



チャレンジ家庭菜園

No. 48

のらぼう菜

平成20年 8月12日
神奈川県農業共済組合

直売向けの伝統的地域ブランド野菜

のらぼう菜は川崎の農産物ブランド及びかながわブランドに登録されています。古くから自家用に栽培されています。川崎市菅地区では「菜」をつけず「のらぼう」と呼ばれてきました。「のらぼう」の名称の由来は野に生えている「野良ばえ」からとの説があります。

のらぼう菜は西洋ナタネに属し、アブラナ科野菜の多くは自分の花粉でタネが稔らない性質（自家不和合性）がありますが、「のらぼう菜」はこの性質がなく自分の花粉で受粉してタネができ（自家和合性）自家採種が可能です。

1. 種子の購入

栽培の初年は種苗会社や地元の種苗店で「のらぼう菜」の名称で販売しています。葉色が赤くなるタイプと緑のままのタイプがあります。2年目から花を咲かせて種子を採ることができます。

2. 栽培

8月下旬から9月が播種適期です。栽培はキャベツの栽培法に準じます。病害虫の発生は比較的少ない。

3. 収穫

肥沃な土壌で生育すると高さ1m 近くの大株になります。2月～4月に抽だいした花蕾を上位葉とともに収穫します。

4. 料理法

他のナバナ類のように苦味やクセがないので、ゴマ和えやおひたし、味噌汁の実などにあい、また油と良く合うので炒めて食べても美味しく食べられます。

5. その他

西洋ナタネの由来

西洋ナタネ *Brassica napus* (n = 19) は在来ナタネ *Brassica campestris* (n = 10) とキャベツの原種 *Brassica oleracea* (n = 9) との交雑の結果できた複2倍体種であり、片親の *Brassica oleracea* は栽培型としてはキャベツ、ケール、ブロッコリー、カリフラワーを含みます。

(参考資料：かながわの地方野菜)