



Preparado por:

Joyce McGarry, educadora de Extensión de MSU

El uso, almacenamiento y conservación de los

Tomates



El mejor momento para los tomates cultivados en Michigan es en agosto y septiembre.

Variedades recomendadas

Seleccione sólo los que se encuentren libre de enfermedad, preferiblemente de viña madura, fruta firme para la industria de conserva. Rebanar las variedades es buena opción para hacer jugo y productos de tomate triturado y entero. La pasta de tomate es buena para hacer salsa, catsup y puré. Tomates amarillos no son realmente más bajos en ácido que el tomate rojo, ya que contienen más azúcar y, por lo tanto, tienen un sabor más dulce.



- Lave los tomates con agua fría antes de prepararlos o comerlos.
- Mantenga los tomates alejados de carne cruda y el jugo de la carne para evitar el cruce de contaminación.
- Para una mejor calidad y valor nutritivo, conserve sólo lo que su familia pueda consumir en el transcurso de 12 meses.

Precaución: No enlate tomates proveniente de viñas muertas o que hayan sido quemadas por una helada, porque tienen altos niveles de microbios que no querrá usted consumir. Los tomates verdes son más ácidos que el fruto maduro. Es posible enlazarlos de una manera segura con cualquiera de las siguientes recomendaciones.

Almacenamiento y seguridad de los alimentos

- Lavarse las manos antes y después de manipular productos frescos.
- Almacene los tomates maduros en un recipiente adecuado para la refrigeración de verduras. Estos no necesitan ser embolsados. Tomates maduros suelen mantenerse de 2 a 3 días en el refrigerador.
- Si los tomates necesitan madurar, colóquelos en una bolsa de papel cerrada a temperatura ambiente. Revíselos diariamente.
- Para un mejor sabor, traer los tomates a temperatura ambiente antes de servir.

Rendimiento

Una libra	3 tomates medianos 2 tazas de tomates picados
2 ½ a 3	2 pintas de tomates enlatados
14 libras	9 pintas, triturado o jugo
1 canasta	17 a 20 cuartos de galón de tomate triturado o 15 a 18 cuartos de jugo

Cómo preservarlo

Acidificación: Para asegurar la acidez segura en los tomates enteros, triturados o en jugo, añadir 2 cucharadas de jugo de limón embotellado o 1/2 cucharadita de ácido cítrico por litro de tomates. Para pintas, utilice una cucharada de jugo de limón embotellado o 1/4 cucharadita de ácido cítrico. Se puede añadir jugo de limón o ácido cítrico directamente a los frascos antes de llenar con el producto. Añadir el azúcar para compensar el sabor ácido, si se desea. Cuatro

Preguntas sobre el césped o jardín?

Visita migarden.msu.edu.

Llame gratis al 1-888-678-3464.

El uso, almacenamiento y conservación de los tomates

cucharadas de vinagre con acidez del 5 por ciento por litro pueden utilizarse en lugar del jugo de limón o ácido cítrico. Sin embargo, el vinagre puede causar cambio de sabor indeseable.

Enlatado

Tomates - enteros o en mitades - envasado en agua

Método de empaquetado fresco: Lavar los tomates y la inmersión en agua hirviendo durante 30 a 60 segundos o hasta que se divida la piel del tomate. Sumergir en agua fría, quitarle la piel y eliminar el núcleo. Dejarlo completo o la mitad. Agregar el jugo de limón embotellado o ácido cítrico a los frascos. (Vea “Cómo conservar: La acidificación.”) Agregue 1/2 cucharadita de sal por cada frasco de litro, añadir una cucharadita de sal por cada litro, si se desea. Llene los frascos con los tomates crudos, presionando hasta que los espacios entre los tomates se llenen con el jugo. Deje espacio de 1/2-pulgada en la superficie del frasco. Elimine las burbujas de aire. Limpie el borde del frasco. Ajuste las tapas y procese. Deje que enfrié tranquilamente en los frascos por el transcurso de 12 a 24 horas. A continuación, retire los anillos, lavar los frascos y guardar.

Procesamiento Opción 1 - Proceso en un baño de agua en ebullición:

Pintas o	85 minutos a 0-1,000 metros de altura
cuartos	90 minutos en 1,001-3,000 metros de altura
	95 minutos en 3,001-6,000 pies de altura
	100 minutos más 6,000 metros de altura

Procesamiento Opción 2 - Proceso en olla de presión de control selectivo de acuerdo a las siguientes cantidades:

11 libras	presión a 0-2,000 pies de altura
12 libras	a 2,001-4,000 pies de altura
13 libras	a 4,001-6,000 pies de altura
14 libras	a 6,001-8,000 pies de altura

Proceso en una olla de presión calibrada de acuerdo a su peso:

10 libras	de presión a 0-1,000 pies de altura
15 libras	de presión a una altura superior a 1,000 pies

Pintas o cuartos 25 minutos

Tomates - triturados

Empaque caliente - Lavar los tomates y sumergir en agua hirviendo durante 30 a 60 segundos o hasta que la piel sea dividida. Sumergir en agua fría, deslice piel y eliminar el núcleo. Desechar cualquier parte o pedazo magullado o decolorado.

