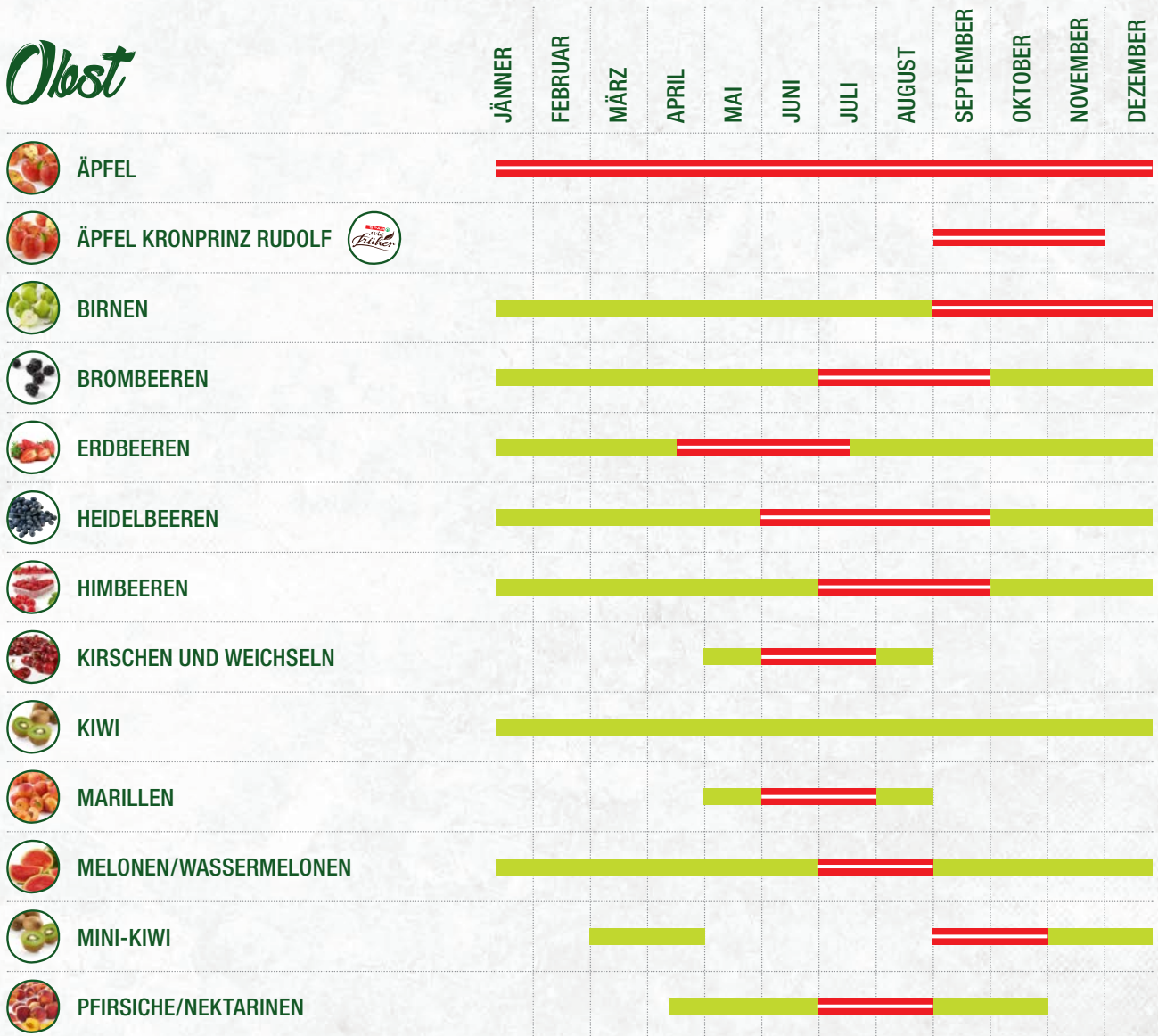


Saisonkalender Obst & Gemüse

Wann wächst in Österreich welches Obst und Gemüse? In diesem übersichtlichen Saisonkalender erfahren Sie, wann Ihr Lieblingsobst und -gemüse gerade Erntezeit hat und frisch bei SPAR erhältlich ist. So bringen Sie das ganze Jahr über Abwechslung in Ihren Speiseplan und sonnengereifte Früchte auf den Teller.

