

# » SAISONKALENDER

Saisonal und regional  
schmeckt's besser!

OBST	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Äpfel	Orange	Orange	Orange	Orange			Grün	Grün	Grün	Grün	Orange	Orange
Birnen	Orange	Orange					Grün	Grün	Grün	Grün	Orange	Orange
Brombeeren							Grün					
Erdbeeren					Grün	Grün						
Heidelbeeren							Grün		Grün			
Himbeeren						Grün	Grün		Grün	Grün		
Kirschen						Grün						
Marillen							Grün	Grün				
Pfirsiche							Grün	Grün	Grün			
Weintrauben									Grün	Grün		
Zwetschken								Grün	Grün			
GEMÜSE	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Brokkoli						Grün	Grün	Grün	Grün	Grün		
Chinakohl	Orange	Orange					Grün	Grün	Grün	Grün	Orange	Orange
Endiviansalat							Grün			Grün	Grün	Orange
Erbsen							Grün	Grün				
Erdäpfel	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange						Orange	
Fisolen							Grün	Grün				
Fenchel							Grün	Grün	Grün	Grün		
Feldgurken					Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Orange	
Häuplsalat					Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün		
Karotten	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange		Grün	Grün	Grün	Grün	Orange	Orange
Knoblauch	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange			Orange	Orange	Orange	
Knollensellerie	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange			Grün	Grün	Orange	
Kohl	Orange	Orange				Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Orange
Kohlrabi					Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün		
Kohlsprossen	Grün	Grün							Grün	Grün	Grün	Grün
Kraut	Orange	Orange				Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Orange	Orange
Kürbis	Orange	Orange	Orange					Grün	Grün	Grün	Orange	Orange
Mais							Grün	Grün	Grün	Grün		
Mangold					Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	
Melanzani							Grün	Grün	Grün	Grün		
Paprika						Grün	Grün	Grün	Grün			
Paradeiser						Grün	Grün	Grün	Grün			
Pastinaken	Orange	Orange	Orange	Orange					Grün	Grün	Orange	Orange
Porree	Grün	Orange	Orange	Orange		Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün
Radicchio									Grün	Grün		
Radieschen				Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün		
Rote Rübe	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange			Grün	Grün	Orange	
Spargel				Grün	Grün	Grün						
Spinat				Grün	Grün	Grün			Grün	Grün	Grün	
Stangensellerie						Grün	Grün	Grün	Grün	Grün		
Vogerlsalat	Grün	Grün	Grün	Grün					Grün	Grün	Grün	Grün
Zucchini						Grün	Grün	Grün	Grün	Grün		
Zwiebeln	Orange	Orange	Orange	Orange	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Orange	Orange	



Lagerobst/Lagergemüse



Frischobst/Frischgemüse



keine Saison



Österreichische  
Gesundheitskasse