

水栽培

7日間で収穫できる 水栽培のたのしみ方

おいしい野菜

〈つまみ菜〉の育て方

- 1 専用ポーションプーン一部分を削いで、その部分を10分程度に伸ばしてください。
- 2 専用のネットを用意、その上に種子をまんべんにまいてください。
- 3 ネットの上側まで水を入れ、網がビニール（フップ）の状態で覆ってください。
- 4 2日目ぐらいから芽がうごめ出しだんだん伸びます。芽が短いのが食べられる期間をとってください。
- 5 水は毎日、新しい水に入れ、かえてください。芽が伸び出すとよくて味も違います。水を切らずに育ててください。
- 6 5cmぐらいの伸びたら順次収穫してください。

