

# SAISONKALENDER - OBST UND GEMÜSE

## Frühjahr

21. März bis 20. Juni

Blumenkohl	Kohlrabi
Brokkoli	Mangold
Chicorée	Möhren
Eisbergsalat	Rotkohl
Erdbeeren	Spargel
Frühlingszwiebeln	Spinat
Gurke	Spitzkohl
Heidelbeeren	Weißkohl
Himbeeren	Wirsingkohl
Kartoffeln	Zucchini

## Sommer

21. Juni bis 20. September

Aubergine	Mirabellen
Birne	Pfirsiche
Erdbeeren	Pflaumen
Fenchel	Paprika
Grüne Bohnen	Quitten
Kirschen	Radieschen
Kohlrabi	Steckrüben
Kopfsalat	Tomaten
Mais	Weintrauben
Meerrettich	Zwetschgen

## Herbst

21. September bis 20. Dezember

Apfel	Porree
Birne	Quitten
Blumenkohl	Radicchio
Esskastanien	Rosenkohl
Grünkohl	Rote Bete
Holunderbeeren	Rucola
Kartoffeln	Spinat
Knollensellerie	Süßkartoffeln
Kürbis	Topinambur
Pastinaken	Weißkohl

## Winter

21. Dezember bis 20. März

Bärlauch	Rettich
Champignons	Rosenkohl
Chinakohl	Rote Bete
Feldsalat	Rotkohl
Grünkohl	Sellerieknollen
Haselnüsse	Spinat
Kartoffel	Schwarzwurzel
Kürbis	Walnüsse
Möhren	Wirsingkohl
Porree	Zwiebeln