

Dezember

Gemüse



Artischocke



Champignon



Chicoree



Chinakohl



Feldsalat



Fenchel



Grünkohl



Karotte



Kartoffel



Knollensellerie



Kürbis



Lauch



Meerrettich



Pastinake



Petersilienwurzel



Rosenkohl



Rote Beete



Rotkohl



Rucola



Schwarz-
wurzel



Spitzkohl



Stauden-
sellerie



Steckrübe



Topinambur



Weißkohl



Wirsing



Zwiebel

Obst & Nüsse



Apfel



Birne



Hagebutte



Haselnuss



Mandarine



Marone



Walnuss