

# 育てて食べよう 越前カンタケ

～越前カンタケの簡単な栽培方法～



旬の味覚が食卓を引き立てる  
歯切れよく、淡泊、かつ香り高い自然食品

越前カンタケは福井県総合グリーンセンターで開発した「きのこ（ヒラタケ）」です。寒茸（カンタケ）の名前のとおり、気温の低い、寒い時期（11月～2月）に発生します。淡泊で、かつ香りがよく、口当りの良い味わいは絶品。季節が生み出す味や香りはあらゆる料理を引き立てます。ナチュラルで低カロリーの自然食品です。

# 越前カンタケの簡単な栽培方法

## 【準備するもの】

1. カンタケの菌床 (白いブロック1個: 2.5kg)
2. フランター…普通のフランターで菌床が2個入ります。
3. 鹿沼土…フランターと菌床の間を埋める量  
\* 赤玉土、普通の土でもOK
4. 新聞紙
5. 水



## 【栽培フランターの作り方】 \* 11月になったら作りましょう!

- ① フランターの底に新聞紙を敷き、鹿沼土等を3cm程度敷き詰めます。
- ② 菌床をビニール袋から取り出し、フランターの中に置きます。
- ③ 菌床の周りを鹿沼土等で覆います。(菌床が2cmくらい土から出ている程度)
- ④ 菌床、鹿沼土に充分散水し、薄暗い場所に置きます。

## 【管理の方法】

- 水は菌床、鹿沼土にかけてください。生えてきたキノコには水をかけないでください。
- 乾燥しがちなところは少し多めに。その後も乾燥しないよう時々散水してください。菌床は常に湿った状態にしておきます。(目安は菌床を手で触って湿り気を感じる程度。)
- 管理状態が良ければセット後20日程度で発生します。(日中気温8℃前後が目安)
- 12月から3月頃まで、継続して周期的(20~30日毎)に発生します。



## 【収穫の方法】

- 傘の大きさが自分の好みの大きさになったら収穫します。  
(キノコを大きくすると次の発生までの期間が空く事があります。)
- 菌床に傷をなるべく付けないように手で摘み取るか、カッターなどで根元を切り取って収穫してください。
- あとは、そのまま食卓へ!・・・天ぷら・なべ物・バター炒め などどうぞ

## 【注意】

- 菌床は雨と直射日光が苦手です。
- 玄関先、車庫、小屋、屋根のあるベランダ、家の北側の軒下など、薄暗い場所に置いてください。良い場所がない時は、寒冷紗等で日除けをしましょう。
- 菌床が乾燥してカラカラにならないように、時々散水してください。

## 【廃菌床の利用】

- 菌床はオガクズ(木の粉)からできています。
- カンタケが出なくなった後は粉碎して有機肥料として利用できます。

栽培に関するお問い合わせは・・・  
県総合グリーンセンター  
技術指導グループ  
TEL 0776-67-0002  
または各農林総合事務所林業課  
まで