

Schweizer Saisonkalender

Gemüse und Früchte aus Schweizer Anbau nach Monat, plus die gängigen Importe, die den Rest des Jahres die Lücken füllen — inklusive Anbauregion bzw. Herkunft und den üblichsten Vertriebsstellen.

 Schweizer Gemüse 26 Produkte

PRODUKT	JAN	FEB	MRZ	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ	ANBAUREGION	VERTRIEB
Spargel					●	●							Seeland, Wallis, Zürcher Unterland	Migros, Coop, Wochenmarkt, Hofläden
Rhabarber				●	●	●							Mittelland	Migros, Coop, Wochenmarkt
Radieschen				●	●	●	●	●	●	●			Seeland, Genferseeregion	Alle Grossverteiler, Markt
Kopfsalat					●	●	●	●	●	●			Genferseeregion, Seeland	Migros, Coop, Denner
Tomaten						●	●	●	●	●			Wallis, Seeland (Gewächshaus)	Alle Grossverteiler, Markt
Gurken						●	●	●	●				Seeland, Wallis	Alle Grossverteiler
Zucchini						●	●	●	●				Seeland	Alle Grossverteiler, Markt
Peperoni							●	●	●				Wallis (Gewächshaus)	Migros, Coop
Auberginen							●	●	●				Wallis	Migros, Coop
Buschbohnen							●	●	●				Seeland	Markt, Coop, Migros
Erbsen						●	●	●					Seeland	Wochenmarkt, Grossverteiler
Kartoffeln	●	●	●				●	●	●	●	●	●	Seeland, Broyetal, Emmental	Alle Grossverteiler, LANDI
Zwiebeln	●	●	●					●	●	●	●	●	Seeland	Alle Grossverteiler
Karotten	●	●	●			●	●	●	●	●	●	●	Seeland	Alle Grossverteiler
Randen	●	●	●	●			●	●	●	●	●	●	Seeland	Alle Grossverteiler, Markt
Lauch	●	●	●	●					●	●	●	●	Seeland, Broyetal	Alle Grossverteiler
Weiss-/Rot-/Wirkohl	●	●	●						●	●	●	●	Seeland, Broyetal	Alle Grossverteiler
Federkohl	●	●									●	●	Mittelland	Coop, Wochenmarkt, Hofläden
Rosenkohl	●	●									●	●	Seeland	Migros, Coop
Fenchel						●	●	●	●	●	●		Wallis, Seeland	Alle Grossverteiler
Kürbis									●	●	●	●	Seeland, Mittelland	Alle Grossverteiler, Markt
Nüsslialat	●	●	●							●	●	●	Genferseeregion, Seeland	Alle Grossverteiler
Chicorée	●	●	●	●						●	●	●	Seeland	Alle Grossverteiler
Knollensellerie	●	●							●	●	●	●	Seeland	Alle Grossverteiler
Pastinaken	●	●	●							●	●	●	Mittelland	Coop, Wochenmarkt, Hofläden
Spinat			●	●	●				●	●	●		Seeland	Alle Grossverteiler

 Schweizer Früchte 13 Produkte

PRODUKT	JAN	FEB	MRZ	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ	ANBAUREGION	VERTRIEB
Erdbeeren					●	●	●	●	●				Seeland, Genferseeregion, Wallis	Alle Grossverteiler, Markt, Selbstpflücke
Kirschen						●	●						Zug, Baselbiet, Basel-Stadt	Alle Grossverteiler, Markt
Aprikosen							●	●					Wallis	Alle Grossverteiler
Zwetschgen / Pflaumen								●	●				Wallis, Mittelland	Alle Grossverteiler
Himbeeren						●	●	●	●				Mittelland	Alle Grossverteiler, Markt
Johannisbeeren						●	●	●					Mittelland	Wochenmarkt, Coop
Heidelbeeren							●	●	●				Mittelland	Wochenmarkt, Coop, Migros
Äpfel	●	●	●	●	●				●	●	●	●	Thurgau, Bodenseeregion, Wallis	Alle Grossverteiler
Birnen	●							●	●	●	●	●	Thurgau, Wallis	Alle Grossverteiler
Trauben									●	●			Genf, Wallis	Alle Grossverteiler, Markt
Quitten										●	●		Mittelland	Wochenmarkt, Hofläden

PRODUKT	JAN	FEB	MRZ	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ	ANBAUREGION	VERTRIEB
Holunderbeeren								●	●				Mittelland	Wochenmarkt, Hofläden
Baumnüsse										●	●	●	Mittelland, Waadtland	Alle Grossverteiler, Markt

 Import & Gegensaison 15 Produkte

PRODUKT	JAN	FEB	MRZ	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ	HERKUNFT	VERTRIEB
Bananen	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	Ecuador, Costa Rica, Kolumbien	Alle Grossverteiler
Ananas	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	Costa Rica, Panama	Alle Grossverteiler
Orangen	●	●	●			●	●	●	●		●	●	Spanien, Italien, Marokko (Winter) · Südafrika (Sommer)	Alle Grossverteiler
Zitronen	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	Spanien, Argentinien, Südafrika	Alle Grossverteiler
Mandarinen / Clementinen	●	●									●	●	Spanien, Marokko	Alle Grossverteiler
Avocado	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	Peru, Mexiko, Spanien, Kenia	Alle Grossverteiler
Mango	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	Peru, Brasilien, Elfenbeinküste, Israel	Alle Grossverteiler
Kiwi	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	Italien, Neuseeland, Frankreich, Griechenland	Alle Grossverteiler
Wassermelone (Gegensaison)	●	●	●	●						●	●	●	Spanien, Marokko, Brasilien	Alle Grossverteiler
Peperoni (Gegensaison)	●	●	●	●	●					●	●	●	Spanien, Marokko, Niederlande	Alle Grossverteiler
Süsskartoffeln	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	USA, Ägypten, Honduras, Spanien	Alle Grossverteiler
Ingwer	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	China, Peru, Brasilien	Alle Grossverteiler, Asia-Läden
Granatapfel	●	●								●	●	●	Spanien, Peru, Türkei	Migros, Coop
Litschi	●										●	●	Madagaskar, Südafrika	Asia-Läden, teils Grossverteiler
Papaya	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	Brasilien, Ecuador	Migros, Coop

● Frühling (Mär–Mai) ● Sommer (Jun–Aug) ● Herbst (Sep–Nov) ● Winter (Dez–Feb) ● Import / Gegensaison

Autonomer Garten Hoole · hoole.ch · Richtwerte für die Deutschschweiz — je nach Witterung und Höhenlage können sich Saisonzeiten um 1–2 Wochen verschieben.