



CHIPSLARNI O'RGANISH MASALALARI

Akramov Sanjarbek

Toskent shahar Olmozor tumani

Ali Abu ibn Sino maktabi 7-“B” sinf o'quvchisi

ANNOTASIYA

Ushbu maqolada uzoq vaqt davomida sog'liq uchun zararli hamda semizlikka olib keluvchi mahsulotlar ichida kartoshka chislari yetakchilik qilib kelmoqda. Tarkibidagi yog', kraxmal, shakar, tuz hamda qovurish jarayoni sababli ushbu mahsulot ixlosmandlari qisqa vaqt ichida yurak-qon tomir kasalliklari, ortiqcha vazn, hansirash va boshqa muammolarga duch keladilar.

Kalit so'zlar: Jahl ustida ixtiro qilingan chipslar, Lay's, Tortilla, Doritos, Tailand



Kartoshka chipslari AQSH kurortlaridan birining restoranida tasodifan kashf qilingan. Ushbu restoranning maxsus taomi – qovurilgan fri kartoshkasi edi. Kunlarning birida ushbu oromgohda dam olish uchun kelgan temir yo'l magnati kartoshka bo'laklarining qalinligi, shu bois ular yaxshi qovurilmaganligidan shikoyat qiladi va taomni qaytarib yuboradi. Ta'bi nozik mijozning bu qiligi' bosh oshpazning jahlini chiqaradi va unga qasdma-qads kartoshkani maksimal darajada yupqa qilib kesib, keyin yo'qqa tashlaydi. Natijada daftar varag'iday yupqa bo'laklar hosil bo'ldi. Bosh oshpaz xo'randaning ustidan kulganday qilib ushbu kartoshka bo'laklarini unga tortdi – nozik ta'bli xo'randaga esa bu taom juda yoqib tushdi. Mana shu voqea sabab kartoshka chislari ixtiro qilindi va bu taom restoranning maxsus taomiga aylandi. Chips solingan paketlar azot bilan to'ldirilgan.



Ko'pchilik odamlar chipslar solingan paketlar havo bilan shishirilgan, deb hisoblaydilar, biroq bu noto'g'ri. Havoning tarkibida kislorod bor, u chipsdek mayin va nozik mahsulot uchun zararlidir. Havo ta'sirida chips mazasini tezda yo'qotadi va taxir bo'lib qoladi. Shuning uchun paketlar havo emas, azot bilan to'ldiriladi. Azot ta'sirida chipsning mazasi buzilmay saqlanadi hamda paketlarning transportirovkasi uchun amortizatsiya vazifasini bajaradi. Chipslar semizlikka olib keluvchi eng eng samarali mahsulot. Tanani semizlikka olib keluvchi eng xavfli mahsulotlar – bu trans yog'lardan foydalangan holda tayyorlanganlaridir. “Tez” uglevodlar bilan to'yingan yuqori kraxmalli mahsulotlarning zarari ham kam emas. Yog'da qovurish esa mahsulotning ustki qismida kimyoviy kantserogen o'zgarishlarga olib keladi. Bulardan tashqari, ko'p miqdordagi tuz mahsulotlarning ozuqa sifatini kamaytirib, ko'proq yeyishga undaydi, natijada esa ortiqcha vazn kelib chiqadi.

Bu sifatlarning barchasi chips deb nomlanuvchi qovurilgan kartoshkaga tegishli. Aynan chipslar taomlarning zararli sifatlari bo'yicha kartoshka fri va koka –kolani ham ortda qoldiradi.



Lay's - 1938 yilda asos solingan turli xil kartoshka chiplari brendi. Lay's chiplari PepsiCo Innga tegishli Frito-Lay tomonidan ishlab chiqariladi. 1970 yildan beri. Boshqa Frito-Lay brendlari orasida Fritos, Doritos, Ruffles, Cheetos va Rold Gold simitlari mavjud. Lay'sning yana besh turi mavjud: Stix, Grooved, Stax, Oven va Maxx. Lay's chips brendi amerikalik Herman V. Lay tomonidan ixtiro qilingan bo'lib, u o'z biznesini 1932 yilda Neshvilda kartoshka chiplari sotuvchi kichik sayohatchi sotuvchi sifatida boshlagan. 24 yoshli tadbirkor Gardner chipslarini Jorjiya shtatining Atlanta shahrida joylashgan Barrett Food Products kompaniyasiga sotardi. Lays 1944 yilgacha kartoshka chiplari nomini Lay's Potato



Chips deb o'zgartirishga qaror qilgancha Barrett oziq-ovqat mahsulotlarining Gardner brendiga sodiq edi. Bu yil Lays savdo belgisining tug'ilgan yili hisoblanadi.

Tortilla chipi - makkajo'xori tortillasidan tayyorlangan gazak taomidir, ular uchburchak shaklida kesiladi va keyin qovuriladi yoki pishiriladi (muqobil ravishda



ular makkajo'xori massasidan bosilgan disklar bo'lishi mumkin, keyin qovuriladi yoki pishiriladi). Makkajo'xori tortillalari nixtamalizatsiyalangan makkajo'xori, o'simlik

moyi, tuz va suvdan tayyorlanadi. Birinchi marta 1940-yillarning oxirida Los-Anjelesda AQShda ommaviy ishlab chiqarilgan bo'lsada, tortilla chiplari totopos va tostadalar kabi shunga o'xshash mahsulotlar yaxshi ma'lum bo'lgan Meksika oshxonasidan o'sgan.

