



ルバーブ

香気と酸味のあるジャムを楽しむ

ルバーブは特有の香

気と酸味のある葉柄を
利用する永年性の野菜
です。太くて多汁質の

葉柄は、ジャム、パイ

などに利用しますが、葉にはシユウ

酸が多く含まれるので食用にできま

せん。和名は食用大黃ダイオウとい

のダイオウと同族の植物で、原産地

はロシア南東部からシベリア南部と

され、冷涼な気候を好みます。

〔品種〕

世界的には数十品種ほど栽培されて
いますが、「ビクトリア」（藤田種子な
ど）は草勢が強く収量の多い品種です。



〔育苗〕

幼苗期の除草作業などを考慮して
育苗するとよく、ハウスを利用し、2、
3月に3寸ポットに4、5粒の種を
まきます。その後間引きして1本立
ちにし、5月頃までに本葉4、5枚の
苗に仕上げます（図1）。

〔畑の準備〕

植え付け2週間前に1平方m当た
り苦土石灰200gを全面にまいて、
よく耕しておきます。植え付け溝は
畝幅120cmとし、幅20cm、深さ20cm
に掘り下げます。元肥は溝1m当た
り堆肥を2kg、化成肥料（NPK各成
分10%）100g程度を施し、土を戻
します（図2）。

〔植え付け・追肥〕

大型野菜のため、株間を60cm程あ
けて苗を植え付けます（図3）。植え

付けの年は、夏の初めと終わりに、溝

を切つて畝1m当たり化成肥料50g

を与えます。翌年からは、冬（萌芽前）

に畝1m当たり堆肥1kgと化成肥料

100gを施用し、その後は初年度

と同様に追肥をします。

〔収穫〕

初年度は収穫しないで、2年目から
収穫を始めます。収穫法は30〜50cm
に伸びた葉柄を基部より手でかき取
り、葉は切り捨てます（図4）。一度に
採葉し過ぎないように、次回は1〜
2週間後に収穫します。収穫期は5、
6月で、収穫期間は2カ月程度にと
どめておきます。

〔その他の管理〕

越冬した株が早春に萌芽し、その後、
花茎の伸長（とう立ち）が始まります
が、開花・結実するとその後の生育が

悪いため、花茎は早めに

手で除去します。敷きわ

らは、泥はねを防ぎ、盛

夏の干ばつ対策になりま

す。なお、5、6年たつと

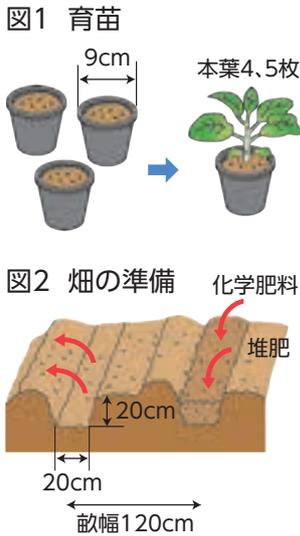
草勢が衰えてくるので、

植え替えます。萌芽前の

冬に掘り上げ、切り離す

株に芽が付くように縦に

切断し、株分けをします。



作ってみよう

甘酸っぱいルバーブジャム

カリウムやカルシウムが豊富とい
われるルバーブ。ルバーブのジャム
は爽やかな酸味があり、スコーンや
ヨーグルトに加えたり、肉料理のソー
スとしても美味しくいただけます。

材料

ルバーブ	500g
きび砂糖	200g
レモン汁	大さじ1

作り方

- ルバーブは皮付きのまま2cm幅に切ります。
- ポウルに①ときび砂糖をよく混ぜ合わせ、ラップをかけて2時間程常温に置きます。
- 鍋に②を汁ごと入れ、中火にかけて煮ます。10分ほどで水が出てくるので、あくをとって弱火にします。
- 蓋をせず弱火で20分程なめらかになるまで混ぜながら煮込みます。
- レモン汁をよく混ぜ合わせ、火から下ろして粗熱を取り、容器に入れて完成です。

