

Saisonkalender für Obst & Gemüse

🌱 Frühling (März – Mai)

👉 Frisches Grün, erste zarte Frühlingsfrüchte

März

🌱 Gemüse: Lauch, Spinat, Feldsalat, Rote Bete, Pastinaken, Karotten, Chicorée, Rosenkohl, Topinambur

🍏 Obst: Lagerware: Äpfel, Birnen

April

🌱 Gemüse: Spargel (erste Ernte), Rhabarber, Bärlauch, Radieschen, Frühlingszwiebeln, Kohlrabi, Mangold, Rettich, Spinat

🍏 Obst: Lagerware: Äpfel, Birnen

Mai

🌱 Gemüse: Grüner & weißer Spargel, Rhabarber, Bärlauch, Radieschen, Frühlingszwiebeln, Kohlrabi, Spinat, Rucola, Mangold, Frühkartoffeln

🍓 Obst: Erdbeeren (erste Ernte)

Weitere Themen.Trends.Tipps. –
Exklusiv auf weiden-region.de © 2024-2025

☀️ Sommer (Juni – August)

👉 Die Vielfalt ist riesig! Frisches Obst & knackiges Gemüse

Juni

🌱 Gemüse: Tomaten, Zucchini, Gurken, Paprika, Blumenkohl, Brokkoli, Bohnen, Fenchel, Karotten, Salate

🍓 Obst: Erdbeeren, Kirschen, Himbeeren, Johannisbeeren, Aprikosen, Rhabarber

Juli

🌱 Gemüse: Tomaten, Gurken, Paprika, Zucchini, Bohnen, Brokkoli, Blumenkohl, Auberginen, Radieschen, Rote Bete

🍑 Obst: Himbeeren, Johannisbeeren, Brombeeren, Pfirsiche, Nektarinen, Blaubeeren, Melonen

August

🌱 Gemüse: Tomaten, Gurken, Paprika, Zucchini, Kürbis (erste Sorten), Mais, Bohnen, Möhren, Radieschen, Fenchel

🍇 Obst: Zwetschgen, Trauben, Äpfel (erste Sorten), Wassermelonen, Pfirsiche, Nektarinen

Saisonkalender für Obst & Gemüse

Herbst (September – November)


 *Erntezeit für Wurzelgemüse & robuste Früchte*
September

 **Gemüse:** Kürbis, Mais, Rote Bete, Möhren, Sellerie, Fenchel, Kohl (erste Sorten), Zwiebeln

 **Obst:** Äpfel, Birnen, Zwetschgen, Quitten, Weintrauben, Holunderbeeren

Oktober

 **Gemüse:** Kürbis, Rosenkohl, Wirsing, Weißkohl, Rotkohl, Sellerie, Steckrüben, Lauch, Topinambur

 **Obst:** Äpfel, Birnen, Quitten, Weintrauben, Preiselbeeren, Hagebutten


November


 **Gemüse:** Grünkohl, Pastinaken, Chicorée, Steckrüben, Kohl (alle Sorten), Porree


 **Obst:** Äpfel (lagerfähig), Birnen (lagerfähig)

Weitere Themen.Trends.Tipps. –
Exklusiv auf weiden-region.de © 2024-2025


Winter (Dezember – Februar)


 *Lagergemüse, Kohlsorten & robuste Salate*
Dezember

 **Gemüse:** Grünkohl, Rosenkohl, Feldsalat, Rote Bete, Weißkohl, Rotkohl, Wirsing, Steckrüben, Lauch

 **Obst:** Lagerware: Äpfel, Birnen

Januar

 **Gemüse:** Chicorée, Lauch, Schwarzwurzeln, Steckrüben, Karotten, Feldsalat, Pastinaken

 **Obst:** Lagerware: Äpfel, Birnen

Februar

 **Gemüse:** Weißkohl, Rotkohl, Grünkohl, Feldsalat, Lauch, Rote Bete, Pastinaken

 **Obst:** Lagerware: Äpfel, Birne