



GEMÜSE NATUR

SAISONKALENDER

MANGOLD

ZUTATEN:
FRISCHER MANGOLD, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



RÖMISCHER WILDBROKKOLI

ZUTATEN:
FRISCHER RÖMISCHER WILDBROKKOLI, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



BROKKOLI

ZUTATEN:
FRISCHER BROKKOLI, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



ROMANESCO-BROKKOLI

ZUTATEN:
FRISCHER ROMANESCO-BROKKOLI, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



ARTISCHOCKEN

ZUTATEN:
FRISCHE ARTISCHOCKEN, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



KAROTTEN

ZUTATEN:
FRISCHE KAROTTEN, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



ROSENKOHL

ZUTATEN:
ROSENKOHL, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



BLUMENKOHL

ZUTATEN:
FRISCHER BLUMENKOHL, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



WEISSKOHL

ZUTATEN:
FRISCHER WEISSKOHL, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



SCHWARZKOHL

ZUTATEN:
FRISCHER SCHWARZKOHL, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



ZICHORIE

ZUTATEN:
FRISCHE ZICHORIE, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



WILDBROKKOLI

ZUTATEN:
FRISCHE WILDBROKKOLI, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



GRÜNE BOHNEN

ZUTATEN:
FRISCHE GRÜNE BOHNEN, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



FENCHEL

ZUTATEN:
FRISCHER FENCHEL, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



FRIARIELLI

ZUTATEN:
FRISCHE FRIARIELLI, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



KALE

ZUTATEN:
FRISCHER KALE, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



ENDIVIE

ZUTATEN:
FRISCHE ENDIVIE, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



SPINAT

ZUTATEN:
FRISCHER SPINAT, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z



WIRSING

ZUTATEN:
FRISCHER WIRSING, WASSER

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
A	E	Ä	P	A	U	U	U	E	K	O	E
N	B	R	R	I	N	L	G	P	T	V	Z

