

新鮮な味が たくさん取れる サヤエンドウ



栽培管理が楽で失敗も少ないサヤエンドウ。店頭では得られない新鮮さが魅力。家庭菜園にはぜひ取り入れたい野菜です。

カロテン含有量が多く、分類は緑黄色野菜。ビタミンC、食物繊維も豊富。使い道はサラダや汁の味、煮物にと広く、飽きずに重宝します。

育て方のポイントは次の通りです。

- (1) 連作畑を避ける
- (2) まきどきを誤らない
- (3) 冬に株が風で振り回されるのを防ぐ
- (4) 伸び出したつるがよく絡み付くようしっかりと支柱を立てる

サヤエンドウは野菜の中でも特に連作を嫌う性質があります。4～5年はサヤエンドウを作ったことのない畑を選びます。

種まきの適期は10月20日前後を目安とします。寒い地域で早まきすると大きく育つてから厳しい寒さに遭つことになるため、寒害を受けやすくなります。種袋の説明と地域の慣行をよく調べて決めます。

サヤエンドウは茎葉が柔らかく、越冬中に株が風に振り回され、茎が折れたり枯死したりしやすいので、草丈が15～20cmに伸びたら短い支柱を交差させて立て、株を固定したり、畝に沿って稲わらを半折りにし下方を土に埋め、簡易の風よけを作ったり、べた掛け資材で覆ったりして寒風から守ってやり

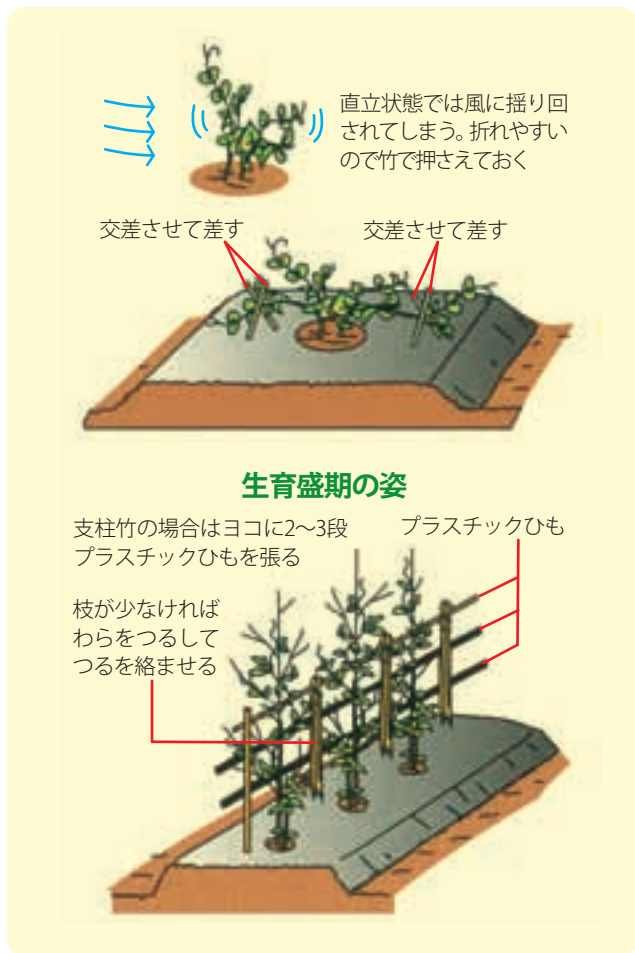
ます。

越冬後草丈が20～25cmくらいになる頃には巻きひげも出るので早めに支柱を立て、これに絡ませるよう、つるを誘引してやりましょう。

支柱材としては、細枝がたくさんつくササや、小枝がよく付いた木の枝が最適ですが、入手できない場合は木くに横竹を渡し、所々に細わらをつるす方法、それらがなければ果菜用の支柱材を立て、横に3段ほどプラスチック

クひもを渡したり、キュウリの誘引ネット(網目15cm)を取り付けるなど、いろいろ工夫してみましよう。

肥料分は多くは必要ないので、前作に野菜を育てた畑なら、越冬前に畝に沿って軽く溝を作り、1株当たり化成肥料大さじ2杯くらい、本支柱を立てた後に、畝の反対側に同量を施し、土を盛り上げて畝を形作る程度で足りるでしょう。



彩・菜・栽

2019年
5月