

Saisonkalender



**SPARE GELD UND
KAUFE GLEICHZEITIG REGIONAL**

Saisonkalender

JANUAR

Chinakohl	Äpfel
Kartoffeln	Birnen
Möhren	
Knoblauch	
Kohl	
Rosenkohl	
Weißkraut	
Kürbis	
Pastinaken	
Porree	
Rote Beete	
Sellerie	
Topinambur	
Feldsalat	
Zwiebel	
Pilze	

FEBRUAR

Chinakohl	Pilze	Äpfel
Kartoffeln	Rucola	Birnen
Möhren		
Knoblauch		
Kohl		
Rosenkohl		
Weißkraut		
Kürbis		
Pastinaken		
Porree		
Rote Beete		
Sellerie		
Topinambur		
Feldsalat		
Zwiebel		

MÄRZ

Kartoffeln	Äpfel
Möhren	
Knoblauch	
Kürbis	
Pastinake	
Porree	
Pilze	
Rote Beete	
Rucola	
Sellerie	
Topinambur	
Feldsalat	
Zwiebel	

APRIL

Kartoffeln	Äpfel
Möhren	
Knoblauch	
Pastinake	
Porree	
Radieschen	
Rhabarber	
Pilze	
Rote Beete	
Rucola	
Sellerie	
Spargel	
Spinat	
Feldsalat	
Zwiebeln	



Saisonkalender

MAI

Kartoffeln	Rhabarber	Erdbeeren
Möhren	Rote Beete	
Knoblauch	Rucola	
Kopfsalat	Sellerie	
Blumenkohl	Spargel	
Kohlrabi	Spinat	
Lollo Rosso	Zwiebeln	
Mangold	Pilze	
Radieschen		

JUNI

Bohnen	Lollo Rosso	Erdbeeren
Erbsen	Mangold	Himbeeren
Broccoli	Paprika	Kirschen
Eisbergsalat	Tomaten	Stachelbeeren
Kartoffeln	Porree	
Fenchel	Radieschen	
Gurken	Rote Beete	
Kopfsalat	Rucola	
Blumenkohl	Sellerie	
Karotten	Spargel	
Knoblauch	Spinat	
Kohl	Stangensellerie	
Kohlrabi	Zucchini	
Weißkraut	Zwiebel	
Rhabarber	Pilze	

JULI

Broccoli	Erbsen	Äpfel
Eisbergsalat	Aubergine	Birnen
Endivien	Paprika	Brombeeren
Kartoffeln	Tomaten	Heidelbeeren
Fenchel	Porree	Erdbeeren
Gurken	Radieschen	Himbeeren
Kopfsalat	Rote Beete	Kirschen
Blumenkohl	Rucola	Johannisbeeren
Karotten	Sellerie	Stachelbeeren
Knoblauch	Spinat	Marillen
Kohl	Stangensellerie	Pfirsiche
Kohlrabi	Zucchini	
Weißkraut	Zuckermais	
Lollo Rosso	Zwiebel	
Mangold	Pilze	
Bohnen		

AUGUST

Bohnen	Kürbis	Brombeeren
Erbsen	Lollo Rosso	Heidelbeeren
Broccoli	Mangold	Erdbeeren
Eisbergsalat	Aubergine	Himbeeren
Endivien	Paprika	Kirschen
Kartoffeln	Tomaten	Marillen
Fenchel	Porree	Pfirsiche
Gurken	Radieschen	Birnen
Kopfsalat	Rettich	Äpfel
Blumenkohl	Rote Beete	Pflaumen
Karotten	Rucola	Johannisbeeren
Knoblauch	Sellerie	Stachelbeeren
Kohl	Spinat	
Kohlrabi	Stangensellerie	
Weißkraut	Zucchini	
Chinakohl	Zuckermais	
Pilze	Zwiebel	



Saisonkalender

SEPTEMBER

Radieschen	Paprika	Brombeeren
Rettich	Tomaten	Heidelbeeren
Rote Beete	Porree	Erdbeeren
Rucola	Kopfsalat	Himbeeren
Sellerie	Blumenkohl	Kirschen
Spinat	Karotten	Marillen
Stangensellerie	Knoblauch	Pfirsiche
Zucchini	Kohl	Birnen
Zuckermais	Kohlrabi	Äpfel
Zwiebel	Weißkraut	Pflaumen
Feldsalat	Rosenkohl	Weintrauben
Radicchio	Bohnen	Holunder
Petersilienwurzel	Erbsen	Preiselbeeren
Pastinake	Fenchel	
Pilze	Endivien	
Kürbis	Kartoffeln	
Lollo Rosso	Eisbergsalat	
Mangold	Chinakohl	
Aubergine	Broccoli	

OKTOBER

Fenchel	Tomate	Äpfel
Endivien	Pastinake	Birnen
Kartoffeln	Petersilienwurzel	Quitten
Eisbergsalat	Porree	Brombeeren
Chinakohl	Radicchio	Himbeeren
Broccoli	Radieschen	Holunder
Kopfsalat	Rettich	Weintrauben
Blumenkohl	Rote Beete	
Karotten	Rucola	
Knoblauch	Schwarzwurzel	
Kohl	Sellerie	
Kohlrabi	Spinat	
Rosenkohl	Stangensellerie	
Weißkraut	Topinambur	
Kürbis	Feldsalat	
Lollo Rosso	Zucchini	
Mangold	Zuckerhut	
Aubergine	Pilze	
Paprika	Zwiebeln	

NOVEMBER

Endivien	Pastinake	Äpfel
Kartoffeln	Porree	Birnen
Eisbergsalat	Rote Beete	
Chinakohl	Rucola	
Blumenkohl	Schwarzwurzel	
Karotten	Sellerie	
Knoblauch	Spinat	
Kohl	Topinambur	
Rosenkohl	Feldsalat	
Weißkraut	Pilze	
Kürbis	Zwiebeln	
Mangold		

DEZEMBER

Chinakohl	Pastinaken	Äpfel
Endivien	Porree	Birnen
Kartoffeln	Rote Beete	
Möhren	Schwarzwurzel	
Knoblauch	Sellerie	
Kohl	Topinambur	
Rosenkohl	Feldsalat	
Weißkraut	Zwiebel	
Kürbis	Pilze	

