

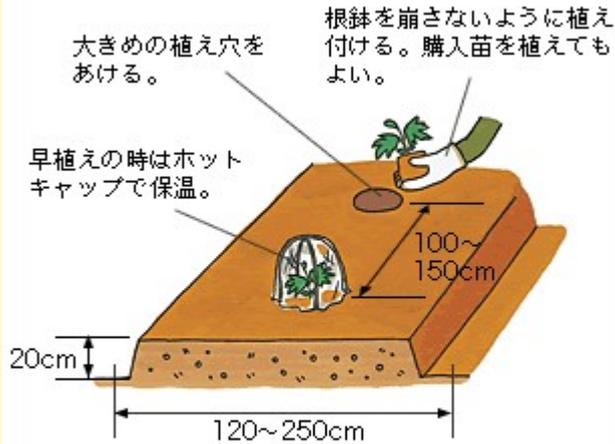
ニガウリ栽培

品種 太れいし

料理ヒント&効能

独特の苦みとさわやかな香りが特徴、苦みが強い場合は水にさらす、塩でもむか、さっと茹でると和らぐ、苦みの主成分モルディシンには抗酸化作用があり、清熱、消熱の効果が知られ、夏場に欠かせない。

地ごしらえ、植え付け



- ① 粗起こし = 堆肥2~3kg/m²
苦土石灰100~120g/m²
- ② 元肥 = 化成肥料 (N:P:K=8:8:8) 120~150g/m²
全層施肥

地ごしらえ、植え付け

粗起こしのとき堆肥と苦土石灰を施してpHの調整をしたのち元肥を全層に施し、1.2~2.5m幅の畝を立て、黒色ポリマルチをして地温を上げておくとよいでしょう。植え付けは、本葉4~5枚のころ、根鉢を崩さずに、地這い栽培や棚式水平仕立てでは畝幅2.5m、株間2m程度で畝の中央部に1列に、垣根仕立てでは畝幅1.2m、株間1.5mを目安に、ほかの仕立て方向様に畝の中央部に1列に1カ所1株植えとします。

