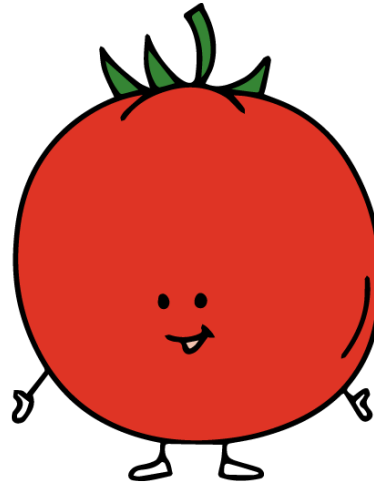


## MÅNADENS GRÖNSAK:

# TOMAT

Har du ätit kärleksäpple någon gång? Troligen, eftersom det är ett annat namn på tomat. Tomatplantan påminner om potatis, som den också är släkt med. På potatisplantan äter vi rotknölar, men på tomatplantan är det istället frukten - bäret - som vi vill ha. Tomatplantan går att odla i Sverige, men är frostkänslig och måste skyddas från kyla. Den får först klasar med gula blommor, som sedan mognar till tomater.



Tomaten kommer ursprungligen från Peru i Sydamerika, och odlades av Inkafolket när spanjorerna kom dit genom sina upptäcktsresor över världshaven. Spanjorerna förde den nya växten till Europa där den började odlas på 1540-talet.

Den som försöker odla tomater måste räkna med lite pyssel. Plantan kräver en hel del vatten och näringstillförsel. Vissa sorter behöver bindas upp med snöre för att växa bra. Man kan också behöva ta bort blad för att plantan ska producera ordentligt med tomater.

Tomatens röda färg kommer från ett färgämne som heter lykopen, och som förekommer i andra rödaktiga frukter och bär. Tomat används i mängder av mat, inte minst i såsen på botten av en pizza. Tomaten är huvudnumret i den kalla spanska soppan gazpacho, som svalkar skönt en varm sommardag.

