

Marktinformationen vom 16. Januar 2026 (für KW 04)

Ein Lichtblick in Sachen regionaler Produktion kommt von unserem Produzentenpartner **Rainer Schächtle aus Tägerwilen**: Die ersten **Blattsalate** sind bereits verfügbar!

Dass diese zu dieser Jahreszeit aus dem Treibhaus stammen, versteht sich von selbst. Eine Vollversorgung ist zwar noch nicht möglich, doch wir sind nicht mehr vollständig auf Importe angewiesen – ein erfreulicher Schritt und ein zuversichtliches Zeichen... **und das im Januar!**

Ein Hoch auf die **Citrusfrüchte**: Jetzt sind sie in Bestform! **Tarocco- und Moro-Blutorangen, Blatt Zitronen und -orangen, Orri-Mandarinen, Pomeles**, rote und weisse **Grapefruits, Bergamotten, Bitterorangen** sowie **Zironen (Cedri)** – wenn nicht jetzt, wann dann?

Zudem erreichen uns aus Italien bereits erste **Frühjahrsboten** wie **Kefen, Fave-Bohnen** und wunderbar knackige **grüne Erbsen** mit zuckersüßem Geschmack. Eine herrlich frische Alternative in der kalten Jahreszeit.

Aktuelle Culinarium Artikel / Aus der Region



Gemüse

Karotten gross + mittel, Pfälzer Karotten gross + mittel, Kabis weiss + rot/blau, Randen roh, Wirz, Sellerieknollen gross + mittel, Pastinaken

Salate

Chicorée, Mix Salat, Kopfsalat grün, Chinakohl, Rosso, Nüsslisalat

Früchte

Äpfel, Birnen

Aktuell in KW 04 auf Vorbestellung erhältlich:

Mönchsbart IT • Frühkartoffel Zypern Sack 25 kg • Snack Zitronen IT

FrISChe Erbsen (Italien)

Speiseerbsen sind nicht nur geschmacklich fein, sondern auch ausgesprochen gesund. Die grünen, unreifen Samen enthalten wertvolle **Proteine** sowie nur geringe Mengen an Fett und Kohlenhydraten. Mit zunehmendem Reifegrad steigt der Anteil aller Nährstoffe deutlich an.

Gerade für alle, die auf Fleisch verzichten möchten, sind **Hülsenfrüchte** eine hervorragende pflanzliche **Eiweissquelle**. Die enthaltenen **Ballaststoffe** sorgen zudem für ein langanhaltendes Sättigungsgefühl. Darüber hinaus liefern Erbsen wichtige **essentielle Aminosäuren** sowie wertvolle **Mineralstoffe** wie Calcium, Magnesium, Eisen und Zink.

Jetzt erhältlich aus Italien: knackig, angenehm süß und mit gut gefüllten Schoten.



Vorbesteller Gitter 6 kg (kein Anbruch)

Carciofini - Kleine Artischocken

Die **länglichen, kleinen violetten Artischocken** stammen vorwiegend aus Italien, teilweise auch aus Spanien. Als junges, besonders zartes Gemüse können sie sogar **roh** genossen werden. Gebraten und als **lauwarmen Salat** serviert, sind die kleinen violetten Exemplare ein besonderer Genuss.

Vorbereitung

Bei **jungen Artischocken (Carciofini)** werden die Stiele grosszügig geschält, frisch angeschnitten und die untersten zwei bis drei Reihen der Blätter am Blütenkopf entfernt.

Bei **grossen Artischocken** bricht man den Stiel direkt unter dem Blütenkopf ab und entfernt drei bis vier Reihen äusserer Blätter. Anschliessend werden die verbleibenden Blattspitzen – bei kleinen wie bei grossen Artischocken – mit einem Messer um etwa ein Drittel gekürzt. Die Schnittflächen sollten sofort mit **Zitronensaft** bestrichen werden.

Zügiges Arbeiten lohnt sich, da sich die gerüsteten Stellen schnell unansehnlich braun verfärben. Sowohl bei Carciofini als auch bei grossen Artischocken werden grundsätzlich die **äusseren Blätter entfernt**.



