



Conservar los tomates te permite disfrutarlos todo el año. El enlatado, la congelación, o la deshidratación son los tres métodos seguros para conservar, y cada uno tiene un conjunto específico de instrucciones que producen un producto único.

Seleccionar los Tomates

Selecciona solo los tomates firmes, libres de enfermedades, maduros, o menos maduros. Los tomates demasiado maduros tienen un contenido de ácido demasiado bajo para ser enlatados de forma segura.

Los tomates verdes y poco maduros o los tomates de herencia se pueden utilizar siguiendo las mismas instrucciones que los tomates rojos y maduros.

No conserves los tomates de las plantas muertas o dañadas por heladas, ya que pueden tener un contenido de ácido demasiado bajo. En su lugar, congela o deshidrata.

Pelar los Tomates

La mayoría de las recetas para los tomates enlatados, congelados, o deshidratados requerirán los tomates pelados. En el enlatado, si la receta requiere el tomate pelado debes pelarlo, ya que el tiempo de procesamiento se basa en un tomate pelado.

1. Lava los tomates bajo agua corriente fría.
2. Sumérgelos en agua hirviendo durante 30 a 60 segundos. Un consejo: Antes de sumergirlos en agua hirviendo, toma un cuchillo de cocina y haz una "X" en la parte inferior del tomate. Puede ayudar a que empiece a pelarse. No dejes los tomates en el agua hirviendo por mucho tiempo porque se volverán blandos.
3. Sumérgelos en un tazón de agua helada.
4. Quítales la piel y sácales el corazón. Déjalos enteros, en mitades, picados, o lo que requiera tu receta.

Enlatar los Tomates

Hay solo dos métodos seguros para las conservas: el enlatado en baño maría y el enlatado a presión.

Los tomates se pueden conservar de forma segura utilizando cualquier de los métodos, pero si la receta ofrece solo las instrucciones para el método de conservación a presión, utiliza únicamente ese método.

Conservación por baño maría

- Usa una olla de agua hirviendo a 212°F
- Se usa para los alimentos ácidos: las frutas, las mermeladas, las jaleas, los tomates, los higos con ácido añadido, los productos en escabeche, y los productos fermentados.

Enlatado a Presión

- Usa una envasadora a presión, por lo menos 240°F
- Puedes usar un dial o un manómetro con peso
- Se debe utilizar para los alimentos de baja acidez, como las carnes, los vegetales, el caldo, los frijoles secos, y los productos mixtos

Usa una receta probada

Es esencial utilizar solo las recetas actualizadas y probadas en laboratorio. Los tomates se clasifican entre los alimentos ácidos y no ácidos y son susceptibles a la bacteria mortal *Clostridium botulinum* si no se procesan correctamente. Usa las recetas de [Cooperative Extension](#) o las recetas de los recursos siguientes (en inglés):

- [So Easy to Preserve](#) (Tan Fácil de Conservar), University of Georgia Extension
- [Complete Guide to Home Canning](#) (Guía Completa para la Conservación de Alimentos en Casa), USDA Guide to Home Canning
- National Center for Home Food Preservation (Centro Nacional de Conservación de Alimentos en el Hogar), nchfp.uga.edu

Agregar el Ácido

Debido a la variedad de tomates y la incertidumbre de sus niveles de acidez, se debe agregar ácido a los tomates, incluso al enlatarlos a presión.

Elige una opción de acidulante para agregar a cada frasco de conservas antes de agregar los tomates y el líquido.

Acidulante	Por 1 pinta	Por 1 cuarto
Jugo de limón, embotellado	1 cucharada	2 cucharadas
Ácido cítrico	¼ cucharadita	½ cucharadita
*Vinagre (5% acidez)	2 cucharadas	4 cucharadas
**Sal (opcional)	½ cucharadita	1 cucharadita

* El vinagre puede tener un sabor indeseable.

**La sal se utiliza solo para dar sabor, no para prevenir la descomposición.



Envasar los Tomates

Envasar Sin Líquido Agregado

- Lava los tomates y quítales la piel y el corazón. Agrega el ácido a los frascos.
- Mete los tomates dentro de los frascos hasta que el espacio restante se llene con el jugo que sueltan los tomates presionados.
- Elimina las burbujas de aire, deja ½ pulgada de espacio en la parte superior, limpia los bordes, y ponles las tapas.

Procesar en baño maría	
Pinta	85 minutos
Cuarto	85 minutos
Procesar en una envasadora a presión Manómetro de Dial = 11 libras Manómetro Pesado = 10 libras	
Pinta	25 minutos
Cuarto	25 minutos

Envasar en Agua

Lava los tomates y quítales la piel y el corazón. Agrega el ácido a los frascos. Elige el envasado crudo o el envasado caliente.

