

コールラビ



栽培計画	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
春まき栽培			①	②			③	(寒冷地の春まきは15~20日遅れとする)				
夏まき栽培					①		②					
秋まき栽培								①	②			③

① 種まき ② 植えつけ(育苗の場合) ③ 収穫



コールラビ (アブラナ科アブラナ属)

フランスでは家庭菜園のことをポタジエといいます。野菜だけでなく果樹や草花も混植し、食用と観賞を兼ねています。ポタジエの語源はポタージユで、中世の修道院でその原料の野菜を院内の庭で作っていたからだといわれています。

感性豊かな女性の参入が多くなったためか、日本でも菜園をラティスやレンガなどで飾り、カラフルな野菜を栽培するオーナメンタル・キッチンガーデンが増えていきます。アーティチョークやスイスチャード、コールラビなどの西洋野菜が多く栽培されています。

コールラビの緑色種と紫色種をおしゃれなテラコッタなどの容器に入れて栽培すると、オーナメンタル・キッチンガーデンになります。日当たりの良い玄関に置く、すてきなオブジェにもなります。コールラビは、コールはコールスロー



のコールと同じようにキャベツを、ラビは根菜のカブを意味します。和名はカブカンラン(蕪甘藍)、キュウケイカンラン(球茎甘藍)ともいいます。

種まきは3月から9月までできます。キャベツより強健で、生育期間も短いので栽培は簡単です。

深さ15cm以上の容器に市販の培養土を入れ、株間15~20cmに5粒の点まきをします。順次間引いて、本葉4枚までに1本立ちにします。球が肥大するときに乾燥させると、肉質が悪くなるので、水やりは朝や夕に土の表面が乾く程度にします。追肥は1000倍の液肥を1週間置きに施します。

球が肥大してきたら、球から出た葉は上葉5~6枚を残して下葉を切り取り、球の肥大を促します。球に日が当たり、色が良くなります。

球径が5~8cmに肥大したら、根元から引き抜いて収穫します。取り遅れると裂球や肉質の硬化が発生します。球の上下の硬い部分を切り落とし、皮をむいて調理します。薄くスライスしてサラダやスープの具にします。酢漬けやソテーなどにも利用できます。

JAグリーン津店が教える！
コールラビ
栽培のポイント！



JAグリーン津店 城チーフ

害虫

アブラナ科の野菜は害虫が付きやすい性質があります。特にアブラムシやハモグリバエの被害を受けやすいので、見つけたら薬剤を散布して駆除しましょう。薬剤を使いたくない方は、防虫ネットなどで虫の飛来を防ぐのが有効です。



保存方法

収穫したコールラビを保存する場合は、葉に栄養がとられないよう、葉を軸の根元近くから切り落として丸いカブの部分だけにしておきましょう。

豆知識

コールラビにはビタミンCが豊富に含まれ、淡色野菜類ではキャベツをも上回る含有量です。さらに胃腸薬に配合されているビタミンUが含まれるので、胃腸障害の改善にも役立ちます。

小カブ

あなたも今日から 栽培名人

板木技術士事務所 板木利隆



栽培計画	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
春トンネル栽培		○		①								
春トンネル栽培 寒冷地			○		①							

○ 種まき ① 収穫 〰️ トンネル被覆



春取り小カブのトンネル栽培

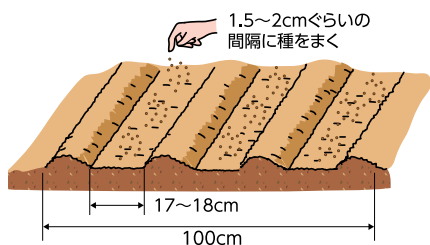
立春が過ぎ、日差しの強まりを感じ始める頃になると、今年の家庭菜園の仕事始めです。一番先に種まきできるお薦めの野菜は小カブです。

トンネルで被覆し、保湿すれば4～5月に白肌できめ細かく肌触りの良い、おいしい小カブが楽しめます。

種のまきどきは2月中旬です。寒い地域では気温差を考慮して種まきを遅らせましょう。

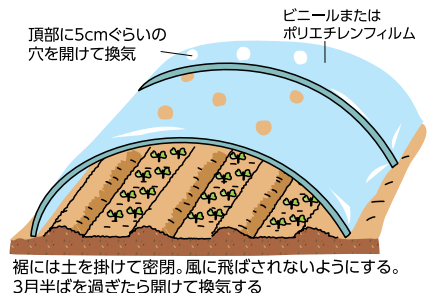
種のまき方は、畑に1m幅のベッドを作り、全面に完熟堆肥と菜種油かす、化成肥料を均一になるようにばらまき、15cmほどの深さによく耕し込みます。そしてまき溝をくわ幅よりやや広め（17～18cmぐらい）に3列、溝底が平らになるよう丁寧に作り、溝の外にはみ出さないよう注意しながら、ジヨウロでたつぷり灌水（かんすい）しておきます。発芽ぞろいまでトンネルは除覆しないので、このことを考えて十分に灌水してください。

種まきはまき溝の中に種間隔が15～2cm離して満遍なくまき、その上に1cmぐらいの厚さに覆土します。トンネルの裾には土を掛けて密閉



して発芽を促します。種まきしたらすぐ密閉してしまうので、発芽と初期生育に必要な量を十分灌水しましょう。

発芽して本葉2～3枚に育ったら、トンネルの頂部に小穴を開けて換気し、さらに内部が日中30度を越すようになればトンネルの裾も開けて気温の上昇を防ぎます。



育つにつれて株間が込み合わないよう間引きをし、灌水を適宜に行つて乾き過ぎないように注意してください。また、生育中は、葉の緑が淡くなりかけた頃に、溝の外側に化成肥料をばらまいて追肥します。

球径が5cm内外に育ったら収穫開始です。途中で間引いた物も上手に利用しましょう。

春の小カブは葉も柔らかいですので、汁の実や漬物にしてもおいしくいただけます。

トンネル換気、除覆すると、コナガ、アブラムシ、ヨトウムシの幼虫などが害するので、発生状態に注意し、初期に適応殺虫剤を散布して防ぎましょう。

小カブはその後も次々に種をまいて栽培できます。

※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。

農業PR隊長カツラギ通信は ホームページで配信中!!

農業PR隊長カツラギ通信

みてね!



カツラギ PHOTO GALLERY

