

気候が穏やかになって、ガーデニングがぴったりの季節になりました。
興味はあるけどちょっと大変そう?何かから始めたら良いのかわからない?というあなたに、プランターや庭先の小さなスペースで育てられるハーブガーデンをおすすめします。ハーブは栽培が簡単なので初心者向き。しかも料理にも使えるので、楽しみも2倍。キッチンの日当たりがよければ窓際で育てられるものもあります。



【こんなハーブがおすすめです】

ハーブはもともと雑草の一種なので丈夫で、育てる場所や品種にそれほど神経を使わずに栽培することができます。しかし植物にはそれぞれ原産地があるので、原産地の気候や土壌に近い環境であればよりよく育ちます。自宅の環境や生育した時の大きさを確認し、その上で育てやすいものを選ぶと良いでしょう。

セージやタイム、オレガノは、地中海沿岸が原産のハーブです。湿度が低く、雨の少ないエリアなので、水をやりすぎず乾燥気味に育てましょう。アルカリ性の土を好みますので、用土には石灰を混ぜるようにします。バジル、レモングラスなどは熱帯・亜熱帯産のハーブ。冬の寒さに弱いので暖かい場所で栽培します。適度な水分が必要なので、乾燥しすぎないように注意してください。

【植える時期と用土の配合】

多くのハーブは気温15~20℃で発芽するので、春先から5月にかけて種をまきましょう。ただし、バジルは20~25℃と夏栽培向き。梅雨が明けてから植えると良いかもしれません。レモンバーム、ミント、バジルは水に入れておくだけで1週間程度すると根が生えるので特に育てやすいようです。丈夫な根が生えたら、プランターに植え直しましょう。用土は水はけがよく、湿気を蓄えてくれるものを選びます。

【水やりと育て方のコツ】

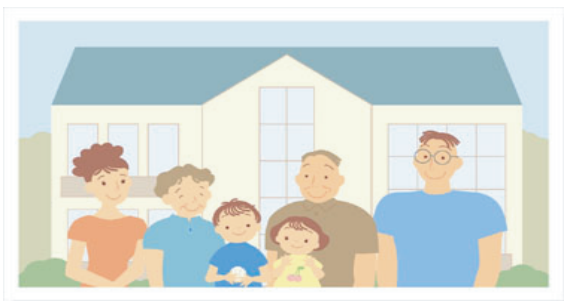
種類を問わず、水は乾いてからたっぷり与えるのが基本です。そして肥料はなるべく控えた方が、香りのよいハーブが育ちます。また、種から育てなくても挿し木や株分けによって、増やせるハーブもあります。挿し木に合うのは、ミント、バジル、ラベンダーなど。6~7月の穏やかな天候の日を選び、新しい枝を15cmぐらいの所で切って下の葉を落とし、茎を斜めに切り落として水につけます。1~2時間経ってから、用土に戻すと発根します。1ヶ月ぐらい経ってしっかり根が生えたら、日当たりの良い場所に移植しましょう。株分けできるのは、ミント、オレガノ、レモングラスなど。株が古くなると虫や病気も発生しやすくなるので、大きく育ったら適度な大きさに分けて移植しましょう。

【ハーブの使い方いろいろ】

収穫したものをそのまま使ってハーブティーを楽しんでみましょう。ハーブは手で細かくちぎって、ティースプーン3杯くらいをポット(500mlが目安)に入れ熱湯を注ぎます。約4分蒸らしてから注いで飲みましょう。乾燥させたものを使うならば、ティースプーン1杯程度、約3分蒸らせばOKです。ハーブは一種類でももちろんおいしくいただけますが、オリジナルのブレンドを楽しんだり、紅茶に加えて飲むのもおすすめです。また生のハーブは、料理の味も引き立ててくれます。タイムやセージはこってりした肉料理にぴったり。香り付けだけでなく消化を助ける働きもあります。オレガノやバジルは、トマトやチーズを使う料理にマッチします。



暮らしに憩いと彩を添える小さなハーブガーデンを作ってみませんか?



TOYAスマイル倶楽部事務局
今治市玉川町中村甲677-7
有限会社十弥工務店内
TEL (0898)36-8182
FAX(0898)36-8183
E-mail : toya-info@toya.co.jp