



「トマト」のプロフィール

[1]	分類名	ナス科 トマト属
[2]	学名	<i>Lycopersicon esculentum</i> Mill
[3]	和名	トマト
[4]	外国語表記	(英)tomato (仏)tomate (独)Tomate (伊)pomodoro (中)蕃茄
[5]	原産地・伝播	原産地はペルーを中心とするアンデス高原地方です。野生のトマトの実の直径1cmほどの小さなものだといわれています。栽培が始められたのはメキシコだともいわれ、コロンブスの新大陸発見(1492年)によって、ヨーロッパに伝えられました。ヨーロッパでの栽培はイタリアが最初とされ、現在では南ヨーロッパを中心に世界各地で栽培されており、消費量の多い野菜です。
[6]	日本への伝来	17世紀後半から18世紀。文献への初出は宝永6年(1809)刊の『大和本草』(貝原益軒著)で、「唐がき」と記載されています。当初は観賞用で、一般に食用にされるようになったのは明治時代末期からです。明治・大正時代には「赤なす」とも呼ばれていました。
[7]	栄養学的特徴	β -カロテンを多く含む緑黄色野菜です。 β -カロテンにはがんを予防したり、悪玉コレステロール(LDLコレステロール)が酸化して動脈硬化の原因となるのを防ぐ効果が認められています。 β -カロテンの効果を高めるには、油脂と一緒に摂るのがよいです。またビタミンCも豊富です。
[8]	主な用途	サラダなど生食のほか、炒めもの、煮込み料理、スープなどに向きます。イタリアを初め南ヨーロッパの家庭では、トマトソースに加工してパスタ料理などに幅広く使われています。トマトジュース、ピューレ、ペースト、ケチャップ、ソース類からドライトマトまで、加工品も多く出回っています。
[9]	選び方	全体が均一に色づいて皮につやと張りがあり、ガクやヘタが緑色で枯れていないもの、持って見て重みのあるものがよいです。表面に傷のあるものは避けます。角張っているものは、果肉と種の間隙が多いです。
[10]	保存法	トマトは収穫してからも、20℃以上のところに置くと熟度が進みます(追熟)。したがって、熟しきっていないものは常温で保存できますが、完熟トマトは熟れ過ぎになるので、ポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室で保存します。完熟トマトの鮮度を保つには、凍らない程度の低温(0℃前後)で保存するのが最適とされています。



「トマト」の種類

形や大きさ、加工用、生食用など数多くの種類があります。

赤色系トマト群

赤色丸玉



表皮が濃いオレンジ色で厚いため、果肉の赤い色が強調されま
す。トマトソースなど加熱調理に向きます。「サンクットマト」は、イ
スラエル産の8種の赤色トマトの統一ブランド名です。「赤色丸玉」
は、ジュース用の品種です。

桃色系トマト群

ファースト



果肉の色は赤色系とあまり変わりませんが、表皮が透明で薄いの
で、見た目にピンク色をしています。主に冬から春にかけて出荷さ
れます。

完熟型トマト群

桃太郎



従来トマトは未熟果を収穫して流通過程で追熟させていました
が、完熟果を収穫して出荷するため味がよく、保存性もすぐれてい
ます。アメリカで開発された桃色系トマトから生まれました。

フルーツトマト群

・フルーツトマト 桃色系の完熟小型トマトです。うま味、甘みが強く、酸味とのバランスもとれ、皮が薄く食べやすいで
す。生食、加熱調理のどちらにも向きます。「甘み、酸味の濃いトマトを」という声にこたえて生まれ、1990年代に入っ
て定着しました。1年中見られますが、冬から春までの出荷が多いです。

ミニトマト群	
<p>ミニトマト(ミニキャロル)</p> 	<p>1980年代からふえ始めたひと口サイズのトマトです。料理の飾りやお弁当などに喜ばれ、需要が急激にふえました。赤色、オレンジ色、黄色があり、形も丸型、洋梨型、スモモ型などがあります。</p>
<p>ミニトマト(イエローキャロル)</p> 	
<p>ミニトマト(パルチェ)</p> 	
加エトマト群	
<p>ローマ</p> 	<p>ジュース、ピューレその他の加工用に使われるトマトです。赤色小型で果肉がかたいです。品種は「くりこま」、「ふりこま」などです。またイタリア原産の「サン・マルツァーノ」、その改良品種の「ローマ」、日本の「珠玉」など、洋梨型をした品種もあります。加工食品メーカーが独自に栽培している品種もあります。</p>

写真提供「野菜供給安定基金」