

Saisonale und regionale Lebensmittel

Vor- und Nachteile saisonal-regionaler Lebensmittel

- + Spart Transportwege, Lagerung und Kühlung
- + Bezug zur Region und Landwirtschaft
- + Qualität einfacher sicherzustellen
- + Frischer und höherer Nährstoffgehalt
- + Vermeidet energieaufwändige Gewächshausproduktion
- Höherer Verarbeitungsaufwand in der Küche

Handlungsoption – Austausch von Frischgemüse

Beispielhafte Mengen von Frischgemüse zweier Gerichte, die einfach durch saisonal-regional angebautes Gemüse ersetzt werden können

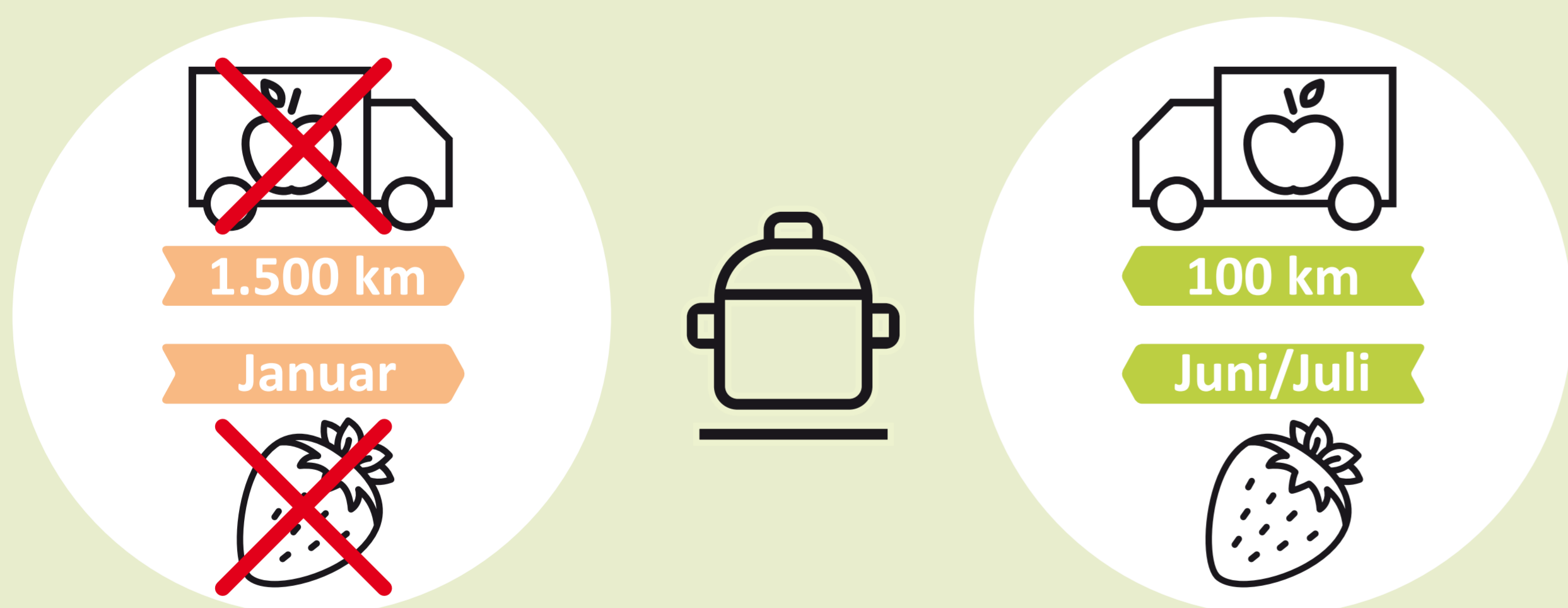
Gnocchi mit Tomatengemüse (pro 100 Portionen)

10 kg Gnocchi (gekocht: 20 kg)
 15 kg Tomaten
 5 kg Möhren
 5 kg Marktgemüse (TK)
 900 g Zwiebeln
 Sahne, Öl und Gewürze

