

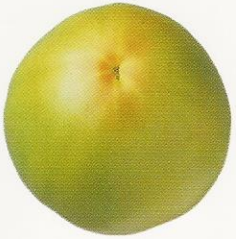
# Tirez le meilleur parti de vos tomates

Votre guide pour des tomates plus savoureuses vous apportera plus de goût et moins de rétrécissement !



## VERTE – 1<sup>ère</sup> étape

— La surface de la tomate est entièrement verte. Le ton de vert peut aller de pâle à foncé.



## PERCÉE DE COULEUR – 2<sup>e</sup> étape

— Une percée de couleur – allant du jaune, au rose ou au rouge – est visible sur 10 % ou moins de la surface de la tomate.



## TRANSFORMATION – 3<sup>e</sup> étape

— La tomate prend un ton jaune, rose ou rouge sur plus de 10 % de sa surface, mais pas plus de 30 %.



## ROSE – 4<sup>e</sup> étape

— La tomate prend un ton rose ou rouge sur plus de 30 % de sa surface, mais pas plus de 60 %.



## ROUGE PÂLE – 5<sup>e</sup> étape

— La tomate prend un ton rosâtre ou rouge sur plus de 60 % de sa surface, mais le rouge n'en couvre pas plus de 90 %.



## ROUGE – 6<sup>e</sup> étape

— Plus de 90 % de la surface de la tomate est rouge.

## LES DIMENSIONS IDÉALES

Classement des tailles	Diamètre en pouces	
	Minimum	Maximum
6 x 7 (anciennement Moyenne)	2 9/32	2 19/32
6 x 6 (anciennement Grande)	2 17/32	2 29/32
5 x 6 (anciennement Extra Grande)	2 25/32	

## ENTREPOSAGE :

- Ne jamais réfrigérer à moins de 55°F (13°C), cela peut tuer la saveur et nuire à la fermeté de la tomate
- Conserver le fruit mûr à une température allant de 55 à 60°F (13 à 16°C) et une humidité relative allant de 85 à 95%
- Dès la réception du produit, vérifier la température de la pulpe des échantillons afin de voir si la température durant le transport était de plus de 55°F (13°C)
- Maintenir hors de la lumière directe du soleil
- Entreposer les tomates avec la queue vers le haut afin d'éviter les traces d'écrasement
- Indiquer la date de réception des tomates sur le carton – premières arrivées, premières à partir

## PRÉSENTATION :

- Les tomates rouges et mûres se vendent mieux lorsqu'elles sont placées à l'avant
- Faire une rotation quotidienne des tomates fraîches, en retirant les fruits trop mûrs ou meurtris
- Présenter les tomates emballées et en vrac sur une table sèche
- Utiliser un autre produit, comme des avocats, pour créer un contraste de couleur
- Lorsque placées sur des tablettes mouillées, s'assurer d'isoler les tomates afin de maintenir la pulpe à une température supérieure à 55°F (13°C)

## TEST POUR DÉTERMINER SI LE FRUIT EST MÛR :

Vérifier la couleur : rouge vif et homogène

Vérifier la fermeté : colle légèrement aux pressions

Entreposez les fruits qui ne sont pas encore mûrs à une température de 58 à 68°F (14 à 20 ° C) et à une humidité relative de 85 à 95 % (mais conservez-les hors de la lumière directe du soleil). Placez les tomates dans un espace modérément aéré et inspectez-les quotidiennement jusqu'à maturité. Pour accélérer la maturation, superposez les boîtes sur une palette.

### Valeur nutritive

Par portion:	
1 tomate moyenne (148 g)	
Calories: 35	
Calories provenant de matières grasses: 0	
% apport quotidien*	
Total de matières grasses : 0,5 g	1 %
Gras saturés : 0 g	0 %
Cholestérol : 0 mg	0 %
Sodium : 5 mg	0 %
Total de glucides : 7 g	2 %
Fibres alimentaires : 1 g	4 %
Sucres : 4 g	
Protéines : 1 g	
Vitamine A	20 %
Vitamine C	40 %
Calcium	2 %
Fer	2 %

\*Le pourcentage de l'apport quotidien est calculé pour une diète de 2 000 calories. Votre apport quotidien personnel peut être plus ou moins élevé selon vos besoins en matière de calories.

Source: Informations relatives à l'étiquetage de la PMA (Produce Marketing Association)

Veuillez vous servir de cette grille à titre de guide pour avoir une illustration des couleurs et des pourcentages de couleur sur la surface des tomates pour chaque étape de maturation. Les photos ne représentent pas nécessairement les besoins maximaux et minimaux en matière de couleur à atteindre.