

All About Tomatoes



Fun Fact: There are more than 7,500 tomato varieties grown around the world.

Select tomatoes that are deeply colored and firm without bruises.

Store ripe tomatoes at room temperature

Freezing tomatoes

Ripe tomatoes may be frozen whole, sliced, chopped or pureed. Cut out the stem and any spoiled parts of the tomatoes. Place tomatoes on a tray or baking sheet in a single layer and freeze. Once frozen, place tomatoes in plastic bags or other containers. Can be kept frozen for up to 8 months.

*Frozen tomatoes become mushy when thawed; they are best used in cooked dishes, such as sauces and soups.



RECIPE

Tomato and Cucumber Salad



Servings: 4 sides

Prep time: 10 minutes

Ingredients:

1 large cucumber, peeled and diced

1 red onion, diced

2 tomatoes, diced

1 garlic clove

4 tablespoon lemon juice, lime juice or vinegar

1 tablespoon oil

Salt and pepper to taste

Preparation:

1. Add cucumbers, onions, tomatoes, and garlic in a large bowl.
2. Stir in lemon juice, salt, and pepper until well mixed.
3. Slowly stir in the oil.
4. Serve at room temperature or chill in refrigerator before serving.



Todo sobre los tomates



Dato Interesante: Hay mas de 7,500 variedades de tomate por alrededor del mundo.

Escoja tomates que sean de color profundo y firmes sin moretones.

Guarde tomates maduros a temperatura ambiente

Congelando tomates

Tomates maduros pueden ser congelados enteros, cortados, o en forma de puré. Corte el tallo y cualquier parte con defectos. Coloque los tomates en una bandeja o recipiente de horno en una sola capa y congele. Una ves que se congelen puede colocarlos en bolsas de plástico o otros recipientes. Los tomates congelados duran 8 meses.

*Los tomates congelados son mejor usados en platos cocinados como salsas y sopas.



RECETA

Ensalada de tomate y pepino



Porciones: 4

Preparación: 10 minutos

Ingredientes:

1 pepino grande pelado y cortado

1 cebolla, cortada

2 tomates, cortados

1 diente de ajo

4 cucharadas jugo de limón , o vinagre

1 cucharada aceite

Sal y pimienta a gusto

Preparación:

1. En un tazón grande agregue los pepinos, cebollas, tomates, y el ajo
2. Agregue la sal, pimienta, y el jugo de limón y mezcle.
3. Lentamente introduzca el aceite.
4. Sirva a temperatura de ambiente o deje que se enfríe en el refrigerador.

