

Lycopersicon lycopersicum

Allmänt

Tomaten hör till familjen *Solanaceae* - potatisväxter - och är en ettårig, högväxande ört med parbladiga blad och små, gula blommor. Troligtvis är ursprungslandet Peru. Den kom över Nordamerika till Europa på 1500-talet och betraktades då mest som en prydnadsväxt.

I Sverige har tomaten funnits i allmän försäljning sedan en bit in på 1900-talet men först efter andra världskriget började den bli riktigt populär.

Tomaten är mycket frostkänslig och värmekrävande.

Näringsvärde

Näringsvärde i 100 gram ätlig produkt enligt Livsmedelstabell från Statens Livsmedelsverk 1993:

Energi (exkl fibrer)	87 kJ 21 kcal
Vatten	93,0 g
Aska	0,6 g
Protein	1,0 g
Fett, totalt	0,2 g
Kolhydrater, ej fibrer	3,7 g
Fleromättade fettsyror	0,1 g
Kostfibrer	1,4 g
Betakaroten	600 mikrogram
Retinolekv	100 mikrogram
A-tokoferol	0,3 mg
Tiamin	0,04 mg
Riboflavin	0,05 mg
Niacin	0,7 mg
Niacinekv.	0,8 mg
Vitamin B6	0,1 mg
Folacin	31 mikrogram
Askorbinsyra	20,0 mg



Natrium Na	5,0 mg
Kalium K	275,0 mg
Kalcium Ca	11,0 mg
Fosfor P	25,0 mg
Magnesium Mg	10,0 mg
Järn Fe	0,2 mg
Zink Zn	0,2 mg
Selen Se	1 mikrogram

Utsäde

Drivtomater för varmväxthus:

Meran F.1 Exklusiv fröhybrid som ger en stor mängd runda, medelstora tomater av högsta kvalitet. God sjukdomsresistens.

Goldene Königin Busktomat. Guldgul, medel stor med aromatisk smak. Kan även odlas mot en vägg under plast eller på balkong.

Sungold F.1 Körsbärstomat. Härligt söt och god tomat. Ger rikligt med små tomater i stora klasar. Tunnskalig, saftig och håller sig länge på plantan. Plantorna skall stödjas och tjuvas.

Elin F.1 Tidig utveckling, 3-5-rummig. Medel vikt cirka 75 gram. Kan vid extrem värme i växthuset drabbas av vaxfläckar. Kan även odlas i kallväxthus.

Curabel F.1 Tidig och produktiv sort för både varm- och kallväxthus. Uthållig produktion. Odlingssäker, lämplig för hobbyväxthus. Tvårummiga frukter på cirka 80 gram. Har använts mycket i ekologisk odling.

Sverana F.1 Mycket tidig och ger fasta, något plattrunda frukter, vikt cirka 90-100 g. En varmväxthussort som är mycket odlad över hela Nordeuropa.

Ferrari F.1 Ger frukter på 70-80 gram, smårummiga och mycket fasta. De kan plockas helt röda utan att hållbarheten försämras. Har stark smak. Genom att den skördas röd förstärks smaken ytterligare.

Drivtomater för kallväxthus:

Gemini F.1 Dansk sort för kallväxthus och även friland. 2-rummiga med en medelvikt om cirka 70 gram. God smak. Mycket tidig och bördig. Har gröna nackar.

Moneymaker Medeltidig sort, 2-3-rummig. Medelvikt cirka 80-90 gram.

Golden Sunrise Klargul sort med fruktvikten 60-80 gram. Mild och god smak.

Evita F.1 Körsbärstomat. Den mest odlade körsbärstomaten inom yrkesodling. Långa härliga klasar. Mycket god.

Frilandstomater:

Balkonstar Låg busktomat med ett annorlunda utseende, bladen är stora och potatisplantlika. Har ej gröna nackar. Vikt mellan 60-150 gram. Plantorna kan knäckas av alla tunga tomater. Välsmakande.

Övriga busktomater:

Tiny Tim, Tornado F.1 och Marmande.

Uppbindningstomater för friland och kallväxthus:

Frühzauber, Matina och Early Cascade F.1.

Kruktomat:

Totem F.1.

Bifftomat:

Better Boy F.1 Köttig med tunt skal och utmärkt smak. Stor sjukdomsresistens. Odling i växthus är att föredra.

Jordmån

Djup, näringsrik och väl-dränerad jord med god fukthållande förmåga. Den skall vara mullhaltig och välgödslad med ett pH-värde mellan 6,5-7.

Samodling / Växtföljd

Tomater trivs med lök, persilja (vilken anses förhöja tomatismaken), selleri, sparris, kål, morötter och spenat. Trivs inte med majs, potatis, fänkål, gurka och kålrabbi.

**Sådd / Plantering / Drivning**

Tomatplantor måste förkultiveras och man drar därför upp plantor inomhus, i drivbänk eller i växthus för senare utplantering.

