

## Saisonkalender für Gemüse und Salate

	Jan.	Feb.	März	Apr.	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sep.	Okt.	Nov.	Dez.
Artischocken												
Auberginen												
Batavia												
Blumenkohl												
Bodenkohlrabi												
Bohnen												
Broccoli												
Catalogna												
Chicorée												
Chinakohl												
Cicorino rot												
Eisbergsalat												
Endivien gekraut												
Endivien glatt												
Erbsen												
Federkohl												
Fenchel												
Gurken												
Herbstrübe												
Kabis												
Kardv												
Karotten												
Kartoffeln												
Frühkartoffeln												
Kefen												
Knoblauch												
Knollensellerie												
Kohlrabi												
Kopfsalat												
Krautstiel												
Kürbis												
Lattich												
Lauch												
Lollo rot												
Löwenzahn												
Mairübe												
Melone												

Mit Hilfe der untenstehenden Tabelle können Sie Ihre eigene „Cuisine du Marché“ verwirklichen. Frisches Saison Gemüse und heimische Salate ermöglichen zu jeder Jahreszeit eine kulinarische Vielfalt und haben neben dem Vorzug der Frische auch noch ein paar ökologische Vorteile.

	Jan.	Feb.	März	Apr.	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sep.	Okt.	Nov.	Dez.
Nüsslisalat (Nüsseler)												
Pak-choi												
Paprika												
Pastinaken												
Peperoni												
Petersilie												
Portulak												
Radieschen												
Randen (Rote Bete)												
Retlich												
Rhabarber												
Romanesco												
Rosenkohl												
Rotkabis												
Rüben												
Salate (diverse)												
Schalotten												
Schnittlauch												
Schnittmangold												
Schwarzwurzel												
Sellerie												
Spargeln (grün & weiss)												
Spinat												
Stangensellerie												
Tomaten												
Cherry Tomaten												
Peretitomate												
Rispen tomate												
Topinambur												
Weisskabis												
Wirz												
Zucchetti												
Zuckerhut												
Zuckermais												
Zwiebeln												
Zwiebeln am Bund												

