

チャレンジ！野菜づくり



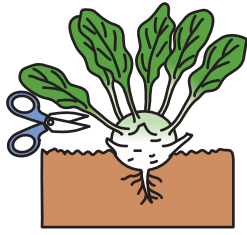
茎が球形に膨らみ、見ても楽しいコールラビ

茎の基部がカブのように球形に膨らむコールラビ。別名を球形カナン(甘藍Ⅱキャベツ)とも。地中海沿岸地方の原産、葉はカリフラワーに似ていますが、キャベツの原始型ともいわれます。

日本に渡来したのは明治初期と古いのですが、あまり知られていなかったのは食べ方が分からず、和食に合わなかったためようです。

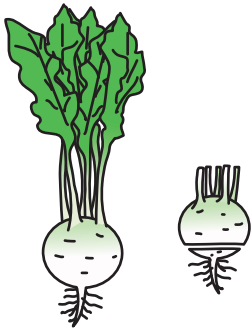
味はブロッコリーの茎の部分に似て、こくがあり、癖がなく、歯応えが良く、適度な甘味もあります。皮をむいて4〜5mmの薄切りにし、サラダやあえ物、クリーム煮にしたり、油揚げなどと合わせて煮物にしたりと、アレンジして

(図1)



球の下部の葉は、葉柄を2〜3cm残して切り取る

(図2)



球の下部1〜1.5cmは堅いので切り落とす



緑色と紅色の品種を対にして鉢植えで楽しむのも良い

べられないので、1〜1.5cmは切り除いてください(図2)。収穫物は新聞紙に包んで冷暗所に置けば4〜5日ぐらいは十分持ちます。

みると良いでしょう。ビタミンCはカブの3〜4倍、カリウムも豊富で、高血圧を予防し、免疫力を高め、美肌効果も期待できます。生育適温は、15〜20℃、冷涼な気候を好み、キャベツよりも高温や低温に耐える力があるので、栽培しやすい野菜といえます。

種まきの適期は6月中旬から8月初旬ぐらまでの夏まきと、9月上旬から10月上旬の秋まきです。畑は前もって石灰と堆肥を全面にまき、15〜20cmの深さによく耕しておき、種まきの前に、条間50cm、くわ幅の溝に、基肥として油かす、化成肥料を1㎡当たり、それぞれ大さじ3杯を施し、軽く覆土

して、種子を2〜3cm間隔にまき付けます。

発芽したら育つにつれて間引き最終株間を15〜17cmぐらいにします。生育の途中2〜3回、化成肥料を追肥しましょう。

3号ポリ鉢に4〜5粒まき、育つにつれて間引き1株を残し、本葉4〜5枚の苗に仕上げ、プランターに株間15〜17cm植えとし、球形に膨らむ様子を見て楽しむのも良いでしょう。

球が4〜5cmに肥大した頃、球から横に向かって伸びている葉の葉柄を2〜3cm残して切り取り(図1)、球の肥大を促します。

収穫は球径が5〜6cmに肥大した頃から逐次行います。大きくなり過ぎると肉質が堅くなるので、取り遅れないようにしましょう。球の下部、根元付近は堅くて食

肥料・農薬のご紹介

平成30年度水稲肥料・農薬予約申し込み開始
平成29年9月末まで

●皆さまのお宅へ、担当者が訪問します！

作付や栽培、肥料に農薬。どんなことでもお気軽にご相談ください。

ご希望に沿った商品をご提案します。

●早期の予約申込により、通常より大きな値引きを実現！

当JAでは、早期に予約販売を行うことで、早期予約価格として組合員様に安価な価格で肥料・農薬をご提供いたします。

「栽培ごよみ」にセットされている予約申込書でお申し込みください。

引取に来ていただくと、さらにお得です！

(配達の日時や引取りの期間は、後日案内となります)

※お気軽に各営農センター(営農購買課)へお問い合わせください。