Såtid för tomater:

- för odling i varmväxthus: december - februari
- för odling i kallväxthus: februari - mars

Såplats: I lådor eller krukor inomhus, i drivbänk i södra Sverige eller i växthus.

Fröna gror på 5-10 dagar och växer snabbt. Bör stå ljust och svalt för att inte bli för långa och gängliga och för att bli hårdiga.

Plantorna omskolas när de är 5-10 centimeter höga i 10 centimeter stora krukor. Sätt plantan ganska djupt med jord nästan upp till första bladparet. Låt krukorna stå ljust men inte för varmt eller sänk ner dem i jorden i en varm drivbänk. Låt aldrig plantorna torka.

Före utplantering på friland flyttas plantorna till allt svalare plats och sätts slutligen ut en stund på dagen för att avhärdas. Sätt vid behov om plantorna i större krukor.

Vänta med utplantering tills frostnätterna definitivt är förbi. Plantera tomaterna i soligt, skyddat läge, gärna vid en södervägg.

I planteringshålet kan man hälla gammal, väl förmultnad och rotvänlig kompost, och på markytan lägga förmultnad, inte rotvänlig kompost. Plantavståndet bör vara 25-45 centimeter och radavståndet 60 centimeter. Vid dubbelrader cirka 50 centimeter och mellan radparen 80-90 centimeter.

Bind upp plantorna mot käppar vid utplanteringen och bind sedan upp dem allt eftersom de växer. Så kallade tjuvar skott som kommer upp i bladvinklarna - nyps eller klipps bort. Men låt 1-2 småblad på tjuvarna vara kvar. Detta arbete måste göras ungefär en gång i veckan.

Jorden ska täckas väl med gräs, löv, halm, avklippta blad och liknande. Ormbunksblad är bra täckmaterial, som tillför jorden kisel och kalium. Ett lämpligt täckmaterial för frilandskultur på sandjord är 75 procent gräs, 20 procent hästgödsel, 5 procent benmjöl och något algomin.

Toppa plantan när den vid frilandsodling har 3-4 blom- eller fruktställningar, eller vid drivbänksodling 5 blom- eller fruktklasar och vid växthus 8 blom- eller fruktklasar om det är ett kallhus. Busktomater ska inte toppas.

Temperaturen i växthus och under plastskydd får inte överstiga 30°C, då ramlar blommorna.

Mognaden vid slutet av vegetationsperioden påskyndas om några blad klipps bort så att frukterna får mera ljus och sol.

Gödsling

Tomater vill ha näringsrik jord. Har du tillgång till naturgödsel, sprid ut den på hösten och på våren 2-3 veckor före plantering.

Bevattning

Jorden får inte torka ut. Plantorna vill ha rikligt med vatten men får inte stå blöta. Tomater vill inte vattnas på bladen utan endast kring rötterna.

Växtskydd

Bästa växtskyddet är som bekant friskt utsäde och frisk jord!

I växthus kan plantorna angripas av så kallad tobaksmosaik, som kommer från tobak. Plantorna smittas genom direkt beröring av händer. Smittade plantor måste tas bort.

Röta och mögel angriper blommorna. Pistillröta orsakas av fuktigt klimat i växthuset, då växlingen mellan värme och kyla på dagen och natten är stor och orsakar kondens. Tomater vill ha torrt klimat.

Frilandstomater brukar i allmänhet klara sig bättre mot sjukdomar.

Man kan byta odlingsplats varje år eller om möjligt byta ut jorden. Bränn sjuka plantor. Använd dem inte som täckning eller till kompost.

Potatisbladmögel smittar även tomater och därför bör tomater inte odlas i närheten av potatis.



Förvaring

Tomater lagras på sval plats, temperatur 5-10°C.

Praktiska tips

När det är risk för nattfrost, täck plantorna med säckar, säckväv, fiberduk och dylikt. Till en liten odling kan man försöka göra strutformiga skydd av tidningar, som fästes ihop upptill med säkerhetsnålar och binds om plantan nedtill med snören.

Tomattjuvarna rotar sig snabbt i torvmull och är sedan lämpliga att sätta ut bland kålplantorna. eftersom källarver och kålfjärilarna inte gillar tomatlukten.

Eller låt tjuvarna ligga och jäsa i ett kärl med vatten som sedan sprutas över kålplantorna med samma effekt.

Förökning

Det är lätt att ta sortäkta frön från sina egna tomatplantor. Även hos plantor som växer tätt ihop är förekommer korsbefruktning i mycket liten utsträckning (runt 1% av alla frön). Tomater förökas även lätt med sticklingar. Ex. sidokott, s.k. tjuvar, kan användas för att få ny plantor.

Skörd

Allt eftersom frukterna mognar plockar man av dem. Halvmogna tomater mognar inomhus.

Då tomatplantorna inte klarar kylan längre rycks de upp med rötterna. Bladen skärs bort och resten hängs upp och ned på en mörk, sval men frostfri plats. Gröna tomater som plockats av mognar fortare om de läggs tillsammans med äpplen.