

# Was wird im FRÜHLING GEERNTET?

Nicht alle Lebensmittel können das ganze Jahr über geerntet werden. Zu jeder Jahreszeit gibt es verschiedene Gemüse-, Frucht- und Kräutersorten. Im Frühling erwacht die Natur aus ihrer Winterruhe. Dann ist die Zeit für frische, knackige Salate und saftiges Frühlingsgemüse.

Vogelgezwitscher, hübsche Blumen, längere Tage:  
Im Frühling fühlt es sich an, als würde alles zu neuem Leben erwachen. Das freut nicht nur die Natur, sondern auch uns: Eine grosse Auswahl an Zutaten macht das Kochen und Backen erst richtig spannend!

Im Frühling  
WIRD ALLES NEU



Eichblattsalat



Batavia



Chicorée



Kopfsalat

**FRÜHLING**  
März · April · Mai



Frühlingszwiebeln



Rhabarber



Spargeln weiss



Frühkartoffeln



Bärlauch



Kerbel



Minze



Bohnenkraut



Kresse



Zitronenmelisse



Artischocken



Spargeln grün



Spinat



Lauch



Kohlrabi

SALATE

GEMÜSE

KRÄUTER

Schweizer Erntesaison: Diese Gemüsesorten, Salate & Kräuter wachsen im Frühling auf Schweizer Feldern.

Noch mehr  
spannendes Kochwissen  
gibt es auf  
[littlefooby.ch/wissen](http://littlefooby.ch/wissen)