

## Cronograma

### Època de sembra

gen febr març abr maig juny jul ag set oct nov des

Sembra protegida

Trasplantar

### Època de recollecció

gen febr març abr maig juny jul ag set oct nov des



## Tomàquet de penjar xato

*Solanum lycopersicum*



Part consumida: Fruit

Cultiu: Anual

Aquestes llavors han estat cultivades/recol·lides pel Col·lectiu Eixarcolant de forma totalment sostenible i respectuosa amb l'entorn.

La informació relativa a les condicions de cultiu i cronograma s'ha elaborat considerant que el cultiu es desenvolupa en un clima mediterrani de tendència continental.

## Sembra i cultiu

"Si vols un bon planter, fes-lo el 7 de febrer." Aquesta és una dita que ens pot servir de referència per saber quan és el moment adequat per fer planter de tomàquet, entre el febrer i el març. El tomàquet és sensible a les glaçades, i per tant cal fer el planter en un lloc ben il·luminat i protegit del fred, i trasplantar al camp quan el risc de glaçades hagi desaparegut. Collirem els primers fruits a principis d'agost. Cal evitar regar mullant les fulles per prevenir l'aparició de mildiu (es pot tractar amb coure, sofre, o bicarbonat, com a preventius, i retirar les fulles marcides de la base).

### Profunditat

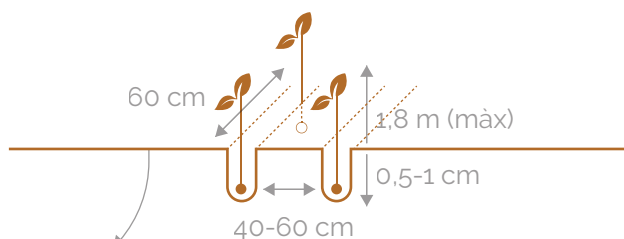
Entre 0,5 - 1 cm.

### Marc de plantació

60 cm entre individus, i 40 - 60 cm entre files.

### Alçada

Poden fer fins a 1,8 m.



### Sòl

Requereix sòls rics en nutrients, amb força matèria orgànica. Prefereix sòls francs o argilosos (sempre que estiguin ben estructurats), i sempre ben treballats per permetre el desenvolupament radicular en profunditat.

### Sistema de creixement i maneig

En el moment de trasplantar el planter a l'hort ja hi posarem les canyes o tutors, ben clavades i lligades. Una canya per tomaquera. Plantarem sempre de tal forma que les tomaqueres quedin en dues files, una davant de l'altra: indispensable per poder lligar les canyes entre elles i donar solidesa a l'estructura. Quan les plantes facin 40 cm començarem a lligar-les a la canya, sense apretar fort, deixant marge perquè la tija pugui créixer. També cal esporgar-les, eliminant els brots que surten de l'axilla de les fulles, deixant només un o dos eixos de creixement principals. És una varietat molt productiva i altament vigorosa. Per aconseguir un bon creixement del sistema radicular en profunditat s'aconseylla, a l'inici del cultiu, fer regs abundants i espaiats per tal que la humitat s'acumuli a les capes profundes del sòl.

### Exposició



### Nutrients



### Aigua



Eixarcolant



llavors

## Recol·lecció i conservació

Com en tots els tomàquets de penjar, cal collir tots els d'un penjoll, rama, de cop, quan la majoria de fruits siguin madurs. Ho veurem per la coloració vermella, amb matisos ataronjats, que adquireixen. Normalment la collita va d'agost a octubre. En general cada rama té entre 5 i 10 tomàquets. Com que els collim per guardar-los, penjarem tota la rama en un lloc fresc (però sempre fora de la nevera, per sobre dels 12 °C), sec i fosc. Si no els podem penjar, també els podem guardar en caixes, posant com a màxim dues capes de tomàquets per caixa, per tal que passi aire entre ells.

## Consum

El seu ús principal és el de sucar pa, ja que la seva llarga conservació permet que puguem fer pa amb tomàquet tot l'any. Tanmateix, aquesta varietat també pot ser utilitzada per posar als rostits i guisats, per afegir a les amanides durant l'hivern, o fins i tot per fer-ne conserva, que surt deliciosa.

### Perfil sensorial

Es caracteritza per tenir una carn molt ferma, cruixent i la pell dura i gruixuda, atributs que fan que es conservi de forma extraordinària. En termes organolèptics, és molt gustós, dolç i alhora amb matisos àcids, amb molta personalitat, excel·lent, fet que el fa atractiu per ser emprat més enllà de per sucar pa.

### Composició nutricional

No es disposa de dades nutricionals d'aquesta varietat en concret, però prenent com a referència altres varietats es pot afirmar que és una bona font de vitamina C, àcid fòlic, i carotenoides (principalment licopè però també neoxantina, violaxantina,  $\alpha$ -criptoxantina, zeaxantina, luteïna, g-carotè, z-carotè, fitoè, fitofluè,  $\beta$ -criptoxantina,  $\beta$ -carotè, i  $\alpha$ -carotè - els tres darrers tenen activitat de provitamina A). També conté  $\alpha$ -tocoferol, que actua com a vitamina E. Tots aquests components atorguen al tomàquet una elevada capacitat antioxidant. En termes de minerals, és una bona font de potassi, magnesi, calci, manganés, coure, zinc i iode. Conté un gran nombre de compostos fenòlics, i àcids carboxílics (ascòrbic, cítric, màlic, fumàric, glutàmic), que juntament amb un ampli ventall de compostos volàtils i els sucres (glucosa i fructosa) són els responsables del gust i aroma del tomàquet.

# TOMÀQUET

## DE PENJAR XATO