

Basisches Gemüse

Algen (Nori, Wakame, Hijiki, Chlorella, Spirulina)

Auberginen

Austernpilz

Bleichsellerie

Blumenkohl

Bohnen, grün

Boviste

Brokkoli

Champignon

Chicoree

Chinakohl

Egerling

Erbsen, frisch

Fenchel

Frühlingszwiebeln

Grünkohl

Gurken

Karotten

Kartoffeln

Kohlrabi

Kürbisarten

Lauch (Porree)

Mangold

Morchel

Mu-Err-Pilze

Navetten (weiße Rübchen)

Okraschotten

Paprika

Pastinaken

Petersilienwurzel

Pfifferling

Radicchio

Radieschen

Rettich (weiß, schwarz)

Romanesco (Blumenkohllart)

Rote Beete

Rotkohl

Schalotten

Schwarzwurzel

Shiitake

Spinat

Spitzkohl (Zuckerhut)

Staudensellerie

Steinpilz

Süßkartoffeln

Tomaten

Trüffelpilz

Weißkohl

Wirsing

Zucchini

Zwiebeln