# TOMATEN



Quelle: Archiv.ub-un-heidelberg.de - Foto: compactcook.com

## KURZ VORGESTELLT

Bald nach der Entdeckung Amerikas wurden die ersten Tomaten-Sträucher nach Europa gebracht. Sie fristeten über Jahrhunderte ein Nischendasein. Erst in den 1920er-Jahren fanden sie breiten Eingang in unsere Küchen und sind heute wirtschaftlich das weltweit wichtigste Gemüse.

## INFORMATIONEN

- Die Ernährung ist Teil unserer Zivilisation und wandelt sich laufend. Der Konsum der Tomaten ist ein schlagendes Beispiel dafür.
- So schrieb der Arzt und Naturforscher Joachim Camerarius 1586: «In Italien pflegen diese Früchte etliche zu essen mit Pfeffer, Öl und Essig gekocht, aber es ist ein ungesunde Speiss, und die gantz wenig Nahrung geben kann.»
- Heute wissen wir, dass frische Tomaten gesund sind und auch geschmackvoll. Da sie zu 90% aus Wasser bestehen, sind sie ideal für die leichte Sommerküche. Sie enthalten zahlreiche Vitamine, wichtige Mineralstoffe und Spurenelemente.
- Tomaten gehören nicht in den Kühlschrank, den sie verlieren dort ihr Aroma, ja können sogar schimmeln. Am besten bewahrt man sie an einem kühlen Ort auf, ideal bei 15° C.

## DATEN

- Rundtomaten machen rund 70% des weltweit verkauften Volumens aus und sind in der Verwendung Alleskönner.
- Flaschentomaten bzw. Pelati eignen sich für Pizza, Saucen und