Gesundheitlicher Wert

Die **Artischocke** ist ein äusserst wertvolles Gemüse für Gesundheit und Wohlbefinden. Sie ist reich an **Vitaminen und Mineralstoffen** und unterstützt die **Leber- und Gallenfunktion**. Aus ernährungsphysiologischen Gründen lohnt es sich, wenn immer möglich **frische Artischocken** zu verwenden.

Dank ihres hohen **Inulingehalts** eignet sich die Artischocke besonders gut für **Diabetiker**. Inulin ist ein spezieller Ballaststoff, der die Aufnahme von **Calcium und Magnesium** fördert und deren Speicherung im Körper unterstützt.

Vorbesteller Gitter 5 kg (kein Anbruch)

Mandarinen "Orri" (Israel)

In den letzten Jahren hat sich die **Mandarine der Sorte „Orri“ aus Israel** dank ihrer besonderen Eigenschaften zu einer der beliebtesten Mandarinen entwickelt. Ihr **Marktanteil wächst kontinuierlich**. Als **Spätsorte** kommt sie genau zur richtigen Zeit und bietet eine hervorragende **Alternative zur Clementine**.

Die „Orri“ überzeugt durch ihren **ausgesprochen süssen Geschmack**, ihre **sehr dünne, leicht zu schälende Schale** sowie durch **wenige bis gar keine Kerne**. Zudem besticht sie durch ihre **intensive, leuchtend orange Farbe**, die sie besonders attraktiv macht.



Gitter à 10 Kg / Im Anbruch erhältlich

Problematisch / Saisonende

- Palmkohl Schweiz
- Gemüse und Salat Importe aus Spanien (Preisvolatilität)
- Nüsslisalat – Menge / Qualität

Pilze	Verfügbarkeit:	↘ = niedrig	↘ = mittel	↗ = hoch
Steinpilze	↘	Südafrika		
Eierschwämme	↘	USA		
Morcheln	↘	China		

Mögliche Alternativen, die Ihren Speiseplan bereichern könnten, sind:

Champignons weiss und braun, Kräuterseitlinge, Shiitake, Pleurotus, Kraterellen, Totentrompeten, Trompetenpfifferlinge, Buchenpilze, Enoki

Äpfel

- Süsse Sorten Gala, Golden
- Süsslich / Feinsäuerlich Jonagold, Braeburn
- Säuerlich Boskoop, Granny Smith

Alle Apfelsorten sind Culinarium ausser Granny Smith (IT)



Birnen

- Gute Luise Kl. I Culinarium
- Gute Luise Kl. II Culinarium
- Conférence Kl. I Culinarium
- Conférence Kl. II Culinarium
- Kaiser Alexander Kl. I Culinarium
- Kaiser Alexander Kl. II Culinarium



Melonen

- Charentais / Cantaloupe (rotfleischig) Brasilien
- Honig (hellgelb) Brasilien
- Galia Brasilien



Trauben

- Trauben blau (4,5 kg) Übersee
- Trauben weiss (4,5 kg) Übersee
- Trauben blau (10 x 500 g) Übersee
- Trauben weiss (10 x 500 g) Übersee



Zitrusfrüchte

- Zitronen Spanien
- Orangen Spanien
- Limes Brasilien
- Clementinen Spanien



Preisaktualität und Liefereinheiten

Bitte beachten Sie, dass sich bei Vorbestell-Artikeln die Preise sowie die Liefereinheiten je nach Verfügbarkeit ändern können. Unser Verkaufs-Innendienst gibt Ihnen auf Anfrage gerne Auskunft.

Wir freuen uns auf Ihre Bestellung!

Frische Grüsse

Ihr Caviezel Giovanettoni Team

Tel: 071 447 11 00

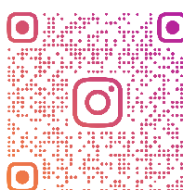
Web: www.scaviezelag.ch

Mail: verkauf@scaviezelag.ch

Shop: www.hogashop.ch – Bestellplattform

Folgen Sie uns auf Social Media:

Instagram



Facebook

