

Les Fruits Partagés



Moisson Rimouski-Neigette

LA TOMATE VERTE

PRÉSENTATION

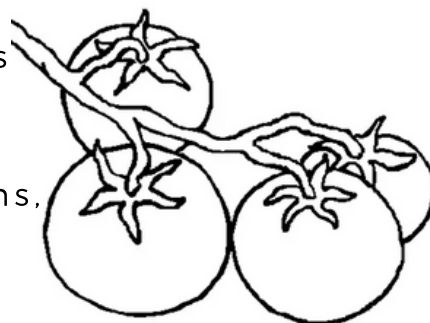
- Tomate qui n'est **pas à maturité** (il existe aussi une variété qui reste verte!)
- Goût **acidulé**
- Elle se consomme **cuite**
- **Crue elle contient une toxine** qui n'est pas digeste (Ne pas donner aux **animaux de compagnie**)

CONSERVATION

- Pour qu'elle devienne rouge, mûrir dans un sac de papier à **température ambiante**. Ajoutez-y une pomme pour accélérer le mûrissement.
- Si vous souhaitez qu'elle reste verte, il est possible de la conserver au réfrigérateur pendant **1 semaine**.

ASTUCES CUISINE

- Les mariner dans le **vinaigre**.
- En faire des **confiture, chutney ou ketchup** de tomates vertes.
- Utilisez en dés dans des **muffins** ou des **gâteaux**.
- Faites-en une **compote** avec des pommes (1/3 tomate verte, 2/3 pomme)
- Consommez modérément ces préparations, qui pourraient entraîner un malaise gastrique.



Pour notre recette de ketchup visitez:
[Moissonrimouski.org/les-fruits-partages/](https://moissonrimouski.org/les-fruits-partages/)