



Aussaatkalender für die Selbstversorgung im eigenen Garten oder dem Balkon



Pflanze	JAN	JAN	FEB	FEB	MRZ	MRZ	APR	APR	MAI	MAI	JUN	JUN	JUL	JUL	AUG	AUG	SEP	SEP	OKT	OKT	NOV	NOV	DEZ	DEZ
Salate			G/F	G/F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	G/F	G/F				
Pflück- und Schnittsalat			G/F	G/F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	G/F	G/F				
Kopfsalat			G/F	G/F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	G/F	G/F				
Eissalat									F	F	F	F	F	F										
Bindesalat											F	F	F	F										
Zuckerhut											F	F	F	F										
Chicoreé									F	F														
Radicchio											F	F	F	F										
Endivien											F	F	F	F										
Feldsalat											F	F	F	F	F	F	G/F	G/F						
Löwenzahn															F	F	F	F	G/F	G/F				
Winterportulak															F	F	F	F	G/F	G/F				
Salatrauke (Rucola)			G/F	G/F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	G/F	G/F				
Blattgemüse			G/F	F	F	F	F	F							F	F	F	F	G/F	G/F				
Spinat			G/F	F	F	F	F	F							F	F	F	F	G/F	G/F				
Erdbeerspinat					F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F									
Neuseeländer Spinat					V	V	V																	
Mangold							F	F	F	F	F	F	F	F										
Melde				F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F								
Asia-Salate			G/F	G/F	G/F	G/F	F	F									F	F	G/F	G/F				
Hülsenfrüchte			F	F	F	F																		
Puffbohnen			F	F	F	F																		
Pal- oder Schalerbsen				F	F	F	F	F	F	F														
Markerbsen						F	F	F	F	F	F	F												
Zuckererbsen						F	F	F	F	F	F	F												
Buschbohnen										F	F	F	F	F										
Stangenbohnen										F	F	F	F	F										
Feuerbohnen										F	F	F	F	F										
Soja / Edamame										F	F	F												
Zwiebeln							F	F	F	F														
Steckzwiebel							F	F	F	F														
Schalotten							F	F	F	F														
Saatzwiebel						F	F	F	F															
Frühlingszwiebel						F	F	F	F	F	F				F	F	F							
Lauchzwiebel						F	F	F	F	F	F													
Winterheckenzwiebel						F	F	F	F	F	F													
Etagenzwiebel															F	F	F							
Lauch			G/F	G/F	F	F	F	F	F	F														
Knoblauch						F	F	F	F								F	F	F	F				
Wurzelgemüse																								
Sellerie			V	V	G/F	G/F																		
Stangensellerie			V	V	G/F	G/F																		
Möhren					F	F	F	F	F	F	F	F												
Pastinaken					F	F	F	F																
Rote Bete						F	F	F	F	F	F	F	F											
Mairüben					F	F	F						F	F	F	F								
Teltower Rübenchen															F	F	F	F						
Kohlrübe										F	F	F	F	F										
Herbstrüßchen					F	F	F						F	F	F	F								
Schwarzwurzeln					F	F	F																	
Haferwurzel						F	F	F																
Rettiche			G/F	G/F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F										
Radieschen			G/F	G/F	G/F	F	F	F							F	F	F	G/F	G/F					
Kohl																								
Blumenkohl					G/F	G/F	F	F	F	F														
Brokkoli					G/F	G/F	F	F	F	F														
Kohlrabi					G/F	G/F	F	F	F	F	F	F	F	F										
Weißkohl					G/F	G/F	F	F																
Rotkohl					G/F	G/F	F	F																
Wirsing					G/F	G/F	F	F																
Rosenkohl							F	F	F															
Grünkohl							F	F	F	F	F	F												
Palmkohl							F	F	F	F	F	F												
Chinakohl															F	F								
Pak Choi															F	F								
Schnittkohl			G/F	G/F	F	F	F	F	F	F							F	F	G/F	G/F				
Kürbis																								
Gurken							V	V	F	F	F													
Kürbis							V	V	F	F	F													
Zucchini							V	V	F	F	F													
Gemüse																								
Topinambur					F	F	F	F																
Kartoffeln							V	V	V	F	F													
Tomaten							V	V	V															
Paprika/Chili					V	V	V	V																
Auberginen					V	V	V	V																
Physalis					V	V	V	V																
Melonen							V	V	V															
Fenchel					V	V	F	F	F	F	F	F	F	F										
Mais									V	F	F													
Grünspargel					F	F	F	F																
Rhabarber					F	F											F	F						
Kräuter																								
Basilikum			V	V	V	V	V	V	F	F	F	F	F											
Bohnenkraut									F	F	F	F	F											
Borretsch							F	F	F	F	F	F												
Dill							F	F	F	F	F	F												
Kamille							F	F	F	F														
Kapuzinerkresse							V	V	F	F														
Kerbel					G/F	F	F	F	F	F														
Kresse			G/F	G/F	G/F	G/F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	G/F	G/F	G/F	G/F	G/F	G/F	G/F	G/F
Kümmel							F	F									F	F						
Löffelkraut					F	F	F	F	F	F							F	F	F	F				
Majoran					V	V	V	V	F	F														
Petersilie					G/F	F	F	F	F	F					F	F	F							

