

Saisonkalender

Gemüse	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sep.	Okt.	Nov.	Dez.
Artischocken					•	•			◦	•	•	•
Auberginen	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	•	◦	◦	◦
Blumenkohl	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	•	◦	◦
Bohnen, grüne					◦	•	•	•	•	◦		
Brokkoli					◦	◦	•	•	•	•	◦	◦
Chinakohl	•	•	•	◦	◦	•	•	•	•	•	•	•
Erbsen					◦	•			◦			
Fenchel	◦	◦	◦	◦			•	•	•	•	•	◦
Frühlingszwiebeln	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	•	◦	◦
Grünkohl	•	•	◦	◦			•	•	•	◦	•	•
Gurken				◦	◦	•	•	•	•	•	◦	◦
Karotten	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	•	•	•
Kohlrabi	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	•	◦	◦
Kürbis	◦						◦	•	•	•	•	◦
Lauch	•	•	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	◦
Mais							◦	•	•	•	•	•
Mangold					◦	•	•	•	•	◦		
Paprikaschoten	◦	◦		◦	◦	•	•	•	•	•	◦	◦
Pastinaken	•	•	•	•	•						•	•
Petersilienwurzeln	◦	◦					◦	◦	◦	•	•	•
Radieschen	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	•	◦	◦	◦
Rettich	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	•	◦	◦	◦
Romanesco					◦	•	•	•	•	◦		
Rosenkohl	•	•	◦				•	•	•	•	•	•
Rote Bete	•	•	◦	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•
Rotkohl	◦	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	•	◦
Schwarzwurzeln	◦	◦	◦							◦	•	•
Sellerie (Knolle)	•	•	•	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•
Sellerie (Staupe)	◦	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	◦	◦
Spargel			◦	•	•	•						
Spinat	◦	◦	•	•	•	◦	◦	◦	•	•	◦	◦
Spitzkohl				◦	◦	◦	•	•	•	◦		
Tomaten	◦	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	◦	◦
Weißkohl	◦	◦	◦	•	◦	◦	◦	◦	•	•	•	◦
Wirsing	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	•	•	◦
Zucchini	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	•	◦	◦
Zuckerschoten						◦	•	•	•	•		

Salate	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sep.	Okt.	Nov.	Dez.
Chicorée	•	•	•	•					◦	◦	•	•
Eichblattsalat	•	•	•	•	◦					•	•	•
Eisbergsalat	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•	•	•	◦	◦
Endiviensalat						◦	◦	◦	◦	•	•	•
Feldsalat	•	•	•	•	◦	◦	◦	◦	◦	•	•	•
Friséesalat						◦	◦	◦	◦	◦	•	•
Kopfsalat	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Lollo Rosso/Bionda				•	•	•	•	•	•	◦		
Löwenzahn				•	•	◦						
Radicchio	•	•	•	•	•						•	•
Rucola				◦	•	•	•	•	•	◦		
Römischer Salat								◦	•	•	•	◦
Sauerampfer			•	•	•	◦						

Heimisches Obst	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sep.	Okt.	Nov.	Dez.
Äpfel						◦	◦	•	•	•	•	•
Aprikosen							◦	•	•	•	•	•
Birnen							◦	•	•	•	•	•
Brombeeren							◦	•	•	•	◦	
Erdbeeren					•	•	•	◦	◦			
Heidelbeeren						◦	•	•	•	•		
Himbeeren					◦	•	•	•	•	•		
Holunderbeeren									•	•		
Johannisbeeren						◦	•	•	•	◦		
Kirschen						•	•	•	•	•		
Mirabellen							◦	•	•	•		
Nektarinen						•	•	•	◦			
Nüsse							◦	◦	•	•	•	◦
Pfirsiche							•	•	•	•		
Pflaumen							•	•	•	•		
Preiselbeeren								•	•	•		
Quitten									◦	•	•	◦
Renekloden							•	•	•	•		
Rhabarber				•	•	•	◦					
Stachelbeeren						•	•	•	◦			
Weintrauben								◦	•	•	•	
Zwetschgen							•	•	•	•		

• = Haupterntezeit ◦ = Vor- bzw. Nachsaison