



Fotos: Florian Lechner



kontakt@doppelplus.tirol
www.doppelplus.tirol



Doppel
Plus

Vorteile nützen. Klima schützen.

Regionale Lebensmittel

Saisonkalender für regionales Obst & Gemüse

		JANUAR	FEBRUAR	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DEZEMBER
OBST	Äpfel	🏠	🏠	🏠	🏠	🏠			🍃	🍃	🍃	🏠	🏠
	Birne	🏠							🍃	🍃	🍃	🏠	🏠
	Brombeeren								🍃	🍃	🍃		
	Erdbeeren					🍃	🍃	🍃					
	Heidelbeeren						🍃	🍃	🍃	🍃			
	Himbeeren						🍃	🍃	🍃	🍃			
	Kirschen						🍃	🍃					
	Marillen							🍃	🍃				
	Preiselbeeren									🍃	🍃		
	Ribisel							🍃	🍃				
	Stachelbeeren						🍃	🍃	🍃				
	Tafeltrauben									🍃	🍃		
	Zwetschken									🍃	🍃		
GEMÜSE	Bohnen							🍃	🍃	🍃	🍃		
	Brokkoli						🍃	🍃	🍃	🍃			
	Chinakohl	🍃	🍃	🍃						🍃	🍃	🍃	🍃
	Endiviensalat									🍃	🍃	🍃	
	Fenchel					🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	
	Freilandgurke						🍃	🍃	🍃	🍃			
	Gartensalate				🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃		
	Grünkohl	🍃	🍃								🍃	🍃	🍃
	Jungzwiebeln				🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃		
	Karfiol						🍃	🍃	🍃	🍃			
	Karotten	🏠	🏠	🏠	🏠		🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🏠	🏠
	Kartoffeln	🏠	🏠	🏠	🏠		🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🏠	🏠
	Knoblauch	🏠	🏠					🍃	🍃	🍃	🍃	🏠	🏠
	Kohl						🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃
	Kohlrabi					🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	
	Kraut	🍃	🍃	🍃			🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃
	Kren	🍃	🍃	🍃				🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃
	Kresse	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃
	Kürbis	🏠	🏠							🍃	🍃	🏠	🏠
	Mangold						🍃	🍃	🍃	🍃	🍃		
	Melanzani								🍃	🍃			
	Paprika							🍃	🍃	🍃			
	Pastinaken	🍃	🍃	🍃								🍃	🍃
	Petersilie				🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	
	Porree	🍃					🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃
	Radicchio						🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	
	Radieschen				🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	
	Rettich						🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃
	Rhabarber					🍃	🍃						
	Rohnen	🏠	🏠				🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🏠	🏠
	Rucola			🍃	🍃	🍃				🍃	🍃		
	Sellerie	🏠	🏠	🏠				🍃	🍃	🍃	🏠	🏠	🏠
	Spargel				🍃	🍃	🍃						
	Spinat			🍃	🍃	🍃				🍃	🍃	🍃	
	Sprossenkohl	🍃	🍃	🍃							🍃	🍃	🍃
	Stangensellerie						🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	
	Tomaten				🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🍃		
	Vogerlsalat			🍃	🍃	🍃				🍃	🍃		
	Weißkohl	🏠					🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🏠	🏠
	Zucchini						🍃	🍃	🍃	🍃			
	Zuckerhut-Salat	🍃									🍃	🍃	🍃
	Zuckermais							🍃	🍃	🍃			
	Zwiebeln	🏠	🏠			🍃	🍃	🍃	🍃	🍃	🏠	🏠	🏠

🍃

Frisch

🏠

Lagerware