gynura vert <i>Gynura procumbens</i>													
Katuk <i>Sauropus androgynus</i>													
Liseron d'eau <i>Ipomoea aquatica</i>													
mineta   Menthe <i>Mentha arvensis</i>													
Moringa <i>Moringa oleifera</i>													
matiti   Noix de Muscade <i>Myristica fragrans</i>													
'ōniāni   Oignon vert <i>Allium fistulosum</i>													
oriāna   Origan tropical <i>Coleus amboinicus</i>													
pereti   Persil <i>Petroselinum crispum</i>													
pepa   Poivre noir <i>Piper nigrum</i>													
'āturi   Pourpier <i>Portulaca oleracea</i>													
hautai   Romarin <i>Salvia rosmarinus</i>													
Roquette <i>Eruca vesicaria</i>													
rauota   Salade <i>Lactuca sativa</i>													
taravia   Sauge officinale <i>Salvia officinalis</i>													
tume   Thym <i>Thymus vulgaris</i>													













Des variations de productions peuvent être importantes selon la variété utilisée, le mode de culture et le climat.  
Observations de la saisonnalité principalement aux îles du vent et îles sous le vent.

Conseils techniques : J.F. Butaud et Gilles T. Parzy, EDEN PARC - Bio Strategies.

# Manger LOCAL, à la bonne saison!

Production maximale  
Production moyenne  
Production faible  
Pas de production

## FRUITS ET ARBRES FRUITIERS : PARTIE 1

tahitien   Français Latin		JAN	FEB	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUIL	AOÛT	SEPT	OCT	NOV	DEC
Abiu <i>Pouteria caimito</i>													
Abricot de saint-domingue <i>Mammea americana</i>													
Açaï <i>Euterpe oleracea</i>													
Acérola <i>Malpighia emarginata</i>													
painapo   Ananas <i>Ananas comosus</i>													
'āvōta   Avocat <i>Persea americana</i>													
autera'a   Amande de badamier <i>Terminalia catappa</i>													
pārapautini   Barbadiene <i>Passiflora quadrangularis</i>													
mai'a   Banane dessert <i>Musa x paradisiaca</i>													
Bilimbi <i>Averrhoa bilimbi</i>													
Bunchosie <i>Bunchosia armeniaca</i>													
kākā'ō   Cacao <i>Theobroma cacao</i>													
taofe   Café <i>Coffea arabica</i>													
Canistel <i>Pouteria campechiana</i>													
raparapa   Carambole <i>Averrhoa carambola</i>													
Baie de panama <i>Muntingia calabura</i>													
Chempédak <i>Artocarpus integer</i>													
tāporo popa'ā   Citron <i>Citrus limon</i>													
tapotapo hutu pua'atoro   Coeur de boeuf <i>Annona reticulata</i>													
rēmene   Combava <i>Citrus hystrix</i>													
tōtara   Corossol <i>Annona muricata</i>													
tūrīana   Durian <i>Durio zibethinus</i>													
tute   Figue <i>Ficus carica</i>													
rahipere   Framboise de tahiti <i>Rubus rosifolius</i> *													
pārapautini   Fruit de la passion <i>Passiflora edulis</i>													
Fruit miracle <i>Synsepalum dulcificum</i>													

\*Espèce menaçant la biodiversité



























Des variations de productions peuvent être importantes selon la variété utilisée, le mode de culture et le climat.  
Observations de la saisonnalité principalement aux îles du vent et îles sous le vent.

Conseils techniques : J.F. Butaud et Gilles T. Parzy, EDEN PARC - Bio Strategies.

