



Vorteile nützen. Klima schützen.

Regionale Lebensmittel

Saisonkalender für regionales Obst & Gemüse



www.doppelplus.tirol

OBST

	JÄN	FEB	MÄRZ	APR	MAI	JUNI	JULI	AUG	SEPT	OKT	NOV	DEZ
Äpfel	🍏	🍏	🍏				🍏	🍏	🍏	🍏	🍏	🍏
Birnen								🍏	🍏	🍏	🍏	🍏
Erdbeeren					🍓	🍓	🍓					
Heidelbeeren							🍓	🍓	🍓			
Himbeeren						🍓	🍓	🍓	🍓			
Kirschen						🍓	🍓					
Marillen							🍓	🍓				
Rhabarber					🍓	🍓	🍓	🍓				
Ribisel/Johannisbeeren						🍓	🍓	🍓				
Stachelbeeren						🍓	🍓	🍓				
Zwetschken							🍓	🍓	🍓			

GEMÜSE

Bohnen				🍆		🍆	🍆	🍆	🍆	🍆		
Brokkoli						🍆	🍆	🍆	🍆			
Chinakohl	🍆	🍆	🍆						🍆	🍆	🍆	🍆
Endiviensalat									🍆	🍆	🍆	🍆
Erdäpfel	🍆	🍆	🍆			🍆			🍆	🍆	🍆	🍆
Fenchel					🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Freilandgurken						🍆	🍆	🍆	🍆	🍆		
Glashausgurken				🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆		
Jungzwiebeln				🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆		
Karfiol						🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Karotten	🍆	🍆	🍆		🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Kohl						🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Kohlrabi					🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆		
Kraut	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Kren	🍆	🍆	🍆				🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Kresse	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Kürbis								🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Mangold					🍆	🍆						
Paprika					🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆		
Pastinaken	🍆	🍆	🍆								🍆	🍆
Petersilie				🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Porree					🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Radicchio						🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Radieschen				🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆		
Rettich						🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Rohren	🍆	🍆	🍆						🍆	🍆	🍆	🍆
Rucola				🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆		
Salat / Vogerlsalat			🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆		
Schnittlauch				🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Schwarzer Rettich	🍆	🍆	🍆						🍆	🍆	🍆	🍆
Sellerie	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Spargel				🍆	🍆							
Spinat				🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Sprossenkohl	🍆	🍆	🍆						🍆	🍆	🍆	🍆
Stangensellerie						🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Tomaten				🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆		
Zucchini						🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆
Zuckerhut Salat	🍆									🍆	🍆	🍆
Zuckermais							🍆	🍆	🍆			
Zwiebeln	🍆	🍆	🍆			🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆	🍆



🍏 Tirol
 🍏 Restösterreich

Quelle: tiroler-saisonskalender.pdf (hall-wattens.at)





© Fotos: Florian Lechner, Innsbruck



Initiative DoppelPlus / kontakt@doppelplus.tirol

www.doppelplus.tirol

