

I POMODORI

CLASSE: 2°A-AFM

L'ORIGINE DEI POMODORI

I pomodori sono delle bacche appartenenti alla specie «*Solanum Lycopersicum*» della famiglia delle Solanacee.

Il pomodoro ha origine nel Sud-America, nella fine del 1700 cominciò a venir importato in Europa e poi in tutto il mondo, facendolo diventare uno degli alimenti più consumati al mondo, con l'Italia al primo posto per produzione europea.

LA COLTIVAZIONE

Il pomodoro è una pianta facilmente coltivabile, si può piantare nei campi durante i periodi più caldi, e nelle serre durante i periodi più freddi.

Ci sono anche svariate modalità di conservazione dei pomodori, dalla produzione di sughi, pelati ai pomodori essiccati in modo che siano disponibili tutto l'anno.

GLI ASPETTI NUTRIZIONALI

Dal punto di vista nutrizionale e chimico, i Pomodori sono composti maggiormente (circa il 90%) da acqua, e sono poveri di calorie.

Presenta inoltre un ottimo quantitativo di potassio, e un ridotto contenuto di sodio, sono presenti anche gli zuccheri, i quali prevalgono su proteine e grassi.

L'UTILIZZO

I pomodori, essendo un' alimento che da più di cento anni si è diffuso in tutto il mondo, hanno svariati utilizzi.

Ma per semplificare possiamo dire che generalmente sono utilizzati in molte ricette tradizionali di terre vicino al mare, come l' Italia che possiede numerose pietanze e ricette che comprendono l' uso del pomodoro, tra cui la gli Spaghetti alla Bolognese, un piatto iconico dell' Italia assieme alla Pizza!

FUN FACTS

Il tipico colore rosso dei Pomodori, è dovuto ad un'antiossidante presente al loro interno chiamato «Licopene», una carotenoide dalle proprietà antiossidanti. Ma può capitare che all'interno dei Pomodori avvenga una mutazione, bloccando la sintesi di questi composti, creando quella variazione di colore da rosso a giallo, e quindi cambiandone il sapore, anche se non di molto.