- **Envasado Crudo:** Empaca los tomates firmemente en los frascos y llénalos con agua hirviendo.
- **Envasado Caliente:** Cubre los tomates con agua en una cacerola y hiérvelos a fuego lento durante 5 minutos. Empaca los tomates y el líquido en frascos.

Elimina las burbujas de aire, deja ½ pulgada de espacio en la parte superior, limpia los bordes, y ponles las tapas.

Procesar en baño maría	
Pinta	40 minutos
Cuarto	45 minutos
Procesar en una envasadora a presión Manómetro de Dial = 11 libras Manómetro Pesado = 10 libras	
Pinta	10 minutos
Cuarto	10 minutos

Envasar en Jugo de Tomate

Lava los tomates y quítales la piel y el corazón. Agrega el ácido a los frascos. Elige el envasado crudo o el envasado caliente.

- **Envasado Crudo:** Empaca los tomates firmemente en los frascos y llénalos con agua hirviendo.
- **Envasado Caliente:** Cubre los tomates con agua en una cacerola y hiérvelos a fuego lento durante 5 minutos. Empaca los tomates y el líquido en frascos.

Elimina las burbujas de aire, deja ½ pulgada de espacio en la parte superior, limpia los bordes, y ponles las tapas.

Procesar en baño maría	
Pinta	85 minutos
Cuarto	85 minutos
Procesar en una envasadora a presión Manómetro de Dial = 11 libras Manómetro Pesado = 10 libras	
Pinta	25 minutos
Cuarto	25 minutos

Los tiempos de procesamiento listados están a altitudes de 0 a 1,000 pies. Las altitudes más altas requieren tiempos de procesamiento más largos. Encuentra la altitud por ubicación en whatismyelevation.com y ajusta los tiempos de procesamiento según el [National Center for Home Food Preservation](http://NationalCenterforHomeFoodPreservation).

Solucionar los Problemas

Si los tomates flotan:

Los tomates en los envasados crudos pueden dejar demasiado aire en los tejidos. Empaca los tomates lo más juntos posible antes de agregar el líquido o prueba un envasado caliente.

Si el jugo de tomate se separa:

Los cambios enzimáticos después de cortar los tomates pueden llevar a la separación del jugo. Evita poner los tomates crudos en una licuadora y prevén la separación hirviendo rápidamente no más de 2 tazas de tomates a la vez a 180°F a 185°F, y cuela.

Jugo de Tomate

Utiliza las pintas o los cuartos; no utilices los frascos de medio galón o más grandes. Al igual que al envasar los tomates, necesitarás agregar el ácido siguiendo las instrucciones exactas.

Enlatar la Salsa

Aunque haya muchas deliciosas recetas de salsa casera y otros productos a base de tomate, se recomienda utilizar las recetas de salsa enlatada que han sido probadas por seguridad en un laboratorio comercial.

Otras recetas pueden congelarse de manera segura, pero no enlatadas.

Para la salsa, **SÍ** se puede:

- Cambiar el tipo de cebolla o pimiento.
- Omitir o cambiar el tipo y/o la cantidad de hierbas y especias, incluso la sal.
- Agregar azúcar para superar la acidez.
- Sustituir el jugo de limón embotellado por vinagre con un 5% de acidez.
- Espesar las salsas con harina, harina de maíz, u otros almidones después de abrir para comer.

Para la salsa, **NO** se puede:

- Cambiar la cantidad de cebolla o pimiento.
- Cambiar las cantidades de ácido.
- Usar el limón fresco, el jugo de lima, o el vinagre que NO tenga un nivel de acidez del 5%.
- Sustituir el vinagre por el jugo de limón embotellado.
- Espesar las salsas con harina, harina de maíz, u otros almidones, antes de enlatar.

Congelar los Tomates

A diferencia de la mayoría de los vegetales, los tomates no se tienen que blanquear. Aunque no es necesario quitarles la piel para congelarlos, muchas personas los prefieren sin piel. Los tomates y los productos de tomate que serán congelados no requieren la acidificación.

Recipientes para la Congelación

Utiliza los recipientes aptos para congelador hechos de plástico o vidrio, como los recipientes de plástico para congelar con tapas ajustadas o los frascos de conservas de boca ancha. No uses los frascos de vidrio normales; se rompen fácilmente a las temperaturas del congelador.

Las bolsas de plástico para congelador son otra opción adecuada. Presiónalas para eliminar la mayor cantidad de aire posible antes de cerrar.

Antes de congelar, etiqueta el envoltorio o el recipiente hermético con el nombre del producto, la fecha actual, y el tiempo de almacenamiento recomendado. Para obtener la mejor calidad, utiliza los tomates congelados dentro de 10 a 12 meses. Sin embargo, seguirán siendo seguros después de este tiempo.

