




# 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)

Informativ.Spannend.Vielseitig –  
Exklusiv auf [bayreuth-region.de](http://bayreuth-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)


Informativ.Spannend.Vielseitig –  
Exklusiv auf [bayreuth-region.de](http://bayreuth-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