

Welches heimische Obst & Gemüse hat wann Saison?



Frühjahr

Obst und Gemüse, die zur richtigen Jahreszeit geerntet werden, wie z. B. Beeren ab Mai, enthalten mehr Vitamine, mehr Nährstoffe und weniger Verpackung.

Rhabarber
Erdbeeren
Frühlingszwiebel
Kohlrabi
Endiviensalat
Kopfsalat
Spinat
Bärlauch
Mangold
Spargel
Mairübe
Radieschen
Möhren
Chicorée
Erbsen



Sommer

Rhabarber
Himbeeren
Kirschen
Blaubeeren
Johannisbeeren
Äpfel
Birnen
Kohlralbi
Salate
Kräuter
Mangold
Zucchini
Brokkoli
Paprika
Tomaten
Gurke
Mais

Herbst

Trauben
Pflaumen
Äpfel
Birnen
Hagebutten
Nüsse
Kürbis
Kohlralbi
Wirsing
Salate
Kräuter
Spinat
Fenchel
Zwiebel
Kartoffeln
Maronen
Pilze

Winter

Grünkohl
Rosenkohl
Chinakohl
Rotkohl
Lauch
Wirsing
Rote Beete
Steckrübe
Petersilienwurzel
Pastinaken
Chicorée
Feldsalat
Meerrettich
Zwiebel
Kartoffeln
Möhren
Maronen

Saison Regional Bio Fair



Umweltbewußt und nachhaltig einkaufen

Gemüse & Obst
Saisonkalender



TROPICA VERDE

Tropica Verde e. V.
Informationsbüro im Ökohaus
Kasseler Str. 1A
60486 Frankfurt am Main
Telefon +49 (0)69 75 15 50



tropica-verde.de



[@tropicaverde](https://www.instagram.com/tropicaverde)



mail@tropica-verde.de