



港区コミュニティ情報ネット

ここは港区の情報ポータルサイト。最新の耳より情報がいっぱいです！

検索するキーワードを入力

検索

Kissポートからのお知らせ

今月のおススメ!

イベント情報・チケット情報

サークル情報

施設案内

港区探訪

ふれあいコラム

連載コラム

地域人

Kissポートギャラリー

T 文字サイズ

🔍 大きい

🔍 ふつう

🔍 小さい

[HOME](#) > [連載コラム](#) > [ベランダからキッチンへ 私の小さな家庭菜園: 第5回 バジルを育ててみよう](#)

📖 連載コラム

[>> 過去の連載コラム](#)

ベランダからキッチンへ 私の小さな家庭菜園

🌸 第5回 🍀 バジルを育ててみよう

[>> バックナンバー](#)

ミナちゃんやトックんと一緒に、ベランダや軒先など身近な場所で、野菜を育ててみませんか。
3月のイチゴから夏野菜まで、野菜作りの腕をあげてきたトックん。今月はハーブの王様バジルを育てます。



ミナちゃん

自宅のベランダで野菜作りを楽しむ毎日。収穫した野菜を使った料理もお手のもの。野菜作りの初心者、トックんの指南役です。



トックん

ラグビーとおいしいものを食べることが大好き。ミナちゃんのベランダ菜園に刺激され、実はひそかに、ベランダ菜園での自給自足を目指している!?



これはバジルの葉だね。いい香り。



トックん、バジルを知ってるの？



これから植えようと思っているんだ。バジルは、ギリシア語の「Basileus(王)」が語源なんだって。古代ギリシアで、王家など高貴な人たちの香水や薬に使われたことから、「王様のハーブ(Basilikon phuton)」と呼ばれていたんだって。そうそう、バジルの和名を知ってる? 「目簾(めぼうき)」って言うんだよ。なぜかという、水に浸しておいたバジルの種を使って目に入ったごみを取っていたからなんだって。それから... あっ、ミナちゃん、どこ行くの？

[1] 植え付け

葉の緑色が濃く茎が太い苗を選び、深さ20cm以上のプランターに、株と株の間を20~30cm空けて植え付けます。日あたりと風通しの良い場所に置き、水をたっぷりと与えます。肥料は、2週間に1回程度液体肥料を施します。

[2] 収穫～梅雨時の管理

本葉が10枚以上になったら、収穫もかねて先端を摘み取ります。摘み取ったところから二股にわき芽が出るので、伸びてきたら再び先端を収穫します。これを何回か繰り返して枝の数を増やし、雨風に強いずんぐりした株に育てます。湿気で根が傷まないよう、混み合った下の葉は取り除きます。