Obst

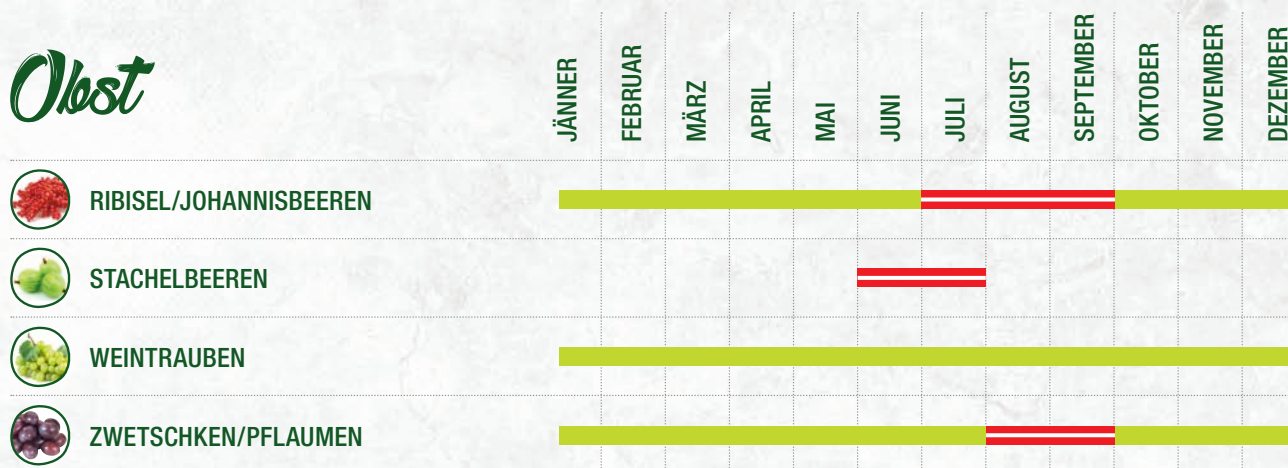


 HAUPTERNTZE/LAGERWARE
AUS ÖSTERREICH

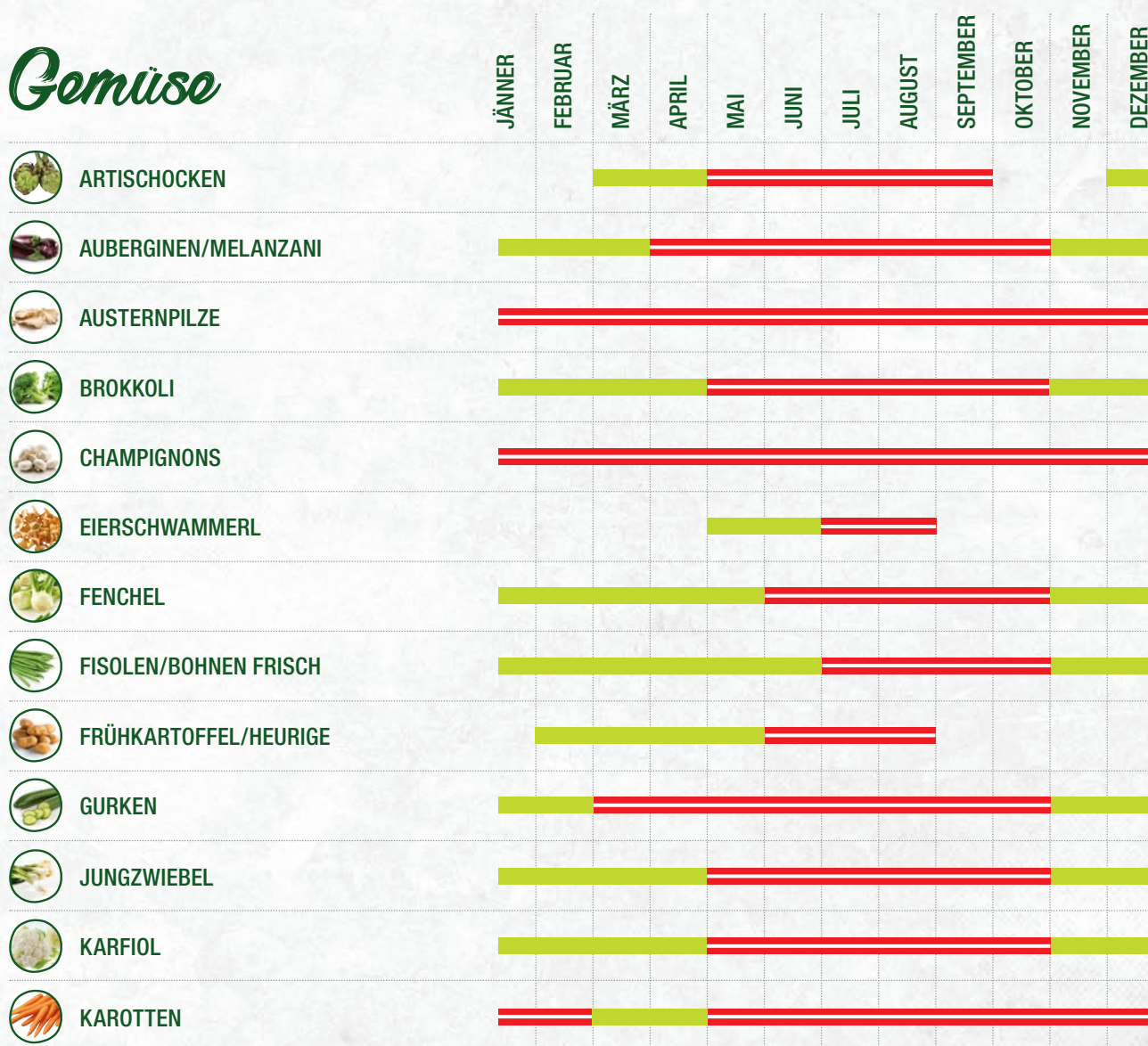
 NICHT AUS ÖSTERREICH,
ALLERDINGS VERFÜGBAR

