

Regionaler Saisonkalender Gemüse

Frische saisonale Lebensmittel aus der Region punkten mehrfach:
Sie schmecken besser und schonen Geldbeutel und Umwelt.

	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez	
Blumenkohl													Blumenkohl
grüne Bohnen													grüne Bohnen
Brokkoli													Brokkoli
Butterrüben													Butterrüben
Champignons *													Champignons *
Erbsen													Erbsen
Fenchel													Fenchel
Frühlingszwiebeln													Frühlingszwiebeln
Grünkohl													Grünkohl
Gurken (Schäl-)													Gurken (Schäl-)
Karotten													Karotten
Kartoffel													Kartoffel
Kohlrabi													Kohlrabi
Kürbis													Kürbis
Lauch													Lauch
Mangold													Mangold
Paprika													Paprika
Pastinaken													Pastinaken
Radieschen													Radieschen
Rettich													Rettich
Rosenkohl													Rosenkohl
Rote Bete													Rote Bete
Rotkohl													Rotkohl
Schwarzwurzeln													Schwarzwurzeln
Sellerie (Knolle)													Sellerie (Knolle)
Spargel													Spargel
Spinat													Spinat
Spitzkohl													Spitzkohl
Staudensellerie													Staudensellerie
Steckrüben													Steckrüben
Tomaten *													Tomaten *
Weißkohl													Weißkohl
Wirsing													Wirsing
Zucchini													Zucchini
Zuckerschoten													Zuckerschoten
Zwiebeln													Zwiebeln

■ = Lagerware ■ = Frisch geerntet * selten/nicht aus Freiland

Die Angaben beruhen auf eigenen Recherchen sowie Informationen der Verbraucherzentralen, des aid-Infodienstes und von regional-saisonal.de. Je nach Witterung und Region kann die Saison auch kürzer oder länger dauern. Bitte fragen Sie im Zweifel Ihren Händler nach der Herkunft. © bio verlag GmbH 2015, Illustrationen: Eva Haak