

クワイ

- 根菜類：オモダカ科の多年草
- 原産地：中国
- 日本の産地：埼玉、広島、京都

この野菜の基本的特性（環境適応性）

[温度] 生育適温 20～30℃。比較的高温を好む。
[光] 日当たりと強い光を好む。
[水] 水田のような湛水状態の場所を好む。

[土] 腐植に富む、やや粘土質の多い壤土～埴土を好む。連作を嫌うので、いちど作った田んぼでは数年間栽培を休む。

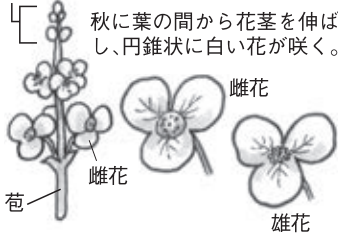
見つける

クワイは根？ 茎？

イモは匍匐枝の先にできる塊茎で、茎の変化したもの。



クワイの花は？



クワイにつくアブラムシ

クワイクビレアブラムシといい、他の野菜につくアブラムシとは違う。虫が好きなのは左の方。クワイクビレアブラムシ



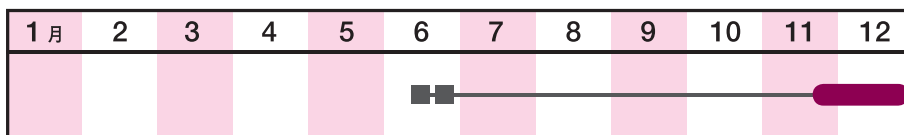
クワイ(塊茎)のでき方

球茎の上から根と匍匐枝が出る。匍匐枝の先がふくらんで塊茎ができる。



ほろ苦くてほんのり甘いクワイの栽培

育てる



■ 植えつけ
● 収穫

植えつけ

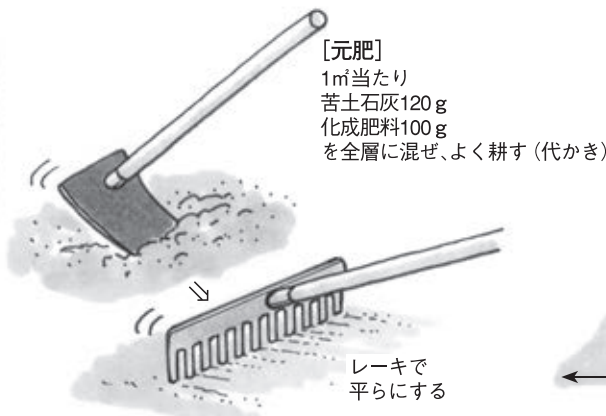
①青クワイがよい

青クワイ、白クワイ、吹田クワイなどがあるが、青クワイが品質的にもよい。



②畝づくり

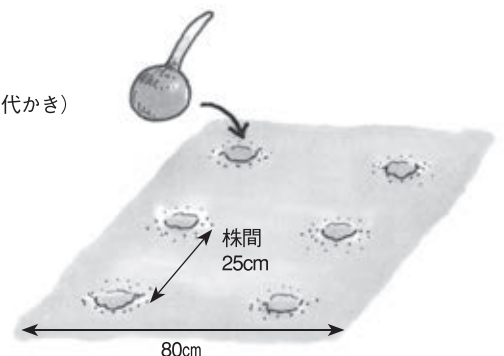
よく耕して土を細かくし、水位が平均になるように地面をならす。



[元肥]
1㎡当たり
苦土石灰120g
化成肥料100g
を全層に混ぜ、よく耕す(代かき)

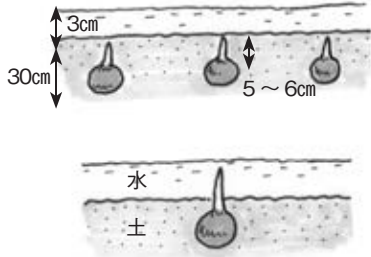
③植える深さに注意

畝幅80cm、株間25cm、深さ5～6cmに芽が上になるように植えつける。田んぼの土がやわらかいときには、芽の先が土の上に出るように植える。



管理

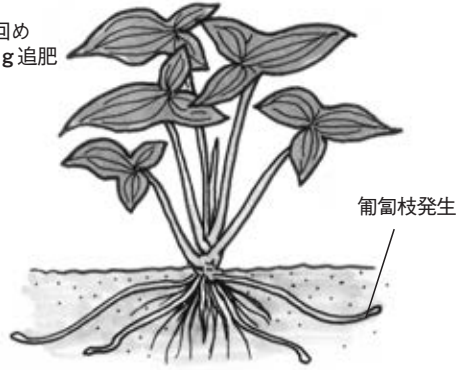
④ 苗の大きさで水位を変える
栽培期間中、つねに湛水状態にする。



植えつけ時から2週間 ⇒ 深さ 5cm程度
8月上旬～9月中旬 ⇒ 深さ 6～9cm
9月下旬～ ⇒ 深さ 5cm

⑤ 追肥は適期に適量まく
畝間に追肥する。追肥後、軽く耕す。1㎡当たり化成肥料を、8月上旬 80g、9月上旬 80gの2回施す。1回めは茎葉増加と匍匐茎の発生、2回めは匍匐茎の伸張と塊茎の肥大が目的。

