



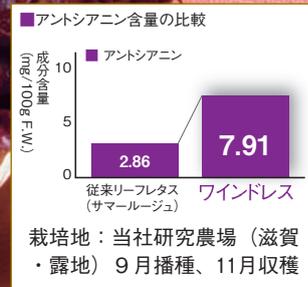
アントシアニン
は
従来リーフ
レタス
(サマーレージュ)の
約2倍

発表

タキイ育成

リーフ
レタス

「ワインドレス」



■「ワインドレス」適作型

冷涼地…2～4月中旬まき→5月中旬～6月下旬どり
 中間地…8月下旬～9月上旬まき→10月下旬～12月上旬どり
 11月中旬～2月中旬まき→3月中旬～5月中旬どり
 暖地…9月～2月上旬まき→11月中旬～5月上旬どり

■「ワインドレス」適期表

月	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
冷涼地							●	●	●	●	●
中間地					●	●	●	●	●	●	●
暖地		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

アントシアニンが豊富な サラダを彩る ワインレッドのリーフレタス！

生鮮サラダといえば、みずみずしく鮮やかなレタスの緑色が思い浮かびます。そのサラダをさらに色や形で一層引き立て、季節や個性を豊かに演出する「彩り野菜」は生鮮サラダの価値を高めるだけでなく、栄養面でも大切な働きをしています。今回、ご紹介する「ワインドレス」は赤ワインのような深みのある

赤色のリーフレタスでサラダを鮮やかに引き立てるとともに、ポリフェノールの一種であるアントシアニンを多く含み、栄養面でもサラダの価値を高めるレッドリーフレタスです。ここに品種の特長と栽培のポイント、「ワインドレス」の楽しみ方について記しますのでご参考ください。



茨城研究農場
いしだ さとる
石田 了

※データの無断転用を禁止します。(試験依頼先：一般財団法人日本食品分析センター)
成分の数値は、栽培条件により変動する可能性があり、栽培での結果を保証するものではありません。

» 品種特性

1 新しいタイプのレッドリーフ

野菜売り場や食卓で目を引く、鮮やかで深みのあるワインレッドのリーフレタスです。従来の品種に比べて、赤色の着色面積が広く、葉肉が厚い新しいタイプのレッドリーフです。

また、ポリフェノール的一种であるアントシアニンの含有量が従来のレッドリーフ(サマルージュ)に比べてとても多く、レタス類として初めて「ファイトリッチ」シリーズに仲間入りしました。

2 生理障害の発生が少ない

従来のレッドリーフに比べて、株張りがおとなしく生育はゆっくりとしています。春や秋の適期栽培の場合、定植後約40日で株重150~200g程度の大きさになります。

また、レッドリーフは葉質のやわらかい品種が大半ですが、本種の葉質はややかたためてチップバーンなどの生理障害の発生が比較的少ない品種です。



↑通常のレッドリーフよりコンパクトに仕上がるので150g程度の大きさで収穫していく。

「ワインドレス」の楽しみ方

インパクトのある葉色を生かす

生鮮サラダの赤色の彩りに利用されるトレビスや赤キャベツの代わりに、「ワインドレス」の鮮やかでインパクトのある葉色を生かしてみたいかごでしょうか？ 栽培は容易で短期間に栽培できるので、菜園で葉を収穫しながら利用すると長期間楽しむことができます。

機能性成分に注目！

「ワインドレス」にはポリフェノール的一种であるアントシアニンが従来レッドリーフ(サマルージュ)の2倍以上含まれています。普段何気なく食べているサラダに機能性成分豊富な「ファイトリッチ」シリーズの野菜を加えてみてはいかがでしょうか？

園芸や菜園、プランターで栽培を楽しむ

独特の鮮やかな赤色は強い光で一層輝きを増し、食用だけでなく観賞用としても庭を飾ることができ重宝する品種です。また、生育の若いステージから発色が安定するので、ベビーリーフとしてベランダのプランターなど、わずかなスペースでも栽培することができます。

「ワインドレス」を使ったおすすめレシピ

「ワインドレス」とまぐろのレッド野菜カルパッチョ

作り方

- 1 「ワインドレス」は一口大にちぎり、「紅法師」ミズナはザク切り、ラディッシュと赤タマネギはスライスし、冷水に放してパリッとさせ、ザルに上げて水気をきる。トマトもスライスする。
- 2 まぐろを薄切りにして器に並べ、軽く塩をかけ、1の野菜を盛る。
- 3 ボウルにaを混ぜ合わせ、2にかけ、あればピンクペッパーを散らす。



材料2人分

「ワインドレス」……………2枚(約40g)
「紅法師」ミズナ……………1束(約20g)
ラディッシュ……………2個(約20g)
赤タマネギ……………1/4個(約50g)
お好みのトマト
(ミニトマトや中玉トマト)……………約60g
まぐろ(刺身用短冊)……………120g

塩……………少々
a { はちみつ……………小さじ1
しょうゆ……………小さじ2
赤ワイン……………大さじ1
オリーブ油……………大さじ2
あればピンクペッパー……………少々

» 栽培ポイント

適作型を守る

トウ立ちは比較的早い品種なので、高温期の栽培は避け、適温期から低温期の作型で栽培を行うようにしてください。

高温時の播種ポイント

レタス類の種子は25℃を超える高温で休眠し、発芽が極端に抑制される性質があります。播種後1日半程度は直射日光の当たらない軒下など、風通しがよく涼しい場所に置いて発

生育はスムーズに

もともと生育がゆっくりで株張りのおとなしい品種です。若苗定植によって活着を促進するとともに、干ばつ時には生育が停滞しないように、早めに灌水を行い、圃場を適湿に保ちましょう。栽培期間を通じてスムーズに生育させることが大切です。

通常のレッドリーフとしての出荷は避ける

葉の赤色の着色程度、株張りや生育スピードが一般的なレッドリーフと異なります。通常のレッドリーフとしての栽培や出荷は避けるようにしてください。

病害対策

病害の発生は比較的少ないですが、風雨で葉が傷んだ場合はすみやかに薬剤散布を行って、病害の発生を予防してください。

「ワインドレス」栽培メモ

最適播種期	2月中旬~4月上旬(冷涼地) 8月下旬、1~2月上旬(中間地) 9月上中旬、12月~1月(暖地)
肥料の目安	N、P、K=10a当たり成分量で各8~12kg
耕種基準	畝幅45~180cm、1~4条植え、株間25~27cm