

El tomate



El tomate es el fruto de la planta conocida como tomatera, una especie herbácea. El tomate es la hortaliza de mayor importancia en el mundo. Se cultiva en todo el mundo, siendo los principales países productores China y Estados Unidos. El sabor del tomate es entre dulce y ácido, una particularidad dada por la presencia de ácidos orgánicos y de azúcares simples. Es importante destacar que se puede consumir de múltiples formas.

Además, es un alimento rico en fibra y bajo en calorías que aporta vitaminas y minerales.

Después de la lectura del texto...

- ¿Qué parte nos tomamos de la planta del tomate?
- ¿Qué tipo de planta es?
- ¿Qué significa que son los principales países productores?
- ¿Qué órgano de los sentidos nos ayuda a saber que el “tomate es entre dulce y ácido”?
¿Qué sentido se encuentra en ese órgano?
¿Recuerdas el resto de los sentidos?
- ¿Qué significa la frase... “se puede consumir de múltiples formas”? Pon un ejemplo de dos formas de consumirlo.

Según la pirámide de la alimentación, ¿dónde se encontraría el tomate?

Pirámide de la Alimentación Saludable



- ¿Te gusta el tomate?
- ¿Cómo sueles comer tomate?