



Wie funktioniert der
Tomatentest? (03'48")


[»bis ISDN](#)

[»ab DSL](#)

FASZINATION TOMATE

Ob Spaghetti Napoli oder Tomate-Mozzarella: Tomaten sind aus unserem Speiseplan nicht mehr wegzudenken. Jeder Deutsche verzehrt im Schnitt 22 Kilogramm Tomaten pro Jahr - mehr als jedes andere Gemüse. Aber es ist nicht nur der Geschmack der Paradiesäpfel, der begeistert, sie gelten auch als besonders gesund. Doch das war nicht immer so.



 Mit Christoph Kolumbus
kam die Tomate nach Europa

Aller Anfang ist schwer: Schwellfrucht und Liebeswahn

Die Tomatenpflanze kommt ursprünglich aus einem Gebiet der südamerikanischen Anden, das heute Teile von Peru, Bolivien und Ecuador umfasst. Die Azteken und Maya nannten sie "xictomatl", was so viel wie "Schwellfrucht" bedeutet. Rein äußerlich hatten die ersten Tomaten, die mit Christoph Kolumbus 1498 nach Europa kamen, mit unserer heutigen Supermarkt-Tomate wenig zu tun: Sie waren sehr viel kleiner und gelbschalig, was sich auch heute noch im italienischen "pomodoro" (wörtlich: Goldapfel) widerspiegelt.

Kulinarisch setzte sich die Tomate in Europa allerdings erst Anfang des 19. Jahrhunderts durch. Zuvor hatte sie es schwer: Wahrscheinlich wegen ihrer sinnlichen Form und Farbe wurde sie für den Paradiesapfel gehalten, der Adam und Eva verführt hatte. Sie stand unter dem Verdacht Liebeswahn hervorzurufen und durfte von jungen Mädchen nicht gegessen werden.



🔍 Die Tomate ist mit
Tollkirsche und Stechapfel
verwandt

Keine liebe Verwandtschaft: die Familie der Nachtschattengewächse

Botanisch gehört die Tomate zu den Nachtschattengewächsen und ist somit mit der Kartoffel, aber auch mit Giftpflanzen wie Tollkirsche und Stechapfel verwandt. Der Name Nachtschatten bedeutet nicht, dass die Mitglieder der Pflanzenfamilie im nächtlichen Schatten wachsen. Vermutlich rührt die Bezeichnung von dem "Schaden" her, den die zum Teil giftigen Pflanzeninhaltsstoffe anrichten können. Auch in den grünen Teilen von Tomatenpflanzen (in Stängel, Blättern und unreifen Früchten) ist eine Substanz enthalten, die in hohen Dosen giftig ist: das Solanin. Allerdings müsste ein erwachsener Mensch etwa drei Kilogramm (je nach Sorte) rohe, unreife Tomaten essen, um die als tödlich angenommene Dosis von 400 Milligramm Solanin aufzunehmen. Im 18. Jahrhundert schreckte diese scheinbare Gefahr jedoch noch die Menschen - Tomaten wurden lange nur an Schweine verfüttert...



🔍 Grüne Tomaten sehen
interessanter aus

Tomaten gibt's in Rot, Grün, Schwarz und Gelb - klingt politisch

Wer heutzutage in den Auslagen der Supermärkte nach Tomaten sucht, sieht meist nur rot. Leider nur rot, muss man sagen, wenn man die unglaubliche Sortenvielfalt bedenkt, die uns die Tomatenwelt eigentlich zu bieten hat. Liebhaber beteuern: Wer einmal die honigartige Purpurkalebasse oder die fruchtbare Tigerella probiert hat, der will von der schnöden Strauchtomate aus dem Treibhaus nichts mehr wissen. Die zahlreichen alten Sorten, die bei Hobbygärtnern immer beliebter werden, fallen nicht nur durch ausgefallene Namen auf. Auch Form und Farbe können sich sehen lassen: So machen "Schwarzer Prinz" und "Green Zebra" ihren Namen alle Ehre. Sie schmecken besser und sehen interessanter aus. Die Frage liegt nahe, warum wir uns mit den Klassikern wie Roma- und Fleischtomate abpeisen lassen müssen. Die Antwort ist so einfach wie tragisch: Die alten Sorten sind leider weder so ertragreich noch so transportfähig wie die hochgezüchteten Treibhaussorten.



