

La fraîcheur au menu | La tomate



Saviez-vous que la tomate est un fruit? Beaucoup de gens en sont très étonnés, car la tomate est le plus souvent utilisée pour les plats salés. En botanique cependant, la tomate fait partie des fruits, car elle se développe à partir d'une fleur et contient des graines. Le mot « légume » est en fait un terme culinaire plutôt que scientifique ou botanique. Il désigne les parties comestibles des plantes, comme les feuilles (laitue), les tiges (céleri) et les racines (carotte).



En Nouvelle-Écosse, les tomates sont cultivées à la fois dans les jardins potagers et à des fins commerciales. Elles peuvent être cultivées en extérieur de façon saisonnière, ou toute l'année en serre. Il existe de nombreuses variétés de tomates pour différents usages culinaires. La tomate Scotia, qui a été créée en Nouvelle-Écosse, est sucrée et savoureuse. Les petites tomates cerises sont idéales pour les collations et les salades, alors que la tomate Beefsteak convient aux sandwichs. Certaines tomates sont idéales pour faire de la sauce. La plupart des tomates qui sont cultivées en Nouvelle-Écosse sont consommées dans la province même ou expédiées dans les autres provinces de l'Atlantique. Il est préférable de les consommer peu de temps après leur récolte.

Pour les producteurs de tomates, l'environnement est très important.

Les producteurs de tomates économisent l'eau, protègent les plantes des parasites sans utiliser de produits chimiques nocifs et ont même recours à des énergies plus propres pour les serres. La culture des tomates en plein champ est moins intensive, mais certaines ressources, comme l'eau, sont davantage utilisées, ou encore d'autres types de ressources.



Pour obtenir de meilleurs rendements, les agriculteurs doivent prendre soin des tomates différemment des autres cultures.

Lorsqu'elles mûrissent, les tomates sont lourdes et peuvent donc endommager les plants. Les agriculteurs utilisent donc différents types de tuteur pour aider les plants à rester debout. Ils doivent également retirer des plants de tomates ce qu'on appelle les « gourmands », c'est-à-dire les petites pousses qui ne produisent pas de fruits mais qui nécessitent beaucoup d'énergie. Les agriculteurs retirent également des fleurs afin d'obtenir de grosses tomates bien juteuses, ce qui permet également d'avoir des plants de tomates trop lourds.



La fraîcheur au menu | La tomate



Activités : de la maternelle à la 3^e année

SCIENCES – Les élèves peuvent explorer leurs cinq sens en trouvant des adjectifs pour décrire les tomates qu'ils mangent. Ils doivent décrire des aspects comme la texture, l'odeur et la forme des tomates, puis nommer les sens qu'ils utilisent pour déterminer ces caractéristiques. Pour rendre cette activité encore plus intéressante, les élèves peuvent avoir les yeux bandés.

Activités : de la 4^e à la 6^e année

SCIENCES – L'enseignant peut mettre dans un verre d'eau une tomate mûre avec sa tige, et dans un verre d'eau additionnée de colorant alimentaire bleu une autre tomate, également avec sa tige. Les tomates doivent être laissées ainsi toute la nuit. Le lendemain matin, l'enseignant doit couper chaque tomate en deux puis demander aux élèves de discuter de la manière dont les plantes absorbent les nutriments ainsi que de la relation entre les êtres vivants et les choses non vivantes dans l'environnement.

SANTÉ – Les élèves peuvent créer ensemble une liste ou un nuage de mots pour les divers aliments qui contiennent des tomates. Ils peuvent ensuite classer ces aliments en diverses catégories, p. ex. aliments préférés, collations, dîners, aliments plus sains que d'autres, etc. La liste peut par exemple comprendre des tomates cerises, des spaghetti et des croustilles au ketchup. Bien que beaucoup d'aliments contiennent des tomates, leurs prix et bienfaits pour la santé varient considérablement.

EXERCICE DE CRÉATION – Les élèves peuvent écrire un poème sur les tomates qu'ils viennent de manger ou sur une tomate qui pousse à partir d'une graine. L'enseignant doit demander aux élèves d'utiliser des mots descriptifs afin de pouvoir parler de leur expérience en termes imagés.

MATHÉMATIQUES – Les élèves peuvent goûter plusieurs variétés de tomates ou le résultat de différentes méthodes de conservation, comme le ketchup, une sauce pour pâtes, des tomates en conserve, concassées, séchées, etc.). Ils peuvent ensuite voter en fonction de leur tomate préférée, ou faire un sondage. En l'absence de différentes variétés de tomates, faire un sondage pour déterminer si les élèves aiment ou non les tomates ou s'ils ont un avis neutre sur la question. L'enseignant peut ensuite leur demander de compter les votes puis de discuter du résultat.

La tomate offre en cadeau sa couleur ardente et la totalité de sa fraîcheur.

– Pablo Neruda

