

トマト って、なあに？

ナス科

◎トマトのふるさと・来歴って…

トマトのふるさとは、南米の山岳地帯で現在のペルーです。インカ帝国がさかえたアンデス山脈には、今でもたくさんの野生のトマトが生えています。最初に日本にやってきたのは、およそ300年前の江戸時代初期のこと。ヨーロッパから中国を通過して、長崎へ伝わったといわれていますが、最初は観賞用でした。生食としては大正時代に北海道が日本で先駆けで食べるようになったといわれています。日本全体は昭和に入ってからです。

◎トマトを食べると…

トマトの赤い色は「リコペン」という色素によるもので抗酸化力が強く「ガン予防」に有効だといわれています。また、旨味成分のグルタミン酸が多く含まれるのでいろいろな料理に活用されます。大きくなると太陽の光に関係なく適度な温度で果実は赤く色づきます。

◎トマトの産地って…

北海道の生産量は国内では第2位。

道内でみると、第1位 平取町
第2位 美瑛町
第3位 北斗市

(令和元年 北海道野菜地図より)

◎トマトの育て方って…

トマトは、およそ2ヶ月間育苗し、定植後2ヶ月で収穫が始まります。育てるポイントは、日当たり・風通しの良い場所で育てることです。また、野菜の中では石灰欠乏症が出やすい作物なので注意しましょう。

最初の果房が付いたら、次に葉3枚でて再度果房がつきます。その後もこの繰り返しです。側枝を挿し木しても簡単に苗を増やせますよ。

◎トマトを食べると「医者いらず」？

「トマトが赤くなると医者が青くなる」という西洋のことわざを知っていますか？赤く熟れたトマトを食べていると病気になりにくくなり、医者がヒマで困るという意味です。