

Saisonkalender für Obst und Gemüse

	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Äpfel												
Apfelsinen												
Birnen												
Brombeeren												
Cranberries												
Erdbeeren												
Heidelbeeren												
Himbeeren												
Holunderbeeren												
Johannisbeeren												
Kirschen, sauer												
Kirschen, süß												
Pflaumen												
Rhabarber												
Stachelbeeren												
Trauben												

	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Blumenkohl												
Grüne Bohnen												
Broccoli												
Chicorée												
Chinakohl												
Erbsen												
Feldsalat												
Fenchel												
Gartensalate												
Grünkohl												
Gurken (Salat)												
Kohlrabi												
Kürbis												
Mais												
Mangold												
Möhren												
Paprika												
Poree												
Radicchio												
Radieschen												
Rettich												
Romanesco												
Rosenkohl												
Rote Bete												
Rotkohl												
Ruccola												
Sellerie (Stagen)												
Spargel												
Spinat												
Spitzkohl												
Tomaten												
Weißkohl												
Wirsing												
Zucchini												

Quelle: GMA, Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen