

## 特徴

中国、タイ、ベトナム料理などのエスニック料理には欠かせないハーブで、独特の香りが好みをわけますが、鎮静作用や健胃作用、そして抗菌作用があります。葉をハーブあるいは葉菜として、果実をスパイスとして用います。また、煮込み料理などでは茎や根も使用することができます。



## 育て方

## 【用土】

- 水はけの良い土が適しています。  
鉢植えにする場合は赤玉土（小粒）6：腐葉土4の割合で混ぜた土を使用します。  
市販のハーブ用の培養土でも良いでしょう。

## 【植え付け・水やり】

発芽温度（最適）15℃～20℃程度

- コリアンダーは直根性で枝分かれしにくく、一度傷つけてしまうと生育が衰えてしまうため、植え替えは基本的に行いません。鉢や花壇に直接タネをまいて、生育に応じて間引いていきます。
- 土の表面が乾いたらたっぷりと水を与えましょう。  
夏場は油断するとすぐに乾燥しますので、こまめに水やりを行うよう心がけましょう。



## 【間引き】

- 種子が発芽し本葉が開いたら、株と株が触れ合わないように入間引きします。  
その後も、生育にしたがって株数を減らしていき、間隔を保つようにしましょう。

## 【収穫】

草丈が20cmほどになれば随時、葉を摘むことができます。ただし若葉を摘みすぎると花が咲かなくなり、種子の収穫が少なくなるので注意しましょう。

## 【その他注意点】

- 強い雨や風で株が倒れて泥がつくと、病気に感染しやすくなります。  
梅雨に入る前には敷きわらやビニールなどで根元を覆い、支柱を立ててやるとよいでしょう。

病害虫

アブラムシ  
ヨトウムシ