 NICHT
VERFÜGBAR

Obst



Gemüse



 HAUPTERNT/LAGERWARE
AUS ÖSTERREICH

 NICHT AUS ÖSTERREICH,
ALLERDINGS VERFÜGBAR

 NICHT
VERFÜGBAR

Gemüse

	JÄNNER	FEBRUAR	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DEZEMBER
 KARTOFFELN												
 KNOBLAUCH								ZOPF – ZOPF				
 KNOLLESELLERIE												
 KOHL												
 KOHLSPROSSEN												
 KOHLRABI												
 KRÄUTER IM TOPF												
 KREN												
 MANGOLD												
 MAIS												
 PAPRIKA												
 PETERSILIENWURZEL/PASTINAKEN												
 PFEFFERONI/CHILI												
 PORREE												
 RADIESCHEN												
 RETTICH												
 ROTE RÜBEN												
 ROTKRAUT												
 SPARGEL												
 SPEISEKÜRBIS												
 SPINAT												



HAUPTERNTÉ/LAGERWARE
AUS ÖSTERREICH



NICHT AUS ÖSTERREICH,
ALLERDINGS VERFÜGBAR



NICHT
VERFÜGBAR

Gemüse

	JÄNNER	FEBRUAR	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DEZEMBER
 STANGENSELLERIE												
 TOMATEN												
 WEISSKRAUT												
 ZUCCHINI												
 ZWIEBEL												
 ZWIEBEL  STEKOVICS												

Salate

	JÄNNER	FEBRUAR	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DEZEMBER
 CHINAKOHL												
 EISSALAT (BUMMERLSALAT)												
 ENDIVIENSALAT												
 HÄUPTELSALAT/KOPFSALAT												
 MIXSALAT												
 RADICCHIO												
 VOGERLSALAT												

 HAUPTERNT/LAGERWARE
AUS ÖSTERREICH

 NICHT AUS ÖSTERREICH,
ALLERDINGS VERFÜGBAR

 NICHT
VERFÜGBAR

Saisonkalender Bio-Obst & -Gemüse

Ob heimische Bio-Karotten oder exotische Bio-Ananas – Obst und Gemüse aus biologischem Anbau sind besonders beliebt. Mit dem Saisonkalender Bio-Obst & -Gemüse wissen Sie Monat für Monat, welche Bio-Früchte gerade Saison haben. Dann heißt es nur noch: Bei SPAR zugreifen und genießen!

