



Vorteile nützen. Klima schützen.

Regionale Lebensmittel

Saisonkalender für regionales Obst & Gemüse

Fotos: Florian Lechner Innsbruck



Initiative DoppelPlus / kontakt@doppelplus.tirol
www.doppelplus.tirol



www.doppelplus.tirol

GEMÜSE

OBST

	JÄN	FEB	MÄRZ	APR	MAI	JUNI	JULI	AUG	SEPT	OKT	NOV	DEZ
Äpfel	☺	☺	☺									
Birnen	☺			☺								
Erdbeeren					☺							
Heidelbeeren												
Himbeeren												
Kirschen						☺						
Marillen												
Rhabarber												
Ribisel/Johannisbeeren												
Stachelbeeren						☺	☺					
Zwetschen												
Bohnen												
Brokkoli												
Chinakohl			☺									
Endiviansalat							☺					
Erdäpfel												
Fenchel												
Freilandgurken												
Glashausgurken			☺	☺	☺	☺	☺	☺				
Jungzwiebeln												
Karfiol												
Karotten			☺	☺								
Kohl												
Kohlrabi												
Kraut												
Kresse												
Kürbis												
Mangold												
Paprika							☺	☺	☺			
Pastinaken			☺								☺	☺
Petersilie												
Porree												
Radichio												
Radisheschen												
Retich												
Röhren												
Rucola												
Salat / Vogelsalat												
Schnittlauch												
Schwarzer Rettich												
Sellerie							☺	☺				
Spargel												
Spinat												
Spargensellerie												
Spargensellerie												
Tomaten				☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺		
Zucchini												
Zuckerhut Salat												
Zuckermais												
Zwiebeln												

☺ Restosterreich

☺ Tirol