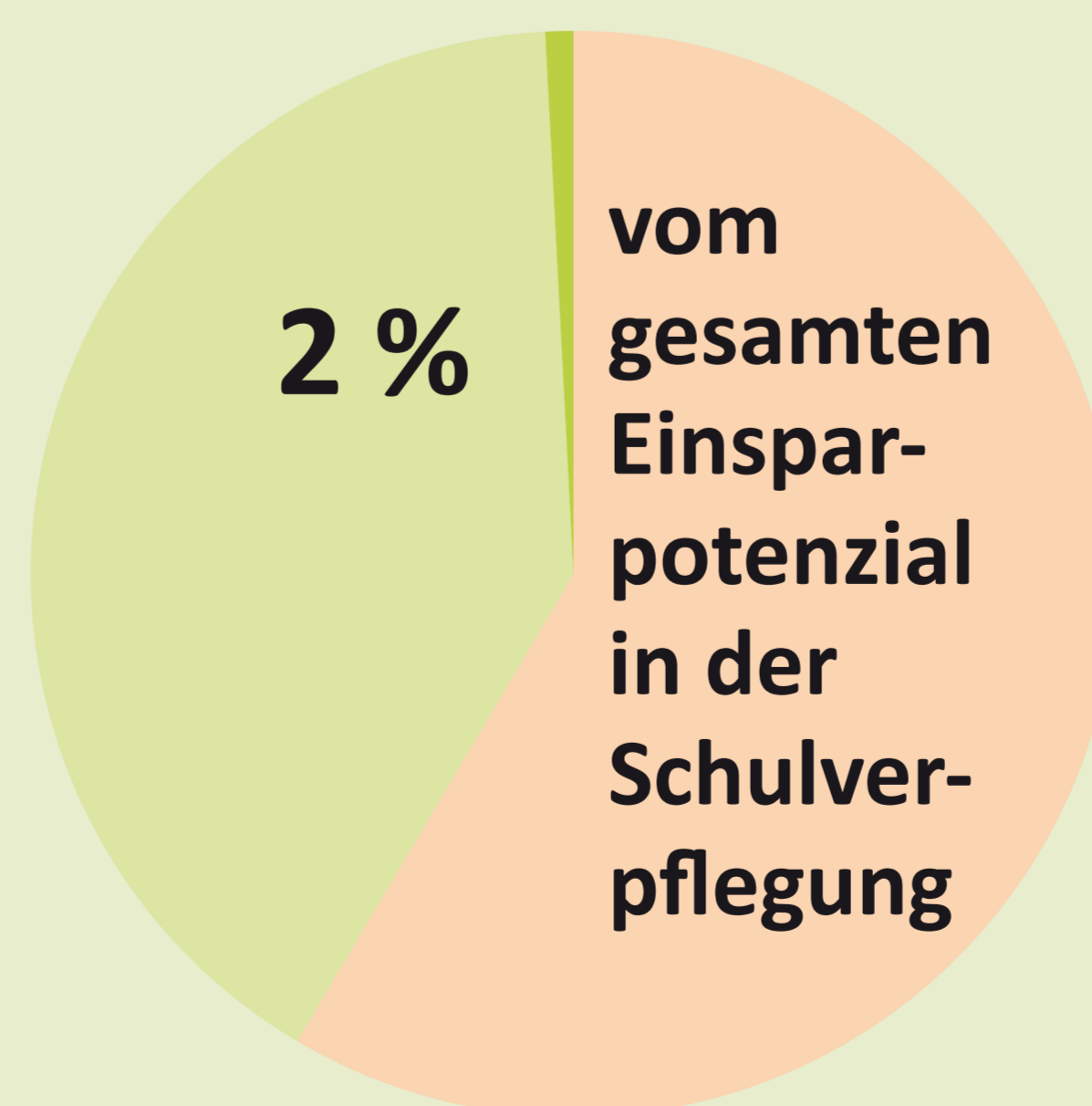
Blumenkohl-Gratin (pro 100 Portionen)

20 kg Blumenkohl
 10 kg Kartoffeln
 10 l Sahne
 2 kg Käse
 1,5 kg Mandeln
 Gewürze

Auf saisonal-regionale Produkte achten



Einsparung von ca. 5.000 t CO₂ pro Jahr in Deutschland*



* Einsparpotenzial, wenn alle Schulküchen in Deutschland diese Maßnahme umsetzen würden