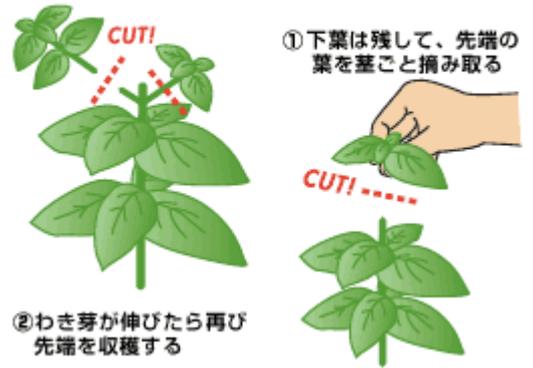


大きくなるのが早いから、使いきれないよ～。



たくさんとれたときはペーストにして冷凍したり、乾燥させておけば日持ちするわよ。

● 収穫の仕方 ●



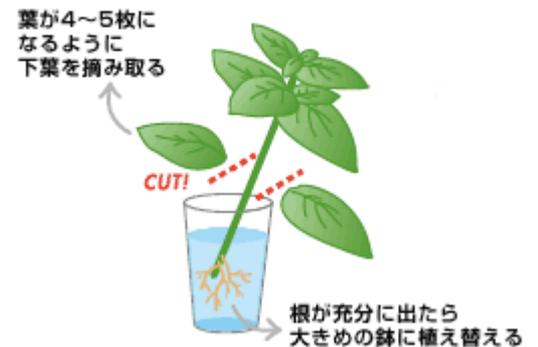
[3] 夏場の手入れ

梅雨が明けて日照りが続くと、葉が固くなり風味が落ちます。株元に敷きわらなどを施して乾燥を防ぎ、水は切らさないように与えます。

花が咲いて種をつけると株が老化するので、つぼみのうちに摘み取ります。8月上旬頃大きく枝を刈り込むと、新しい枝が伸びて秋まで収穫できます。

カットした茎は水につけておくだけで根が出るので、その後土に挿して増やすこともできます。

● 挿し木で増やそう ●

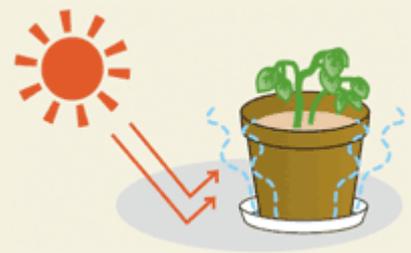


ベランダ菜園の ワンポイントレッスン

夏のベランダは照り返しがきついため、かなり高温になります。すのこやウッドタイルなどを用意し、プランターや鉢をコンクリートの床の上にじかに置かないようにしましょう。

気温が高いときに水を与えると根が蒸れてしまうので、水やりは朝8時までか、夕方5時頃に行います。プランターや鉢の下に置いた受け皿の水が日差しで温まり、根ぐさを起こすことがあります。水やりの際は鉢から水が出してしまうのを待ってから、受け皿に鉢を置くようにしましょう。

暑さ対策は真夏だけでなく、気温が高くなる5月頃から始めるようにします。夏冬問わず、エアコンの室外機の前には置かないようにします。





これひとつで 本格イタリアンの味 アンチョビとバジルのソースを作ってみよう

新鮮なバジルをたっぷり使えるのは、自家栽培ならでは。
にんにく、アンチョビ、オリーブオイルとすり混ぜるだけ。簡単だけど、本格的なイタリアンの味が楽しめるソースです。



ソースは冷蔵庫で約2週間もちます。トーストに塗ったり、魚や鶏肉に塗って焼いたり、パスタにあえるなど、使い方はいろいろよ。

バジルの葉を洗って水気を取り、多めに塩をまぶして密閉容器等に入れ、塩漬けにするのもおすすめ。冷蔵庫で4～5日もちます。



1. バジルは葉だけをよく洗い、クッキングペーパーなどで、水気をよくとっておきます。
2. 軽く刻んだにんにくをすり鉢ですります。
3. バジルをちぎりながら数枚ずつ加え、すり鉢ですっていきます。
4. バジルをすり終えたら、刻んだアンチョビを加えてすり混ぜます。調味料をすべて混ぜ入れたら、できあがりです。

材料(二人分)

- バジル 15枚程度
- にんにく 1/2片
- アンチョビ 4枚
- オリーブオイル 大さじ5～6
- 白ワインビネガー 小さじ1
- 塩、こしょう 少々

編集部もコンテナで野菜作りに挑戦！

ミニトマトはたくさん実がなって、赤く色づき始めました。まもなく収穫です！



キュウリは生育旺盛！
雄花や雌花が咲き始めました。

雄花

★この記事はケーヨーD2のグリーンアドバイザー監修のもと作成しています。ケーヨーD2 三田店：港区三田4-2-20 TEL.03(5442)5828

[▲このページのトップへ](#)

| [個人情報保護について \[PDF\]](#) |

Kissポート財団

(公益財団法人 港区スポーツふれあい文化健康財団)

港区赤坂4-18-13赤坂コミュニティふらざ

電話：03-5770-6837/Fax：03-5770-6884

お問い合わせ：fureai-info@kissport.or.jp

 [Kissポート財団について](#)



JQA-QMA12663
JQA-EM4580



10861140(03)

このホームページはKissポート財団の公式ホームページです。このホームページのすべての権利は当財団に帰属します。
当財団の許可なく複製、転載は出来ません。