Congelar los Tomates Crudos

- Lava los tomates y quítales la piel y el corazón. Déjalos enteros o en trozos.
- Empácalos en los recipientes para congelador o bolsas de plástico aptas para congelador, dejando 1 pulgada de espacio libre.
- Sella y congela.

Congelar los Jugos y las Mezclas

- Prepara el producto según la receta; se puede utilizar una receta de conservas.
- Enfría y vierte en los recipientes para congelar, dejando el espacio adecuado en la parte superior.
 - Frascos de conservas de boca estrecha: 1 ½ pulgadas de espacio libre.
 - Frascos de conservas de boca ancha: ½ a 1 pulgada de espacio libre.
- Sella y congela.

Congelar Otras Variaciones

- Tomates guisados: Hierve en agua durante 10 a 20 minutos.
- Las rodajas de tomate verde para los tomates verdes fritos; déjalas la piel.
- Tomatitos *cherry* o de uva: Ásalos con un poco de aceite de oliva en un horno a 450°F durante 20 a 25 minutos hasta que se ampolnen y se partan.

Deshidratar los Tomates

Los tomates deshidratados están llenos de sabor a tomate. Los mejores tomates para deshidratar son los tomates Roma, otro tipo de pasta de tomate o tomate jugoso, o los tomatitos *cherry* o de uva.

Métodos de Deshidratación

Se recomienda dos métodos para deshidratar los tomates.

No se recomienda deshidratar las carnes o los vegetales al aire libre, incluso los tomates, en casa.

Usar un Deshidratador Eléctrico

Los deshidratadores están diseñados para deshidratar los alimentos rápidamente, mantener una temperatura de 140°F, y circular el aire con un ventilador integrado.

- Lava los tomates y quítales la piel y el corazón. No es necesario quitar la piel de los tomatitos *cherry* o de uva.
- Corta los tomates en rodajas de ¼ a ½ pulgadas de grosor, o por la mitad, o en cuartos.
- Colócalos en las bandejas de deshidratación, dejando ½ pulgada de espacio entre los tomates.
- Sécalos en un deshidratador a 140°F durante 10 a 18 horas, girando los tomates y rotando las bandejas según sea necesario.

Usar un Horno

Asegúrate de que el horno pueda mantener una temperatura de 140°F.

- Lava los tomates y quítales la piel y el corazón. No es necesario quitar la piel de los tomatitos *cherry* o de uva.
- Corta los tomates en rodajas de ¼ a ½ pulgadas de grosor, o por la mitad, o en cuartos.
- Colócalos en las bandejas de deshidratación, dejando ½ pulgada de espacio entre los tomates.
- Mantén la puerta del horno abierta de 2 a 6 pulgadas para permitir la circulación del aire.
- Ten cuidado: Esto puede ser peligroso para los niños pequeños o las mascotas.
- La deshidratación en el horno tarda de dos a tres veces más que la deshidratación en un deshidratador eléctrico.

Prueba de Cocción

Deshidrata los tomates hasta que estén ligeramente flexibles. Necesitan más tiempo para deshidratarse si se sienten pegajosos al tacto. Es posible que tengas que girar los tomates y rotar las bandejas.

Almacenar los Tomates

Almacena los tomates deshidratados en recipientes herméticos, como en los frascos de conservas con tapas ajustadas. También se pueden usar las bolsas para congelar para el almacenamiento, pero es importante tener en cuenta que no son a prueba de insectos y roedores.





Almacénalos en un lugar fresco y oscuro a 60°F, o refrigéralos o congélalos para extender su tiempo de almacenamiento. Para obtener la mejor calidad, úsalos dentro de seis a nueve meses si se almacenan a 60°F. Si se almacenan a temperaturas más altas, el tiempo de almacenamiento se acortará.

Chequea los tomates deshidratados con frecuencia durante el almacenamiento. Los tomates volverán a absorber la humedad fácilmente y provocarán los cambios indeseables en el color y el sabor.

Llama a tu Oficina de Extensión

Comunícate con tu oficina de Illinois Extension local con tus preguntas sobre la seguridad alimentaria: go.illinois.edu/FindILExtension.

References and Resources

- [Canning and Freezing Tomatoes and Making Salsa](#) (La Conservación y Congelación de Tomates y la Preparación de Salsa), North Dakota State University Extension.
- [How to Dry Tomatoes at Home](#) (Cómo Deshidratar los Tomates en Casa), University of Minnesota Extension.
- [National Center for Home Food Preservation](#) (Centro Nacional de Conservación de Alimentos en el Hogar), University of Georgia Extension.

Modificado mayo 2025