

Kulinarischer Jahreskalender – Kanarische Inseln

Ein Überblick über saisonale Spezialitäten, Erntezeiten und kulinarische Feste auf den Kanaren im Jahresverlauf.

■ Januar – Februar

- Saison: Orangen, Avocados, Mangos, Süßkartoffeln
- Tradition: Gofio-Suppen & Eintöpfe, Mandelspezialitäten
- Event: Mandelblütenfest mit regionaler Küche (La Palma, Teneriffa)

■ März – April

- Saison: Zucchini, Kürbis, frische Kräuter, Bananen
- Typisch: Puchero Canario, Sancocho, Frühlingsgemüse
- Event: Ostergebäck & regionale Fischgerichte zur Semana Santa

■ Mai – Juni

- Saison: Tomaten, Paprika, Gurken, junge Ziegenkäse
- Highlight: Salmorejo-Kaninchen, gegrillter Fisch mit Mojo
- Event: Día de Canarias mit typischer Küche auf Volksfesten (30. Mai)

■ Juli – August

- Saison: Wassermelonen, Papayas, Melonen, tropische Früchte
- Leicht & frisch: Meeresfrüchte, gegrillte Sardinen, Mojo Verde
- Event: Sommerküche auf lokalen Musikfestivals & Straßenmärkten

■ September – Oktober

- Saison: Trauben, Feigen, Kürbis, neue Kartoffeln
- Spezialität: Erntemenüs, Gofio mit Honig, Kaktusfrüchte
- Event: Weinfeste & Erntedankfeste, z.■B. Tacoronte, La Orotava

■ November – Dezember

- Saison: Kastanien, Kürbis, Süßkartoffeln, Granatäpfel
- Tradition: Ropa Vieja, Bienmesabe, Quesillo (Dessert)
- Event: Fiesta de San Andrés (29.11.) – Fassrollen & neue Weine
- Weihnachten: Fischgerichte, Marzipan, Turrón & Ron Miel

■ Tipp: Regionale Bauernmärkte bieten saisonale Vielfalt direkt vom Erzeuger.

Quelle: auswandern-kanaren.com