

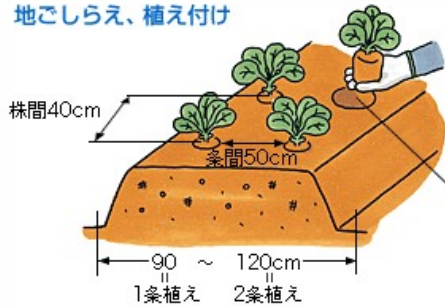
キャベツ栽培

品種 みさき、春空、新藍

料理ヒント&効能

葉の軟らかい春キャベツは生が美味しくサラダ向きです。
ビタミンC、ビタミンUが多く、ビタミンUは胃酸の分泌を抑えて胃潰瘍を防ぐ作用があります。

地ごしらえ、植え付け



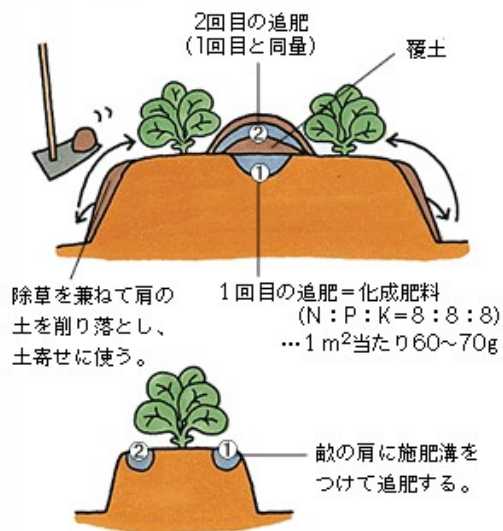
- 粗起こしの時
苦土石灰 = 1 m²当たり 120g
堆肥 = 1 m²当たり 2~3kg
- 畝立ての時
元肥 = 化成肥料
(N:P:K=8:8:8)
…1 m²当たり 150gを全層施肥

植え穴は大きめにする。

ポイント 定植

植え付け時の水やりには、過リン酸石灰 15gを水 10L に溶かした液をかけてやると、根の再生がよくなります。

追肥、中耕、土寄せ



2回目の追肥 (1回目と同量) 覆土

1回目の追肥 = 化成肥料 (N:P:K=8:8:8) …1 m²当たり 60~70g

除草を兼ねて肩の土を削り落とし、土寄せに使う。

畝の肩に施肥溝をつけて追肥する。

栽培ポイント 追肥

苗が活着して半月ほどたったころと、心葉が立って結球態勢をとるようになったころの2回、それぞれ化成肥料を施し、中耕、除草も兼ねて覆土(ふくど)をしておきます。

キャベツは、乾燥に比較的弱い野菜です。乾燥が続くと生育が止まり、肥料の吸収力も鈍るので玉の肥大が妨げられ、石灰欠乏症も出やすくなるといわれます。畑が乾いた時は、畝間に水を入れるか、株間にたっぷりと水やりをしておきます

病虫害防除

アオムシ、コナガ、アブラムシなどの害虫による被害が大きいため殺虫剤 (BT 水和剤、オレート液剤) を散布する。

又防虫ネットを利用すると減農薬になります。(定植直後より行う。)



収穫

玉の頭部を押さえてみて、よくしまったものから収穫を始めます。

保存ヒント

丸ごと外葉で覆ってから紙などに包んでポリ袋に入れ、冷暗所に置く。
使いかけは切り口をラップで密着し、ポリ袋に入れて冷蔵庫で保存する。