

健康野菜

コールラビー

分類 アブラナ科
 原産地 地中海北岸地方



コールラビー

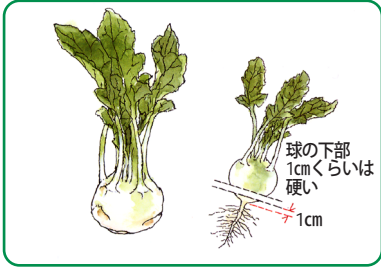
栄養成分 ★ビタミンU ★ビタミンC ★アミノ酸組成に優れた健康野菜です

食べ方

- **サラダ** 皮をむき薄く切って塩もみをします。
- **スープ** 皮をむき普通の調理法で行います。
- **シチュー** 炒め物 みそ汁など

収穫

球茎が5~7cmに肥大した頃根元から抜いて収穫する



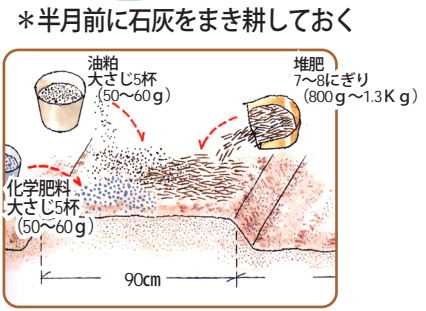
栽培カレンダー

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
作 業					■			■				
肥 料						■						
病 害 虫												

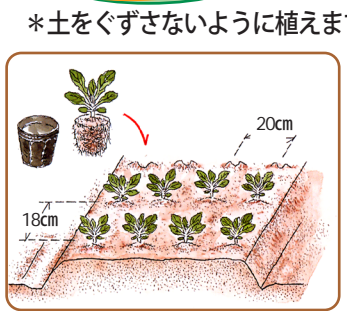
特 性

涼しい気候を好み、生育適温は15~20度です。キャベツより低温や高温によく耐え、栽培は容易です。肥料切れをさせないように育て、収穫が遅れないように気をつけます

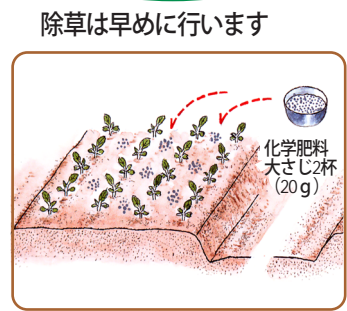
植えつけ準備



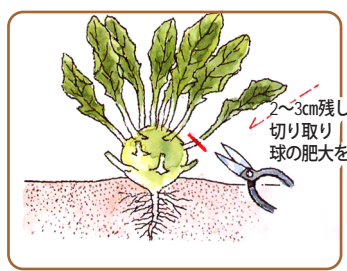
植えつけ



管理作業



栽培ポイント



コールラビーは成育中に上の葉を5~6枚残して下葉から摘み取ります