

# Tomatillo



**Nombres comunes:** Tomatillo, tomate, tomate de

casaca, tomate verde, tomate milpero, tomate de fresadilla, miltomate, alquequenje, corazoncillo, aguaymanto, farolito chino

**Nombre científico:** *Physalis philadelphica*

**Clima:** Cálido

**Descripción de la planta:** El tomatillo es de la familia de las solanáceas. Tiene tallos un poco peludos y crece hasta aproximadamente un metro de altura. Las hojas verdes son de forma ovalada y aserradas. Las flores son generalmente amarillas y oscuras en el centro, pero también pueden ser blancas o moradas.

El tomatillo se conoce como una planta autoincompatible, lo que significa que hay dos plantas para que ocurra la polinización. Después de la polinización, el cáliz forma una cáscara alrededor de la fruta. El fruto mide unos cinco centímetros de diámetro.

**Cultivo:** Los tomatillos se cultivan de manera similar a los tomates, pero generalmente son más fuertes. Son sensibles al frío y crecen mejor en climas cálidos a pleno sol. Si se cultivan en climas más fríos, deben plantarse después de que haya pasado todo peligro de heladas. Por lo general, hay que sembrar las semillas entre seis u ocho semanas antes de plantar. Las semillas germinan una o dos semanas después de la siembra. Se pueden trasplantar cuando tienen entre diez y 15 centímetros de altura. Ya que producen muchas ramas, deben plantarse a una distancia de aproximadamente un metro y es mejor cultivarlas con algún tipo de soporte para evitar que se caigan o que los frutos toquen el suelo.

El tomatillo se adaptan a una variedad de suelos, pero prefiere suelos bien drenados con abundante material orgánico. No es aconsejable plantarlo donde hayan estado creciendo tomates, papas o pimientos. Crece mejor bajo la luz solar directa y requiere un riego moderado. Una o dos veces por semana suele ser suficiente, pero esto debe ser más frecuente en climas más cálidos y cuando está produciendo fruta.

La fruta está lista para cosechar dos o tres meses después de la siembra. Normalmente se deja durante aproximadamente dos semanas para que la cáscara se seque y se puede mantener durante aproximadamente tres semanas más.



**Usos:** El tomatillo contiene hierro, potasio, fibra y

vitaminas C y K. Estimula la producción de glóbulos blancos y estimula el sistema inmunológico. Contiene antioxidantes que eliminan las toxinas del sistema. Es bueno para personas con diabetes, ya que ayuda a regular el azúcar en la sangre. Tiene un alto contenido de fibras y pocas calorías, por lo que puede usarse para prevenir la obesidad.

Los tomatillos se pueden comer frescos en ensaladas. Son un ingrediente popular en sopas y guisos. Se usan mucho en salsas verdes, mezcladas con chiles, en México.

**Plagas y enfermedades:** El tomatillo sufre de pocas plagas o enfermedades graves. De estos, los más graves son el gusano cortador, las mosca blanca y el virus del mosaico del tabaco. Las trampas amarillas adhesivas son una forma muy efectiva y ecológica de controlar la mosca blanca. Una dilución de ajo aplicada a las hojas también la mantiene alejado. Las plantas infectadas con el virus deben eliminarse y destruirse.

#### **Referencias:**

<https://www.britannica.com/plant/tomatilloof>

<https://harvesttotable.com/tomatillos-seed-starting-tips/>

<https://agrillifeextension.tamu.edu/browse/featured-solutions/gardening-landscaping/growing-tomatillos/>

<https://globalfoodbook.com/10-exceptional-benefits-of-tomatillo>

## In English Tomatillo

---

Revisión #2

Creado Mon, Oct 12, 2020 12:13 AM por Liam

Actualizado Thu, Oct 15, 2020 1:51 AM por Liam