



LÖSUNGSANSÄTZE

ALLES RUND UMS OBST

SAISONALITÄT



Saisonkalender

Hier kannst du nachschauen, wann die verschiedenen Früchte in der Schweiz Saison haben.



Schweizer Früchte: saisonal und regional

Früchte schmecken am besten, wenn sie frisch aus der Nähe kommen – sorgfältig produziert von leidenschaftlichen Schweizer Obstproduzentinnen und Obstproduzenten. Setzen Sie auf einheimische, saisonale Früchte und tun Sie damit nicht nur sich etwas Gutes, sondern auch der Umwelt. Von A wie Apfel bis zu Z wie Zwetschgen bietet der Schweizer Obst- und Beerenbau für jeden Geschmack die passende Frucht.

Beeren	Jan.	Febr.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Erdbeeren												
Himbeeren												
Brombeeren												
Heidelbeeren												
Johannisbeeren												
Stachelbeeren												
Cassis												
Kirschen	Jan.	Febr.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Folfer												
Kordia												
Regina												
Penny												
Grace Star												
Weitere Sorten												
Mirabellen	Jan.	Febr.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Verschiedene Sorten												
Birnen	Jan.	Febr.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Guyot												
Williams												
QTee®												
Gute Luise												
Conférence												
Fred®												
Kaiser Alexander												
Weitere Sorten												
Zwetschgen	Jan.	Febr.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Tegera												
Dabrowice												
Cacaks Fruchtbare												
Fellenberg												
Weitere Sorten												
Äpfel	Jan.	Febr.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Gravensteiner												
Gala												
Jonagold												
Golden Delicious												
Elstar												
Topaz												
Jazz®												
Braeburn												
Diwa®												
Pink Lady®												
Weitere Sorten												
Aprikosen	Jan.	Febr.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Luizet												
Verschiedene Sorten												
Kiwis	Jan.	Febr.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Mini Kiwi												
Verschiedene Sorten												

swissfruit.ch @ f



Saisonalität

Die vier Jahreszeiten bestimmen das Wachstum einer Pflanze. Jede Pflanze hat da ihren eigenen natürlichen Rhythmus. Auf dem Saisonkalender kannst du nachschauen, wann welches Obst in der Schweiz gerade Saison hat.¹

Einige Früchte können im Herbst geerntet werden und andere im Frühling. Äpfel zum Beispiel können vom Sommer bis in den Herbst geerntet werden, je nach Apfelsorte. Die Natur schafft es, uns zu jeder Jahreszeit eine Vielfalt an Obstsorten zu bieten.²



Äpfel haben noch einen genialen Vorteil, und zwar können sie bei kühler und dunkler Lagerung lange aufbewahrt werden. Bei dir zu Hause kannst du die Äpfel prima im Keller lagern und diese dann auch noch Monate später geniessen. Birnen und Äpfel können ohne schlechtes Gewissen während des ganzen Jahres gegessen werden. Cool, oder?

Saisonale Früchte haben einen kurzen Transportweg, da sie in der Nähe gepflückt werden. Zudem reift das saisonale Obst ganz natürlich am Baum und am Strauch. Dadurch bekommen sie mehr Geschmack und enthalten mehr Vitamine und Mineralstoffe. Sie können somit frisch im Supermarkt gekauft werden.

Gründe für saisonales Einkaufen:³

- Wenn du saisonal einkaufst, dann kommen die Lebensmittel aus der Umgebung, sind also regional. Damit unterstützt du die regionale Wirtschaft und die Schweizer Bauern und Bäuerinnen.
- Saisonale Ernährung ist auch gleichzeitig umweltfreundliche Ernährung. Die Transportwege für die saisonalen Lebensmittel sind relativ kurz und damit wird viel CO2 eingespart.
- Schweizer Früchte und auch Gemüse werden nach Schweizer Standards angebaut und produziert. Die Schweiz hat im Vergleich zu anderen Ländern hohe Qualitätsansprüche – und Anforderungen. Dazu gehört die Bezahlung der Arbeitenden, der schonende Anbau und der Schutz des Bodens und der Umwelt.
- Saisonale Früchte und Gemüse werden reif gepflückt und der Geschmack ist somit völlig ausgereift. So schmecken sie viel besser, als wenn sie zu früh gepflückt werden.

Weitere Links:



https://www.swissfruit.ch/de/saisonalitat/#filter=*

¹ <https://www.coop.ch/de/unternehmen/naturaplan/projekte/saisonalitaet.html#wissenswertes>

² <https://gorilla.ch/saisonal-regional-einkaufen/>

³ <https://www.swissmilk.ch/de/rezepte-kochideen/saisonkalender/>