Bio-Obst

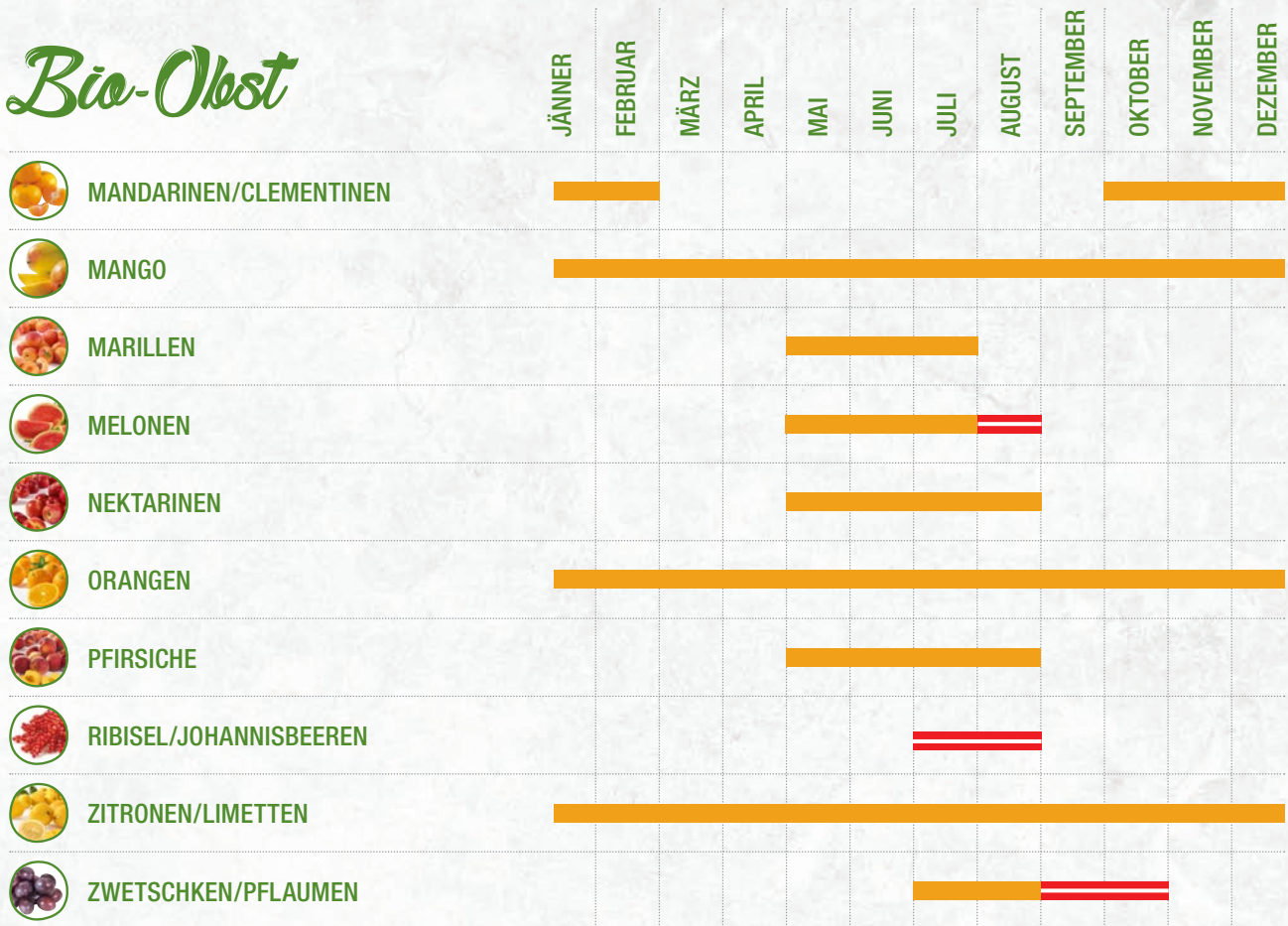
	JÄNNER	FEBRUAR	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DEZEMBER
 ANANAS												
 AVOCADO												
 ÄPFEL												
 BANANEN												
 BIRNEN												
 ERDBEEREN												
 ERDNÜSSE												
 GRAPEFRUITS												
 HEIDELBEEREN												
 HIMBEEREN												
 INGWER												
 KIRSCHEN UND WEICHSELN												
 KIWI												

