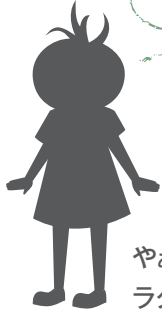


ジャン・ミノコの

The agricultural lecture
by Jan Minoco



にしみの 農業ドリル



やあ、みんな元気?気温も低くなってきてお鍋がおいしい季節になってきたね。今回は、お鍋に入れてもびったりな「サラダほうれん草」について調べてきたよ。

「サラダほうれん草」ってどんな野菜?



「サラダほうれん草」の特徴

名前のおり生でもおいしい

見た目は普通のほうれん草と変わらないけど、葉に加えて茎まで柔らかいから、その名前のおり、生のままでも食べられるよ。アクが少なくて、ソテーにしてもおいしいんだって。夏はサラダでヘルシーに、冬はお肉と一緒にしゃぶしゃぶで食べたいね。



おし
教えてくれるのは...

たかだ しんじ
下宮青果部会協議会 色彩部会 高田 慎二 さん

「サラダほうれん草」は、神戸町の下宮地区でつくって、西濃地域では私が唯一の生産者です。農業用ハウスで栽培していて、中京、北陸市場に出荷しているよ。

栽培の特徴

水耕栽培で養液(肥料を水に溶かした液)を栄養分に育つ

普通のほうれん草は、土に種をまいて育てられるけど、「サラダほうれん草」は、水耕栽培という方法で育てられているよ。これは、土の代わりに養液を栄養分にして栽培される方法なんだ。写真のように根の下に養液が流れていて、根から栄養を吸い上げて大きくなるよ。



栽培にはかなりの手間がかかっている

「サラダほうれん草」を育てるには、たくさんの作業があっても大変なんだ。



①専用のトレーに種をまく
トレーの穴の中には、ロックワール(白い粒状のもの)が入っていて、ここに種をまくんだ。



③5センチほどになるまで苗を育てる
芽が出たら、苗を育てる専用の場所に移し、水やりを気をつけながら、苗が5センチの大きさになるまで育てるんだ。



②20℃に保った専用の発芽室に入れる
種をまいた後は専用の発芽室に入れて、芽を出させるよ。



④水耕栽培の場所へ移植する
5センチほどに育った苗を手作業でトレーから1本ずつ取り出し、水耕栽培する場所(穴)へ移すよ。あとは生長を待って、25~30センチになったら収穫するよ。

高田さんは、毎日大変な作業を繰り返しながら、「サラダほうれん草」を育てていることが分かったよ。高田さんの愛情がたくさん詰まった「サラダほうれん草」、ぜひ食べてみてね。

