

# トピックス祝 実のり新聞 180号記念

- ① 春蒔き野菜の種・花の種各種好評販売中!!
- ② 葉物野菜苗入荷!! 果菜野菜苗3月中旬入荷予定
- ③ 春ジャガイモ(男爵・メークイン・キタアカリ)好評販売中!!
- ④ 春植え球根(ダリア・グラジオラス・クルクマ)入荷!!
- ⑤ あぜ波・あぜ平苗箱など育苗用品各種販売中!!



## 春の健康野菜【山菜】、苦みを味わう

春の山菜旬カレンダー 山菜苗各種が入荷!!

3月	4月	5月	6月
20日わけぎ	→		
葉わさび	→		
うど	→		
たらの芽	→		
	みょうが	→	
	行者にんにく	→	

食べ方いろいろ

- てんぷら
- 茹でて和える
- 煮物に

20日わけぎ  
150g 398円

葉わさび  
2株 398円

うど  
1株 398円

とげなしたら  
2株 398円

みょうが  
300g 398円

行者にんにく  
3株 398円

**20日わけぎ** 沖縄料理でよく使われるワケギの1種で、植付け後20~30日で収穫できるスピード野菜です。家庭菜園用として手軽に楽しめる野菜として人気です。

**とげなしたら** 収穫は翌年以降となります。早春から順次成長する若芽を収穫します。4月~7月が収穫時期となります。天ぷらやおひたしにして食べると美味しい。

**葉わさび** 収穫は翌年以降となります。根茎はもちろんの事、葉・茎・花も食用になります。株を太らせていけば翌年も収穫できます。葉や花は随時収穫可能。

**みょうが** 夏にはかかせない薬味であるミョウガ。地表に近い所の太った花穂を食用にします。花があまり大きく開かない朝のうちにつみとりましょう。

**うど** 収穫は翌年以降となります。早い所では4月の月上旬位から順次収穫できます。香りが良く、山菜の中でも特に人気があり、天ぷら等にすると美味しい。

**行者にんにく** 3月中旬~5月上旬にかけて収穫できます。若葉と若茎は簡単に折れる所から採ります。二番芽が出ないので、1株から葉は1枚ずつ取り取って利用します。

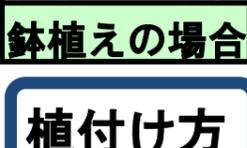
## アスパラガスを育てて味わおう

### 特集 春から美味しく収穫できる

庭植えの場合



鉢植えの場合



鉢植えの場合

植付け方

鉢植えの場合



- ① 芽を上にして株の根を広げて植え付けします。
- ② 芽の上に約3~5cm程の覆土ができる深さ。

- ① 鉢(※1)の1/4まで土を入れます。有機質の堆肥を混ぜましょう(※2)。

- ② 根が長いので、株をねじるように根を広げて下さい(根が長すぎる場合は少量ならハサミ等で切ってもOK。ただし半分は切らない)。
- ③ 芽の上に約3cm程の覆土が出来る深さに植え込みましょう。

- ④ 芽の上に約3cm程の覆土をして出来上がりです。植え付け後にはたっぷりと水やりをしてください。

※1 株のサイズに合わせて大きくて深めの鉢をご使用ください。

※2 植え付け前に有機質の堆肥・鶏糞・油粕などをすきこんでおくと、一層甘味の強い美味しいアスパラガスが収穫できます。

【追肥について】

\* 3月頃：発芽前に化成肥料を土の上から適量ばらまく。

\* 5・6月頃：収穫中に化成肥料を適量ばらまいて下さい。これにより、発芽も促進されます。

\* 7月頃：来年の株を充実させるために化成肥料を根元にばらまいて下さい。

スタミナ強化／疲労回復

# 実のり新聞

平成25年  
3月号

平成25年3月・第180号(毎月発行)

<http://www.lic.jp/>

### 実のり山陽店

営業時間：8時~20時  
岡山県赤磐市上市180-1  
(086)955-5561

### 実のり玉島店

営業時間：9時00分~20時  
岡山県倉敷市玉島爪崎5-1057-1  
(086)523-0511

### 実のり大安寺店

営業時間：9時00分~20時  
岡山市北区野殿西町418-1  
(086)214-2338

### 実のり伊予三島店

営業時間：9時~21時30分  
愛媛県四国中央市下柏町688  
(0896)23-0600

