



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

Deutschland sieht rot - Hochsaison für heimische Tomaten!

Prall und rot liegen sie jetzt in den Regalen: Vollreife Tomaten aus regionalem Anbau sind besonders lecker, aromatisch und fruchtig – und langsam geröstet mit Burrata ein unschlagbares Geschmackserlebnis.

Berlin, 29. August 2017. Der Sommer ist tomatenrot. Und nicht nur weil die ostspanische Stadt Buñol am letzten Mittwoch im August immer wie eine explodierte Ketchup-Flasche aussieht! Dann wird dort nämlich die traditionelle „La Tomatina“ gefeiert. Ein Festival, das – wie die Legende sagt – auf einen Streit unter Jugendlichen vor ca. 70 Jahren zurückgeht, der als Tomatenschlacht endete. Im vergangenen Jahr wurde das streitbare Spektakel übrigens mit rund 22.000 Besuchern aus 96 Nationen und rund 160 Tonnen überreifen Tomaten als Wurfmaterial veranstaltet. Etwas, wozu wir unsere vollreifen, deutschen Tomaten zu schade finden.

Urlaub für die Geschmacksnerven...

... kann nämlich auch anders aussehen! Denn Tomaten sind eines der beliebtesten und vielseitigsten Lebensmittel – besonders im Sommer, wenn die vollreifen Tomaten aus heimischem Anbau intensiv duften und herrlich aromatisch schmecken! Ob frisch, gekocht, eingemacht oder als Ketchup, ob in Salaten, Pasta-Saucen oder auf Pizzen. Vor allem in der mediterranen Küche sind die roten Alleskönner längst nicht mehr wegzudenken. Und da wir Mediterranes oft mit Urlaub, Entspannung und Genuss assoziieren, lohnt es sich, die Saison voll auszunutzen und etwas Urlaubsgefühl in den Speiseplan zu bringen – beispielsweise mit langsam gerösteten, bunten Tomaten und einer Burrata (Einer engen Verwandten des Mozzarella).

Wer jetzt nicht zugreift, hat „Tomaten auf den Augen“!

Gerade weil die Tomate ein echter Alleskönner ist, hat die BVEO nicht nur diese Redewendung hinterfragt, sondern auch etliche andere Fun Facts und viel Wissenswertes über das liebste Fruchtgemüse der Deutschen zutage gefördert! Dazu jede Menge Best-Practice- und Verbrauchertipps...

20 tomatige Tatsachen und 1 unschlagbares Geschmackserlebnis:

1. 26 kg – Ob Cherrystrauchtomate, Rispen- oder Strauchtomate, Cherry-Datteltomate, Kirschtomate, Flaschen- oder Fleischtomate – die Tomate rangiert ganz oben auf der Gemüse-Beliebtheitsskala. Jeder Deutsche verspeiste im letzten Jahr durchschnittlich 26 kg* der fruchtigen Köstlichkeit! Das macht Tomaten zu unserem liebsten Fruchtgemüse

Pressebüro deutsches Obst und Gemüse
c/o Pretzlaw Communications
Elke Schickedanz
presse@deutsches-obst-und-gemuese.de
Tel. 030-28 49 78-21
Fax 030-28 49 78-2

Das ganze Fotomaterial zum downloaden:
www.deutsches-obst-und-gemuese.de

Alle Rezepte zum downloaden:
www.deutsches-obst-und-gemuese.de/immer-lecker/rezepte



Reife Tomaten am Strauch © BVEO

se. Tomaten werden hierzulande von April bis Oktober geerntet – und allein 2016 kamen da mehr als 85.000 Tonnen* zusammen.

2. 3 ½ kg – 1986 ernteten Amerikaner in Oklahoma die bisher größte Tomate der Welt. Die Riesen-Tomate wog ganze 3 ½ kg und hätte einen Deutschen fast zwei Monate satt gemacht.

3. Frucht mit Migrationshintergrund – Das Nachtschattengewächs kommt ursprünglich aus Mittel- und Südamerika. Dort wurden Tomaten bereits von den Mayas und Azteken als „xitomatl“ angebaut und galten als Heilpflanzen. Auch heute kann unsere Gesundheit von den zahlreichen wertvollen Eigenschaften der leckeren Frucht profitieren, da sie dank Christopher Kolumbus auch nach Europa gelangte.



Verschiedenfarbige Tomaten © BVEO

4. Aller Anfang ist schwer... – galt die Tomate doch mit ihren schönen roten Früchten zuerst nur als Zierpflanze. Ihren ersten historisch verbürgten Auftritt hatte sie wohl im Hause der Familie Medici, im italienischen Pisa, wo eine Tomate im Jahre 1548 erstmals als Überraschungs-Speise kredenzt wurde. Ende des 18. Jahrhunderts fand sie in die Encyclopædia Britannica Einzug, wo ihr Einsatz in der Küche als „alltäglich“ beschrieben wird. Etwas später, um 1900, wurden Tomaten dann auch in Deutschland in Saucen, Suppen und Salaten verwendet. Den richtigen Durchbruch schafften sie hierzulande aber erst in der Nachkriegszeit.



