



**JUNI**

JAHRESZEITEN  
KALENDER





**FEIERTAGE | FESTE**

# **SOMMERMONAT JUNI**

- **INTERNATIONALER KINDERTAG | 1. JUNI**
- **INTERNATIONALER TAG DER MILCH**
- **„SCHAFSKÄLTE“ | 10.-14. JUNI**
- **FRONLEICHNAM | 10. TAG NACH PFINGSTEN**
- **SOMMERANFANG | SOMMERSONNENWENDE | 21. JUNI**
- **„MITTSOMMERNACHT“ | 21. JUNI**
- **JOHANNISTAG | „JOHANNI“ 24. JUNI**
- **SIEBENSCHLÄFER | 27. JUNI**



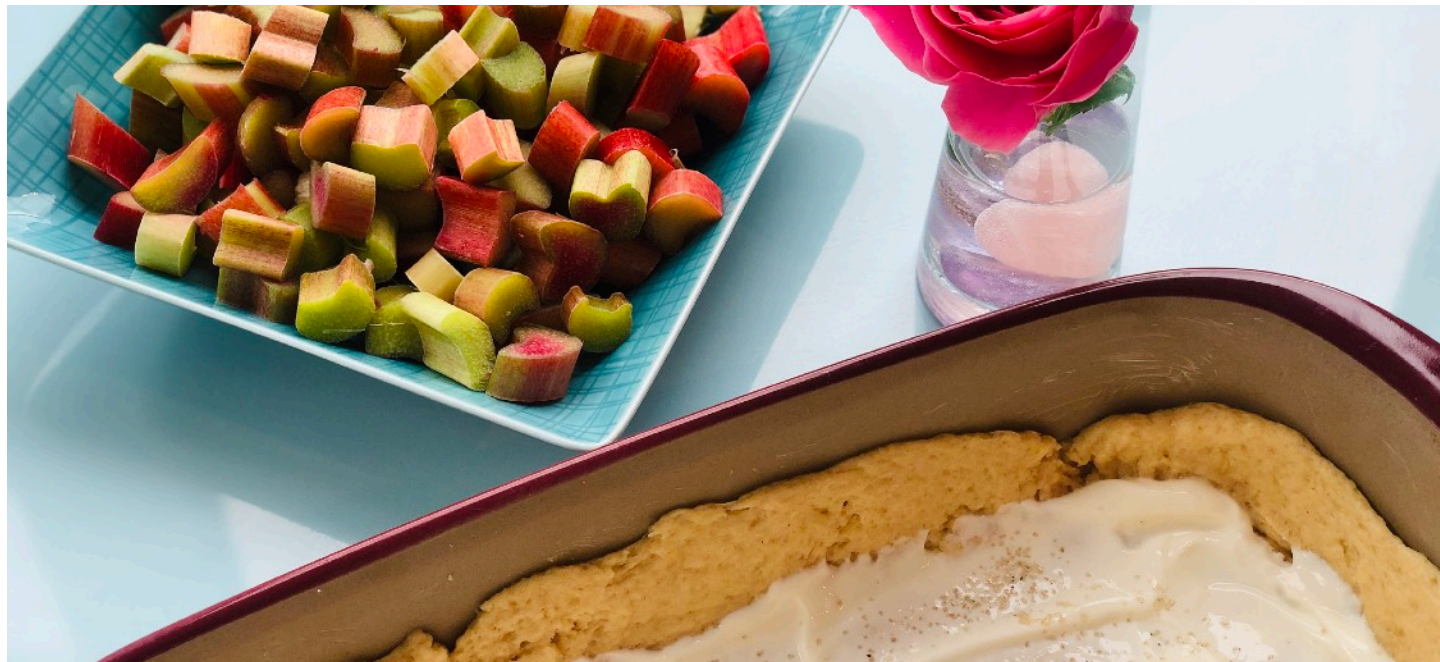
# INSPIRATION

- DER JUNI VEREINT VIELE GEGENSÄTZE - AUF DIE SCHAFSKÄLTE FOLGT DER LANGERSEHTE SOMMERANFANG, UND AUCH DIE ERNTE IST WIE EIN WECHSELSPIEL:
- WÄHREND AM JOHANNI TRADITIONELL DAS LETZTE MAL SPARGEL UND RHABARBER GEERNTET WERDEN, LEITET ER - WIE DER NAME SCHON SAGT - MIT JOHANNISKRAUT UND JOHANNISBEEREN DIE ERNTESAISON EIN. IN EINIGEN GEGENDEN WERDEN JOHANNISKUCHEN GEBACKEN, ODER AUCH HOLLERKÜCHEL AM SOG. HOLDERTAG (HOLUNDER).
- VERKNÜPFT MIT JOHANNI IST DIE SOMMERSONNENWENDE UND BRÄUCHTÜMER WIE DAS JOHANNISFEUER ODER JOHANNISSTRÄUßE AUS 7 KRÄUTERN MIT BESONDEREN HEILKRÄFTEN. EINE BESONDERS GÜNSTIGE ZEIT FÜR DAS SAMMELN VON KRÄUTERN UND WILDPFLANZEN UND -BLÜTEN
- MIT DER WÄRME KOMMT AUCH DIE REICHE VIELFALT AN REGIONALEM OBST UND GEMÜSE, UND DAMIT IST EIN BUNTER, ABWECHSLUNGSREICHER SPEISEPLAN OHNE IMPORTWARE EIN LEICHTES
- DER JUNI BRINGT NEUE KARTÖFFELCHEN, DIE (NOCH) ZU SPARGEL UND EINER FRISCHEN JOGHURT-HOLLANDAISE SERVIERT WERDEN KÖNNEN, ABER AUCH BLUMENKOHL, BROKKOLI, KNACKIGE SALATSORTEN, SAFTIGE BEEREN UND VIELES MEHR
- DIE BIERGARTEN- UND PICKNICKZEIT BEGINNT, JETZT SIND ERFRISCHUNGEN WIE ZITRONENLIMONADE MIT MINZE UND LEICHTE GERICHTE WIE SPARGEL-ERDBEER-SALAT ANGESAGT. DIE SAISON VON EISCREME, SORBET, FRUCHTEISWÜRFELN, FROZEN JOGHURT UND VIELEM MEHR IST ERÖFFNET.

# GEMÜSE & OBST

- Kopfsalat
- Eichblattsalat
- Eisbergsalat
- Romanasalat
- Novita
- Lollo Rosso
- Lollo Bianco
- Rucola
- Frühlingszwiebeln
- Bundzwiebeln
- Rispentomaten
- Cocktailtomaten
- Minigurken
- Zucchini
- Blumenkohl
- Brokkoli
- Paprika
- Spitzpaprika
- Kohlrabi
- Radieschen
- Rettich
- Spargel
- Spinat
- Mangold
- Auberginen
- Fenchel
- Kräuter:  
Schnittlauch,  
Petersilie, Dill ...
- Rhabarber
- Erdbeeren
- Himbeeren
- Kirschen
- Johannisbeeren
- Stachelbeeren
- Blaubeeren





**Text & Photos von Michaela Tinapp „Mix dir Freude.de“**