

SAISONKALENDER

JÄNNER

- Obst** Äpfel, Birnen
- Salat** Chinakohl, Vogerlsalat
- Gemüse** Kartoffeln, Karotten, Knoblauch, Kohl, Kohlsprossen, Kraut, Pastinaken, Lauch, Rote Rüben, Sellerie, Topinambur, Zwiebel, Pilze,

FEBRUAR

- Obst** Äpfel, Birnen
- Salat** Chinakohl, Vogerlsalat, Rucola
- Gemüse** Bärlauch, Kartoffeln, Karotten, Knoblauch, Kohl, Kohlsprossen, Kraut, Pastinaken, Lauch, Rote Rüben, Sellerie, Topinambur, Zwiebel, Pilze,

MÄRZ

- Obst** Äpfel
- Salat** Vogerlsalat, Rucola
- Gemüse** Bärlauch, Kartoffeln, Karotten, Knoblauch, Pastinaken, Lauch, Rote Rüben, Sellerie, Topinambur, Zwiebel, Pilze,

APRIL

- Obst** Äpfel, Rhabarber
- Salat** Vogerlsalat, Rucola
- Gemüse** Bärlauch, Kartoffel, Karotten, Knoblauch, Pastinaken, Lauch, Radieschen, Rote Rüben, Sellerie, Spargel, Spinat, Zwiebel, Pilze

MAI

- Obst** Erdbeeren, Rhabarber, Holunder Blüte
- Salat** Häuptelsalat, Lollo Rosso, Rucola
- Gemüse** Kartoffel, Karfiol, Karotten, Knoblauch, Kohlrabi, Radieschen, Rote Rüben, Sellerie, Spargel, Spinat, Mangold, Zwiebel, Pilze

JUNI

- Obst** Erdbeeren, Himbeeren, Kirschen, Stachelbeeren, Rhabarber, Holunder Blüte
- Salat** Eisbergsalat, Häuptelsalat, Lollo Rosso, Rucola
- Gemüse** Brokkoli, Erbsen, Fenchel, Fisolen, Gurken, Kartoffel, Karfiol, Karotten, Knoblauch, Kohlrabi, Kraut, Radieschen, Rote Rüben, Sellerie, Stangensellerie, Zucchini, Spinat, Mangold, Zwiebel, Pilze, Eierschwammerl, Tomaten, Paprika, Lauch,

SAISONKALENDER

JULI

- Obst** Äpfel, Birnen, Brombeeren, Heidelbeeren, Erdbeeren, Himbeeren, Kirschen, Pfirsiche, Marillen, Stachelbeeren, Ribisel
- Salat** Eisbergsalat, Endivien, Häuptelsalat, Lollo Rosso
- Gemüse** Brokkoli, Erbsen, Fenchel, Fisolen, Gurken, Kartoffel, Karfiol, Karotten, Knoblauch, Kohl, Kohlrabi, Kraut, Radieschen, Rote Rüben, Sellerie, Stangensellerie, Zucchini, Spinat, Mangold, Zwiebel, Pilze, Eierschwammerl, Tomaten, Paprika, Lauch, Melanzani, Zuckermais

AUGUST

- Obst** Äpfel, Birnen, Brombeeren, Heidelbeeren, Erdbeeren, Himbeeren, Holunderbeeren, Kirschen, Pfirsiche, Marillen, Stachelbeeren, Ribisel, Zwetschken
- Salat** Chinakohl, Eisbergsalat, Endivien, Häuptelsalat, Lollo Rosso, Rucola
- Gemüse** Brokkoli, Erbsen, Fenchel, Fisolen, Gurken, Kartoffel, Karfiol, Karotten, Knoblauch, Kohl, Kohlrabi, Kraut, Kürbis, Rettich, Radieschen, Rote Rüben, Sellerie, Stangensellerie, Zucchini, Spinat, Mangold, Zwiebel, Pilze, Eierschwammerl, Tomaten, Paprika, Lauch, Melanzani, Zuckermais

SEPTEMBER

- Obst** Äpfel, Birnen, Brombeeren, Heidelbeeren, Himbeeren, Holunderbeeren, Pfirsiche, Preiselbeeren, Weintrauben, Zwetschken
- Salat** Chinakohl, Eisbergsalat, Endivien, Häuptelsalat, Lollo Rosso, Rucola, Radicchio, Vogersalat
- Gemüse** Brokkoli, Fenchel, Fisolen, Kartoffel, Karfiol, Karotten, Knoblauch, Kohl, Kohlsprossen, Kraut, Kürbis, Radieschen, Rettich, Rote Rüben, Sellerie, Stangensellerie, Zucchini, Spinat, Mangold, Zwiebel, Pilze, Tomaten, Paprika, Pastinaken, Petersilienwurzel, Lauch, Melanzani, Zuckermais

OKTOBER

- Obst** Äpfel, Birnen
- Salat** Chinakohl, Eisbergsalat, Endivien, Rucola, Vogersalat
- Gemüse** Kartoffel, Karfiol, Karotten, Knoblauch, Kohl, Kohlsprossen, Kraut, Kürbis, Pilze, Mangold, Pastinaken, Lauch, Rote Rüben, Schwarzwurzel, Sellerie, Spinat, Topinambur, Zwiebel

NOVEMBER

- Obst** Äpfel, Birnen
- Salat** Chinakohl, Eisbergsalat, Endivien, Rucola, Vogersalat
- Gemüse** Kartoffel, Karfiol, Karotten, Knoblauch, Kohl, Kohlsprossen, Kraut, Kürbis, Pilze, Mangold, Pastinaken, Lauch, Rote Rüben, Schwarzwurzel, Sellerie, Spinat, Topinambur, Zwiebel

DEZEMBER

- Obst** Äpfel, Birnen
- Salat** Chinakohl, Endivien, Vogersalat
- Gemüse** Kartoffel, Karotten, Knoblauch, Kohl, Kohlsprossen, Kraut, Kürbis, Pilze, Pastinaken, Lauch, Rote Rüben, Schwarzwurzel, Sellerie, Topinambur, Zwiebel