

## わさび菜(アブラナ科)



名前のとおり、わさびのようにピリッとする野菜よ。子どものみんなにはちょっとからいかもしれないけれど、虫も同じくからいと思うから、害虫がつきにくくて育てやすいの。寒さにも強いから、冬に盛り付けのための緑の葉がなくなったら使ってみて。



### ▼栽培手順



1 プランターに元肥と土を入れて、植えつけの準備をします。

2 苗ポットと同じ大きさの穴をあけておきます。

3 ポットからやさしく苗を取り出します。

4 穴に苗を入れ、まわりの土をかけて、軽く押さえます。たっぷり水をやります。



5 朝にたっぷり水やりをして育てます。追肥は、固形の肥料なら1カ月に1回程度与え、液肥なら10日に1度の割合で水やりの代わりに与えます。



6 中心から新しい葉が出てきて、あっという間に成長します。



7 2週間ほどで収穫できるほど大きくなりました。外側の葉から葉元を切ります。





8

収穫せずにおくと、からみが強くなります。  
やわらかい葉のうちにとんどん収穫していきましょう。  
からい野菜ですが、葉はヒラヒラしてかわいらしいです。  
焼き肉に合わせて食べるとおいしくいただけます。



ちぢれた葉のほうが からいです。



9

株を残しておくと、長い間収穫できます。