餐桌上的科普

番茄探秘

【韩】郭善珠／文
【韩】申由美／图
李小晨／译

中国农业出版社

餐桌上的科普

番茄探秘

【韩】郭善珠 / 文　　【韩】申由美 / 图
李小晨 / 译

中国农业出版社

图书在版编目（CIP）数据

番茄探秘 / (韩) 郭善珠文；(韩) 申由美图；李小晨译. -- 北京：中国农业出版社, 2015.6
（餐桌上的科普）
ISBN 978-7-109-20362-4

Ⅰ. ①番… Ⅱ. ①郭… ②申… ③李… Ⅲ. ①番茄－儿童读物 Ⅳ. ①S641.2-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第073407号

토마토가 궁금해
글 곽선주 그림 신유미 감수 한국음식문화전략연구원
Copyright © Yeowon Media Co., Ltd., 2011
This Simplified Chinese edition is published by arrangement with Yeowon Media Co., Ltd., through The ChoiceMaker Korea Co.

本书中文版由韩国Yeowon Media Co., Ltd.授权中国农业出版社独家出版发行。本书内容的任何部分，事先未经出版者书面许可，不得以任何方式或手段刊载。

北京市版权局著作权合同登记号：图字01-2014-6823号

中国农业出版社出版
（北京市朝阳区麦子店街18号楼）
（邮政编码100125）
责任编辑 程燕 吴丽婷

北京中科印刷有限公司印刷 新华书店北京发行所发行
2015年7月第1版 2015年7月北京第1次印刷

开本： 787mm×1092mm 1/12 **印张：** 3
字数： 60千字
定价： 19.00元
（凡本版图书出现印刷、装订错误，请向出版社发行部调换）

餐桌上的科普

番茄探秘

【韩】郭善珠 / 文　　【韩】申由美 / 图
李小晨 / 译

中国农业出版社

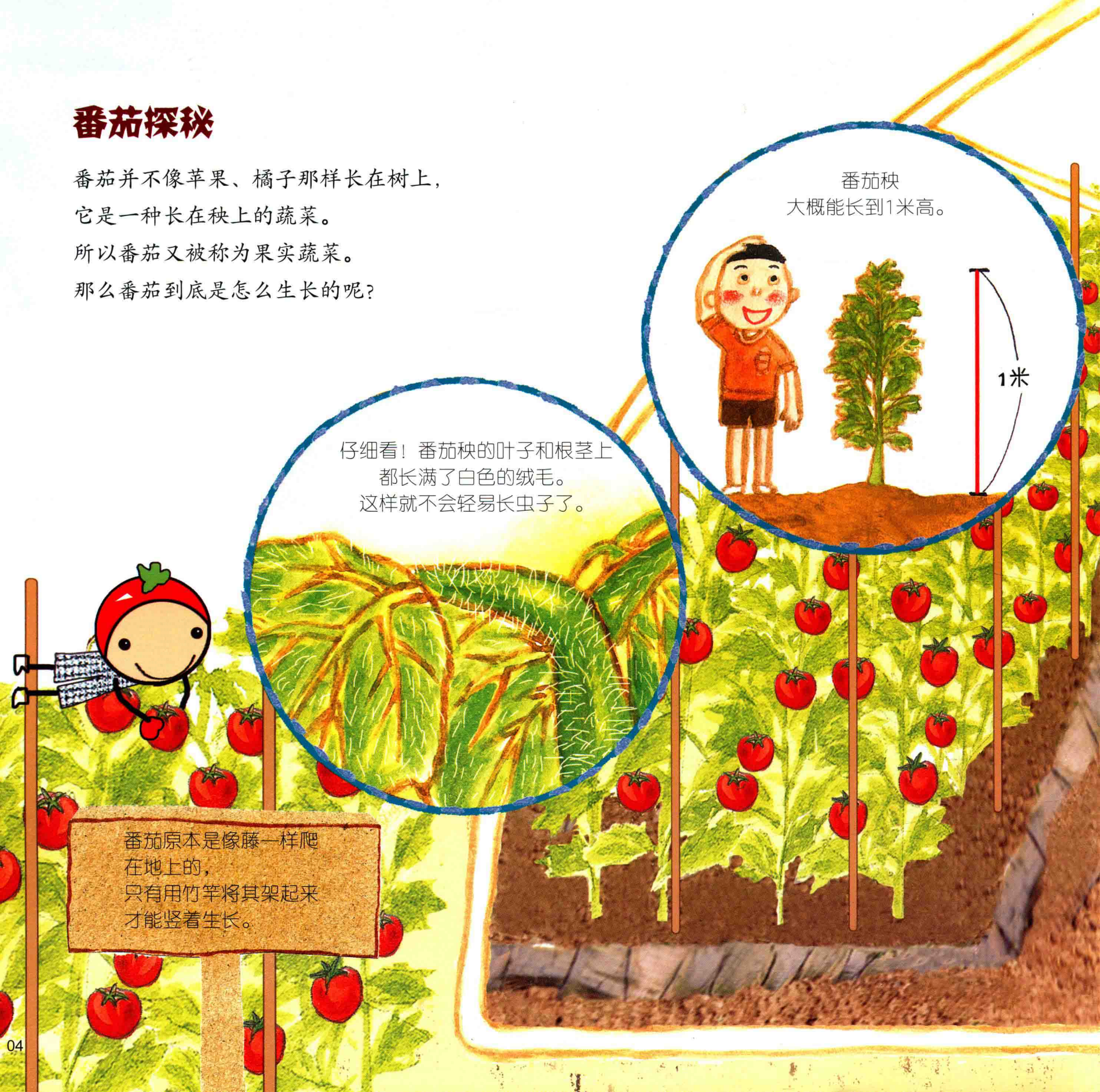
猜一猜红红圆圆的我是谁？
既像水果，
又像蔬菜的我，
是谁呢？

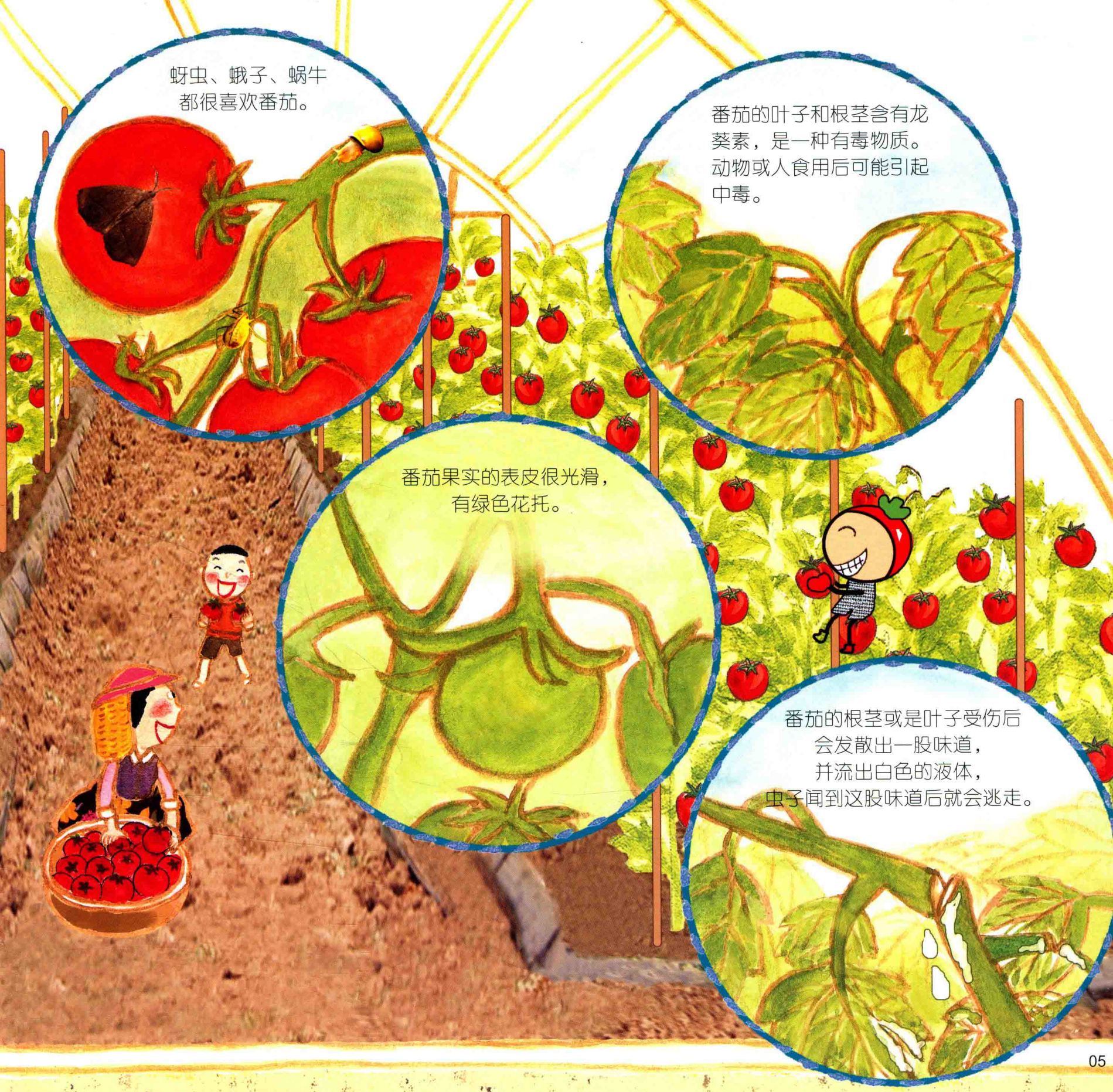
此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

