

Der „Frische“ Kalender 2022/2023

Saisonal und regional - jeden Monat neu!



- | | |
|--------------------------|---|
| 12. – 25. September 2022 | Kartoffel und Apfel - Frankens Klassiker neu aufgesetzt |
| 10. – 23. Oktober 2022 | Wild und Wein am Main |
| 14. – 27. November 2022 | Wo Ente und Gans um die Wette laufen |
| 09. – 22. Januar 2023 | Fränkischer Wasserbüffel aus dem Hafenlohrthal |
| 13. – 26. Februar 2023 | Aus dem Wasser auf den Tisch: Fisch |
| 13. – 26. März 2023 | Schwein - From nose to tail
(Vom Rüssel bis zum Schwanz) |
| 10. – 23. April 2023 | Schätze aus Wald und Wiesen: Kräuter und Körner |
| 08. – 21. Mai 2023 | Heimisches Edelm Gemüse: Spargelwochen |
| 12. – 25. Juni 2023 | Bestes vom Grill - Nicht nur Fleisch wird gegrillt! |
| 10. – 23. Juli 2023 | Vegetarisch und vegan - Flexitarier willkommen! |
| 14. – 27. August 2023 | Fränkische Zwetschge - nicht nur flüssig |



Kulinarische Reise 2022/2023

„Frische aus Main-Spessart“

Bereits 2002 entstand die Aktionsgemeinschaft „Frische aus Main-Spessart“, in der sich Gastronomen, Erzeuger und Direktvermarkter zusammengeschlossen haben, um frische, ökologisch wertvolle Lebensmittel aus unserer Region anzubieten und zu verarbeiten.

5 gute Gründe für die „Frische“:

1. **Transparenz bei Herstellung & Verarbeitung der Lebensmittel**
2. **Kurze Transportwege für mehr Frische & weniger klimaschädliches CO₂**
3. **Stärkung unserer Region**
4. **Erhalt der regionalen Artenvielfalt**
5. **Erhalt und Gestaltung der heimatlichen Kulturlandschaft**

Mehr denn je rückt die regionale und saisonale Erzeugung unserer Zutaten in den Mittelpunkt. Deshalb bieten die „Frische aus Main-Spessart“-Gastronomen ab Herbst 2022 monatlich wechselnde Aktionen an. Gemüse, Fleisch und Fisch von hiesigen Landwirten und Erzeugern werden kreativ auf dem Teller in Szene gesetzt. Dazu servieren sie hervorragende Weine von lokalen Winzern.

Lassen Sie sich von der kulinarischen Vielfalt unserer Region inspirieren!



Mehr unter:

www.frische-aus-msp.de • www.facebook.com/frische

ALLE „FRISCHE AUS MAIN-SPESSART“ GASTRONOMEN:
 AM DORFBRUNNEN Lohr-Halsbach | ZUM LETZTEN HIEB Langenprozelten
 GASTHOF ZUM GRÜNEN BAUM Frammersbach | BURGGASTHOF
 Bergrothenfels | GASTHAUS GOLDENES LAMM Billingshausen
 HOTEL MAINPROMENADE Karlstadt | ZUM LÖWEN Rieneck