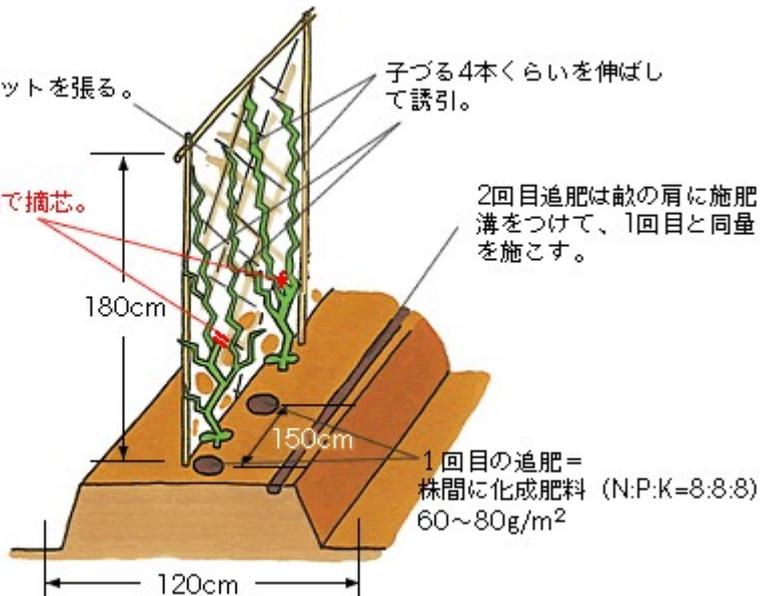
早植えの場合は、ホットキャップか小型トンネルなどで、保温、活着促進を図ります。

誘引、追肥

垣根仕立て

キュウリネットを張る。

親づるは本葉5~6枚で摘芯。



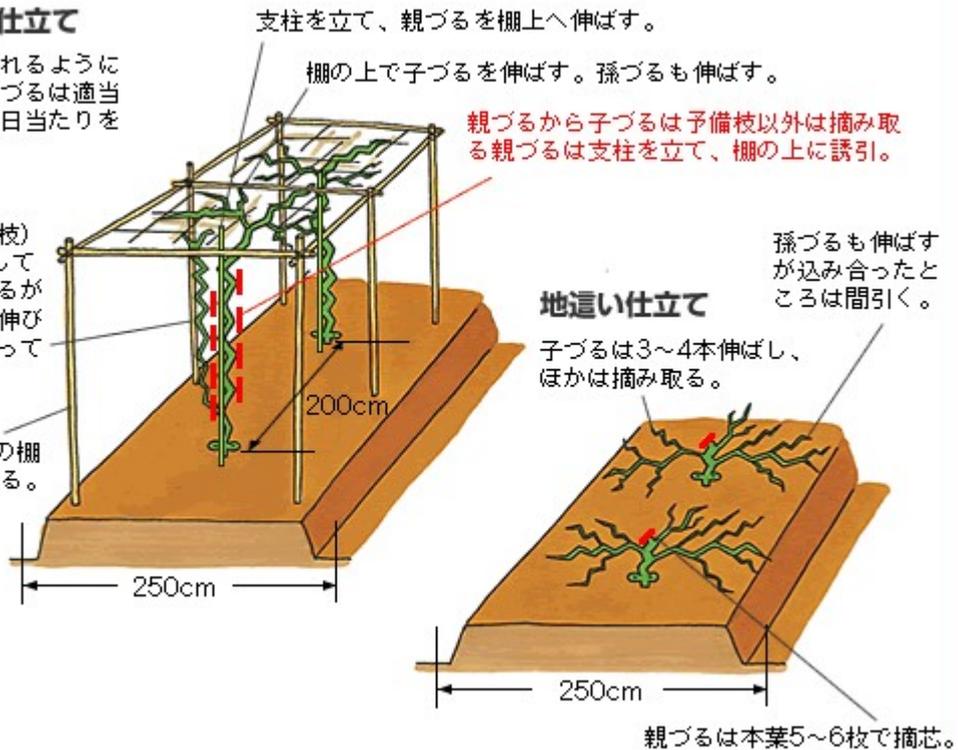
整枝・誘引

棚式水平仕立て

着果が見られるようになったら孫づるは適当に間引いて日当たりを確保する。

予備枝（側枝）を1本伸ばしておく。親づるが棚の上まで伸びたら切り取ってもよい。

2mくらいの棚を組み立てる。



ポイント 支柱立て、整枝

垣根仕立ては支柱を垂直またはV字状に立てて、キュウリネットを張り、本葉5~6枚で摘芯、子づるを2~3本伸ばし、ネットに誘引します。孫づるは込みすぎたところを間引いて、株全体の日当たりをよくします。（地這い・棚式水平仕立てはイラスト参照）

敷きわら、追肥、水やり

生長に伴い、株元を中心にわらや枯れ草を敷いて、畝の乾きを防ぎます。

追肥は苗の活着時に400~500倍の液肥を水やり代わりに与えるほか、初果の肥大期と収穫最盛期をめどに、化成肥料の追肥をするか、液肥を10~15日に1回くらい水やり代わりに施します。乾燥には強いのですが、梅雨明け後、日照りが続いたときは水やりをして、草勢の維持、果実の肥大を促してやります。

ポイント 収穫

品種にもよりますが、開花後25~30日で収穫できます。過熟果では品質が劣るので、200~300gを目安に収穫します。但し、油炒めなどの料理に利用する場合は、果実の肥大が止まったころ、黄色く変色する前に収穫します。

保存ヒント

内部のわたと種から傷み始めるので、楕に割ってわたと種を取り除き、ラップに包んでポリ袋に入れて冷蔵庫にて保存することも出来る。薄切りにしてからからになるまで陰干しし、ポリ袋で冷蔵する。乾燥度わいにもよるが、保存の目安は半年。使うときは水で戻して炒め物、煮物、汁の実などに