

《肥料の施用方法》

ほうれんそうは連作や酸性土壌に非常に弱く、たとえ発芽できてもうまく育たない事が多い。有機石灰をしっかりと施しほうれんそうに合った土壌pH(中性寄り)にきっちり調整しよう。

◎元肥 (1㎡当たり)

おいしい菜園 → 100g

他に…トヨクween(石灰)→ 150g

吟遊詩人(バーク堆肥)→ 2kg

◎追肥 (1㎡当たりの1回の量)

おいしい菜園 → 20g

草丈8cm程度で追肥。水で500倍程度に溶いて液肥として使用しても良い。ただし生育が旺盛な夏季は追肥を控えること。草丈が20~25cm程度になったら収穫できる。



この肥料の特徴

粟のような形状で水に溶いて液肥にもでき、土を荒らさない安心して安全な中性化成肥料。速効性だが元肥・追肥両方に使用できる。

ほうれんそう

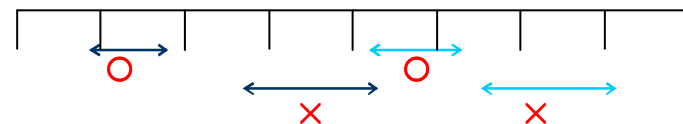
▶特徴と栽培のポイント

ビタミンやカルシウム、鉄分など、様々な栄養素を豊富に含む緑黄色野菜の代表格！冷涼な気候を好むため暑い真夏の栽培は困難ですが、きれいに生え揃った新芽を見ているだけでも作物を育てる楽しさを感じられるでしょう。

病気や害虫に注意し、瑞々しくシャキッと立った美味しいほうれんそうを味わって下さい。

▶栽培カレンダー

露地栽培 ○播種 ×収穫



暑さに弱く、とう立ちしやすいので品種の特性を良く見て種子を選ぼう(右記参照)。

播種前には種子を4~5時間(長時間はNG)ほど多めの水に浸けるか、流水に浸してから播種すると殻が割れて発芽の揃いが良くなる。芽が出揃ったら水は控えめに(苗立枯病予防)。

また高温期はべと病になりやすいのでトヨクweenや苦土石灰等を多めに施す。秋採りの場合は汚れ防止と保温をかねて農ポリや寒冷紗でトンネルを作ってあげるとなお良い。

《人気の品種》

●アクセラ



べと病レース1~7に抵抗性を持ち、**春・秋採り**に適す。葉肉が厚く茎もしっかりしていてボリュームがある。全体にしなやかで折れにくい為、出荷作業もしやすい。

●強力オーライ

主に2~3月のハウス栽培と秋の露地栽培に。耐暑性・耐寒性に優れ、今も根強い人気がある。葉肉が厚く収量もあり、食味の良さにも定評あり。

●おかめ ※ネーキッド種子もあり

他品種に比べて高温期に強く、**春から夏にかけて播種**できる優れもの。剣葉種(東洋種)の中では食味は随一！

収穫したらおいしく保存しよう♪

『ほうれんそうの上手な保存法』

葉物野菜は鮮度の維持が難しいですね。2~3日で食べる場合はぬらした新聞紙にくるんでポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室に立てて保存しましょう。すぐに食べない場合は軽く茹でてから水気を取り、冷凍庫へ…。3週間ほどもちます。小分けにしてラップにくるんでおくと使いやすく便利です♪