



チャレンジ家庭菜園

No. 52

ラッカセイ

平成20年12月16日
神奈川県農業共済組合

別名「ナンキンマメ」我が国では沖縄県で早くから栽培されていましたが、一般的になったのは明治に入ってからです。

ラッカセイは「後ひき豆」とも言われ一度食べ始めると止められないほどおいしさと栄養が豊富な食品です。

家庭菜園では若いラッカセイを掘り、すぐに塩ゆでにする「ゆでラッカセイ」（ゆで豆）が調理に最適と思います。

1. 種子の購入

地元の古くからある種苗店やインターネット販売もあります。

2. 畑の準備

堆肥を1～2kg/10a、化成肥料80g/10aを施用し耕しておく、前作で肥料が多い場合は20～30%を減らすようにします。追肥は生育状況により施用します。

3. タネまき

家庭菜園では5月下旬がタネまきの時期です。種まきの間隔は60cm×25cmで1ヶ所に1粒から2粒を深さ約5cmにタネを横向きにまきます。7～10日で発芽します。発芽してしばらくまでは鳥に食べられないように網を張れば万全です。

4. 管理

発芽してから40日程度で黄色い花が咲きます。花は咲き始めてから終わるまで約1ヶ月かかります。発芽後25日から15日おきに2回株元に土を寄せます。

花が咲いてから1週間もすると萎んだ花の元から紐のような「子房柄」が下がり、土にささりその先端が肥大して「莢」になります。

5. 収穫

花が咲いてから約80日で収穫できます。「ゆでラッカセイ」で食べる場合は早めに「試し掘り」を行って収穫の時期を決めて下さい。

6. その他

最近 大粒のラッカセイが話題となっています。千葉県農林総合研究センターで育種されたジャンボラッカセイ「おおまさり」は収量が一般の品種の約2倍で美味しい品種です。種子の販売は平成21年の秋以降に予定しているそうです。

(参考文献：ザ・健康野菜)