Hi，我是番茄！

番茄探秘

番茄并不像苹果、橘子那样长在树上，
它是一种长在秧上的蔬菜。
所以番茄又被称为果实蔬菜。
那么番茄到底是怎么生长的呢？

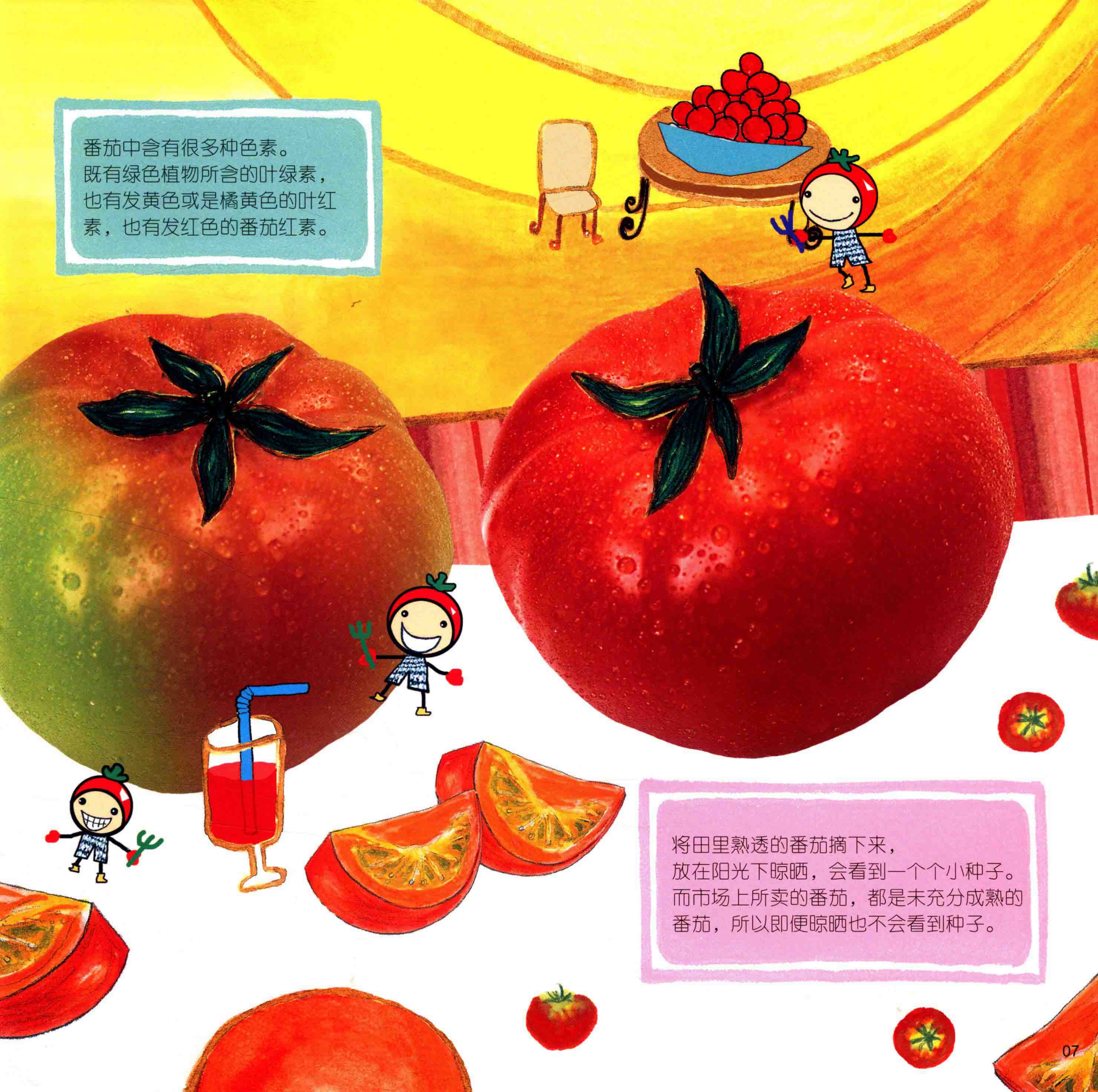



蚜虫、蛾子、蜗牛
都很喜欢番茄。
番茄的叶子和根茎含有龙葵素，是一种有毒物质。动物或人食用后可能引起中毒。
番茄果实的表皮很光滑，有绿色花托。
番茄的根茎或是叶子受伤后会发散出一股味道，并流出白色的液体，虫子闻到这股味道后就会逃走。

