

HEIMISCHES OBST UND GEMÜSE

Wann gibt es was?

Heimisches Gemüse

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Auberginen												
Blumenkohl												
Bohnen (Busch-, Stangenbohnen)												
Brokkoli												
Chinakohl												
Dicke Bohnen (Acker-, Saubohnen)												
Erbsen, Zuckererbsen												
Fenchel												
Grünkohl												
Gurken (Salat-, Minigurken)												
Gurken (Einlege-, Schälgurken)												
Kartoffeln												
Knoblauch												
Kohlrabi												
Kopfkohl (Rot-, Weiß-, Wirsingkohl)												
Kürbis												
Möhren												
Mangold												
Pastinaken, Wurzelpetersilie												
Paprika												
Porree (Lauch)												
Radieschen												
Rettich												
Rhabarber												
Rosenkohl												
Rote Beete												
Schwarzwurzeln												
Sellerie, Knollensellerie												
Sellerie, Stangensellerie												
Spargel												
Speiserüben (Mai-, Herbstrüben)												
Spinat												
Spitzkohl												
Steckrüben (Kohlrüben)												
Tomaten: geschützter Anbau												
Tomaten: Gewächshaus												
Topinambur												
Zucchini												
Zuckermais												
Zwiebeln												
Zwiebeln: Bund-, Lauch-, Frühlings-												

Heimisches Obst

Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.	
												Äpfel
												Aprikosen
												Birnen
												Brombeeren
												Erdbeeren
												Heidelbeeren
												Himbeeren
												Johannisbeeren
												Kirschen, sauer
												Kirschen, süß
												Mirabellen/Renekloden
												Pfirsiche/Nektarinen
												Pflaumen/Zwetschgen
												Quitten
												Stachelbeeren
												Tafeltrauben

Heimische Salate

Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.	
												Eisbergsalat
												Endiviensalat
												Feldsalat
												Kopfsalat, bunte Salate
												Radicchio
												Romanasalate
												Rucola (Rauke)

Heimische Kräuter

Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.	
												Dill
												Majoran, Oregano, Rosmarin, Salbei, Thymian
												Petersilie
												Schnittlauch

LEGENDE

Sehr geringe Klimabelastung

Freilandprodukte

Geringe bis mittlere Klimabelastung

Geschützter Anbau (Abdeckung mit Folie oder Vlies, ungeheizt)

Lagerware

Produkte aus ungeheizten oder schwach geheizten Gewächshäusern

Hohe Klimabelastung

Produkte aus geheizten Gewächshäusern

IMPRESSUM

Verbraucherzentralen Baden-Württemberg, Berlin, Bremen, Bayern, Hessen, Niedersachsen, Nordrhein-Westfalen, Saarland und Schleswig-Holstein

Fachliche Beratung: Leibniz-Institut für Gemüse- und Zierpflanzenbau (IGZ) e.V., Dr. Carmen Feller und Universität Bonn, INRES Gartenbauwissenschaft, Dr. Michael Blanke

Bilder: stock.adobe.com / Erbsen: Iurii Kachkovskiy; Trauben: zcy; Dill: Scisetti Alfio; Heidelbeeren: ange1011

Stand: 6. aktualisierte Auflage November 2022

© Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen, Mintropstr. 27, 40215 Düsseldorf

verbraucherzentrale

Gefördert durch:



Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages