



もやし



栽培日記

安くて手軽に調理できるもやしは大学生の強い味方。でも、もやしがどのように育つかをみなさんはどう感じますか？

実は自分で簡単に育てられます。
(遊歩道・remora)

準備するもの



- ・ガーゼ
- ・広口の瓶：ペットボトルの上部を切って使っても良い。
- ・豆：スーパーのもやしは緑豆などから作られたもの。この実験で、編集部員は小豆からもやしを育ててみた。

育て方



- ①豆を瓶に入れ、1晩水に浸す。
- ②中の水を捨て、ガーゼで口を覆い輪ゴムで止める。口の方を下にして暗所に置く。
- ③1日に2回ほど瓶に豆がかぶるくらいの水を入れ、そっと揺すり洗いをする(写真)。

栽培日記

——編集部員が実際に育ててみました。

○月×日(初日)



最初は豆を水に浸すだけ。1晩置いておくと、水を吸った豆が少し膨らんでいるように見える。

翌日



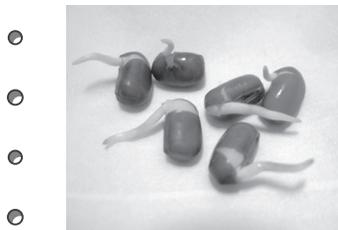
まだ豆は昨日とそれほど変わっていない。少し皮に裂け目ができつつあるくらい。

3日後



やっと芽が出た！ 直射日光を当てると色が変わるから、これから豆を洗うとき気をつけないと。

7日後



だいぶ芽が伸びてきた。瓶に鼻を近づけると、少しもやしのにおいがするようになった。

12日後



芽が2~3cmほどにまで伸びた。そろそろ食べごろかな。ではいただきます！

先生から一言

- * 家庭菜園用の豆だと農業処理がされている可能性があるので、もやし用の豆か食用のものを調達すると安全です。
- * 今回もやしを育てたのは冬場なので豆を洗うのは1日2回で十分ですが、夏場に育てる場合1日5~6回洗わないと腐ってしまいますよ。



はみだし
すてーじ

お腹がすいたら？
⇒この記事をお読みになった貴方、豆と瓶とガーゼをご用意ください。

(工・3 犬)
(少し時間がかかりますけど；編)