

Gemüse & Obst der Saison

Jänner	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Green						Red	Red	Red	Red	Green	
Green	Green					Red	Red	Red	Red	Green	
					Red	Red	Red	Red	Red		
Green	Green					Red	Red	Red	Red	Green	
					Red	Red	Red	Red	Red	Red	Green
Green	Green	Green	Green	Green	Red	Red	Red	Red	Red	Green	Green
				Red	Red	Red	Red	Red	Red		
					Red	Red	Red	Red	Red		
					Red	Red	Red	Red	Red		
				Red	Red	Red	Red	Red	Red	Green	
Green	Green	Green	Green	Green	Red	Red	Red	Red	Red	Green	Green
					Red	Red	Red	Red	Red		
Green	Green				Red	Red	Red	Red	Red	Red	Green
				Red	Red	Red	Red	Red	Red		
Red	Red							Red	Red	Red	Red
Green	Green				Red	Red	Red	Red	Red	Green	Green
Green								Red	Red	Green	Green



Äpfel



Birnen



Broccoli



Brombeeren



Chinakohl



Endivien



Erbsen



Erdäpfel



Erdbeeren



Feldgurken



Fenchel



Fisolen



Häuptelsalat



Heidelbeere



Himbeeren



Karfiol



Karotte



Kirschen



Knoblauch



Kohl



Kohlrabi



Kohlsprossen



Kraut



Kürbis

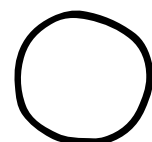
REGIONAL –
SAISONAL –
BIOLOGISCH –
KONTROLLIERT

www.muttererde.at

- reif in Österreich
- österreichische Lagerware
- nicht aus heimischer Produktion verfügbar

DIE UMWELTBERATUNG hat Daten und Fotos für diesen Kalender zur Verfügung gestellt. Rezepte mit regionalen, saisonalen und biologischen Zutaten finden Sie auf www.umweltberatung.at/rezepte

Fotos/fotolia.com



MUTTER ERDE

Gemüse & Obst der Saison

Jänner	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
				■	■	■	■	■	■		
						■	■	■			
				■	■	■	■	■	■		
						■	■	■			
					■	■	■	■	■		
					■	■	■	■	■		
									■		
											■
■	■	■						■	■		
								■	■		
					■	■	■	■	■		
■	■	■	■								

-  Lollo Rosso
-  Mais
-  Mangold
-  Marillen
-  Melanzani
-  Paprika
-  Pastinaken
-  Pflirsche
-  Porree
-  Quitten
-  Radicchio
-  Radieschen
-  Ribiseln
-  Rote Rüben
-  Sellerie
-  Spargel
-  Spinat
-  Stangensellerie
-  Tomaten
-  Vogerlsalat
-  Weintrauben
-  Zwiebel
-  Zucchini
-  Zwetschken

REGIONAL –
SAISONAL –
BIOLOGISCH –
KONTROLLIERT
www.muttererde.at

- reif in Österreich
- österreichische Lagerware
- nicht aus heimischer Produktion verfügbar

DIE UMWELTBERATUNG hat Daten und Fotos für diesen Kalender zur Verfügung gestellt. Rezepte mit regionalen, saisonalen und biologischen Zutaten finden Sie auf www.umweltberatung.at/rezepte

Fotos/fotolia.com