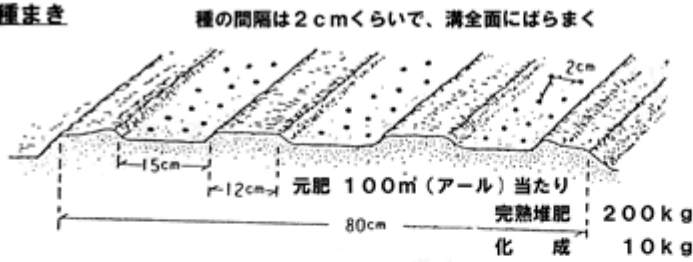


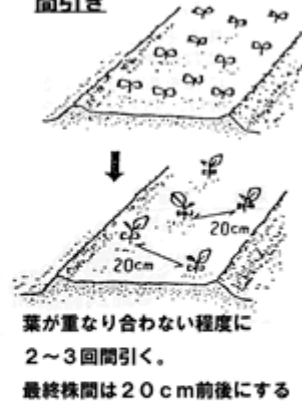
# チンゲンサイの栽培方法

中国野菜の代表格「小白菜」「青軸パクチョイ」ともいわれ、ビタミンA、Cなどを多く含み栄養価も高い。普通、葉の軸の青いのを「チンゲンサイ」白いものを「パクチョイ」と呼んでいる。夏の暑さに強く作りやすい野菜である。プランター作りもできる。5月から9月までが適期。

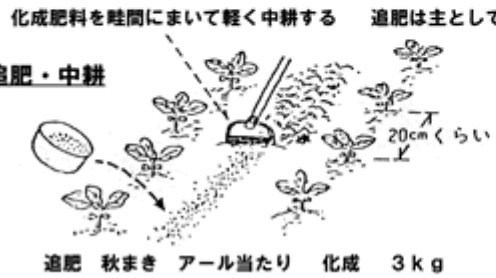
### 種まき



### 間引き



### 追肥・中耕



移植栽培の場合、  
苗床は種一本葉  
3~4枚のとき  
定植する  
畦間15cm×株間12cm

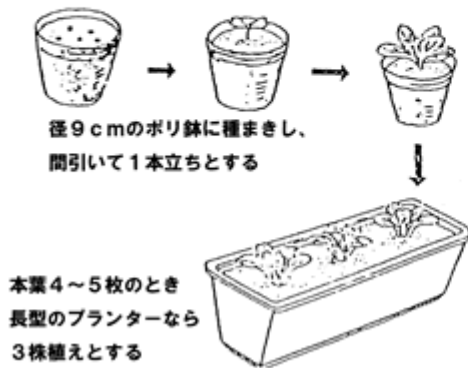
### 害虫防除

春と秋には害虫が発生しやすい。  
早いうちに捕殺し、その後から  
殺虫剤をかける



盛夏まきは寒冷紗のトンネルで  
アブラムシを予防する

### プランター作り



### 収穫

草丈20cmくらいに  
育ったところが適期。  
大きくなりすぎると  
質が粗剛となり、時期  
によってはとう立ちする

下のほうが大きく  
ふくらんだものが  
上物