🔍 Tomaten sind widerstandsfähig und pflegeleicht

Einfacher, als die meisten denken: Tomatenanbau zu Hause

Wer trotzdem nicht auf bunte Vielfalt auf dem Teller verzichten möchte, baut die alten Sorten einfach selbst an. Denn oft sind diese durchaus widerstandsfähig und pflegeleicht und somit auch für den Gartenanfänger geeignet. Im Internet findet man inzwischen zahlreiche Anbieter von Tomatensamen. Es gibt allerdings auch viele private oder von Vereinen organisierte Samentauschbörsen. Das Ziel vieler Tomatenliebhaber ist nicht nur der eigene Genuss, sondern auch der Erhalt der Artenvielfalt. Es werden nicht nur Samen weitergegeben, sondern auch das Wissen um den Anbau und die Pflege bis hin zur Samengewinnung aus der Lieblingstomate. Auch wer keinen "grünen Daumen" hat, kann Hoffnung auf Erfolg haben: Die Tomatenpflanze ist pflegeleichter, als die meisten denken. "Viel Licht und Luft" soll die Pflanzen meistens schon zufriedenstellen.



Sonnengereifte Tomaten: lecker und gesund

Ob aus dem eigenen Garten oder aus dem Supermarkt. Es gilt: je reifer, desto besser. Je mehr Sonnenlicht die Tomaten vor der Ernte abbekommen haben, desto besser schmecken sie und desto mehr Inhaltsstoffe enthalten sie. Wer im Winter nicht auf echten Tomatengeschmack verzichten möchte, kann ruhig auf Dosentomaten ausweichen. Sie sind sogar besser als Tomaten, die erst beim Transport reifen. Denn die Konserven werden stets mit vollreifen Früchten befüllt, direkt nach der Ernte, und das garantiert reichhaltige Inhaltsstoffe. Sonnengereifte Früchte enthalten mehr Lycopin, das den roten Tomaten ihre Farbe verleiht. Ähnlich wie anderen Carotinoiden wird dem Lycopin eine Vielzahl an positiven Auswirkungen auf unsere Gesundheit zugesprochen: Es soll bestimmten Krebsarten und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen. Die kalorienarmen Paradiesäpfel enthalten außerdem viele Vitamine und Mineralstoffe und beweisen damit: Gesund und lecker passt doch zusammen.

(Amanda Mock)

(Stand vom 08.05.2008)

<http://www.planet-wissen.de/pw/Artikel,,,,,4C78D102C7B663C9E0440003BA5E08BC,,,,,html>



Link-Tipps

Internet-Recherche leicht gemacht: Wir haben für Sie informative, interessante und unterhaltsame Online-Angebote zusammengestellt.

Verein für Nutzpflanzenvielfalt e.V.

Der "Verein für Nutzpflanzenvielfalt e.V." (VEN) hat es sich zur Aufgabe gemacht, alte Nutzpflanzen zu erhalten. Dafür organisieren die Mitglieder unter anderem Samentauschbörsen, unterhalten Zuchtgärten und veranstalten Seminare und Vorträge. Der Internetauftritt des VEN kommt zwar etwas nüchtern daher, enthält aber zahlreiche Informationen – zum Beispiel über Pflanzenpatenschaften und Links von Mitgliedern und Betrieben, über die Saatgut bestellt werden kann. (Recherchedatum: 05.05.2008)

[>>http://www.nutzpflanzenvielfalt.de/](http://www.nutzpflanzenvielfalt.de/)

