

プチトマトを栽培してみよう！

熊本はトマトの生産日本一というものの、なかなかのお値段のトマト。しかしながら夏はやっぱりふんだんに食べたい。なんならおやつにも食べたいし、お料理にも使いたい。ということで、プランターでも栽培可能、うまいけば1苗から100~150個の収穫が見込めるプチトマト栽培。やってみませんか？

家で作ると皮が硬い??

家庭栽培のトマトは皮が硬くなるということはよく聞きますが、それにはいくつか理由があるそうです。

- ①皮の硬い品種を栽培している
家庭菜園用の苗は裂果せずに収穫できるよう、皮の硬い品種が売られている
- ②水が足りていない
実を甘くするためには水やりを控える、と言われていますが水分が足りていないと実は甘くなくてもその分皮が硬くなる
- ③肥料のバランスが悪い
肥料が切れると栄養のバランスが崩れ皮も硬くなる
- ④日に当たり過ぎている
トマトは日当たりを好みますが、あまりにもカンカン照りにさらされると、その身を守るために皮がだんだん硬くなる

改善策

- ①皮の薄い品種を栽培する
プチぶよ・ぷにっちょ・ピンクキー・きらーずなど
- ②水やりを適正に行う
プランター栽培は特に土が乾燥しやすいので1日一回水やりをする
- ③リン酸系の追肥を与える
リン酸は花や実、根を作る肥料と言われているので追肥にリン酸系の肥料を
- ④プランター移動、遮光
時間を見て、プランターや鉢を日陰に移動するか遮光ネットを張る

それでも硬くなってしまったら?

下記の手順で皮をむいてたべましょう

- ①爪楊枝などで穴をあけてから、沸騰したお湯に10秒ほど入れる
- ②お湯から出したらすぐに冷水や氷水で冷やす
- ③手でスルッと皮が剥けるようになります。

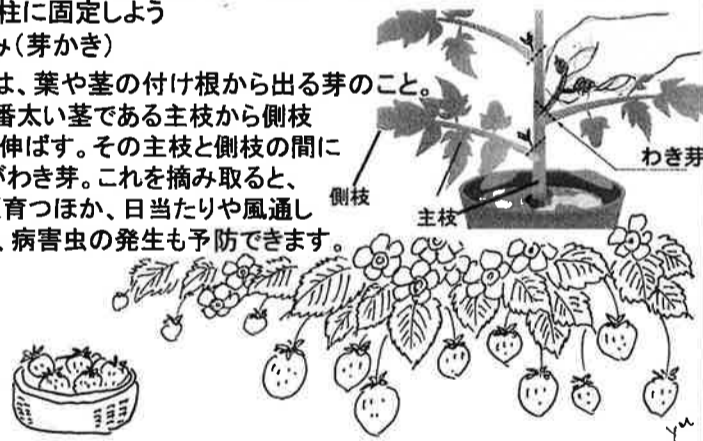
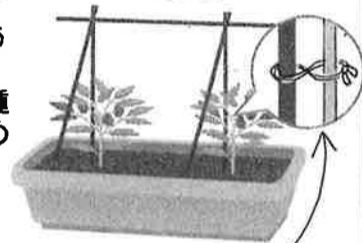
できるだけ無農薬で!

自家栽培は無農薬も可能というところがオススメのひとつ。食用酢は有効な薬剤代わりになるかもしれません。水500mlに25~50mlの酢をスプレーボトルにいれて、週に2、3回散布。ただし、殺虫効果はなく、予防薬剤なので散布したら虫がつきにくいという程度ですが安心安全で苗の活性化も見込まれるらしいです。また食品材料でできた殺虫殺菌剤などもあります。



育て方ポイント

- 草丈が30cm位になったら支柱をたてよう
植え付けた苗の両端、また、根元から10cmほど離れた位置に支柱を差す。品種によって違うが、作業性を考えると支柱の高さは150~180cmが適切。イラストのように合掌造り等で補強
- 苗の誘因
支柱を立てたら、茎を誘因。苗の成長を考えて、イラストのように8の字に紐で支柱に固定しよう
- わき芽摘み(芽かき)
わき芽とは、葉や茎の付け根から出る芽のこと。中央の一番太い茎である主枝から側枝を1本ずつ伸ばす。その主枝と側枝の間でできる芽がわき芽。これを摘み取ると、実が大きく育つほか、日当たりや風通しがよくなり、病害虫の発生も予防できます。



プチトマトレシピ

ねぎ塩トマト

材料:プチトマト300g 白ネギ10cm にんにく1かけ ごま油大さじ1/2
レモン汁大さじ1/2 中華だしの素小さじ1 塩少々 粗びき黒こしょう
作り方:①トマトはくし型、または半分に切り白ネギはみじん切りにする
②ボウルにプチトマトと白ねぎを入れ、おろしにんにく、ごま油、レモン汁、中華だし、塩コショウで和える
冷蔵庫で30分以上置き馴染ませる

丸ごとアボカドのしらすトマトがけ(2人分)

材料:アボカド1個 しらす30g ミントトマト8個
白だし大さじ1 ごま油小さじ2 おろしにんにく少々
千切り大葉4~5枚
作り方:①ボウルに白だし、ゴマ油、おろしにんにくを入れて混ぜ、しらす、4等分のくし型に切ったトマトを加えてさっと混ぜ合わせる
②アボカドは半分に切って皮と種を取り除き、器に置き、1をかける。せん切りにした大葉を中央にのせる。ボウルに残った白だしをアボカド全体にかける



彩り夏野菜の粒マスタードマリネ

材料:なす2本(200g) プチトマト10個 さやいんげん50g 大葉8枚
調味料:酢小さじ2 粒マスタード小さじ1/2 砂糖小さじ1/4
塩小さじ1/3 こしょう少々
作り方:なすはヘタを落として乱切り、プチトマトはヘタを取り横半分に、さやいんげんは4cmの長さに切る
①フライパンにサラダ油(大さじ2と1/2)を敷き、水気を切ったなすの皮を下にして並べ中火で3分焼く。面を返して焼き色をつけたら取り出す。
②①のフライパンを中火で熱し、いんげんをさっと炒めたら水(大さじ1)を加え、蓋をして1分蒸し焼きにする。
③ボウルに粗熱を取った①のなすと②のいんげん、プチトマト、合わせた調味料を加えてよく混ぜ合わせたら冷蔵庫で冷やす。食べる直前に大葉をちぎって加え混ぜ合わせる。

Hello!
baby♡

