

Saisonkalender



Saisonales Kochen leicht gemacht:
Der Swissmilk-Saisonkalender zeigt dir auf einen Blick, wann welches Schweizer Produkt Saison hat.

Ist ein Produkt schon oder noch saisonal erhältlich?
Beim Einkauf auf die Herkunft zu achten, lohnt sich,
denn Ernte und Saison variieren jedes Jahr.

regional & saisonale

Gemüse



Gemüse



Salate



	JAN	FEB	MÄR	APR	MÄI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
Beeren	Strawberries (red)											
Brombeeren												
Erdbeeren	Strawberries (red)											
Heidelbeeren												
Himbeeren	Honeyberries (red)											
Holunderbeeren												
Johannisbeeren	Redcurrants (red)											
Preiselbeeren	Blackcurrants (red)											
Schwarze Johannisbeeren (Cassis)	Blackcurrants (red)											
Stachelbeeren	Hedgehog berries (red)											

Früchte



	JAN	FEB	MÄR	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
Aprikosen												
Birnen	■■■■■											
Kirschen					■■■■■							
Mirabellen							■■■■■	■■■■■				
Nektarinen								■■■■■				
Pfirsiche	■■■■■							■■■■■				
Pflaumen							■■■■■	■■■■■				
Quitten	■■■■■							■■■■■	■■■■■			
Reineclauden	■■■■■							■■■■■				
Trauben	■■■■■							■■■■■	■■■■■			
Zwetschgen						■■■■■	■■■■■	■■■■■				

Äpfel



	JAN	FEB	MÄR	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
Berner Rosen												
Boskoop	■■■■■											
Braeburn	■■■■■											
Cox Orange	■■■■■											
Diwa® (Milwa)	■■■■■											
Eistar	■■■■■											
Gala	■■■■■											
Glockenapfel	■■■■■											
Golden Delicious	■■■■■											
Gravensteiner							■■■■■	■■■■■				
Idared	■■■■■											
Jazz®	■■■■■											
Jonagold	■■■■■											
Kanzi	■■■■■											
Klarapfel	■■■■■						■■■■■					
Maigold	■■■■■							■■■■■	■■■■■			
Mairac®	■■■■■											
Pink Lady®	■■■■■											
Rubinette	■■■■■							■■■■■	■■■■■			
Sauergräuech	■■■■■							■■■■■	■■■■■			
Summerred	■■■■■							■■■■■	■■■■■			
Topaz	■■■■■							■■■■■	■■■■■			

regional &
saisonal

Kräuter & Blüten



	JAN	FEB	MÄR	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
Bärlauch												
Basilikum												
Bohnenkraut												
Borretsch												
Brennessel												
Brunnenkresse												
Dill												
Eisenkraut (Verveine)												
Estragon												
Gänseblümchen												
Gartenkresse												
Holunderblüten												
Kapuzinerkresse												
Kerbel												
Löwenzahn												
Liebstöckel												
Lindenblüten												
Majoran												
Minze												
Oregano												
Pelargonien (Duftgeranien)												
Peterli												
Ringelblumen (Calendula)												
Rosenblüten												
Rosmarin												
Salbei												
Sauerampfer												
Schnittlauch												
Stiefmütterchen												
Thymian												
Veilchen												
Waldmeister												
Ysop												
Zitronenmelisse												

Pilze



	JAN	FEB	MÄR	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
Austernpilze												
Champignons												
Eierschwamm												
Herbsttrümpfen												
Kräuterseitlinge												
Morcheln												
Shiitake												
Steinpilze												
Trüffel schwarz	■■■■■											
Trüffel weiss												

Du liebst saisonale Rezepte mit Schweizer Zutaten? Lass dir die Vielseitigkeit zeigen auf swissmilk.ch/rezepte