Rispetomaten am Strauch © BVEO

5. Pomi d'ori – Italiener pflegen nach wie vor ein besonders herzliches Verhältnis zur Tomate. Sie nennen sie liebevoll „pomodoro“ – was übersetzt so viel heißt wie „Liebesapfel“ oder „Goldapfel“.

6. Paradeiser – Dicht gefolgt übrigens von den Österreichern. Dort wird die Tomate „Paradeiser“ genannt, in Anlehnung an das Paradies.

7. Rot, rund und gesund – Tomaten sind nicht immer nur rot. Es gibt sie auch in anderen Farben, zum Beispiel violett, gelb, orange, grün, braun und schwarz.

8. Obst oder Gemüse – Tomaten sind ein Fruchtgemüse. Obwohl eine Tomatenpflanze krautig und einjährig ist – und somit zum Gemüse gehört – verzehren wir nach der Ernte nur ihre leckeren Früchte. Das Kraut ist aufgrund seines Solanin-Gehalts eh nicht besonders gesund!

9. Powerfrucht Tomate – Die Tomate liefert neben sehr viel Vitamin C auch zahlreiche B-Vitamine, welche die Konzentration fördern. Das Eisen der Tomate liefert Energie, der Folsäure wird Schutz vor Arterienverkalkung zugeschrieben und das Kalium ist für das Zellwachstum sowie das Muskel- und Nervensystem förderlich. Auf diese Weise



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

stärkt die Tomate mit ihren sekundären Pflanzenstoffen ganz nebenbei unser gesamtes Immunsystem.

10. Kleine Frucht, große Wirkung – Tomaten enthalten zudem den Carotinoid-Farbstoff Lycopin, dem nachgesagt wird, dass er freie Radikale, die durch UV-Strahlung gebildet werden, auffängt und neutralisiert. Trotzdem: Tomaten können natürlich nicht den Einsatz von Sonnenschutzcreme beim Sonnenbad ersetzen!

11. Gute Nachrichten für Kalorienzähler – 100 Gramm Tomaten haben nur 18 Kilo-Kalorien. Grund dafür ist der hohe Wassergehalt: Tomaten bestehen zu knapp 90 Prozent aus Wasser.

12. Frische Tomaten – erkennt man an ihrer knackig prallen Haut und ihrer tomatenroten Farbe. Grüne Stellen am Stielansatz sind ein Zeichen dafür, dass die Tomate nicht lange genug an der Pflanze reifen konnte.

13. Tomaten grün ernten – Tomaten reifen nach. Das gilt aber nur für die Farbe und nicht für den Geschmack. Denn ihr fruchtiges Aroma entwickeln die Früchte nur, solange sie an der Pflanze wachsen.

14. Lagerung – Tomaten gehören nicht in den Kühlschrank, denn durch die Kälte verlieren sie ihr Aroma. Am besten das Fruchtgemüse an einem trockenen Ort bei Zimmertemperatur lagern. So hält es sich bis zu zwei Wochen.

15. Einsame Tomaten – Warum werden Tomaten immer getrennt von anderem Gemüse und Obst gelagert? Für dieses Eremitentum ist das enthaltene Ethylen verantwortlich – ein farbloses Gas, das reife Tomaten während der Lagerung verströmen. Bei Ethylen handelt es sich um ein Pflanzenhormon, welches den Reifeprozess beschleunigt, leider auch von außen – was zur Folge hat, dass umliegendes Obst und Gemüse viel schneller reif und matschig wird.

16. Tomaten trocknen – Wer keinen speziellen Dörrapparat hat, kann einfach den Backofen verwenden. Die Tomaten halbieren oder vierteln, den Saft und die Kerne entfernen und auf einem Küchentuch ausbreiten, damit die Restfeuchtigkeit beseitigt wird. Danach mit der offenen Seite nach oben auf ein Blech oder Gitter legen (Backpapier!) und bei etwa 50 bis 100 °C mehrere Stunden backen (bis die Tomaten eine gummiartige Konsistenz aufweisen). Tipp: Salz saugt verbliebene Feuchtigkeit auf. Außerdem kann es sinnvoll sein, einen Kochlöffel zwischen Backofen und Tür zu stecken, um die Feuchtigkeit beim Backen entweichen zu lassen.

17. Tomaten schälen bzw. häuten – Am besten die Schale kreuzweise



Tomaten im Ofen selbst trocknen © BVE0



Getrocknete Tomaten © BVE0

einritzen und die Tomaten anschließend kochen. Nach dem Abschrecken kann die Haut ohne Probleme abgezogen werden.

18. Tomatenflecken entfernen – heißt sofort handeln! Den Fleck am besten mit Gallseife und lauwarmem oder auch kohlenensäurehaltigem Wasser vorbehandeln. Alternativ kann auch Bleiche bei hellen Kleidungsstücken oder Rasierschaum bei bereits eingetrockneten Flecken eingesetzt werden. Das hilft den Schmutz zu lösen. Danach in die Maschine und so heiß wie möglich waschen.