 HAUPTERNTÉ/LAGERWARE
AUS ÖSTERREICH

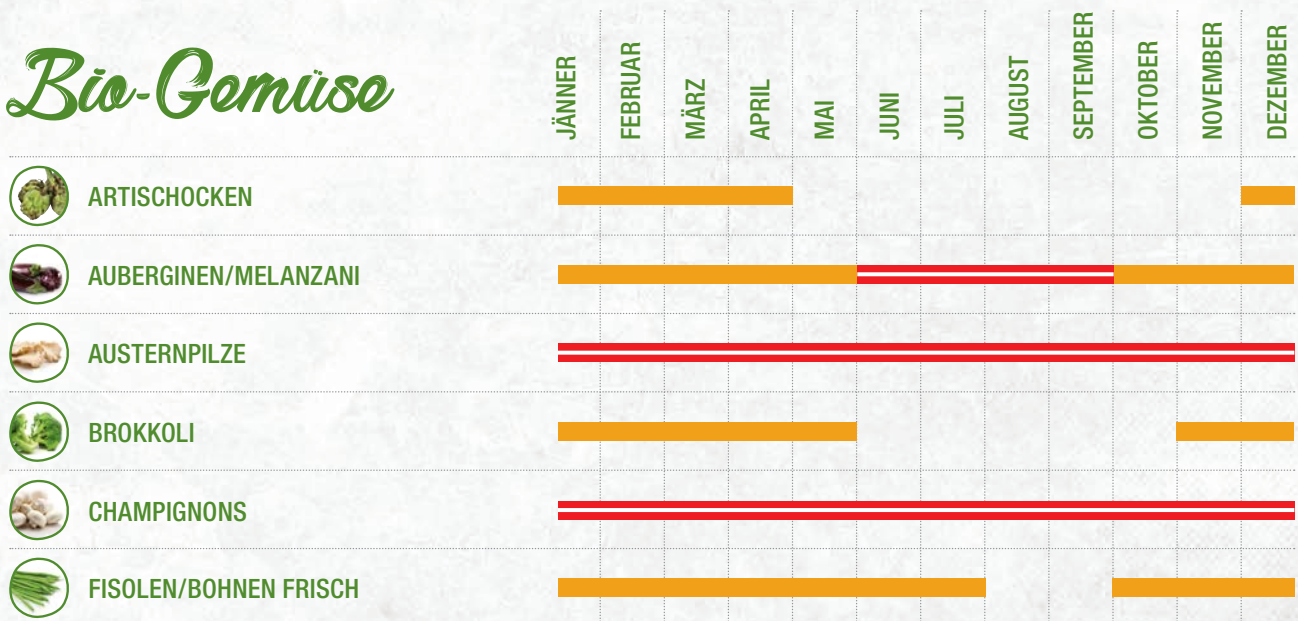
 NICHT AUS ÖSTERREICH,
ALLERDINGS VERFÜGBAR

 NICHT
VERFÜGBAR

Bio-Obst



Bio-Gemüse



HAUPTERNTÉ/LAGERWARE
AUS ÖSTERREICH



NICHT AUS ÖSTERREICH,
ALLERDINGS VERFÜGBAR



NICHT
VERFÜGBAR

Bio-Gemüse

	JÄNNER	FEBRUAR	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DEZEMBER
 FRUCHTGEMÜSE (FENCHEL)												
 GURKEN												
 JUNGZWIEBEL												
 KARFIOL												
 KAROTTEN												
 KARTOFFELN												
 KNOBLAUCH												
 KNOBLAUCH  STEKOVICS												
 KNOLLESELLERIE												
 KOHL												
 KOHLRABI												
 KRÄUTER IM TOPF												
 MAIS												
 PAPRIKA												
 PETERSILIE GESCHNITTEN												
 PETERSILIENWURZEL												
 PILZE (KRÄUTERSEITLINGE)												
 PORREE												
 RADIESCHEN												
 RETTICH												
 ROTE RÜBEN												



HAUPTERNTÉ/LAGERWARE
AUS ÖSTERREICH



NICHT AUS ÖSTERREICH,
ALLERDINGS VERFÜGBAR



NICHT
VERFÜGBAR

Bio-Gemüse

	JÄNNER	FEBRUAR	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DEZEMBER
 ROTKRAUT												
 SCHNITTLAUCH GESCHNITTEN												
 SPARGEL												
 SPEISEKÜRBIS												
 STANGENSELLERIE												
 STIELGEMÜSE (RHABARBER)												
 TOMATEN												
 WEISSKRAUT												
 ZUCCHINI												
 ZWIEBEL												
 ZWIEBEL 												

Bio-Salate

 CHINAKOHL												
 EISSALAT (BUMMERLSALAT)												
 ENDIVIENSALAT												
 GENTILINA SALAT												
 HÄUPELSALAT/KOPFSALAT												
 MIXSALAT												
 SPEZIALSALATE (LOLLO ROSSO)												

 HAUPTERNTÉ/LAGERWARE
AUS ÖSTERREICH

 NICHT AUS ÖSTERREICH,
ALLERDINGS VERFÜGBAR

 NICHT
VERFÜGBAR