

みどり はじめました。

筆 富山 昌克

テーマ 秋から育てる！ハーブ

ハーブは春だけの植物ではなく、9月は「ハーブを植える第二のベストシーズン」といえます。秋は気温が穏やかで土壌もまだ温かいため、根がしっかり張ります。冬を越えた株は翌春には一回り大きくなり、春植え以上に丈夫な株へ育つことも珍しくありません。



使うことが最高の剪定！イタリアンパセリ

収穫するほど株が充実するハーブ。こまめに外側の葉を摘み取ることで、新鮮な葉を長期間収穫できます。秋から春まで収穫できるため、9月植えに向いています。栄養価・香り・使いやすさの三拍子がそろった万能ハーブです。



秋まき・秋植えに最適 コリアンダー

種を軽く割ってからまくと発芽しやすくなり、長期間収穫できます。移植を嫌うため、育てる場所へ直接種をまく直まき栽培がおすすめです。日本では葉を「パクチー」、中国では「香菜」と呼ばれます。



葉も花も楽しむ チャイブ

寒さに非常に強く、一度植えると毎年新芽が伸びてきます。ネギの仲間ですが風味はとても穏やかで、料理の香り付けに欠かせないハーブとして親しまれています。紫色の丸い花も食べることができ、サラダや料理の飾りとして利用できます。



一株まるごと大活躍！ フェンネル

日当たりと水はけの良い場所を好むハーブです。葉にはほのかな甘みと爽やかな香りがあり、魚料理との相性は抜群。花はエディブルフラワー、種子はスパイス、球茎は野菜としてサラダなどにも利用できるため、満足度の高いハーブです。

トミーの
トリビア



フェンネルを一番奥に植え、チャイブは一番手前に植えると収穫もしやすく、紫色の花も楽しめます。イタリアンパセリとコリアンダーは中央に左右に植え込みます。フェンネルは根から他の植物の生育を抑える物質を出すことがあるので、少し離して植えると安心です。刻んだ4種類を卵に混ぜるだけのハーブオムレツもおすすめです。