

SAISONKALENDER



Eier

Enteneier, Gänseeier
Hühnereier, Wachteleier

Fisch (frisch)

Bachforelle
Regenbogenforelle
Saibling
Zander

Fisch (Lager)

geräucherter Saibling
geräucherte Forelle

Fleisch (frisch, verarbeitet)

Huhn, Ente, Gans, Schaf,
Schwein, Rind, Wild, Ziege

Gemüse (frisch)

Asiasalate
Austernpilze
Bataviasalat
Champignons
Chicorée
Feldsalat
Grünkohl
Haferwurzel
Ingwer
Kräuterseitlinge
Kresse, Micro Greens, Sprossen
Kurkuma
Lauch
Radisal
Rosenkohl
Palmkohl
Schwarzwurzeln
Spinat
Winterportulak

Gemüse (Lager)

Bierrettich
Chinakohl
Gelbe Rüben
Kartoffeln
Knoblauch
Knollensellerie
Meerrettich
Pastinake
Petersilienwurzel
Radicchio
Rote Bete
Rotkohl
Schalotten
Steckrübe
Süßkartoffeln
Topinambur
Weißkohl
Weiße Rüben
Wirsing
Wurzelpetersilie
Zuckerhut
Zwiebeln

Getreide

Amarant (Korn, gepufft)
Buchweizen (Korn & Mehl)
Dinkel (Flocken, Gries, Grünkern,
Kleie, Korn, Nudeln, Mehl, Reis)
Emmer (Korn, Mehl)
Gerste (Flocken, Graupen, Korn)
Hafer (Flocken, Kleie, Korn)
Hirse
Mais (Korn, Mehl, Popcornmais,
Polenta, Popcorn)
Quinoa
Dinkelreis
Weizen (Flocken, Gries, Kleie,
Korn, Flocken, Mehl, Nudeln, Schrot)

Kräuter (Wild und Garten)

Bärlauch
Brennnessel
Brunnenkresse
Gänseblümchen
Giersch
Löwenzahn
Petersilie
Rosmarin
Scharfgabe
Scharbockskraut
Schnittlauch
Spitzwegerich
Taubnessel
Thymian
Vogelmiere

Kerne, Nüsse, Saaten (Lager)

Hanf
Kürbiskerne
Leinsamen
Sonnenblumenkerne

Honig

Hülsenfrüchte (Lager)

Belugalinsen
Bohnen
Erbsen
Linsen
Sojabohnen

Milcherzeugnisse

Butter
Frischkäse
Joghurt (Kuh, Schaf, Ziege)
Käse (Kuh, Schaf, Ziege)
Milch (Kuh, Schaf, Ziege)
Molke
Quark
Sahne

Öle

Hanf, Lein, Leindotter, Mohn,
Sonnenblumen, Walnuss

Obst (Lager)

Apfel, Aronia, Birne

Nüsse (Lager)

Walnüsse
Haselnüsse
Haselnusmus
Maronenmus

Weiteres

Bier
Brotware
Brotaufstriche
Eingemachtes (Gemüse, Kompott,
Konfitüre, Saucen)
Essig
Kuchen
Lupinenkaffee
Nudeln
Öl
Pesto
Säfte
Spirituosen
Wein

