

生産者直伝の食べ方

この種類だからおいしい!



「湘南ポモロン」は
うまみ成分が豊富で
焼くのが正解!

トマトを食べやすく切り、切り口を下
にしてフライパンに入れ、焦げ目がつ
くまで両面じっくり焼きます。オリ
ブオイルと塩をかけてどうぞ。

グルタミン酸を多く含むトマトは、
加熱すると格別の味に
——ベジアート土屋トマトファクトリーさん

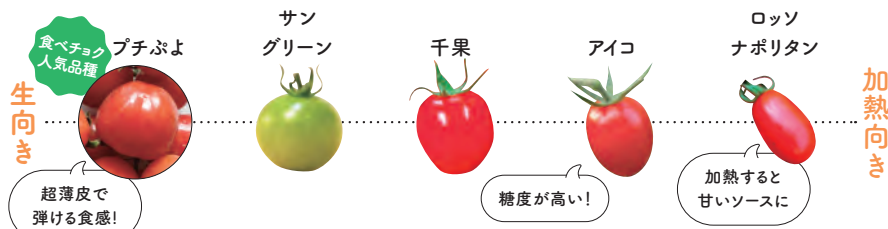
カラフルトマトのアヒージョは ビジュアル最高

色とりどりのミニトマトを、まるごとオリ
ブオイルに入れてくつつ煮るだけ。好みで
魚介やソーセージを加えたり、コンソメで味
つけたりしても。



彩り豊かな一品に。残った
オイルはパスタに使っても
——那須高原こたろうファームさん

ミニトマト



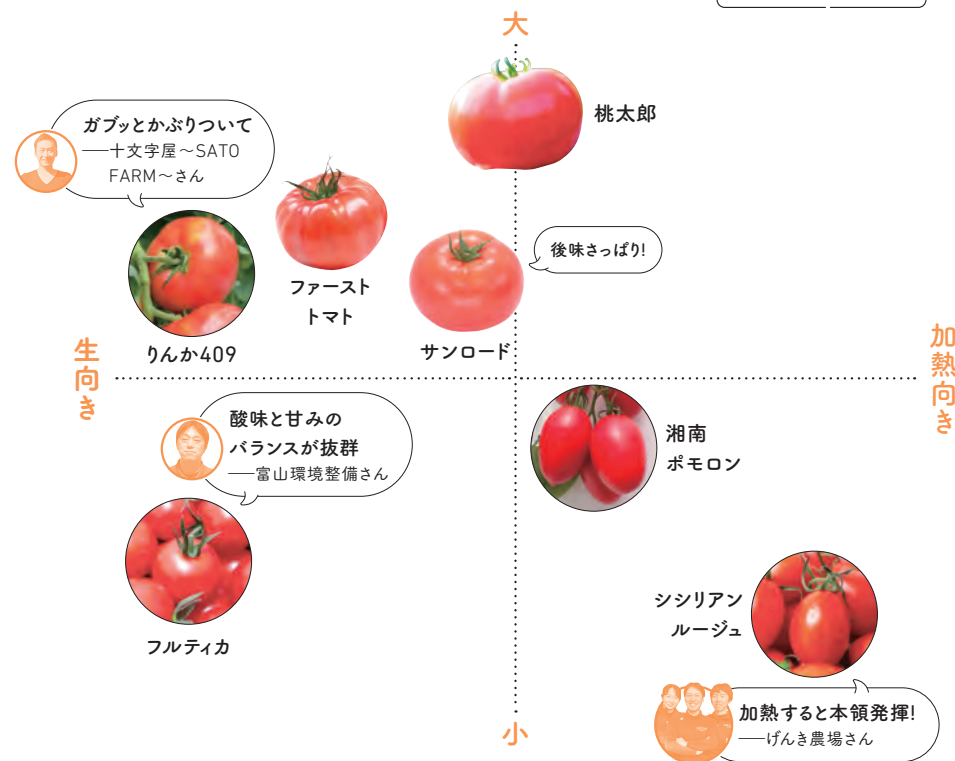
プチぶよ 薄皮とぶよぶよとし た弾力ある果肉はまる でさくらんぼ。甘みと ほどよい酸味もあり。	サングリーン きれいな黄緑色で、果 肉は肉厚でサクサク食 感。すっきりとさわや かな甘さがおいしい。	千果 鮮やかな赤色につやの ある見た目。安定して 糖度が高くほんのりと した青さもあります。	アイコ 肉厚でゼリーが少な く、果汁が飛び散りに くいミニトマト。生で も加熱しても◎。	ロッソナポリタン イタリア発の品種。う まみと甘みが強く、含 まれる水分が少ないの で、加熱調理向き。
--	---	---	---	--

そのまま食べる? 加熱して食べる?

じつはトマトには、
生向きと加熱向きの品種が。
サイズの違いとあわせて、
代表的なものを紹介します。

トマトチャート

大玉・中玉トマト



りんか409 とろりとした質感で生 でも食べやすく、甘み も強くて、まるで果物 のようなトマト。	ファーストトマト トマトらしいさわやか さや酸味があり、果肉 はしっかりめ。とがっ たお尻が特徴です。	サンロード 酸味と甘みがともに強 く、濃厚で味わい豊か。 昔ながらの味が楽しめ る品種です。	桃太郎 大玉の中でもビッグサ イズ。皮が薄くてほど よい酸味があり、生で も加熱しても美味。
フルティカ ミニトマトよりもやや 大きいサイズ。酸味が 少なく甘みがあり、 果肉はなめらか。	湘南ポモロン 日本とイタリアのトマ トのいいとどりの品種。 果肉感がありフル ーティーな味わい。	シシリアンルージュ イタリア発の品種。楕 円形で、豊富に含まれ るうまみ成分は加熱す ると凝縮されます。	