Arche Noah - Gesellschaft für die Erhaltung der Kulturpflanzenvielfalt und ihre Entwicklung

Das österreichische Pendant zum deutschen "Verein für Nutzpflanzenvielfalt" (VEN) unterhält ein umfangreiches Sortenarchiv (Obst und Gemüse), koordiniert ein Erhalternetzwerk und veranstaltet zahlreiche Projekte und Aktivitäten zum Thema, das den Mitgliedern sichtlich am Herzen liegt. Die Internetseiten bieten eine Fülle an Informationen: aktuelle Veranstaltungshinweise, Magazinbeiträge und Saatgutlisten zum Herunterladen, Linktipps und vieles mehr. (Recherchedatum: 05.05.2008)

[>>http://www.arche-noah.at/etomite/](http://www.arche-noah.at/etomite/)

Frische und eingelegte Tomatenraritäten aus dem Burgenland

Erich Stekovics, "Kaiser der Paradeiser" baut im österreichischen Burgenland über 3000 verschiedene alte Tomatensorten an - und das auf freiem Feld. Frische Tomaten gibt es daher (wie es sich gehört) nur jahreszeitengemäß, aber eingelegte Köstlichkeiten sind das ganze Jahr zu haben. (Recherchedatum: 05.05.2008)

[>>http://www.stekovics.at/](http://www.stekovics.at/)

Anbautipps, Informatives und Kurioses

Claudia Schmidt (Buchautorin: "Alles Tomate!") befüllt ihren Tomaten-Blog regelmäßig mit neuen Informationen über ihr Lieblingsgemüse. Von Tipps bei Pflanzenkrankheiten über Beschreibungen alter Tomatensorten bis hin zu Kochrezepten ist aus der ganzen bunten Tomatenwelt etwas dabei. (Recherchedatum: 05.05.2008)

[>>http://www.tomatenblog.de/](http://www.tomatenblog.de/)

Lycopin auf dem Prüfstand

Lycocard ist ein von der Europäischen Union (EU) gefördertes Forschungsprojekt zur Rolle von Lycopin im Rahmen der Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Der Internetauftritt verschafft einen sehr guten Überblick über den neuesten Stand der Forschung und bleibt dabei aber auch für Laien verständlich. Wer mehr ins Detail gehen will und sich über die teilnehmenden Forschungsgruppen und deren Schwerpunkte informieren möchte, wird hier ebenso fündig. (Recherchedatum: 05.05.2008)

[>>http://www.lycocard.com/](http://www.lycocard.com/)

Rund um die Tomate

Auf den Internetseiten der Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen gibt es verschiedene Broschüren im pdf-Format zum Herunterladen - auch eine über Tomaten. "Rund um die Tomate" ist der Titel und der hält, was er verspricht: Allgemeine Informationen und Historisches, aber auch Tipps zur

Sortenwahl und Pflege für den Anbau zu Hause. (Recherchedatum: 05.05.2008)

<http://www.landwirtschaftskammer.de/verbraucher/service/index.htm>

Sortenwahl und andere Anbautipps

Eine private Seite zweier begeisterter Tomatenanbauer. Eine wahre Fundgrube an Informationen für den Anbau zu Hause - auch für Tomatenneulinge. Von der Aussaat bis zum Umtopfen der Jungpflanzen wird Schritt für Schritt mit tollen Fotos erklärt, worauf zu achten ist. Zahlreiche Sorten sind beschrieben, bebildert und von den Autoren bewertet worden. (Recherchedatum: 05.05.2008)

<http://www.tolletomaten.de/>


Alles Tomate?? - Kurioses rund um den Liebesapfel

Tomaten sind lecker und gesund - das weiß inzwischen jeder. Aber wer auf der nächsten Cocktail-Party mit besonderen Anekdoten rund um den Inhalt seiner Bloody Mary glänzen will, sollte sich folgende Geschichten und Zahlen merken.

Der Klassiker: "Woher kommt eigentlich die Redewendung...?"

