

■色鮮やかなサラダを楽しむ リーフレタス

園芸研究家●成松次郎

レタスの仲間の結球しないタイプで、和名をチリメンチシャといい、赤葉品種はサニーレタスの名でもおなじみです。さまざまな品種があり、カラフルなサラダが楽しめます。

【品種】

葉が赤い「レッドファイヤー」(タキイ種苗)、「レッドウェーブ」(サカタのタネ)、とう立ちの遅い「晩抽レッドファイヤー」(タキイ種苗)、緑の「グリーンウェーブ」(タキイ種苗)などがお薦めです。焼き肉を包んで食べる「チマサンチュ(青葉種)」(タキイ種苗)も家庭菜園向きです。

【栽培時期】

発芽と成長の適温は 15~20 度なので、夏と冬の栽培は困難です。また、5~6 月の長日(1 日のうち昼の時間が長い季節)は花芽ができ、とう立ちしやすくなります。そのため、種まき適期は 3~4 月と 9 月です。

【苗作り】

小型ポリポットや連結ポットに 1 カ所 4~5 粒をまき、その後間引きして本葉 4~5 枚の苗を作ります。この種は好光性なので、暗黒下では発芽しにくい性質があり、種には土を薄く掛けます(図 1)。まいたら新聞紙で覆い、その上から灌水(かんすい)すると、土の乾きも少なく、強い日差しからも守られます。

【畑の準備】

幅 80~90cm の栽培床に 1 平方 m 当たり苦土石灰 100g をまき、土とよく混ぜておきます。植え付けの 1 週間前に、元肥として化成肥料(N:P:

図1 苗作り

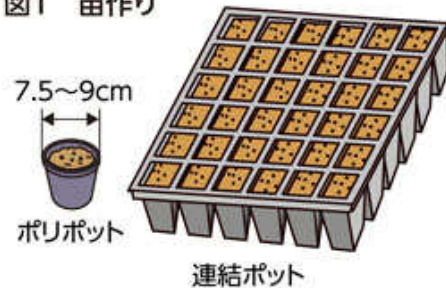


図2 施肥・耕うん

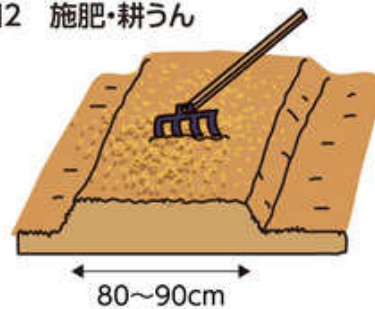


図3 マルチ張り



図4 植え付け

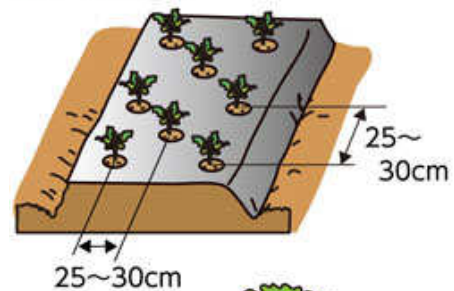


図5 収穫



K=10:10:10%)100g 程度と堆肥 2~3kg を施します(図 2)。平畝を作り、黒のポリマルチを張ります(図 3)。リーフレタスは葉の間に土が入りやすいので、ポリマルチをして、葉が汚れないようにしましょう。[植え付け]条間、株間とも 25~30cm を取れば、300g ほどの大株になります。株間を 15cm 程度にして小株から収穫を始めることもできます(図 4)。

【管理】

生育期間が短いので追肥は不要です。また、アブラムシなどが発生しますが、比較的病害虫の少ない野菜です。

【収穫】

リーフレタスは若取りがおいしいので、利用に応じて順次収穫します。下葉をかき取りながら、長く収穫を楽しんでも良いでしょう(図 5)。

※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。