

# Conoce el kumato: el tomate dulzón

## Conoce el kumato: el tomate dulzón

[imprimir](#)



El **kumato**, es una variedad de tomate con muchas posibilidades y que se ha puesto de moda en los últimos años. Hoy te hablamos de sus **características** para que aprendas a identificarlo y a aprovecharlo en tu cocina:

1. Se distingue por su **color verde oscuro**, su **forma más pequeña y redondeada** y su **textura firme y jugosa**.
2. Su **dulzura**, con un toque ácido, lo distingue del resto de variedades. Posee un **intenso y particular sabor** muy agradable.
3. Como el tomate tradicional, es un alimento de gran poder antioxidante y fuente de **minerales** como potasio y magnesio, **vitaminas del grupo B y C** y **licopeno**.

El kumato es ligeramente más rico en azúcar, lo que le da esa dulzura.

4. Es muy **bajo en grasas y calorías**, por lo que resulta ideal en **dietas de adelgazamiento e infantiles**. Su dulce sabor encantará a los más pequeños de la casa.

En la **cocina**, podemos utilizarlo como cualquier otro tomate. Aprovecha su toque dulzón para dar un sabor distinto a comidas que siempre hayas cocinado con tomate tradicional, como el gazpacho.

Descubre algunas ideas para sacarle partido:

- **Ensalada de kumato con cebolla, atún y orégano.**
- **Rodajas de kumato con queso fresco y gambas.**
- **Raviolis de kumato y parmesano.**
- **Sopa o crema de kumato y albahaca.**
- **Ensalada de kumato con queso azul y manzana.**

¡Pruébalo y cuéntanos qué tal!

Etiquetas

[tomate](#)

[kumato](#)

[ensalada](#)

[Induction Pro](#)

## Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

**Plain text**

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.

Publicar