



## Помидоры черри

### Общие сведения

Томаты в последнее время становятся все популярнее во всем мире. Маленькие помидоры особенно востребованы в Средиземноморье, здесь очень сложно отыскать блюдо, среди ингредиентов которого не числился бы черри.

Вишневидные помидоры являются садовой разновидностью томатов с плодами по 10 – 30 г. Они всем известны как закуска, которая используется для приготовления разнообразных салатов, а также для консервации. Есть определенные сорта черри, которые сушат. Название произошло от английского слова cherry, что означает – [вишня](#). Это не значит, что у томата и вишни схожий вкус. Просто внешний вид и размер овоща очень напоминает вишенку.

Выращивают маленькие сорта, так же как и обычные. Они замечательно произрастают как в открытом грунте, так и в тепличных условиях.

На прилавках гроздь с томатами черри кажутся игрушечными, но это – зрительный обман. Вкусовые качества этого маленького овоща способны придавать новый вкус даже самому обыденному блюду.

Несмотря на свой маленький размер этот сорт довольно высокорослый. Одна кисть может достигнуть в длину нескольких метров. Чаще всего она достигает одного метра и на ней формируется около 20 плодов.

Помидоры черри могут быть следующей формы:

- удлиненная;
- каплеобразная;
- круглая.

У этих крохотных помидоров довольно многообразна цветовая палитра:

- зеленые;
- красные;
- желтые;
- оранжевые;
- розовые.

Любители полакомиться свежими овощами выращивают их не только на грядках, но и на подоконниках.

Для такого высокорослого растения очень нужна опора. Можно использовать длинные палки. Чтобы черри смотрелись более презентабельно можно использовать подвесное кашло. Получается обворожительная картина. Представьте сами: с кашло свисают богатые и довольно длинные кисти и маленькими, подобными вишням помидорами. Эти «бусины» как бы нанизаны на ажурную листву. Если Вы собираетесь выращивать томаты в домашних условиях, то лучше использовать сорта, форма куста которых должна быть небольшой, а высота не должна превышать 40 сантиметров.

Важно поддерживать влажность почвы, для того, чтобы плоды не растрескивались. Нужно своевременно собирать урожай, ведь если сорвать их раньше времени они будут недостаточно сладкими, а перезревший овощ просто опадет.

Вкус этих маленьких помидорчиков впечатляет, никто не сможет остаться равнодушным. В природе существует сорт черри, который отличается своим вкусом, в котором присутствуют нотки дыни, малины и черники. Имя этих вкусных томатов – «Зимняя вишня».

Сорта для открытого грунта:

- Бусики –это довольно урожайный сорт. Плоды очень сладкие, а в диаметре они всего 1 сантиметр.
- Медовая капля –плоды имеют грушеобразную форму, и красивый желтый цвет.
- Белая смородина – цвет плодов кремовый, они круглые и очень вкусные.
- Черная вишня –очень редкий сорт. Порой его путают с фруктом.
- Вишневидный сорт –цвет плодов темно-красный, а плоды круглой формы.
- Красная/желтая вишня –ранний сорт. Его выращивают в теплицах.

Черри, которые выращивают на балконах:

- Балконное чудо –довольно компактный куст.
- Лиза – вытянутые плоды желто-оранжевого цвета.
- Минибел –это очень неприхотливый сорт.
- Ликопа –у этих плодов тонкая кожица. Они сливовидной формы и темно-красного цвета.
- Мио – уменьшенная копия обычного помидора.
- Кира –сорт напоминающий фрукт.

Идеально подходят для подвесных корзин:

- Черрипальчики – этот сорт не требует пасынкования. Его плоды вытянутой формы с очень сочной мякотью
- Садовая жемчужина – низкорослый вид, который не требует пасынкования.
- Горожанин – довольно мощный сорт, который слабо ветвиться.

## **Как выбрать**

При покупке помидора черри особое внимание следует уделить запаху. У зрелых ароматов очень приятный и сочный аромат. Если томат совершенно не пахнет – значит, его сорвали еще зелеными, и они еще не успели созреть. Когда плодоножка нарушена и ее цвет неестественный – это явный признак того, что дозревали они уже сорванными. Когда томаты дозревают, таким образом, они теряют все свои полезные свойства. Выбирать нужно помидоры среднего размера и без каких-либо повреждений.

## **Как хранить**

Одним из способов хранения томатов черри является заморозка. Этот вариант подойдет, если Вы намерены сохранить их в свежем виде, но еще помидорчики можно засушить или вялить. Но самым распространенным способом считается консервация.

## **Отражение в культуре**

Вывели этот маленький сорт еще в 1973 году. Его создателем является израильский ученый. Ученый поставил перед собой цель – замедлить быстрое вызревание томатов в жарком климате. Была создана генетическая комбинация, которая способствовала замедлению созревания, но при этом, был найден способ дающий возможность использовать полученные гены для выведения маленьких помидорчиков черри.

## **Пищевая ценность в 100 граммах:**

Белки, гр Жиры, гр Углеводы, гр Зола, гр Вода, гр Калорийность, кКал  
0,8 0,1 2,8 0,9 18,0 22,4

## Полезные свойства помидоров черри

### Состав и наличие полезных веществ

В этом маленьком овоще содержится: [кальций](#), [железо](#), [калий](#), [фосфор](#), витамин [С](#), [Е](#), витамины группы В, антиоксидант, органические кислоты и ликопен.

### Полезные и лечебные свойства

Данный крошечный сорт томатов идеальная еда не только в зимнее время, так как черри прекрасно восполняет потерю многих целебных элементов. Следует отметить, что в этом помидорчике гораздо больше полезных элементов, чем в его более крупном сородиче.

Содержащийся в помидоре калий очень полезен [для сердца](#), помимо этого он выводит из нашего организма лишнюю жидкость. Железо просто необходимо при [анемии](#). Оказывает помощь в адаптации к холоду всем известный магний. Для укрепления костей необходим кальций, а для улучшения обменных процессов – фосфор.

Самое ценное вещество, которое содержится в черри – это ликопен. Именно он придает помидорам такой насыщенный красный цвет. Он является довольно мощным антиоксидантом, с помощью которого можно предупредить развитие таких заболеваний как: рак желудка, рак пищевода, кишечника и легких. Очень важно, что ликопен снижает вероятность развития патологий сердечнососудистой системы.

С помощью хрома, содержащегося в черри можно легко утолить голод, а также предупреждает появление сильного голода.

Самым важным свойством этих маленьких томатов является их низкокалорийность.

### В кулинарии

Без этого овоща невозможно представить блюда испанской, южнофранцузской и итальянской кухни. Чаще всего для приготовления салатов используют вишневидные и мясистые томаты. Супы можно приготовить из переспевших, слегка треснувших томатов. Для соусов и подлив подойдут сливовидные черри.

### Опасные свойства помидоров черри

Их нельзя применять при [язвенной болезни](#), причем даже при ремиссии. Но таким пациентам все-таки можно употреблять черри, но немного – 100 г.

С особой осторожностью следует применять томаты людям, у которых есть проблемы с обменом веществ.

Не рекомендуется употреблять его лицам, которые склонны к [аллергической](#) реакции на любой красный плод.

Более подробно об этом продукте и многих других читайте на сайте [www.edaplus.info](http://www.edaplus.info)