

Oktober

WAS HAT SAISON?



GEMÜSE

Artischoke	Pak Choi
Blumenkohl	Paprika
Brokkoli	Porree
Butterrübe	Radicchio
Champignon	Rosenkohl
Eichblattsalat	Rote Bete
Endivie	Rotkohl
Eisbergsalat	Rucola
Feldsalat	Schwarzkohl
Fenchel	Spinat
Frühlingszw.	Steckrübe
Gurke	Topinambur
Karotte	Tomate
Kartoffel	Weisskohl
Kohlrabi	Wirsing
Kopfsalat	Zucchini
Kürbis	Zuckermais
Lollo Rosso	Zwiebel
Mangold	Knoblauch*
Radieschen	Schwarzwurzel*
Pastinake	Steckrübe*

OBST

Apfel
Birne
Cranberry
Holunder
Physalis
Quitte
Weintraube
Zwetschge

*Lagerware

Vegtastisch.de