



Saisonkalender Obst & Gemüse

Wann schmeckt was am besten? Zum Aufhängen in Küche, Gruppenraum oder Elternbereich.



Frühling (März – Mai)

Gemüse

Spargel · Spinat · Radieschen · Kohlrabi · Rhabarber · junge Möhren · Frühlingszwiebeln · Salate

Obst

ab Mai: die ersten Erdbeeren



Sommer (Juni – August)

Gemüse

Tomaten · Gurken · Zucchini · Paprika · Brokkoli · Bohnen · Erbsen · Fenchel

Obst

Erdbeeren · Kirschen · Himbeeren · Heidelbeeren · Pflaumen



Herbst (September – November)

Gemüse

Kürbis · Rote Bete · Rosenkohl · Wirsing · Lauch · Sellerie · Pastinaken · Pilze

Obst

Äpfel · Birnen · Trauben · Quitten



Winter (Dezember – Februar)

Gemüse

Grünkohl · Rotkohl · Weißkohl · Schwarzwurzeln · Feldsalat · Chicorée · Lagermöhren · Kartoffeln

Obst

Lageräpfel und -birnen · Zitrusfrüchte (Import)