

Les TOMATES : de la culture à la consommation

L'Origine :

La tomate est originaires des régions andines côtières du nord-ouest de l'Amérique du Sud (Colombie, Équateur, Pérou, nord du Chili).

La première domestication de la tomate à gros fruits est vraisemblablement intervenue dans le Mexique actuel, où l'ont trouvée les conquérants espagnols lors de la conquête de Tenochtitlán (Mexico) par Hernán Cortés en 1519.

Elle fut introduite en Europe au début du XVI^e siècle par les Espagnols, d'abord en Espagne, puis en Italie, par Naples, alors possession de la couronne espagnole. La première mention de la tomate dans la littérature européenne apparaît dans un ouvrage publié pour la première fois en 1544.

La culture :

1 – Le SEMI : Très large – Eclaircir -> Pince à épiler dans un terreau à semi (ASEF) ; Chaleur (20-25°C)/Froid (15°C) , Lumière (Haute/fine),



2 – REPIQUAGE : mélange Riche – Humifère – Léger -> 1/3 compost + 1/3 Tourbe + 1/3 sable (Pot de 8 cm) Bien enfoncer -> 2 premières feuilles, inondée sur plaque

3 – PLANTATION : en POT, en TERRE , en SERRE Profond

La Plantation : « Racine pivotante »

En POT = Fond de bonne terre >> Argex (Retenue de l'eau)

= Mélange : 1/3 Tourbe + 1/3 Compost + 1/3 fiente de poule

= Tuteur droit ou Pyramide pour tomates cerises

= Cloche Plastique « Mini serre » (sachet de Chrysanthème), chaud/froid – Pluie (Mildiou)

= Bouteille avec goutte à goutte en céramique



En TERRE = Tour droit de 20 à 25 cm

= Mélange (Idem)

= Tuteur en spirale Galvanisé

= Cloche plastique

= Lien en fil de cuivre « dénudé ! »

= Bouteille découpée



En SERRE = Trou rectangulaire

= 1 feuille d'ortie

= Mélange : ½ tourbe + ½ fiente de poule

= 1 Tuteur en Bambou

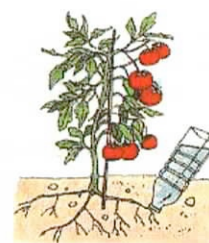
= 1 bouteille plastique coupée (arrosage)

= Lien en Pince

= Système goutte à goutte ou « tuyau »

= Aérateur (Spiro aération)

= Voile pour Ombrage (Tissu)



Les Soins :

ARROSAGE = régulier (éclatement), pas de brouillard/vapeur (mildiou), au pied , Le soir et si T° / , 2x par jour !

→ Nécrose APICALE (cul noir) , surtout forme allongée => Ajout de calcium = du lait dans l'eau (10 ml pour 1 Litre , 1x/mois)

TUTEURAGE = Régulier, Etranglement !

ENGRAIS = Au besoin, engrais liquide spécial tomate

MALADIE : Extérieur = Oïdium, Mildiou => Loin des PDT , traitement préventif ! (artifice : lien en cuivre)
: Intérieur = Mouche blanche => Plaque de GLU Jaune

INSECTES : Pucerons, mouches mineuses, noctuelle (chenille), ... Lutte biologique

PINCAGE = Régulier, Gourmant à l'Aisselle de la feuille et de la tige

= Forme en « U »

= Buisson pour tomates cerise

POLLINISATION (Auto-fertile)= Bourdon ou SECOUER



Les Variétés : (600 sortes et nouvelles)

1 – Forme = Cerise, Grappe, Poire, Cœur de Bœuf, ...

2 – F1 = Résistante MAIS pas de graine pour semence !? (commerce ?)

3 – Couleur = Jaune, Rouge, Noir, Orange, ...



La Cueillette : « Technique »

→ Appuyer sur le « Bourlet » et relever, quand bien colorée.



La Conservation : -> Ne JAMAIS mettre au frigo = Perte d'arôme

Endroit Frais, lumineux, Aéré -> En automne = appui de fenêtre

Congélation : San Marzano - Roma

-> Coulis froid : Lavé + couper morceaux + fixer (Incision en croix en dessous) + passer au chinois

-> Morceaux pelés : Tremper eau chaude (2') -> tremper eau froide -> Peler

Stérilisation en bocaux

Coulis à Chaud en bocal, retourné et couvert

Séchée (Au four à faible T°)



Les Propriétés :

La tomate est un aliment diététique, très riche en eau (93 à 95 %) et très pauvre en calories (18 à 20 kcal pour 100 grammes), riche en éléments minéraux et en vitamines (A, C et E)

La tomate aurait un usage traditionnel de phytothérapie notamment grâce à sa teneur en pigments caroténoïdes antioxydants, et plus particulièrement en lycopène, réputé pour ses propriétés anticancéreuses et de prévention contre les maladies cardiovasculaires.