

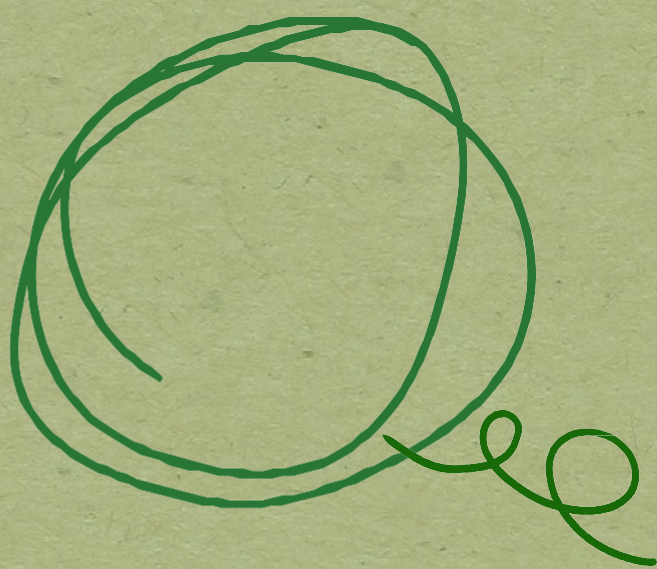


Remote
Health

SÆSONGUIDE: SPIS ÅRSTIDENS FRUGT OG GRØNTSAGER:

FORÅR

rabarber
jordbær
forskellige typer kål
kålrabi
forskellige salater
forskellige krydderurter
forskellige bladgrøntsager
(spinat, ramsløg, bladbede)
agurker
asparges
svampe
majroe
radise
cikorie
gulerødder



SOMMER

rabarber
forskellige bær
forskellige typer stenfrugter
forskellige typer af kål
æbler
pærer
kålrabi
forskellige salater
forskellige urter
forskellige bladgrøntsager
(spinat, ramsløg, bladbede)
zucchini
forskellige svampe
radiser
løg
kartofler

EFTERÅR

forskellige bær
forskellige typer stenfrugter
forskellige typer af kål
æbler
pærer
blommer
hyben
forskellige nødder
forskellige typer græskar
kålrabi
forskellige salater
forskellige urter
forskellige bladgrøntsager
(spinat, ramsløg, bladbede)
forskellige bønner
løg
kartofler
kastanjer

VINTER

grønkål
blomkål
kinakål
savoykål
rosenkål
svampe
rødbede
majroe
persillerod
pastinak
cikorie
peberrod
løg
kartofler
forskellige nødder
gulerødder
kastanjer