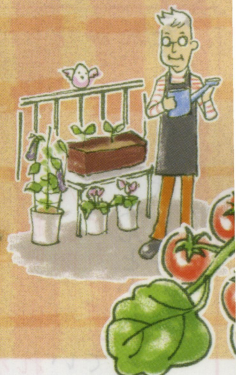
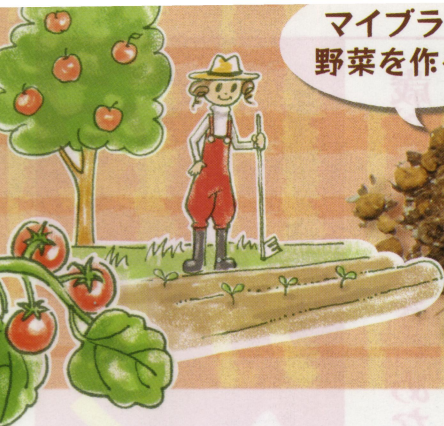


マイブランド
野菜を作ろう!

3月

菜園くらぶ

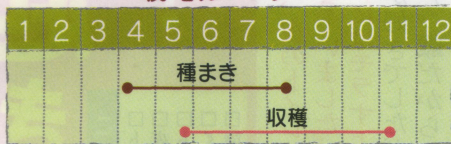
監修/帖地 近行



用意するもの(1㎡あたり)

■ 種子 ■ 苦土石灰(150g) ■ 元肥(完熟堆肥2kg、化成肥料50~80g(2、3握り)または鶏ふん150g) ■ 追肥(化成肥料25g) ■ 敷きわらまたは枯れ草、寒冷紗または不織布
※前作で堆肥や石灰を使用したときはそれぞれ量を減らしてもよい。

栽培カレンダー



〔ヒルガオ科・東南アジア原産〕
別名「アサガオナ」と言われるように雨や暑さに強く、収穫した後からわき芽が次々に伸びてきて再び利用できます。半つる性。ビタミンやミネラル、鉄分を多く含み、油炒め、スープ、おひたし、ごまあえなど用途も広く、数株あれば重宝します。



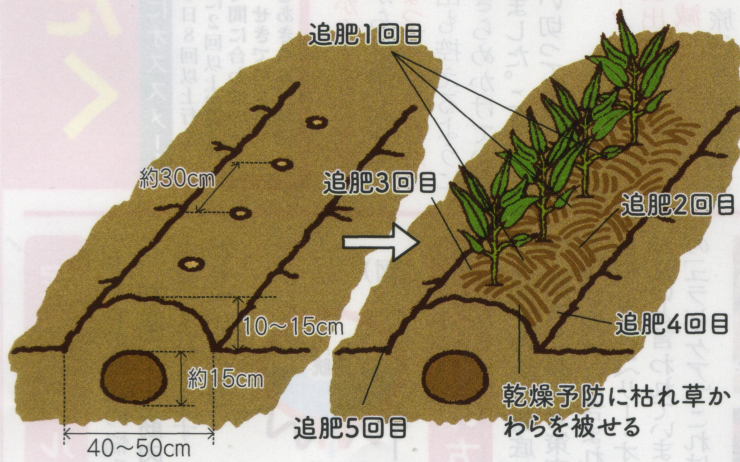
丈夫で育てやすい
エンサイ(空芯菜)

収穫まで
約2カ月!

栽培手順

① 種まき

種まきの2週間前までに苦土石灰を全面に散布し、よく耕しておく。1週間後に深さ15cmほどの溝を掘り元肥を施し、掘り上げた土を少し戻してよくまぜて高さ10~15cmほどの畝を作る。
1週間後、間隔を約30cm空けて、深さ1cmに種を3、4粒ずつまき、1cmぐらい土を被せて軽く押さえ十分に灌水する。乾燥しないようにわらや枯れ草などを被せておく(夏期は寒冷紗、不織布でトンネル掛けするとよい)。



② 管理

・間引き：発芽したら葉が重ならない程度に間引きしていく。本葉3枚のころに1本にする。

・摘芯：草丈が30cmぐらいになったら、地際から約20cmの所で芯を摘み取る。
・追肥：収穫が長期間になるので、肥料切れしないように注意する。本葉が出てから3週間に1回の割合で施す。夏場は液肥が効果的。追肥の1回目は株の間に施し、2、3回目は畝の肩の部分に、4、5回目は畝の裾に筋状に施す。

③ 収穫

わき芽が20cmぐらいに伸びたら、葉を2、3枚残して摘み取る。収穫が遅れると茂りすぎて手に負えなくなるので早めに収穫する。



ポイント

- ・日当たりの良い場所を選ぶ。
- ・種子は一昼夜水に漬けてからまく。
- ・乾燥させない。