

Tomater - teori



Tomaten (*Solanum lycopersicum* på latin) er en natskyggeplante og er blandt andet i familie med peberfrugt, chili, aubergine og kartofler. Tomaten kendes og bruges som en grønsag, men det er faktisk en frugt, da tomaten er et bær, og bær også er frugt. I madlavningen bruges tomaten i salte retter og derfor kaldes den for en kulturgrønsag. Tomaten indeholder 95 % vand og er rig på A- og C-vitamin, flere B-vitaminer, jern og zink. I Danmark spiser vi årligt mere en 67 millioner tomater, og tomaten må altså siges at være en fast del af danskerne kost.

Historie

Tomaten stammer fra Central- og Sydamerika og spredte sig til Europa, da Sydamerika blev koloniseret af sydeuropæerne. Tomaten blev bragt til Europa sammen med mange andre "mærkelige" planter så som kartofflen, majs og tobak.

Navnet "tomat" stammer fra aztekernes ord for planten "tomati". Det er på dansk blevet til tomat.

I Danmark fik vi først tomaten omkring år 1770.

Dyrkning

De største producenter af tomater er Kina, USA, Tyrkiet, Italien og Egypten. Hvis du skal købe tomater og gerne vil tænke på CO₂-belastningen, kan det faktisk mere miljørigtigt at købe tomater fra Sydeuropa eller andre lande med et varmere klima end Danmark. Det skyldes at de danske tomater bliver dyrket i drivhuse, og det kræver meget energi at varme drivhusene op. De danske tomater belaster miljøet med op til 11 gange så meget CO₂, som eksempelvis de spanske gør.



Kilde:

Arne Astrup, Hans Folke, Susanne Klug-Andersen: tomat i Den Store Danske, Gyldendal.
Hentet 15. august 2017 fra <http://denstoredanske.dk/index.php?sideId=172900>

Tomater i fødevareindustrien

Hvis man tager en tur i supermarkedet kan man finde mange forskellige udgaver af tomater, som ikke er rå. Noget er færdigretter og andet er halvfabrikata. Halvfabrikata betyder at fødevareren er blevet forarbejdet, men der skal stadig gøres noget ved fødevareren, når man kommer hjem. Det er eksempelvis sukker, mel, olie, tomatpure osv.







Kig på billederne på den forrige side. Hvilke af disse råvarer med tomat, kender du?

Billederne er bare et lille udsnit af de råvarer, man kan finde i supermarkedet med tomat. Kender du andre færdigretter eller halvfabrikata med tomat? Hvilke?

Hvilke retter kender du, der er tomater i?

Hvilke forskellige slags tomater kender du?

Smag på tomater

Nu skal du smage på forskellige typer af tomater

Du skal først undersøge tomatens udseende udenpå. Du skal kigge på størrelse og farve. Derefter skal du skære den over og kigge på, hvordan den ser ud indeni og dufte til tomaten. Til sidst skal du smage tomaten og vurdere, hvilke af de 5 grundsmage, du kan smage.

Du skal forsøge at være grundig i din beskrivelse af udseende og duft.

Tomat 1

Tomat 1	
Udseende udenpå	
Udseende indeni	
Duft	
Grundsmage	

Tomat 2

Tomat 2	
Udseende udenpå	
Udseende indeni	
Duft	
Grundsmage	

Tomat 3

Udseende udenpå	
Udseende indeni	
Duft	
Grundsmage	

Tomat 4

Udseende udenpå	
Udseende indeni	
Duft	
Grundsmage	

Tomatpuré / tomatkoncentrat

Udseende udenpå	
Udseende indeni	
Duft	
Grundsmage	

Flåede tomater fra dåse

Udseende udenpå	
Udseende indeni	
Duft	
Grundsmage	

Tomater tilberedt på 4 forskellige måder



Nu skal vi prøve at tilberede 4 forskellige måder. De skal bages, steges, koges og smages rå med salt.

Stegte tomater

Det skal du bruge:

- ½ stor tomat
- 2 cherrytomater
- 1 tsk olie
- 1 nip salt

Sådan gør du:

1. Vask hænder
2. Skyld tomaterne
3. Skær stilken af den store tomat. Skær den store tomat i både.
4. Skær cherrytomaterne i halve.
5. Varm en lille pande op ved middelhøj varme
6. Put olie på panden. Drys salt på tomaterne
7. Steg tomaterne i ca. 3-5 minutter
8. Tag tomaterne af panden og lad dem køle af

Kogte tomater

Det skal du bruge:

- ½ stor tomat
- 2 cherrytomater
- 7 dl vand
- 1 tsk salt

Sådan gør du:

1. Vask hænder
2. Skyld tomaterne
3. Skær stilken af den store tomat. Skær den store tomat i både.
4. Skær cherrytomaterne i halve.
5. Put vand og salt i en lille gryde og kog det op - husk at vandet skal koge inden du putter tomaterne i.
6. Kog tomaterne ad to omgange - cherrytomater for sig og tomatbåde for sig
7. Kog dem i 7 minutter hver
8. Tag tomaterne op ad gryden og put dem i en si, så de kan dryppe af

Bagte tomater

Det skal du bruge:

- ½ stor tomat
- 2 cherrytomater
- 1 tsk olie
- 1 nip salt

Sådan gør du:

1. Vask hænder
2. Tænd ovnen på 200 grader varmluft
3. Skyld tomaterne
4. Skær stilken af den store tomat. Skær den store tomat i både.
5. Skær cherrytomaterne i halve.
6. Put bagepapir på en bageplade
7. Put tomaterne i en lille skål sammen med salt og olie. Rør det rundt.
8. Put tomaterne i ovnen (husk at ovnen skal være varm først)
9. Bag tomaterne i 15 minutter
10. Tag tomaterne ud af ovnen og lad den køle af

Rå tomater

Det skal du bruge:

- ½ stor tomat
- 2 cherrytomater
- 1 nip salt

Sådan gør du:

1. Vask hænder
2. Skyld tomaterne
3. Skær stilken af den store tomat. Skær den store tomat i både.
4. Skær cherrytomaterne i halve
5. Put tomaterne på en tallerken
6. Drys dem med 1 nip salt

Bedømmelsesark

	Smag	Konsistens	Forslag til retter
Stegte Store tomater			
Stegte cherrytomater			
Bagte Store tomater			
Bagte cherrytomater			
Kogte Store tomater			
Kogte cherrytomater			
Rå Store tomater			
Rå cherrytomater			