Doritos-PepsiCo ning 100 ga tegishli sho'ba korxonasi bo'lgan Frito-Lay tomonidan ishlab chiqarilgan ta'mli tortilla chiplarining Amerika brendi. Doritos kontseptsiyasi Disneylendda Frito-Lay tomonidan boshqariladigan restoranda paydo bo'lgan. 1966 yilda Doritos Qo'shma Shtatlarda milliy miqyosda mavjud bo'lgan birinchi tortilla chipiga aylandi. Dastlabki lazzat oddiygina qovurilgan makkajo'xori edi, keyin 1967 yilda taco va 1972 yilda hozir hamma joyda tarqalgan nacho pishloqidan tayyorlana boshlandi.



Tailand qalampirining o'ta achchiq ta'miga ega kartoshka chiplari. Tarkibi: kartoshka parchalari (yog 'kislotalarining mono- va diglitseridlari), tozalangan deodorizatsiyalangan kungaboqar yog'i, bug'doy uni, kartoshka kraxmal, Tailand qalampiri ta'mi (tuz, shakar, glyukoza, pomidor kukuni, lazzat va xushbo'ylashtiruvchi (monosodium) sarimsoq kukuni, kislotalilik regulyatori(limon kislotasi), tabiiy xushbo'y moddalar, xushbo'y moddalar, ziravorlar aralashmasi, bo'yoq (paprika ekstrakti), o'simlik yog'i, pishishiga qarshi vosita (kremniy dioksidi), yodlangan oziq-ovqat tuzi (tuz, pishishiga qarshi vosita) (E536)). Oziqlanish qiymati: oqsillar 7g, yog'lar 30g, uglevodlar 53g. Energiya qiymati: 510 kkal



Sanitariya-epidemiologik osoyishtalik va jamoat salomatligi qo'mitasi mutaxassislarining ta'kidlashicha, mahsulot tarkibidagi akrilamid – kanserogen xususiyatlarga ega toksik birikma bo'lib, u mahsulotni qovurish paytida hosil bo'ladi. Birikma buyraklar, ko'zlar, jigar va markaziy asab tizimiga salbiy ta'sir qiladi. Glitsidamid saratonga olib keladigan akrilamidning metabolitidir. Akrolein – qovurish paytida yog'larning parchalanishida hosil bo'lgan akril kislotasining



aldegididir. Chipslar zararli yoki yo‘qligiga javob beradigan bo‘lsak, shuni ta’kidlash kerakki, bu modda juda zaharli va ichki organlarga tasir qiladi.

Qo‘shimchalardan tashqari mahsulot tarkibida ko‘p miqdorda tuz mavjud bo‘lib, u metabolizmni buzadi va suyuqlikni ushlab turishga olib keladi. Natriy xlorid – yurak-qon tomir tizimiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi, suyaklarning to‘liq o‘shishiga to‘sqinlik qiladi va qon bosimini oshiradi. Kartoshkali gazaklardagi transyog‘larning miqdori 30 dan 60 foizgacha. Bu gazak komponentlari immunitetni susaytiradi. Diabet rivojlanish xavfini oshiradi va erkaklarda testosteron darajasini pasaytiradi.

Ta’kidlash kerakki, tadqiqotlarga ko‘ra, transyog‘larni muntazam iste’mol qilish ko‘krak bezi saratoni ehtimolini 40 foizga oshiradi va yurak xuruji, yurak-qon tomir kasalliklaridan o‘limni oshiradi. Bundan tashqari, chipslar tarkibi yuqori kaloriyaga ega, 100 gramm mahsulot uchun – o‘rtacha 500-700 kkal. Bu barcha mashhur gazaklar orasida rekord ko‘rsatkichdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Bobokulov Z., Bobomurodov Z. Productivity of chickpea varieties and the effect of different planting times and depths on grain quality indicators. Nveo - natural volatiles & essential oils. 2021, 8(5): 7524- 7532.
2. Atabayeva H. N. O‘simlikshunoslik. – Toshkent : Mehnat, 2000. – b.134-136.
3. Qulmatova D., S.Boboev, O.Xollev, A.Buronov, S.Buzrukov. Yasmiqning mayda urug‘li xalqaro elita ko‘chatzori o‘simliklarida hosildorlik belgilari tahlili. ACADEMIC RESEARCH IN EDUCATIONAL SCIENCES. cientific Journal
4. SANAEV, S., KH, K. K., & KH, A. I. (2021). THE INFLUENCE OF IRRIGATION TECHNOLOGY ON YIELD, STORAGE QUALITY AND TRANSPORTABILITY OF POTATO. *PLANT CELL BIOTECHNOLOGY AND MOLECULAR BIOLOGY*, 301-306.
5. Bobokulov, Z., & Botirov, A. (2022). Teaching agricultural sciences: essence and teaching technology. Jilin Daxue Xuebao (Gongxueban). *Journal of Jilin University (Engineering and Technology Edition)*, 42(03), 12-17.
6. Bobomirzayev, P., & Sh, T. (2022). Dates and norms of sowing new varieties of winter wheat on irrigated lands of the Zarafshan valley. *Journal of Hunan University (Natural Sciences) Vol, 49*.
7. Z Bobokulov, J Tukhtamishova. [CHICKPEA IS THE MEDICINE OF HEALTH](#).