有益身体健康的番茄

番茄中含有很多的水分。
所以吃起来很软，也很好消化。
因为富含番茄红素、叶红素和维生素C，
所以对身体很好。

番茄最初是绿色的。
受到光照后渐渐变红，
番茄红素也越来越多。



番茄中含有很多种色素。
既有绿色植物所含的叶绿素，
也有发黄色或是橘黄色的叶红
素，也有发红色的番茄红素。

将田里熟透的番茄摘下来，
放在阳光下晾晒，会看到一个个小种子。
而市场上所卖的番茄，都是未充分成熟的
番茄，所以即便晾晒也不会看到种子。

防止脂肪堆积、
体重增加。

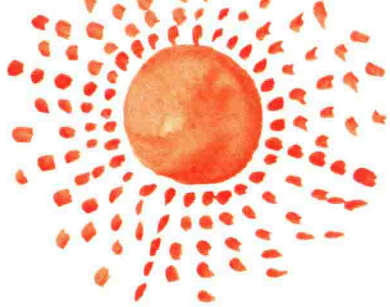
有助于振奋精神，
可以在学习前食用。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

西方有句俗语叫“番茄变红的时候正是医生脸变绿的时候。”
意思是说吃了番茄以后就再也不用去医院了。
而番茄之所以有益于身体，都是番茄红素与叶红素的功劳。
番茄不仅对皮肤很好，而且有助于人体废气的排出。

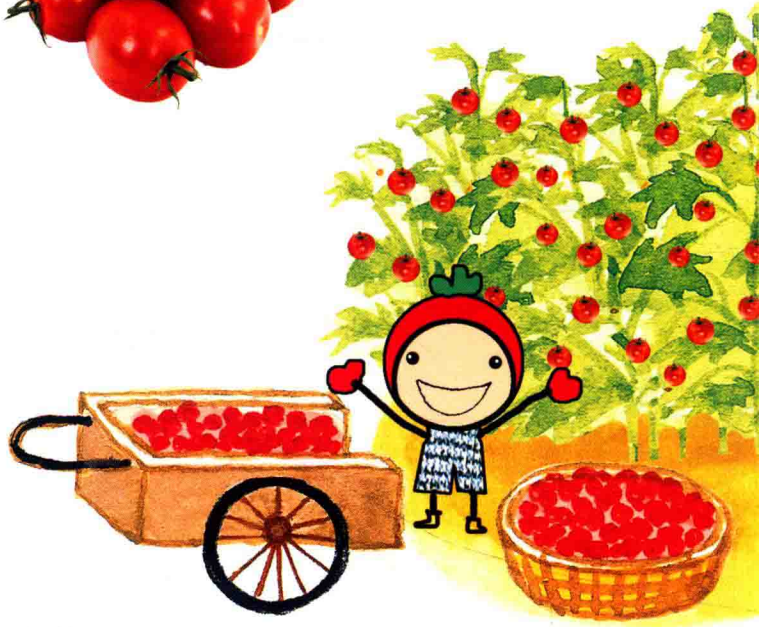
这些都是番茄！

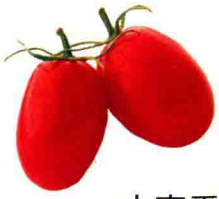
番茄种类很多，形状、颜色各不相同。
而经过改良之后，品种变得更加丰富起来。
除了我们日常常见的红色番茄外，
还有很多其他品种。



圣女果虽然不大，
但营养丰富。

黑番茄虽然成长周期长，
但含有很多抗癌成分。





大枣番茄不但味甜，
而且不易腐烂。

串番茄
像葡萄一样成串生长。

黄番茄的番茄红素比
红番茄的更易吸收。

长番茄
主要用于制作番茄酱。

番茄的故乡

很好奇番茄的故乡在哪里吧?

番茄的故乡就在安第斯山脉所在的秘鲁和厄瓜多尔。

那里不仅日照充足而且土地渗水性很好。

番茄最早就生长在那里的玉米地里，是一种野果。

阿兹特克人*将番茄放入食物中以抵消辣椒的辣味。

那时的番茄还很小，就像现在的圣女果。

注：*北美洲南部墨西哥人数最多的一支印第安人部落。

阿兹特克人称我为“tomato”，所以现在我的名字就是“tomato”。

传播到欧洲的番茄

关于番茄是如何传入欧洲的说法有很多种。
有人说是16世纪由西班牙探险家从阿兹特克带入欧洲。
也有人说是由发现了美洲大陆的哥伦布引入意大利。
最初关于番茄的负面传闻有很多，
所以刚一开始番茄只是作为装饰，
后来才渐渐地开始成为食物。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com