

AUS DER REGION – FÜR DIE REGION Regionale Wirtschaftskreisläufe stärken

AUS DER REGION – FÜR DIE REGION Regionale Wirtschaftskreisläufe stärken

AUS DER REGION – FÜR DIE REGION

Andere Länder oder Regionen haben sie schon: Regionalinitiativen, die bei der Bevölkerung bzw. den Verbrauchern Bewusstsein schaffen für die Vielfalt der ländlichen Räume, die Bedeutung der regionalen Wirtschaftskreisläufe, die Nahversorgung mit glaubwürdigen Regionalprodukten und den Zusammenhang zwischen Ernährung und Klimaschutz. Ohne dieses Bewusstsein wird die regionale Identität immer stärker verloren gehen.

Eine derartige Initiative gab es bisher im Norden noch nicht.

Mit dem Aufbau der länderübergreifenden Regionalinitiative „Aus der Region – für die Region“ soll hier ein konkreter Beitrag geleistet werden. Die Beteiligten aus dem norddeutschen Raum – d.h. Gärtner, Landwirte, Ernährungshandwerker, Vereine, die norddeutschen Länder etc. – haben es sich gemeinsam zum Ziel gesetzt, diese Initiative zu entwickeln. Unter Federführung der Behörde für Wirtschaft, Verkehr und Innovation, Hamburg arbeiten erstmals Interessierte aus den vier norddeutschen Bundesländern zusammen. Gemeinsam möchten sie der Bevölkerung und den Verbrauchern durch die vielfältigen Vorhaben deutlich machen, dass jeder Verbraucher jeden Tag durch seine bewusste Kauf- und Konsumentscheidung einen Beitrag zum Erhalt der ländlichen Räume Norddeutschlands und der Produktvielfalt leisten kann. Auf Wochenmärkten, in Betriebsrestaurants, im Lebensmitteleinzelhandel, bei Events wie zum Beispiel dem Aktionszeitraum „Tag der Regionen“ und „Klimawoche Hamburg“: Überall übernehmen die regionalen Produkte aus dem norddeutschen Raum die Funktion der „Botschafter“ dieser Regionen. Ihre Geschichten, Herkünfte, Ihr Geschmack sind authentisch und glaubwürdig.



Quelle:
NUTS 3-Daten © ESR / EuroGeographics 2006
Innenministerium des Landes Schleswig-Holstein
- Landesplanung -

Saisonkalender

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

Sie halten den ersten „norddeutschen Saisonkalender“ in Ihren Händen. Wir, d.h. ein Team aus Vertretern der Verbraucherzentrale Hamburg, der Landwirtschaftskammer Hamburg, des Obstbauzentrums Jork, Altes Land, des Zukunftsrates Hamburg, der Behörde für Wirtschaft, Verkehr und Innovation sowie eine Ernährungsexpertin und ein Foodjournalist haben für Sie eine Auswahl an norddeutschem Gemüse, Salaten, Kräutern und Obst zusammengestellt. Damit möchten wir Sie anregen, beim Einkauf den „Regionalen Produkten der Saison Vorfahrt zu geben“.

Viel Spaß beim Entdecken der Vielfalt der norddeutschen Genussprodukte.

Das macht Obst und Gemüse aus der Region so wertvoll für Fitness und Wohlbefinden:

Nährstoff	Enthalten in z.B.	Wichtig für
KALIUM	Kartoffeln Äpfel Tomaten	die Muskelkontraktion und das Auffüllen der Glykogenspeicher
MAGNESIUM	Kohlrabi Spinat Erbsen	die Reizübertragung zwischen Nerven und Muskeln
VITAMIN B1	Erbsen Zuckermais Brokkoli	die Energiegewinnung aus Kohlenhydraten für Muskeln und Nerven
VITAMIN C	Johannisbeeren Erdbeeren Himbeeren Weißkohl	die Zellen des Immunsystems und Schutz vor zellschädigenden Radikalen
FOLSÄURE	Blumenkohl Kirschen Feldsalat	die Zellteilung und die Bildung weißer und roter Blutkörperchen

Mehr Appetit auf regionale Lebensmittel? Weitere Informationen erhalten Sie unter:

- www.vzhh.de
- www.regionalbewegung.de
- www.regionale-allianzen.de
- www.zukunftsrat.de
- www.landwirtschaft-hamburg.de

Impressum

Ein Saisonkalender der Verbraucherzentrale Hamburg gefördert von der Behörde für Wirtschaft, Verkehr und Innovation Hamburg mit Unterstützung der Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg, des Zukunftsrates Hamburg, der Landwirtschaftskammer Hamburg, des Obstbauzentrums Jork, des Bundesverbandes der Regionalbewegung e.V. und der Metropolregion Hamburg



Salatarten	JAN	FEB	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
Bunte Salate												
Eisbergsalat												
Feldsalat												
Kopfsalat												
Winterportulak/Postelein												
Römersalat												
Rucola												

Kräuterarten	JAN	FEB	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
Bärlauch												
Basilikum												
Dill												
Estragon												
Kerbel												
Majoran												
Oregano												
Petersilie												
Rosmarin												
Salbei												
Schnittlauch												
Thymian												

Auswahl von Kräutern, die in Norddeutschland im Freiland angebaut werden und als Bundware auf den Markt kommen. Frische Kräuter im Topf sind ganzjährig verfügbar.

Obstarten	JAN	FEB	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
Äpfel												
Birnen												
Brombeeren												
Erdbeeren												
Heidelbeeren												
Himbeeren												
Holunderbeeren												
Pflaumen/Zwetschen												
Johannisb. rot/schwarz												
Mirabellen/Renekloden												
Quitten												
Rhabarber												
Sauerkirschen												
Stachelbeeren												
Süßkirschen												

Gemüsearten	JAN	FEB	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
Blumenkohl												
Bohnen												
Brokkoli												
Chinakohl												
Erbsen												
Gemüsefenchel												
Gemüsezwiebeln												
Grünkohl												
Gurken: Einlegegurken												
Gurken: Salatgurken												
Kartoffeln												
Kohlrabi												
Kürbis												
Lauch												
Lauchzwiebeln												
Mangold												
Möhren												
Pastinaken												
Petersilienwurzeln												
Radieschen												
Rettich weiß												
Rettich schwarz												
Rosenkohl												
Rote Bete												
Rotkohl												
Schwarzwurzel												
Sellerie: Knollensellerie												
Sellerie: Stangensellerie												
Spargel												
Speiserüben/Mairüben												
Spinat												
Spitzkohl												
Steckrüben												
Tomaten												
Topinambur												
Weißkohl												
Wirsingkohl												
Zucchini												
Zuckermais												
Zwiebeln												

■ Hauptsaison ■ Lagerware