



LETTUCE 非結球レタス

サニーレタス、グリーンリーフ、
フリルレタス、ロメインレタス

私たちが **育** っています。



竹ノ内光昭



成田真理乃



高橋盛雄



竹内功二



深川知久

■非結球レタス部会の方針■

■ 目的

お客様に喜ばれる野菜を栽培する。

■ 目標

ボリューム感があり、鮮度がよく、本来の味を持った野菜を作る。

■ 方法

- ① 適地適作
- ② お客様の顔を浮かべながら、技術を高める
- ③ 栽培技術を高める
 - 1) 土づくり
 - 2) 管理のできる適切な規模で、畑作り、苗作り、防除、マルチ張り、朝夕の収穫を実行
 - 3) 勉強会
 - 4) 週1回の部会
- ④ 出荷技術・荷作り
- ⑤ 従業員にも理念を共有させ、管理能力をあげる
- ⑥ 迅速なクレーム対応
- ⑦ 理念も含めた部会での意識の共有
毎週の部会で、目揃え会も行う

●丸くなる非結球レタス!?

ふつうの丸くなるレタスに対して、丸くならない種類のレタスを非結球レタスと言います。でも、あら不思議! 強い寒さに当たると、非結球レタスもふつうのレタスのように丸くなってしまいます!

畑で知る おもしろ知識

●可憐な菊の花が

華やかな姿が魅力の非結球レタスですが、レタスは植物としては菊科。ですから収穫せずそのまま畑に残しておくと、菊と同じような可憐な花を咲かせます。あまり見る機会はありませんが…。

●冬のサニーレタスはおいしい!

レタスの最適生育温度は10~25度ですが、冬に育ったサニーレタスは、甘みがのってとってもおいしいのです。赤と緑の色が鮮やかなものをおすすめです!

土壌消毒・除草剤は使わず、有機質肥料でじっくり育てる

土壌消毒剤、除草剤は使わず、また肥料には有機肥料を使って、農作物をじっくり育てます。収穫時には生産者が畑で味を確かめ、自分たちが”おいしい!”と思えるものを栽培、出荷しています。



グリーンリーフの畑

同時期にさまざまな品種を、ボリューム感を出して

品種をひとつに固定せず、同じ時期にさまざまな品種を栽培することで、安定的な出荷をめざしています。また株と株の間を狭く植えることで丈を伸ばし、全体にボリュームが出るように育てます。



フリルレタス

標高、傾斜、肥料を工夫し、暑い季節にも出荷します

夏もよい作物をお届けできるよう、標高、傾斜の向き、品種、肥料、育苗に気を遣い、さらに地温を上げない資材を選んでいきます。収穫後は真空予冷庫で短時間冷却し鮮度を維持します。



ロメインレタス

非結球レタス STORY

食べる
食べる

8本分でサニーレタス8枚、春雨40グラム、塩適宜、キャベツ3枚、キュウリ1本。春雨をゆで水を切り、サニーレタスも塩を加えた湯でサッとゆで水気を切る。キャベツとキュウリは千切り。葉に具をのせ両サイドを折り、茎にむきかきで巻きこんで完成。練りごまとコチュジャンをポン酢でのばして、召し上がれ。

食べる
食べる

サニーレタスで春巻はいかが?

摂る
摂る

栄養素がたっぷりです

淡色野菜の結球レタスに比べると、ロメインレタスでビタミンCは約2倍、βカロテン、ポリフェノールを約3倍含み疲労回復などの効果が。サニーレタスはさらに多く、βカロテンは約10倍も含まれ、老化防止やガン、風邪予防などの効果も高いのです。

知る
知る

食卓を彩る、非結球レタスたち

ご存じサニーレタスは「赤ちりめん」、カールした葉と鮮やかな緑が特徴のグリーンリーフは「青ちりめん」とも呼ばれます。縮れた葉がゴージャスなフリルレタス、ラグビースタイルのロメインレタスを華やかにします。