

アマランサスの栽培

1. 品種特性

「立穂赤」

子実用のもち種。直立し草丈 2m位、茎太く草勢強。穂は濃赤、茎葉は濃赤紫で鑑賞用にも楽しめる。

2. 土づくり

アマランサスを交えた輪作の例としては、アマランサス→ムギ（アカクローバ草生）→ダイズ→ジャガイモ→秋野菜（3年5毛作）

3. 播種

播種時期：冷涼地5月中旬～6月上旬、温暖地5月上旬～7月下旬

播種量：小袋（20ml：12000粒）で播ける面積2～3a

播種様式：点播き：畦幅60～80cm 株間20cm、一カ所に10粒内外に播く。草丈が1.8～2mになるので、畦幅、株間を十分にとる。

4. 管理作業

間引き：本葉3枚のときに3～4株立ち、本葉8枚までに1株立ちにする。

除草：幼苗期は生育が緩慢で雑草と競合しやすいため、間引きのときに除草を丁寧に行う。

土寄せ：本葉10枚ころから生育が旺盛になるので、倒伏防止と除草を兼ねて土寄せをする。

5. 収穫・調整

収穫時期：5月下旬播きで9月中旬～下旬収穫。いっせいに熟さないので、花穂を軽く握って実が手のひらにつくころを目安にする。株全体の半分くらいの下葉が、黄化しはじめたころが刈り取り適期。

収穫：穂首から刈り取り、小束にして日当たりと風通しのよい軒下に吊し、十分乾燥させる。からからに乾燥させるとゴミが多く出るので、半乾きの状態になるまで干す。

脱穀調整：穂をシートの上に広げ、棒でたたき脱穀する。子実が小さいので2mmほどのフルイや台所用金ザルでふるい、箕で風選して細かなゴミを除き調整する。子実がまだ柔らかいので天日でよく乾燥させ子実が硬くなってから、紙袋に入れて貯蔵する。

6. 利用のしかた

脱穀した子実は、粒のまま利用できる。

アマランサス飯（米にアマランサスを5～10%入れて炊くと粘りがでる）。

粉にして小麦粉に1～2割混ぜ、すいとん、うどん、クッキーにして使う。

（公財）自然農法国際研究開発センター
研究部 育種課