

# GEMÜSE

## Welche heimischen Lebensmittel haben wann Saison?

### Saisonkalender



Regionale & saisonale Zutaten reduzieren deinen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck.

- Aubergine
- Blumenkohl
- Bohnen, grüne
- Bohnen, dicke
- Brokkoli
- Butterrüben
- Champignons
- Erbsen
- Fenchel
- Grünkohl
- Gurke / Salatgurke
- Kartoffeln
- Kohlrabi
- Kürbis
- Lauch / Porree
- Lauch- / Frühlingszwiebeln
- Mais
- Mangold
- Möhren / Karotten
- Paprika
- Pastinaken
- Radieschen
- Rosenkohl
- Rote Bete
- Rotkohl
- Schwarzwurzeln
- Spargel
- Spinat
- Spitzkohl
- Staudensellerie
- Steckrüben
- Tomaten
- Topinambur
- Weißkohl
- Wirsingkohl
- Zucchini
- Zuckerschoten
- Zwiebeln

	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Aubergine												
Blumenkohl												
Bohnen, grüne												
Bohnen, dicke												
Brokkoli												
Butterrüben												
Champignons												
Erbsen												
Fenchel												
Grünkohl												
Gurke / Salatgurke												
Kartoffeln												
Kohlrabi												
Kürbis												
Lauch / Porree												
Lauch- / Frühlingszwiebeln												
Mais												
Mangold												
Möhren / Karotten												
Paprika												
Pastinaken												
Radieschen												
Rosenkohl												
Rote Bete												
Rotkohl												
Schwarzwurzeln												
Spargel												
Spinat												
Spitzkohl												
Staudensellerie												
Steckrüben												
Tomaten												
Topinambur												
Weißkohl												
Wirsingkohl												
Zucchini												
Zuckerschoten												
Zwiebeln												

Hauptsaison

Lagerware