# Manger LOCAL, à la bonne saison!

Production maximale  
Production moyenne  
Production faible  
Pas de production

## FRUITS ET ARBRES FRUITIERS : PARTIE 2

tahitien   Français Latin		JAN	FEB	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUIL	AOÛT	SEPT	OCT	NOV	DEC
tuava   Goyave <i>Psidium guajava</i>													
rēmuna   Grenade <i>Punica granatum</i>													
pītā   Jamelongue (faux-pistachier) <i>Syzygium cumini</i> *													
'uru taratoni   Jacque <i>Artocarpus heterophyllus</i>													
Kaki noir <i>Diospyros nigra</i>													
kava   Kava (pométier) <i>Pometia pinnata</i>													
kumquat   Kumquat <i>Citrus japonica</i>													
Langsāt (rincette) <i>Lansium domesticum</i>													
tāporo   Lime <i>Citrus x aurantiifolia</i>													
raitihī   Litchi <i>Litchi chinensis</i>													
Longane (œil du dragon) <i>Dimocarpus longan</i>													
'ānani pa'avete   Mandarine <i>Citrus x reticulata</i>													
hotuarii   Mangoustan <i>Garcinia mangostana</i>													
vī popa'a   Mangue <i>Mangifera indica</i>													
merēni papa'a   Melon <i>Cucumis melo</i>													
mōpae   Mombin <i>Spondias mombin</i>													
mapere   Mûre <i>Morus australis</i>													
Nangaille (noix de mission) <i>Canarium indicum</i>													
Nèfle du japon <i>Eriobotrya japonica</i>													
tī'a'iri   Noix de bancoul <i>Aleurites moluccanus</i>													
Noix de cayenne <i>Pachira aquatica</i>													
matatāmia   Noix de Macadamia <i>Macadamia integrifolia</i>													
Noix Navelée <i>Barringtonia edulis</i>													
'ānani   Orange <i>Citrus x sinensis</i>													
'ānani   Orange de la Punaruu <i>Citrus x sinensis</i>													
'ānani 'ava'ava   Orange amère (bigarade) <i>Citrus x aurantium</i>													

\*Espèce menaçant la biodiversité



Des variations de productions peuvent être importantes selon la variété utilisée, le mode de culture et le climat.  
Observations de la saisonnalité principalement aux îles du vent et îles sous le vent.

Conseils techniques : J.F. Butaud et Gilles T. Parzy, EDEN PARC - Bio Strategies.

# Manger LOCAL, à la bonne saison!

Production maximale  
Production moyenne  
Production faible  
Pas de production

## FRUITS ET ARBRES FRUITIERS : PARTIE 3

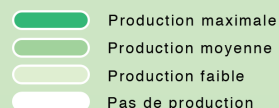
tahitien   Français Latin		JAN	FEB	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUIL	AOÛT	SEPT	OCT	NOV	DEC
<b>pakai</b>   Pacaye <i>Inga feuillei</i>													
<b>'ānani popa'ā</b>   Pamplemousse vert <i>Citrus maxima</i>													
<b>'i'tai</b>   Papaye <i>Carica Papaya</i>													
<b>merēni</b>   Pastèque <i>Citrullus lanatus</i>													
<b>pitaya</b>   Pitaya à la chair blanche <i>Hylocereus undatus</i>													
<b>pitaya</b>   Pitaya à la chair rouge <i>Hylocereus polyrhizus</i>													
<b>pomelo</b>   Pomelo <i>Citrus x paradisi</i>													
<b>tapotapo</b>   Pomme cannelle <i>Annona squamosa</i>													
<b>huero 'anatārīta</b>   Pomme de cajou (acajou) <i>Anacardium occidentale</i>													
<b>vī Tahiti</b>   Pomme Cythère <i>Spondias dulcis</i>													
<b>vī Tahiti</b>   Pomme Cythère naine <i>Spondias dulcis</i>													
<b>Pomme étoile</b> <i>Chrysophyllum cainito</i>													
<b>Pupunha (palmier pêche)</b> <i>Bactris gasipaes</i>													
<b>tēnē</b>   Quenette <i>Melicoccus bijugatus</i>													
<b>mā'a vine</b>   Raisin <i>Vitis vinifera</i>													
<b>vine tātahi</b>   Raisin de mer <i>Coccoloba uvifera</i>													
<b>Ramboutan</b> <i>Nephelium lappaceum</i>													
<b>Rollinia</b> <i>Annona mucosa</i>													
<b>Roselle</b> <i>Hibiscus sabdariffa</i>													
<b>Safou</b> <i>Pachylobus edulis</i>													
<b>tapoti</b>   Sapotille <i>Manilkara zapota</i>													
<b>Sapote (mamey)</b> <i>Pouteria sapota</i>													
<b>Sapote blanche</b> <i>Casimiroa edulis</i>													
<b>Santol</b> <i>Sandoricum koetjape</i>													
<b>māmara, Mue</b>   Surette (girembellier) <i>Phyllanthus acidus</i>													
<b>tāmerēni</b>   Tamarin <i>Tamarindus indica</i>													
<b>Tamarin de Chine</b> <i>Vangueria edulis</i>													

Des variations de productions peuvent être importantes selon la variété utilisée, le mode de culture et le climat.  
Observations de la saisonnalité principalement aux îles du vent et îles sous le vent.

























