Solanum lycopersicum L., 1753 cv. 'V Red Top 9' (Tomate)

Identifiants : 36245/sollyc5776

Association du Potager de mes/nos Rêves (https://lepotager-demesreves.fr)
Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 05/05/2024

- ***Classification phylogénétique :***
    - ***Clade : Angiospermes ;***
    - ***Clade : Dicotylédones vraies ;***
    - ***Clade : Astéridées ;***
    - ***Clade : Lamiidées ;***
    - ***Ordre : Solanales ;***
    - ***Famille : Solanaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Solanales ;***
    - ***Famille : Solanaceae ;***
    - ***Genre : Solanum ;***
- ***Synonymes : Lycopersicon esculentum Mill., Lycopersicon lycopersicum (L.) Karsten, Lycopsersicon esculentum P. Mill ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Tomato , Baingan, Bunyanya bunyoro, Domado, Esalamejei, Faan kee, Golbhera, Kamatis, Kha-ran-chine, Khayan-gyin, Kibongi, Komidira, Lumantu, Ma-khay-sut, Makheua thet, Matamba, Ma-thamba, Peng pahs, Ta-gaw-lay, Takkali, Tamata, Tamatar, Tamatis, Thakkali, Tomat, Tomata, Tomatar, Tomati, Tumatur, Vanji, Vilayithi vengan, Vilayithi ;***

- ***Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :***

Fruit$^{5(+)}$ (peau, pulpe et graines$^{\{\{\{(dp*)}$ {dont huile$^{5(+)}$} : frais (crus$^{5(+)\mu/cuits\mu5(+)}$ et ou aromatisants$^{5(+)}$) ou séchés$^{5(+)}$) comestibles.(1*) Fruits - crus ou cuits. Il peut être utilisé comme légume salé ou aromatisant dans les aliments cuits, ou peut être consommé directement comme fruit de dessert. Il est très utilisé dans les salades et comme arôme dans les soupes et autres plats cuisinés. Un jus fabriqué à partir du fruit est souvent vendu dans les magasins d'aliments naturels. Le fruit peut également être séché et broyé en une poudre qui peut être utilisée comme agent aromatisant et épaississant dans les soupes, les pains, les crêpes, etc... Une huile comestible est obtenue à partir de la graine. Convient à des fins culinaires. Elle peut être utilisée crue dans les salades, ou utilisée pour faire de la margarine. La graine est petite et très difficile à utiliser. Il n'est viable d'utiliser la graine comme source d'huile que si de grandes quantités de plantes sont cultivées pour leurs fruits et que la graine n'est pas souhaitée$^{\{\{\{5()}$.

Détails :

- ***composée de près de 95 % d'eau, la tomate est très riche en vitamines (A, B1, B2, C, E), sels minéraux (surtout du potassium) et oligo-éléments ;***
- ***diététique (avec ses 18/21Kcal pour 100g), diurétique et alcalinisante, c'est un aliment des plus sains : à consommer sans modération !;***
- ***en outre le lycopène, à l'origine de sa pigmentation rouge, est un excellent antioxydant prévenant certains cancers***

On la déguste fraîche et crue (tout juste cueillie, c'est tellement mieux !) en salades, ou cuite (en ragoûts, en ratatouille, farcie...), ou encore transformée (concentré, sauces, notamment le ketchup, coulis, jus, soupes et conserves) ; la tomate se congèle très bien entière pour une cuisson ultérieure$^{\{\{\{rp*)}$.

Les fruits sont consommés crus ou ajoutés aux salades. Ils peuvent être cuits, cuits, réduits en purée, farcis, transformés en sauces, en jus et utilisés dans les soupes et les ragoûts. Les fruits non mûrs sont marinés, rôtis, frits et séchés. ATTENTION Bien que dans de nombreux endroits en Papouasie-Nouvelle-Guinée, les feuilles soient mangées, ce n'est probablement pas une bonne idée. Les feuilles et les fruits verts sont toxiques

Partie testée : fruit{{{0(+x) (traduction automatique)}}}
Original : Fruit{{{0(+x)}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
94.2	81	19	1.0	0	24	0.5	0.2

(1*)ATTENTION : toutes les parties vertes de la plante (y compris le fruit avant maturité) sont toxiques{{{{dp*)(5(+))}}} ***; ils contiennent de la tomatine (substance toxique) ;***
la concentration à l'intérieur du fruit (à n'importe quel stade de maturation) est cependant tellement faible qu'elle ne représente aucun danger ; les fruits immatures sont tout de même généralement consommés cuits (en confiture, par exemple), dès lors qu'ils ont fini de grossir{{{{dp*)}}}***.***

Une tomate abîmée contient (ou peut contenir ?) une moisissure dangereuse : la mycotoxine. Cette moisissure sécrète un poison : la patuline. Ses effets secondaires : irritation de la peau, nausées, troubles des reins et du foie. Si une tomate présente une partie qui commence à moisir ou des taches brunes à noires, jetez-la. Et il convient d'y faire attention car même une cuisson de plus d'une heure n'élimine pas la patuline{{{127}}}***.***

- ***Liens, sources et/ou références :***

dont classification :