Saison

Brokkoli



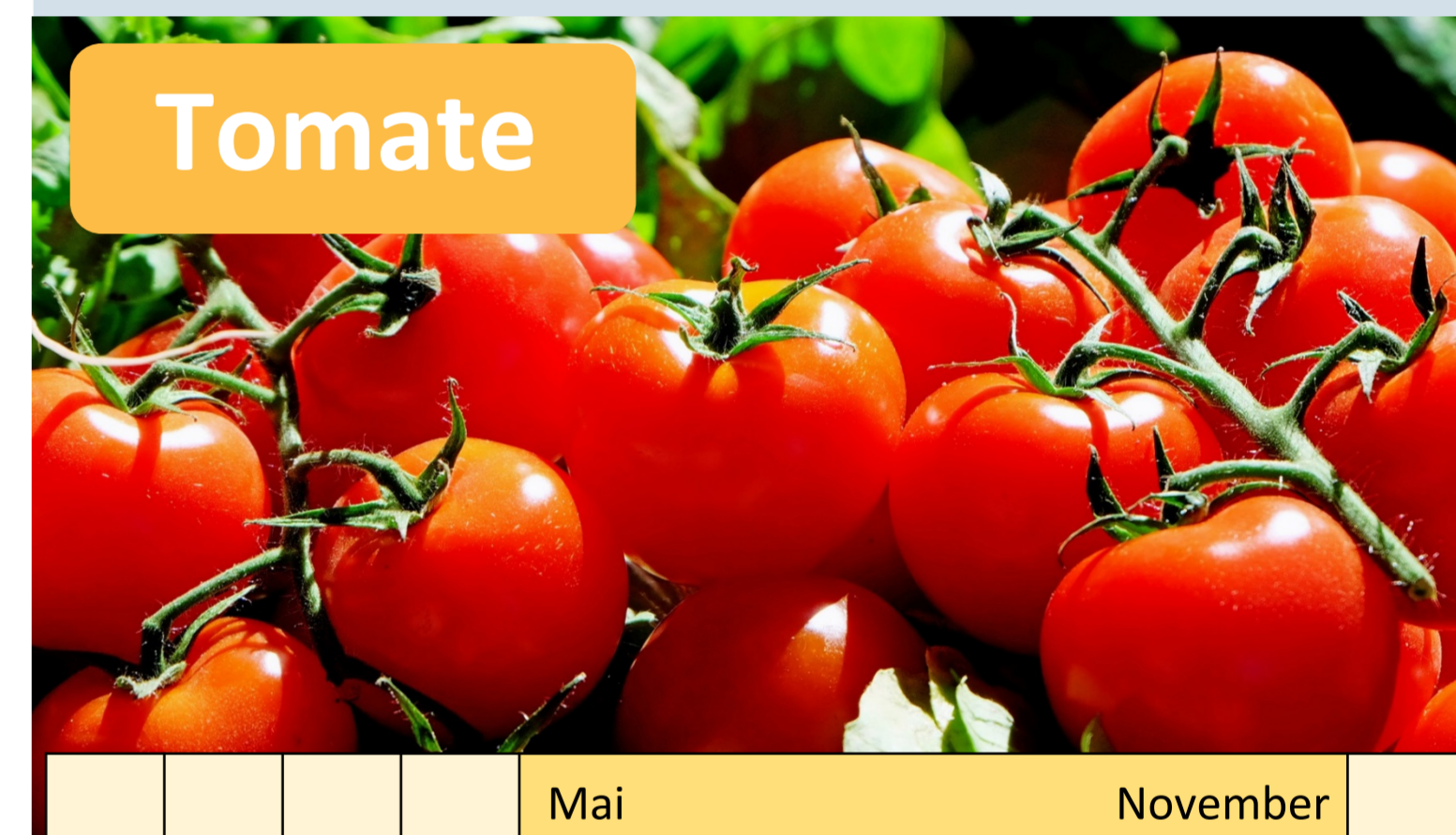
Juni Oktober

Blumenkohl



Juni Oktober

Tomate



Mai November

Paprika



Juni Oktober

Zucchini



Juni Oktober

Kürbis



Juli Oktober