

2026 苗のあとり **春野菜苗 ナス科** の紹介

なす (ナス科)

①千両2号長なす

一般的な定番なす
調理の幅が広い
煮物、炒め物、天ぷらなど



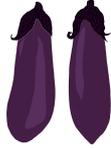
②早生大丸なす

丸型
肉質はしまっている
煮崩れしにくい
田楽・煮物など



③美男なす (水なす)

中長型
みずみずしくあくが少ない
浅漬けやぬか漬けに



なすの小話

皮の紫色はポリフェノール
カリウム豊富でむくみ対策に
低カロリーで体にやさしい野菜

公式 LINE を登録して
お知らせを素早くゲット!

ご登録はこちらから!



お気軽にお問い合わせください
090-8265-1135



④ふわとろ長~いなす



果長は 25~30cm 太さは 5cm ぐらい
加熱した時のとろけるおいしさ絶品
同じ太さなので火の通りがよい。
焼きなす絶品。揚げ物、炒め物、なんでも OK



トマト (ナス科)

⑤ホーム桃太郎

果重は 210g ぐらい
家庭菜園でも楽々!!
手軽に作れるおいしいトマト



⑧千果 (赤ミニトマト)

果重は 20g ぐらい
高糖度の赤ミニトマト



⑩イエローミミ (黄ミニトマト)

果重は 20g ぐらい
フルーツ感覚の甘さ



⑥サターン

果重は 240g ぐらい
昔懐かしい作りやすいトマト
酸味と甘みのバランスがよい



⑨甘っこ

果重は 20g ぐらい
甘みと酸味のバランスがよい



⑪オレンジ千果

通常のミニトマトと比べ
カロテンの含量が約 3 倍



⑦フルティカ

果重は 40g ぐらい
高糖度の中玉トマト
リコピンは桃太郎の 2 倍



トマトの小話

リコピン豊富で健康サポート
ビタミンC カリウムたっぷり
毎日食べたい元気野菜

ピーマン (ナス科)

⑬京みどりピーマン

ポピュラーな中型種
果重は 30g ぐらい



⑬伏見甘長ピーマン

辛みが少なく
多収で細長い



⑭ししとう

小果で淡緑色
辛みが出やすい



⑱甘とう美人

万願寺タイプ
肉質が柔らかい
果長は 15cm ぐらい
果重は 35g ぐらい



⑲赤パプリカ

甘くて肉厚のパプリカ
開花後 60 日で赤くなる
果重は 120g ぐらい



⑲黄パプリカ

作りやすいパプリカ
開花後 60 日で黄色くなる
果重は 120g ぐらい



⑳ニューエース

横張の肥大早い
果重は 40g ぐらい



㉑たかのつめ

上向き赤とうがらし
とっても辛い



ピーマンの小話

ビタミンC たっぶり元気サポート
βカロテンでお肌や体調に
低カロリーで毎日食べやすい

2026 **苗のほっとり 春野菜苗 ウリ科他の紹介**

きゅうり (ウリ科)

②4 黒サンゴきゅうり

イボイボで皮が厚く
肉質やわらか



②5 夏すずみきゅうり

表面がなめらか
歯切れがよい



②6 ストロングきゅうり

表面がなめらか
病気に強く作りやすい



甘うり・メロン (ウリ科)

②7 金太郎うり

ほろ甘い 果皮は黄色
果重は 400g ぐらい



②8 銀泉甘うり

俵型の浅い溝あり
果重は 300g ぐらい
昔なつかしの香りと甘さ
糖度も高く食味もよい



②9 ひとくちメロン

果皮は淡緑色で甘い
果重 200g ぐらい



③0 パンナ (ネットメロン)

糖度が高く 緑肉
果重は 1.5kg ぐらい



③1 プリンスメロン

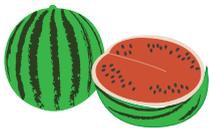
糖度は 15 ~ 17 度
果重は 500g ぐらい



すいか (ウリ科)

③2 大玉すいか

果重は 7kg ぐらい
甘くておいしい



③3 赤小玉すいか

果重は 2kg ぐらい
食べやすい大きさ



③4 金のたまご (黄皮)

果重は 2.5kg
果皮は黄色で果肉は赤色
鳥がつつかない 皮のかたさ



とうもろこし (イネ科)

③5 とうもろこし

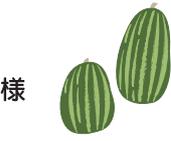
黄色の粒種
甘みが強く、粒がやわらかい
採れたては、特においしい
蒸しても 焼いても おすすめ



漬物うり (ウリ科)

③6 かわずうり

カエルのような模様
奈良漬・浅漬



③8 かたうり

果肉はかたい
奈良漬



③7 くろうり

種のとこが黄色っぽい
浅漬け・一夜漬け



③9 青はぐらうり

果肉ははもろい
浅漬け・一夜漬け



かぼちゃ (ウリ科)

④0 坊ちゃん

手のひらサイズ
果重は 500g ぐらい



④1 ほっこり姫

中ミニ手のひらサイズ
果重は 800g ぐらいで
キメが細かい肉質



④2 栗えびす

ホクホク味
果重は 1.5kg ぐらい



④3 ロロン

ラグビーボール型のユニークな形状
重量は 1.8kg ぐらい
ホクホク感があり、なめらかな食感
煮物、スープ、サラダ、スイーツにも



④4 白い九重栗

果皮は乳白色
果重は 2kg ぐらい
貯蔵性がよい



④5 そうめんかぼちゃ

加熱すると果肉がそうめんの
ようにほぐれ、シャキシャキ
食感でほんのり甘い



④6 バターナッツ

ひょうたん型のカボチャ
ナッツの風味でねっとり食感



とうがん (ウリ科)

④7 姫とうがん

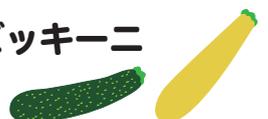
ミニサイズ
煮物あんに 果重は 1.5kg ぐらい



ズッキーニ (ウリ科)

④8 緑ズッキーニ / ④9 黄ズッキーニ

長さ 20cm ぐらいで収穫



さといも (イモ科)

⑫ 里いも

ぬめりが強い
やわらかい



⑬ ハツ頭

酢の物 (すこ) にして
茎も 芋も食べられる



その他

⑭ モロヘイヤ

ねばり
栄養たっぷり



⑮ パセリ

香り、色どり
風味付け