Calentar aproximadamente una libra de los cuartos de tomate en una olla grande, aplastándolos con una cuchara de madera al mismo tiempo de ser añadidos a la olla. Mezcle los tomates para prevenir quemaduras. Una vez que los tomates estén hirviendo, añadir poco a poco los tomates en cuartos restantes, revolviendo constantemente. Los tomates restantes no necesitan ser aplastado; que se ablandan con calentamiento y agitación. Traiga tomates a punto de ebullición y hervir ligeramente durante 5 minutos. Agregar el jugo de limón embotellado o ácido cítrico (vea las instrucciones de acidificación en la parte posterior). Agregue 1/2 cucharadita de sal por cada frasco de litro, 1 cucharadita de sal por cada litro, si se desea. Llene los frascos con los tomate caliente, dejando 1/2 pulgada de espacio en la superficie del frasco. Eliminar las burbujas de aire. Limpie el borde del frasco. Ajuste las tapas y procese. Deje que los frascos permanezcan inmóviles mientras se enfrían, entre 12 a 24 horas. A continuación, retire los anillos, lave los frascos y guárdelos.

Procesamiento Opción 1 - Proceso en un baño de agua en ebullición:

Pintas	35 minutos y cuartos de galón: 45 minutos en 0-1,000 metros de altura
Pintas	40 minutos y cuartos de galón: 50 minutos en 1,001-3,000 metros de altitud
Pintas	45 minutos y cuartos de galón: 55 minutos en 3,001-6,000 pies de altitud
Pintas	50 minutos y cuartos de galón: 60 minutos más 6,000 metros de altitud

El uso, almacenamiento y conservación de los tomates

Procesamiento Opción 2 - Proceso en una olla a presión calibrada para enlatado:

- 11 libras de presión a 0-2,000 pies de altura
- 12 libras a 2,001-4,000 pies de altura
- 13 libras a 4,001-6,000 pies de altura
- 14 libras a 6,001-8,000 pies de altura

Proceso en una olla de presión calibrada de acuerdo a su peso:

- 10 libras de presión a 0-1,000 pies de altura
- 15 libras de presión a una altura superior a 1,000 pies

Pintas o cuartos 15 minutos

Congelación

Puede congelar los tomates enteros, rebanados, cortados o en puré. En las recetas, no trate de sustituir los tomates congelados por tomates frescos. La congelación hace que su textura sea más aglomerada. Sazone los tomates antes de servir en lugar de sazónarlos antes de la congelación. La congelación o bien puede fortalecer o debilitar los condimentos como el ajo, la cebolla y las hierbas de olor.

Congelación de tomates enteros con cáscara:

Seleccione firmes, tomates maduros, con tallos removidos. Lavar los tomates con agua. Frote la superficie, enjuagar con agua corriente y secar con una toalla de papel. Coloque los tomates en bandejas para hornear y congelar. No es necesario blanquear los tomates antes de la congelación. Una vez congelados, transfíralos de las bandejas para hornear a bolsas de congelación u otros recipientes. Sellar herméticamente.

Congelación de tomates pelados:

Lave los tomates como se indicó anteriormente y luego sumergirlos en agua hirviendo durante 1 minuto o hasta que la piel se desprenda. Retire los tomates del agua hirviendo, e inmediatamente ponerlos en agua con hielo. A continuación, pelar y congelar.

Para más recetas, visite:

El departamento de Agricultura de EE.UU. (2009). *Completa guía para conservas caseras* (Rev. ed.). (Información de Agricultura Boletín 539). Washington, DC: Autor. (http://nchfp.uga.edu/publications/publications_usda.html)

Universidad de Georgia Extensión Cooperativa. (2006). *Tan fácil de mantener* (5th ed.). Athens, GA: Autor. (<http://setp.uga.edu/>)

Referencias:

Henneman, A. (n.d). *Congelación de tomates crudos con y sin sus pieles*. Lincoln, NE: Extensión de la Universidad de Nebraska.

Pennsylvania State University, Facultad de Ciencias Agrícolas, Investigación y Extensión Agrícola Cooperativa. (2007). *Vamos a conservar los tomates*. University Park, Pensilvania: Autor.

Para saber más acerca de Michigan Fresh ir a la página: msue.anr.msu.edu/program/info/mi_fresh.