

スティックカリフラワー  
**カリフローレ**  
Cauliflore

P31～33



原産地：地中海沿岸

茎まで甘いスティックタイプのカリフラワー

サッと茹でたり炒めたり使い勝手良い◎

まるでアスパラガスのような食感

調理時にはカリフラワーのような面倒なカットも不要

茎の黄緑と花蕾の白さのコントラストが美しい

白いお花のような見た目なのでお皿に入れても見栄えする

花蕾をばらして小分けして売る



通常のカリフラワー

# 栽培のポイント

作物的にカリフラワーなので、栽培的にはカリフラワーと似ている

→収穫時がカリフラワーと若干異なるので注意する



◇株数/反  
3500株前後

◇元肥  
N15 k g /反

◇株間  
35～40cm

◇登録農薬  
「カリフラワー」「野菜類」  
「はなやさい類」  
「あぶらな科野菜(花蕾及び茎)」

◇発芽適温：  
20～25℃

◇生育適温：  
25℃前後



# 品種紹介

## ◇品種

**カリフローレ70** →定植して70日で収穫、11月どりオススメ  
**カリフローレ80** →定植して80日で収穫、12月どりオススメ

## ◇播種

7月中旬～8月中旬

## ◇定植

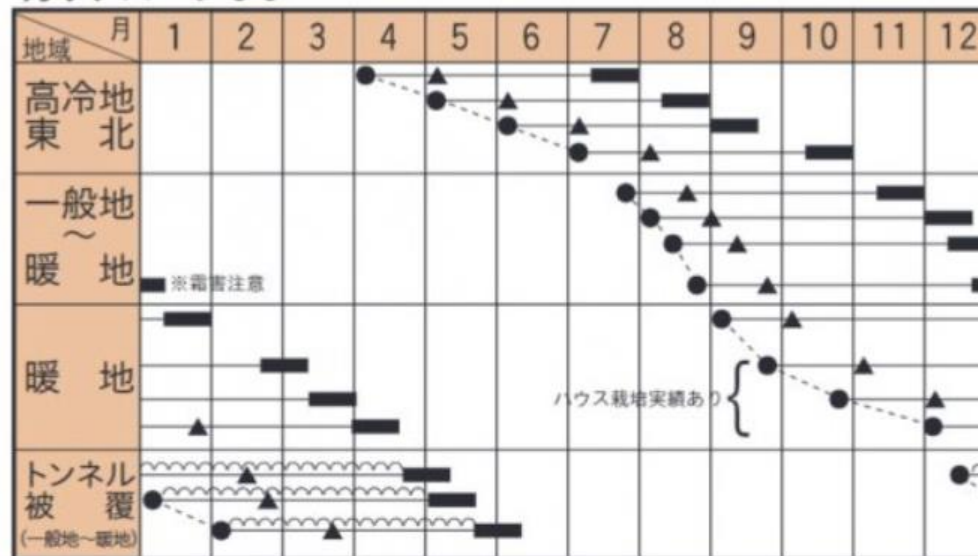
8月中旬～9月中旬

## ◇収穫

11月上旬～12月上旬

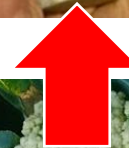


カリフローレ80





# 収穫までの経過





# カリフローレ収穫方法



Youtubeにて、**グストイタリア カリフローレ 収穫**で検索すると出てきますので初めて栽培される方はこちらの動画を是非ご覧ください！



# 出荷NG例 (収穫遅れ)



茎が伸びきってしまった状態  
筋張ってくる & 見た目も悪くなるので出荷は×



# 出荷NG例（低温障害・アントシアニン）



↑  
米粒状の突起(ライシー)が発現  
→  
蕾になり始める  
その蕾は光合成をし、次第に  
緑色になる



↑ 高温・低温・乾燥・肥切れなどの  
様々な環境ストレスで発現する  
茹でれば薄くなる(白色になる)が  
出荷はしないほうがいい



# カリフローレ 食べ方

## カリフローレとアサリの酒蒸し



材料（3-4人分）

|        |          |
|--------|----------|
| カリフローレ | 100-120g |
| アサリ    | 200g     |
| 酒      | 100cc    |
| 醤油     | 少々（お好みで） |

- ①アサリを砂抜きし、カリフローレは食べやすい大きさに切る
- ②フライパンにアサリとカリフローレを入れ、酒を入れて蓋をする
- ③強火で2分、時々揺する
- ④皿に盛って、醤油を少したらす

## カリフローレの塩昆布和え



材料（3-4人分）

|        |          |
|--------|----------|
| カリフローレ | 100-120g |
| 塩昆布    | 10g      |
| あればごま油 | 大匙1      |
| 水      | 大匙2      |

- ①カリフローレを食べやすいサイズにする
- ②カリフローレと水を耐熱皿に入れ、ラップをしてレンジ600wで1分
- ③水分をとり塩昆布とごま油と絡めて完成



# スティックカリフラワー 紫カリフローレ®

従来のカリフローレ同様、茎までおいしい  
スティックタイプのカリフラワー！  
品種は70と80タイプがある  
栽培方法は従来のカリフローレと同様な栽培で○



紫色のカリフローレが 新発売！！

白のカリフローレと紫の  
カリフローレを栽培し、  
アソート出荷することで  
売り場がもっと華やかに！





# 紫カリフラワー 食べ方



茹でるとやや青色になる

しかし酸味(レモン・お酢)を加えると  
鮮やかな綺麗なピンクに！！  
紫とピンクの2色で楽しむことも可能