Wer seine Freunde versetzt oder enttäuscht, der muss sich manchmal schon als "treulose Tomate" beschimpfen lassen. Wer seinen Schlüsselbund nicht findet, obwohl er offensichtlich auf der Kommode im Flur liegt, wird gar beschuldigt, "Tomaten auf den Augen" zu haben. Die erste Redewendung ist wahrscheinlich während des Ersten Weltkriegs entstanden: Italien (das Land, das damals schon für seinen Tomatenkonsum bekannt war) war zunächst ein Verbündeter Deutschlands - entschied sich jedoch 1915 für die Gegenseite. Aus deutscher Sicht ein Verrat - daher werden noch heute wortbrüchige oder unzuverlässige Zeitgenossen als "treulose Tomate" bezeichnet. Bei der Herkunft der "Tomaten auf den Augen" ist man sich nicht ganz so sicher. Man vermutet jedoch, dass diese Wendung auf die geröteten Augen eines übermüdeten (Gerücht: nach durchzechten Nächten) - und daher unaufmerksamen, unkonzentrierten Menschen anspielt.



 Verwandt mit der Tomate:
Der Kürbis

Immer wieder verblüffend: Die Tomate ist eine Beere!

Was für Botaniker selbstverständlich ist, ist für den Laien oft nicht ganz so leicht nachvollziehbar. So auch die Einteilung der Früchte in verschiedene Kategorien - die nach unterschiedlichen Kriterien erfolgen kann. So gehört die Tomate zunächst mal zu den sogenannten Schließfrüchten, da ihre Samen im reifen Zustand noch vom Fruchthäuse eingeschlossen sind. Innerhalb der Schließfrüchte wird die Tomate dann tatsächlich den Beeren zugeordnet, da ihr Fruchthäuse fleischig ist. Das trifft ebenso auf Kürbis, Gurke und Banane – aber zum Glück auch auf Johannis- und Stachelbeere zu. Himbeere und Brombeere sind übrigens Sammelsteinfrüchte, die Erdbeere zählt zu den Sammelnüssen...

Beeindruckende Zahlen aus der Welt der Tomaten

Weltweit werden um die 100 Millionen Tonnen Tomaten angebaut. Zum Vergleich: Das ist mehr als

das 300-fache der Steinmasse, die im Kölner Dom verbaut ist! Führende Nation im Tomatenanbau ist übrigens China (2006: 32 Millionen Tonnen), gefolgt von der USA (elf Millionen Tonnen) und der Türkei (zehn Millionen Tonnen). Erst an sechster Stelle (und damit führend in der Europäischen Union) steht die Tomatennation Italien. Der weltweite Pro-Kopf-Verbrauch ist nicht ganz so gut dokumentiert, aber innerhalb Europas haben wohl die Spanier die Nase vorn. In deutschen Mägen verschwinden jährlich 19,5 Kilogramm - mehr als von jedem anderen Gemüse. Weitere Rekorde: 3,5 Kilogramm soll die bisher schwerste Tomate gewogen haben, 19,8 Meter maß die höchste und 32.000 Früchte trug die größte Tomatenpflanze.



🔍 Ohne Ketchup geht's nicht!

Ketchup: Wer hat's erfunden?

Da ist man sich (natürlich) nicht so ganz einig. Oft ist jedoch zu lesen, dass der Vorläufer des heute bekannten Tomatenketchups eine gesüßte Sojasoße namens "Ketsjap" war, die im 17. Jahrhundert aus China in den Westen "schwappte". Dort wurde sie, je nach nationalem Geschmack und Zutatenverfügbarkeit, "verfeinert". So soll in England die Worcestersoße (enthält unter anderem Sardellen und Tamarinden-Extrakt) und in Amerika das heute bekannte Tomatenketchup entstanden sein. Das enthält übrigens neben Tomaten, Essig, Salz, Gewürzen, Zimt, Zwiebeln und Sellerie satte 20 Prozent Zucker!