



original
regional

Produkt des Monats



SAISONKALENDER



Eine Initiative
des Landkreises Roth
und der Stadt Schwabach
**ZUR FÖRDERUNG
REGIONALER
WIRTSCHAFTSKREISLÄUFE**

STADT **SCHWABACH**



Die Goldschlägerstadt.



Landkreis
Roth

Wirtschafts-
förderung



SAISONKALENDER

LIEBE MITBÜRGERINNEN UND MITBÜRGER,

für eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung spielen Obst und Gemüse eine wichtige Rolle. Doch durch die ständige Verfügbarkeit von frischen Produkten ist vielen Verbrauchern nicht mehr bewusst, **was wann bei uns wächst.**

Dabei schneiden regionales und vor allem saisonales Obst und Gemüse aufgrund der kurzen Transportwege in der Klimabilanz besonders gut ab. Auch energieintensive Lagerung, Logistik und Verpackung werden auf ein Minimum reduziert.

Wer sich und der Umwelt etwas Gutes tun will, orientiert sich beim Einkauf von Obst und Gemüse am Saisonkalender.

Die Direktvermarktungs-Betriebe freuen sich auf Ihren Einkauf.

Ihr Landkreis Roth

Ihre Stadt Schwabach



Landkreis
Roth

STADT **SCHWABACH**



Die Goldschlaggerstadt.

Saisonales Obst und Gemüse erhalten Sie bei folgenden Betrieben:

Abenberg

Friß Heidelbeeren

Beerbach A 38

09873 94981

Heidelbeeren zum selber pflücken

Hofmann´s Hofladen

Güssübelstraße 4

09178 835

Allersberg

Familie Seitz

Ebenried 7

09179 2130

www.seitz-ebenried.de

Erdbeeren

Georgensgmünd

Bergmann's Hoflädle

Hauslach 15

09172 684633

Raiffeisen-Waren-Markt

Bahnhofstraße 36

09172 685490

Greding

Milchtankstelle Familie Pfister

Birkhof 1

08463 418

Heideck

"Biospeis"

Rosalinde und Martin Harrer

Liebenstadt 13

09177 509



die kleine markthalle

Sandra Schuster

Bahnhofstr. 11

09177 8339898

Hilpoltstein

Auhof-Gärtnerei

Zum Bauernhof 2

09174 99248

Bioland-Hof Sinke

Weinsfeld A3

09179 6893



Raiffeisen-Waren-Markt

Dieselstraße 10

09174 47570

Kammerstein

Bauernhof Bub

Alexanderstraße 9

OT Oberreichenbach

09122 888786

Haager Hofladen

Schwabacher Str. 1

OT Haag

09122 13171

Kürbishof Schnell

Ringstraße 4

OT Neppersreuth

09122 830703

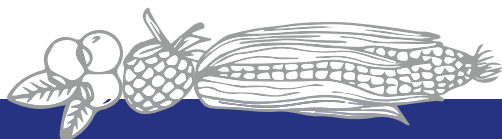
Mein Garten und mehr...

Monika Lehner

Leitenweg 1

OT Barthelmessaurach

09178 328



Online unter:

www.landratsamt-roth.de/originalregional

andrea.persson@landratsamt-roth.de

Tel. 09171 81-1495

www.schwabach.de

andreas.barthel@schwabach.de

Tel. 09122 860-340

Roth

Burmanna's Hof und Laden
Heidenbergstr. 12
OT Pfaffenhofen
09171 63413

Landpension Winkler
Schwander Str. 19
OT Meckenlohe
09171 892384

Seebühler Bauernladen
Familien Rückert und Seitz
Eichelburger Hauptstr. 6
OT Eichelburg
09176 5573

Spalt

Christian Lutz
Dorfstraße 34
OT Großweingarten
09175 444

Obsthof Walther
Dorfstr. 67
OT Großweingarten
0170 4548956

Raiffeisen-Waren-Markt
Bahnhofstraße 6
09175 79640

Thalmässing

Obst- und Gartenbauverein Eysölden
Thomas Dollinger
Eysölden G 14
0151 52254002
Apfelsaft

Wendelstein

Claudia Böhm
Am Bühl 4
OT Raubersried
09129 5582

Heubeck's Hofladen
Am Bühl 1
OT Raubersried
09129 6518

Schwabach

Der Bauernladen
Höllgasse 5
09122 16256

In unserer

Direktvermarkter Datenbank

finden Sie weitere Bezugsquellen
für saisonale Produkte und
regionale Spezialitäten:

www.landratsamt-roth.de/direktvermarkter

Link zur Datenbank

SCAN ME



Juni 2023

Auflage: 2.500, 100 % recyceltes Papier,

Design: www.grabbert-werbung.de

Druck: LRA Roth

SAISONKALENDER



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, Zuckrerbsen						☀️	☀️	☀️	☀️			
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	🏠	🏠	🏠	🏠	🏠	☀️	☀️	☀️	☀️	☀️	☀️	🏠
Schwarzwurzel	🏠	🏠	🏠	🏠	🏠				☀️	☀️	☀️	🏠
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	🏠						☀️	☀️	☀️	☀️	☀️	🏠
Romanasalat					☀️	☀️	☀️	☀️	☀️	☀️	☀️	
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

Hohe Klimabelastung

🏠 Produkte aus geheizten Gewächshäusern

Geringe bis mittlere Klimabelastung

☀️ Geschützter Anbau (Abdeckung mit Folie oder Vlies, ungeheizt)

🏠 Lagerware

☀️ Produkte aus ungeheizten oder schwach geheizten Gewächshäusern

Quellenangabe:

Saisonkalender Heimisches Obst und Gemüse, www.verbraucherzentrale.de/saisonkalender, 6. Auflage 2022

verbraucherzentrale

Diese Aktion wird unterstützt vom

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Roth-Weißenburg i.Bay.

