

かんたんに栽培できる「陸の海藻」

健康野菜

# オカヒジキ

栄養豊富で独特な歯ざわりと風味を持つ  
シャキッとした若芽を食べます。

オカヒジキのペペロンチーノ



レシピはこちら



暑さに強く、栽培は極めて簡単！  
農薬もほとんど使わず手軽に作れる

栽培例	まく時期			取かく期								
地域/月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
冷涼地				●	●	●	●	●	●			
中間地				●	●	●	●	●	●			
暖地				●	●	●	●	●	●			

詳しい  
栽培方法は  
こちら

