

マスタートード（からし菜）

蒔く時期：スプラウト通年
3月～4月／9月～10月
収穫時期：スプラウト通年
5月～6月／11月～翌3月

特徴

大きく育てて炒め物、おひたし、漬け物に。またスプラウトとしての人気も高く、育てやすい野菜の代表格です。葉と茎に独特の辛味と香りがあり、食欲を誘います。育てるのに比較的土壌を選ばず、寒さにも強く、カリウム、カロチン、ビタミン群を豊富に含む健康野菜です。

育て方

【用土】

種まきの2週間ほど前に、石灰か草木灰を蒔いて土壌を中和します。プランターで栽培する場合は、深さ15cm以上ある容器を用いましょう。

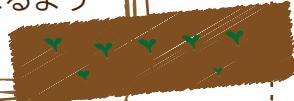


【植え付け】

- 20cmのスジ蒔きかバラ蒔きし、間引いて本葉3～4枚で株間10cmになるようにします。

【間引き】

- 発芽後、双葉が出たら間引き始め、本葉3～4枚で1箇所1本になるよう間引ます。ポットで育苗する場合は、2～3粒蒔いて本葉1～2枚で1ポット1本になるよう間引き、本葉3～4枚で定植しましょう。



【追肥】

- 追肥は春蒔きでは必要ありません。秋蒔きでは本葉4～5枚の頃に追肥をしましょう。

【収穫】

- 春まきの場合、とう立ちが早いので草丈が20cm以上になったら、株元を切り取って株ごと収穫します。秋まきでは草丈20cm以上になったら、外葉からかきとつて収穫すると長期間収穫が楽しめます。



【管理・栽培のポイント】

暑さ、寒さにも比較的強く、日当たりの良い場所で育てましょう。

スプラウト栽培

栽培の適温は20℃～25℃です。夏は比較的涼しい場所、冬は暖かい場所で栽培し、発芽しなかった種は早めに取り除いてください。（カビや病気の原因になります）肥料は必要ありません。種をまいて7～14日くらいで収穫していただけます。