

コールラビ

茎の基部がカブのように球形に膨らむコールラビ。別名を球形カンラン（甘藍＝キャベツ）とも。地中海沿岸地方の原産、葉はカリフラワーに似ていますが、キャベツの原始型ともいわれます。

板木技術士事務所 板木利隆

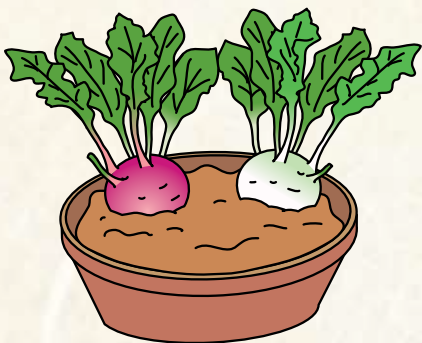
月 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

栽培計画

春まき栽培			○	☺		①							
夏まき栽培					○		☺		①				
秋まき栽培								○	☺			①	

○ 種まき ☺ 植えつけ(育苗の場合) ① 収穫

(寒冷地の春まきは15～20日遅れとする)



緑色と紅色の品種を対にして鉢植えで楽しむのも良い



茎が球形に膨らみ、見ても楽しいコールラビ

日本に渡来したのは明治初期と古いのですが、あまり知られていなかったのは食べ方が分からず、和食に合わなかったためなのでしょう。

味はブロッコリーの茎の部分に似て、こくがあり、癖がなく、歯応えが良く、適度な甘味もあります。

皮をむいて4～5mmの薄切りにし、サラダやあえ物、クリーム煮にしたり、油揚げなどと合わせて煮物にしたりと、アレンジしてみると良いでしょう。ビタミンCはカブの3～4倍、カリウムも豊富で、高血圧を予防し、免疫力を高め、美肌効果も期待できます。生育適温は、15～20度、冷涼な気候を好み、キャベツよりも高温や

低温に耐える力があるので、栽培しやすい野菜といえます。

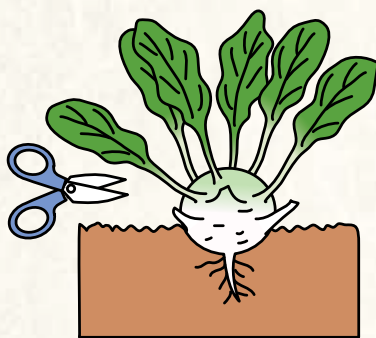
種まきの適期は6月中旬から8月初旬ぐらまでの夏まきと、9月上旬から10月上旬の秋まきです。

畑は前もって石灰と堆肥を全面にまき、15～20cmの深さによく耕しておき、種まきの前に、条間50cm、くわ幅の溝に、元肥として油かす、化成肥料を1平方m当たり、それぞれ大さじ3杯を施し、軽く覆土して、種子を2～3cm間隔にまき付けます。

発芽したら育つにつれて間引き、最終株間を15～17cmぐらいにします。生育の途中2～3回、化成肥料を追肥しましょう。

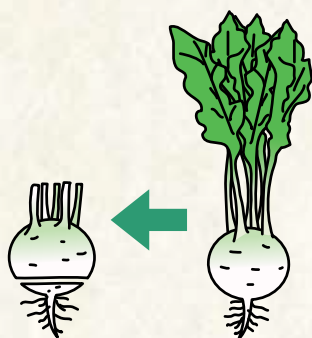
3号ポリ鉢に4～5粒まき、育つにつれて間引き1株を残し、本葉4～5枚の苗に仕上げ、プランターに株間15～17cm植えとし、球形に膨らむ様子を見て楽しむのも良いでしょう。

球が4～5cmに肥大した頃、図のように球から横に向かって伸びている葉の葉柄を2～3cm残して切り取り、球の肥大を促します。収穫は球径が5～6cmに肥大した頃から逐次行います。大きくなり過ぎると肉質が堅くなるので、取り遅れないようにしましょう。



球の下部の葉は、葉柄を2～3cm残して切り取る

球の下部、根元付近は堅くて食べられないので、1～1.5cmは切り除いてください。収穫物は新聞紙に包んで冷暗所に置けば4～5日ぐらいは十分持ちます。



球の下部1～1.5cmは堅いので切り落とす

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

JAグリーン津店が教える！栽培のポイント

- ・本葉が5、6本になったら植え付けができます。
- ・乾燥に比較的弱いので、土が乾いたら十分に水をあげましょう。
- ・苗を植え付ける時は元肥と堆肥をたっぷりすきこみ、生育期間が短いので速効性肥料で元肥中心で行います。
- ・球の直径が8～10cmを過ぎると過熟になるので早めに収穫しましょう。

おすすめ資材

〈堆肥〉

完熟発酵牛ふん

〈石灰資材〉

苦土石灰

〈元肥〉

苦土入園芸化成682

〈殺虫剤〉

ゼンターリ顆粒水和剤



園芸ノート読者必見!!

直売所へ Let's go! スタンプラリーで 先着1,000名様 野菜づくり冊子もれなくプレゼント!



目次

- 土の見方と土づくり.....P 1
- 土をよくする
- 輪作の組み合わせ方.....P 2
- あとの作業をラクにする
- 耕うんの方法.....P 3
- マルチ資材を上手に使いこなす...P 4
- べたがけ
- トンネル栽培のすすめ.....P 5
- 有機物を上手に使いこなす.....P 6
- 上手な施肥のやり方.....P 7
- 育苗と植え付けのポイント.....P 8
- 生育期の作業のポイント.....P 9
- 鮮度・品質を保持する貯蔵術.....P10
- 鳥獣害予防の工夫と対策.....P11
- 収穫の適期と判断のポイント.....P13

※詳しくはP4へ