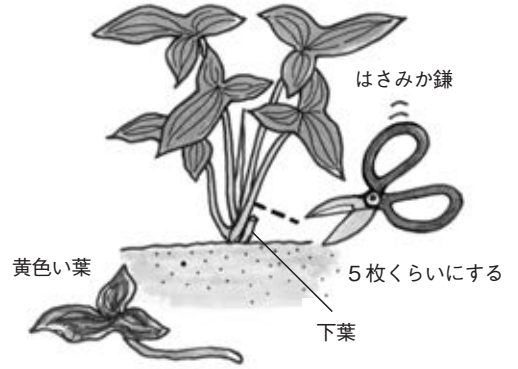
1回め
80g追肥



⑥ わき芽取りで根元に光を伝える
7月中旬、元から出たわき芽を取る。

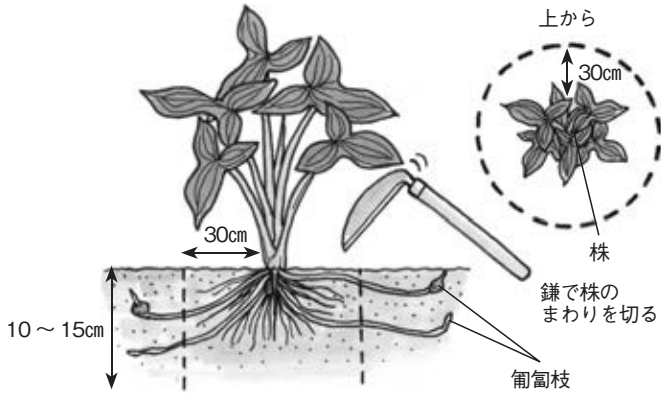
⑦ 葉かき

地下茎の発生を促し、風通しをよくするため、8月上旬と8月下旬に葉の数が5枚程度になるように、病害や枯れた下葉を取る。



⑧ 根まわし

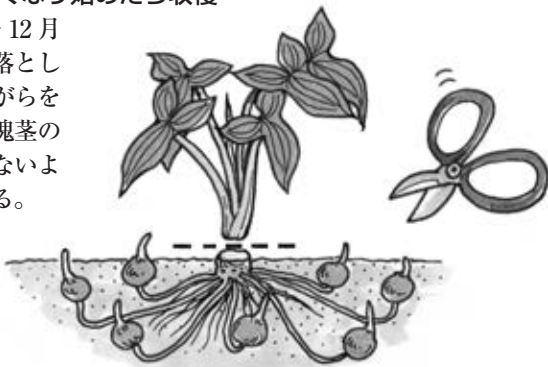
イモの大きさをそろえるため、8月下旬に行う。



収穫

⑨ 葉が黄色くなり始めたら収穫

11月下旬～12月下旬。水を落としてからいもがらを刈り取り、塊茎の芽を傷つけないように掘り取る。



食べる

【機能性と効果】

食物繊維、カリウム

便秘改善、血圧改善

〈余分な体内の塩分を排出、便通改善〉

【持ち味の引き出し方】

●えぐみを取る

クワイはえぐみが強いので、芽の外皮をむいてから芽の先を切り落とし、イモの青い皮もむく。そして、水または米のとぎ汁でゆでてからいろいろな料理に使う。

●芽はつけたままにする

料理するときは、芽は取らないようにする。芽は目出たいという意味の象徴なので、取ってしまったらクワイの価値が半減する。

●小イモは皮ごと素揚げがいちばん

ゆでてあく抜きしたもの煮物にするのが一般的。ゆでずに、スライスしてポテトチップスのように揚げてもよい。また、小さいものはそのまま素揚げしてから食塩をふって食べる。薄味にしたほうが、クワイ本来のほろ苦さと甘さが生きる。

【賞味期限】

水洗い後、冷暗所で水につけておけば1か月程度、ぬらしたものをポリ袋に入れて冷蔵庫に保管すると3月ころまで利用できる。

伝える

●青クワイと白クワイ

青クワイは中国から渡来し、平安時代から栽培されていた。主産地は埼玉県。近年、中国での栽培が多い大形で色が白っぽい白クワイが導入され、主として広島県で栽培されている。青クワイのほうが品質がよい。

●クワイ（慈姑）のいわれ

クワイの葉と葉柄が鎌の形に似ているからクワイとなったとか。漢名の慈姑は、親イモからたくさんの子イモができることから、慈母が子どもに乳を与えている姿に見立てて、慈姑という名がついた。

●バケツ栽培

クワイは水田で栽培するのがふつうだが、容器でも栽培できる。やや粘りけのある水田の土などを、大きめのバケツや漬け物桶などに入れ、子イモを植えつける。生育期間中、水を切らさないように管理する。

●縁起のいい野菜

大きな芽をもつクワイ。「芽が出る」を「目が出る」に結びつけて縁起のいい野菜といわれ、おせち料理などでめでたい席の料理に重宝されている。越谷市やさいたま市が産地で、埼玉県の収穫量は全国2位。