19. „Tomaten auf den Augen“ – eine Redewendung, die in das mittelalterliche Spanien zurückführt. Dort galten Tomaten als Frucht der Sünde. Verräter, Ehebrecher oder Diebe wurden nicht selten verurteilt zu: „tomates en los ojos“ – zu deutsch „Tomaten auf die Augen!“. Und das gestaltete sich wie folgt: Die verurteilten Delinquenten mussten wochen- und manchmal sogar monatelang mit vor die Augen gebundenen Tomaten herumlaufen und neben der öffentlichen Demütigung viel Spott ertragen. Denn da sie nicht mehr sehen konnten, wo sie hintraten, führte das immer wieder zu Unfällen und manchmal auch amüsanten Fehlritten.

20. Heimische Tomaten – bieten großen Genuss dank kurzer Transportwege. Sie können länger am Strauch hängen bleiben, reifen und ihren aromatischen Geschmack entwickeln. Aus diesem Grund erfreuen sich beispielsweise die fruchtigen und süßen Cherrytomaten besonderer Beliebtheit, dicht gefolgt von den intensiv aromatisch schmeckenden Cocktailtomaten und den vitaminreichen, geschmacklich einzigartigen Freilandtomaten.

(*Agrarmarkt Informations-Gesellschaft mbH (AMI) /Statistisches Bundesamt 2016)

Geschmackserlebnis: Rezept für langsam geröstete, bunte Tomaten mit Burrata

Schwierigkeit: Leicht / Dauer: 70 Minuten

Zutaten für 4 Personen:

- 1 kg gemischte Tomaten (kleine, große, rote, gelbe, schwarze, grüne usw.)
- 100 ml Olivenöl
- 1 frische Knoblauchknolle
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- 2 Zweige frischer Thymian
- 5 g Salz
- 5 g Rohrzucker
- 2 große oder 4 kleine Burrata-Käse
- Frisches Brot



Tomaten reifen am Strauch © BVEO



Langsam geröstete bunte Tomaten mit Burrata © BVEO



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

Zubereitung:

Den Ofen auf 150° C Ober- und Unterhitze vorheizen. Die gewaschenen Tomaten in eine Auflaufform legen. Die frische Knoblauchknolle halbieren und dazulegen. Großzügig mit Olivenöl beträufeln. Salz, Zucker und frische Kräuter begeben. Tomaten für 1 Stunde im Ofen backen, dabei regelmäßig mit dem eigenen Saft beträufeln. Das Brot in Scheiben schneiden und tosten. Die lauwarmen Tomaten mit dem gerösteten Knoblauch garnieren. Den Burrata mit etwas Öl beträufeln und mit frischem Pfeffer würzen. Mit getoastetem Brot anrichten. Tipp: Im Kühlschrank können die Tomaten mit ein bisschen Öl in einem Glasbehälter eine Woche lang aufbewahrt werden.

Für alle weiteren Fragen und / oder Bildwünsche können Sie sich gern unter presse@deutsches-obst-und-gemuese.de an uns wenden.

Über „Deutschland - Mein Garten.“

„Deutschland – Mein Garten.“ ist eine Verbraucherkampagne, die über die vielen Frische-, Qualitäts- und Umweltvorteile von Obst und Gemüse aus Deutschland informiert. Ziel ist es, Verbrauchern die heimischen Produkte, deren Saison und ihre Vorzüge näher zu bringen. Initiator der Kampagne ist die Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e.V. (BVEO).

Über die BVEO

Seit 1970 ist die Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e.V. (BVEO) der nationale Zusammenschluss von Erzeugerorganisationen und Einzelunternehmen für Obst und Gemüse. Unter dem gemeinsamen Dach haben die Mitglieder wichtige Kompetenzen gebündelt, um ihr gemeinsames Know-how für die hohen Qualitätsstandards von deutschem Obst und Gemüse einzusetzen. Neben der Organisation von Messe- und Kongressauftritten vertritt der Verband vor allem die politischen Interessen seiner Mitglieder und steuert die PR- und Marketingmaßnahmen.



Langsam geröstete bunte Tomaten mit Burrata © BVEO

Bitte beachten Sie: Veröffentlichung nur mit Quellennachweis „BVEO“ oder „Pressebüro Deutsches Obst und Gemüse“ an Bild und Text. Die angehängten Daten dürfen nur für Zwecke der Information über Obst und Gemüse verwendet werden. Eine Weitergabe an Dritte sowie die Veränderung des Datenmaterials ist nicht gestattet. Eine erneute Verwendung zu einem anderen Zeitpunkt oder Zweck bedarf einer erneuten Genehmigung durch das Pressebüro Obst und Gemüse. Wir freuen uns über ein Belegexemplar oder eine kurze E-Mail, wenn Sie unser Material nutzen.



Pressebüro deutsches Obst und Gemüse
c/o Pretzlaw Communications
Neue Schönhauser Straße 20
10178 Berlin