Conseils techniques : J.F. Butaud et Gilles T. Parzy, EDEN PARC - Bio Strategies.



# Manger LOCAL, à la bonne saison!



## LÉGUMES FRUITS ET GRAINES

tahitien   Français Latin		JAN	FEV	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUIL	AOÛT	SEPT	OCT	NOV	DEC
<b>hua pua'a niho</b>   Aubergine <i>Solanum melongena</i>													
<b>taroti</b>   Carotte <i>Daucus carota subsp. sativus</i>													
<b>pota</b>   Chou <i>Brassica oleracea</i>													
<b>tōtoma tinitō</b>   Chouchoute <i>Secium edule</i>													
<b>fouka</b>   Concombre amer <i>Momordica charantia</i>													
<b>tōtoma</b>   Concombre <i>Cucumis sativus</i>													
<b>Concombre serpent</b> <i>Cucumis melo</i>													
<b>tūtini</b>   Courgette <i>Cucurbita pepo</i>													
<b>'ōporo pūrora</b>   Gombo <i>Abelmoschus esculentus</i>													
<b>pipi</b>   Haricot long <i>Vigna sesquipedalis</i>													
<b>kiwano</b>   Kiwano <i>Cucumis metuliferus</i>													
<b>Luffa</b> <i>Luffa acutangula</i>													
<b>tō Papa'a</b>   Maïs <i>Zea mays</i>													
<b>mautini tinitō</b>   Courge chinoise (tunka) <i>Benincasa hispida</i>													
<b>nāvē</b>   Navet <i>Brassica rapa</i>													
<b>'ōporo</b>   Piment oiseau <i>Capsicum frutescens</i>													
<b>Piment doux</b> <i>Capsicum frutescens</i>													
<b>hētira</b>   Poireau <i>Allium ampeloprasum</i>													
<b>'ōporo mā'aro</b>   Poivron <i>Capsicum annuum</i>													
<b>'ūmara pūtete</b>   Pomme de terre <i>Solanum tuberosum</i>													
<b>mautini</b>   Potiron <i>Cucurbita pepo &amp; C. moschata</i>													
<b>rāti</b>   Radis <i>Raphanus sativus</i>													
<b>Tomate cerise</b> <i>Solanum lycopersicum</i>													
<b>tōmāti</b>   Tomate <i>Solanum lycopersicum</i>													

















Des variations de productions peuvent être importantes selon la variété utilisée, le mode de culture et le climat.  
Observations de la saisonnalité principalement aux îles du vent et îles sous le vent.

Conseils techniques : J.F. Butaud et Gilles T. Parzy, EDEN PARC - Bio Strategies.

# Manger LOCAL, à la bonne saison!

Production maximale  
Production moyenne  
Production faible  
Pas de production

## VIVRIERS ET TRADITIONNELS

tahitien   Français <i>Latin</i>		JAN	FEV	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUIL	AOÛT	SEPT	OCT	NOV	DEC
mai'a   Banane Maohi <i>Musa x paradisiaca</i>													
to   Canne à sucre <i>Saccharum officinarum</i>													
māpē   Chataigne de Tahiti <i>Inocarpus tagifer</i>													
re'a Tahiti   Curcuma <i>Curcuma longa</i>													
fē'i   Fe'i <i>Musa troglodytarum</i>													
'uru   Fruit de l'arbre à pain <i>Artocarpus altilis</i>													
ufi   Igname <i>Dioscorea alata</i>													
'ahi'a Tahiti   Jambosse <i>Syzygium malaccense</i>													
māniota   Manioc <i>Manihot esculenta</i>													
ha'ari   Noix de coco <i>Cocos nucifera</i>													
nono   Noni <i>Morinda citrifolia</i>													
'ūmara   Patate douce <i>Ipomoea batatas</i>													
fara   Polyfruit du pandanus <i>Pandanus tectorius</i>													
taro   Taro <i>Colocasia esculenta</i>													
tarua   Tarua (taro de montagne) <i>Xanthosoma sagittifolium</i>													
vānira   Vanille <i>Vanilla x tahitensis</i>													

Des variations de productions peuvent être importantes selon la variété utilisée, le mode de culture et le climat.  
Observations de la saisonnalité principalement aux îles du vent et îles sous le vent.

Conseils techniques : J.F. Butaud et Gilles T. Parzy, EDEN PARC - Bio Strategies.