



# SAISONKALENDER

einheimischer Früchte und Gemüse

# Saisontabelle







## Wissenswertes

Das vielfältige Gemüse- und Früchtesortiment variiert sehr im Verlauf des Jahres. Grund dafür sind die unterschiedlichen Erntezeitpunkte der verschiedenen Gemüse- und Früchtesorten. Wann sie Saison haben, hängt von der Sorte, aber auch von den klimatischen Bedingungen am Anbauort ab. Zudem sorgen inzwischen Anbaumethoden wie der gedeckte Anbau im Tunnel oder Treibhaus für eine frühere oder längere Ernte.



























































































































Gemüse und Früchte sollten möglichst während der üblichen Saison gegessen werden. Denn je nach Anbaumethode und Herkunft der einzelnen Produkte wird die Umwelt durch einen hohen Energie- und Wasserverbrauch, Treibhausgasemissionen und den Einsatz von Dünger und Pestiziden belastet. Neue Technologien, wie zum Beispiel die Beheizung von Gewächshäusern mit erneuerbaren Energien oder effiziente Bewässerungssysteme wirken sich hingegen positiv auf die Gesamt-Klimabilanz aus.

Das Jahr über sorgt der Import für volle Regale in den Supermärkten und verzerrt oftmals die Wahrnehmung der eigentlichen Saison. Diese Saisontabelle gibt Ihnen einen Überblick, wann welches Gemüse oder welche Früchte in der Schweiz Saison haben, wie sie angebaut werden und wann einheimische Produkte als Lagerware verfügbar sind.

Hinweis: Je nach Wetter, Temperatur und Lage kann sich die Ernte erstrecken oder verkürzen.

-  Freilandanbau
-  Freiland oder Gewächshaus
-  geschützter Anbau unbeheizt
-  Gewächshaus unbeheizt, bei Frost leicht beheizt
-  Gewächshaus beheizt
-  Lagerware

## Gemüse

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Artischocke												
Aubergine												
Batavia												
Blumenkohl												
Bodenkohlrabi												
Bohne												
Broccoli												
Chicorée												
Chinakohl												
Cicorino Rosso												
Eichblatt												
Eisbergsalat												
Endivie												
Erbse												
Federkohl												
Fenchel												

# Gemüse

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Frühkartoffeln												
Frühlingszwiebeln												
Gurke												
Karotte												
Kartoffel												
Kefe												
Knoblauch												
Knollensellerie												
Kohlrabi												
Kopfsalat												
Krautstiel/Mangold												
Kürbis												
Lattich												
Lauch												
Lollo												
Nüsslisalat												
Pastinake												
Peperoni												
Radieschen												
Rande												
Rettich												
Rhabarber												
Romanesco												
Rosenkohl												
Rotkabis												
Rucola												
Schwarzwurzel												
Spargel												
Spinat												
Stangensellerie												
Süßkartoffel												
Tomate												
Topinambur												
Weisskabis												
Wirz												
Wurzelpetersilie												
Zucchini												
Zuckerhut												
Zuckermais												
Zwiebel												

## Früchte

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Andenbeere									☺			
Apfel	☺						☺				☺	
Aprikose*						☺						
Aroniabeere								☺				
Birne	☺						☺				☺	
Brombeere							☺					
Erdbeere*				☺	☺	☺			☺			
Feige							☺					
Gojibeere							☺					
Hagebutte									☺			
Heidelbeere							☺					
Himbeere*						☺	☺					
Holunder							☺					
Johannisbeere						☺						
Kirsche*						☺						
Minikiwi & Kiwi	☺									☺		
Mirabelle								☺				
Mispel										☺		
Pfirsich							☺					
Pflaume								☺				
Preiselbeere								☺				
Quitte										☺		
Reineclaude								☺				
Sanddorn									☺			
Stachelbeere							☺					
Tafeltraube*								☺				
Weichsel							☺					
Zwetschge								☺				

\* Diese Kulturen werden zunehmend mit einem Witterungsschutz angebaut (Hagelnetz oder Regenschutzfolie) und durch engmaschige Netze vor Schadinsekten geschützt.

Mit freundlicher Unterstützung des/der  
 Bäuerinnen- und Landfrauenverein beider Basel  
 FiBL – Forschungsinstitut für biologischen Landbau  
 Gmüeserei Sissach  
 Proveg AG



EBENRAIN – Zentrum für Landwirtschaft, Natur und Ernährung | Ebenrainweg 27 | 4450 Sissach  
 Telefon 061 552 21 21 | ebenrain@bl.ch | www.ebenrain.ch