

家庭菜園をはじめるベストシーズン

エダマメは収穫直後が一番美味！ 家飲みのおつまみにもぴったり！

コロナ禍で増加する家庭菜園初心者向けニュースレター

プロが教える“プランター菜園”

～エダマメ編～

タキイ種苗は、春の家庭菜園シーズンに向け、用意する物や栽培ポイントをお伝えすることで家庭菜園ユーザーを応援します。おうち時間を利用して何かを始めたいという方は、家庭菜園のベストシーズンに、ベランダなど限られたスペースでもできる“プランター菜園”を始めてみるのはいかがでしょうか？

今回は初めてプランター菜園を始める方のために、初心者の方でも作りやすく、家庭菜園でも人気のエダマメ栽培のポイントをお伝えします。

エダマメは大豆が未成熟の段階で収穫したものをいい、枝つきのまま収穫し、ゆでたことが語源です。近年は枝豆専用の品種が数多く育成されています。大豆よりもビタミンCが多く、良質のタンパク質や繊維、ミネラルも豊富です。オルニチンやメチオニンといったアルコールの分解を助けてくれるアミノ酸の一種も含まれているので、コロナ禍での家飲みのおつまみにもぴったりです。

また、エダマメは「鍋に湯を沸かしてから採りに行け」と言われるほど鮮度が大切です。収穫してすぐに茹でて、新鮮で甘さがギュッと詰まったエダマメを味わうことができるのも、家庭菜園の醍醐味です。



○用意する物

①プランター

…最近ではプランターの種類も増え、軽くて安価なプラスチック製のものや素焼きの容器、麻袋を使用することもあります。ご自宅の雰囲気に合わせインテリアにあったものを選ぶのも楽しいです。プランターで栽培される場合は、直径 65cm×深さ 25cm 程度の標準型プランターを用意してください。

②培養土

…作物は土が命です。野菜栽培用に調整された培養土が最適です。基本的な肥料分（チッソ、リン酸、カリ）が混ぜ込まれた「**野菜専用の培養土**」を選びましょう。

③鉢底石

…鉢底石を入れる1つの目的は、「**排水性を良くするため**」です。排水性が優れている鉢や土を使う場合は、鉢底石は特に必要ありません。

④その他栽培に必要なもの

…「ハサミ」「肥料」など

○栽培方法



タネまき (5~6月)

…3箇所まき穴を付け、それぞれに3~4粒程度タネをまく。

ポイント:エダマメは乾燥が嫌い!

タネまき後はたっぷり水をやりましょう。



間引き

…エダマメは発芽したら茎が太くてしっかりした苗を2本残して間引きする。無理に引き抜かずハサミで株元から切る。



追肥

…花芽がついたころは、水を最も必要とする時期です。収穫まではたっぷり水を与え、様子を見ながら追肥しましょう。

かわいい花が咲きます!



やっぱり

ポイント:エダマメは乾燥が嫌い!

開花前の生育初期や開花後は土が乾燥しないように注意しましょう。

開花から
30~40日ごろ



収穫

…ハサミで莢を収穫する。収穫後はできるだけ早く茹でて、新鮮で甘さが詰まったエダマメを味わってみてください。

ポイント:収穫のタイミングを逃さない!

収穫が遅れると粒がかたくなってしまいますので、タイミングを逃さないことが大切です。

【収穫の目安】実が飛び出しそうに肥大して、指でつまむと実が飛び出すところが収穫時期です。茶エダマメや黒エダマメは実に黒い斑が出始めていたら収穫するとよいでしょう。

○タキイ種苗のオススメ品種



「快豆黒頭巾」※1

食味が際立つ！甘みと風味の黒エダマメ。初期から莢つきが優れているのでポリウム感がある。



「富貴」※2

3粒莢率が高く、暑さにも強いので、安心して栽培できる。大莢がたくさん収穫できる。



「ビアフレンド」

ビールの相棒に！低温下での莢つきがよく、草丈が低く、茎が太いので作りやすい。緑色のふっくらした大莢。

プランターでも作りやすく、食欲が減る夏にぴったりの栄養豊富なエダマメ。家庭菜園だからこそ味わえる“収穫してすぐのおいしさ”をぜひ味わってみてください。

※1 快豆黒頭巾 農林水産省登録品種(品種名:快豆黒頭巾)

※2 富貴 (品種名:富貴)