



VITAMINGA BOY ILDIZMEVALI O'SIMLIKLAR

Toxirjonova Gulnuraxon

Ibn Sino maktabining 7-“A” sinf o'quvchisi

Annotatsiya. O'simliklar turli belgi xususiyatlari, hayotiy shakllari bilan bir-biridan farq qiladi. Ildizmevali o'simliklar asosan ildizni shakli o'zgarishidan hosil bo'ladigan o'simliklar hisoblanadi. Tezisdan shunday ildizmevali o'simliklarni xo'jalikda foydalanilishi, dorivorligi, sistematikasi haqida ma'lumotlar keltirib o'tildi.

Kalit so'zlar: Ildizmeva, sistematika, ahamiyati, sabzi, sholg'om, lavlagi, vitamin, qishloq xo'jaligi, o'simlik, iste'mol, karotin, tur, urug'i.

Tublar - ba'zi o'simliklar er ostida rivojlanadigan o'simlik tuzilmalari. Bu ma'noda, bu haqida saqlash organi vazifasini bajaradigan o'zgartirilgan va qalinlashgan poyalar, chunki o'simlik ularni ozuqa moddalari va boshqa zahira moddalarini saqlash uchun ishlatadi.

Bu ozuqa moddalari odatda kraxmaldan iborat, uglevodlarning bir turi, biz taxmin qilganimizdek, ko'pchilik o'simlik turlarining uglevodlar zahirasi hisoblanadi. Bunga parallel ravishda, bu er osti poyalari aseksual ko'payish mexanizmi vazifasini ham bajaradi, ya'ni ular o'simlikning vegetativ ko'payishi va ko'payishiga imkon beradi. Voyaga etgan odam o'simlikning jinsiy yo'l bilan ko'payishiga hojat qoldirmasdan, bu ildiz hujayralaridan tug'ilishi mumkin.

Ildizmevalar — iste'mol qilinadigan qismi (mevasi) ildizda bo'ladigan ekin (sabzavot) lar; Serishira ildizi, ya'ni ildizmevasi uchun ekiladi. Ko'pgina I. oziq-ovqat va yem-xashak ekini hisoblanadi. Bir yillik I. ga rediska, ikki yillik I. ga sabzi, lavlagi, sholg'om, bryukva, petrushka, selderey, turp kiradi. Ikki yillik I. urug'i sepilgan yili to'pbarg chiqarib, ildizmeva hosil qiladi, ikkinchi yili gulpoya chiqarib urug' beradi. I. ning mevasi g'oyat yirik bo'lishi bilan ajralib turadi, mas, yapon turpinining og'irligi 16—30 kg ga, pastki barglari uz. 1 m ga boradi. Ildizmevada shakar (qand lavlagi, bryukva), in ulin (sachratqi), kraxmal (qatron), vitaminlar (sabzi, sholg'om, rediska) to'planadi. Ildiziga yaxshi ishlov berilgan, unumdor, namgarchilik yetarli yerlarda mo'l hosil beradi.

Sabzi. Sabzida karotin ko'p bo'lganligi uchun u A vitaminini olish uchun asosiy xom ashyo hisoblanadi. Sabzi qadimdan jigar, buyrak, oshqozon ichak, kamqonlik kasalliklarini davolashda foydalanib kelgan. Ildiz mevasining shakli va uzunligiga qarab sabzilar yassidumaloq shaklli, uzunligi 3-5 sm — Parij mushak sabzisi; o'rtacha uzunlikdagi — 8-20 sm va ildiz mevasi urchuqsimon; uzun — 20-45 sm sabzilarga bo'linadi. O'zbekistonda sabzining Mshak 195, Mirzoi qizil 228, Mirzoi sariq 304, Nurli, Nantskaya 4, SHantane navlari rayonlashtirilgan. Biz quyida chakana savdo tarmoqlarida aholiga sotiladigan sabzilarning GOST 26767-



85 standarti bo'yicha qanday talablarga javob berishini keltiramiz. Bu standart talabi bo'yicha sabzilar sifatiga qarab saralangan va saralanmagan tovar navlariga bo'linadi. talabi bo'yicha sabzilarning ikkala tovar navi ham yangi, butun, sog'lom, so'limagan, yorilmagan, qishloq xo'jalik zararkunandalari bilan zararlanmagan, ortiqcha namliklarsiz, shakli va rangi bo'yicha shu botanik navga mos, bandining uzunligi ko'pi bilan 2 sm bo'lishi kerak. Saralanmagan tovar navlariga kiritilgan sabzilarda po'stlog'ida chuqurligi 2-3 mm Standart bo'lgan, bitgan yoriqlarga ega bo'lgan hamda shakli o'zgargan, lekin badburush bo'lmagan sabzilar bo'lishiga yo'l qo'yiladi. Ularning hidi va ta'mi esa aynan shu botanik navga xos, begona hidlarsiz va ta'mlarsiz bo'lishi kerak. Sabzilarning katta-kichikligi ham ularning sifatini baholashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Standart talabi bo'yicha saralangan tovar naviga kiritiladigan sabzilarning uzunligi 10 sm dan kam bo'lmasligi kerak. Bu ko'rsatkich saralanmagan tovar navlari uchun esa chegaralanmaydi. Shuningdek, sabzilarning katta kichikligini baholashda katta ko'ndalang kesimining diametriga ham e'tibor beriladi. Sabzilarning saralangan tovar navlari uchun ildizmevasi katta ko'ndalang kesimining diametri 3-5 sm qilib belgilangan. Saralangan sabzi partiyalarida belgilangan o'lchamdan 0,5 sm dan ortiq farq qiladigan sabzilar bo'lmasligi kerak, saralanmagan sabzi partiyalarida esa ularning miqdori 10% gacha bo'lishiga ruxsat etiladi.

Saralanmagan sabzi partiyalarida esa bu ko'rsatkich 5,0% gacha qilib belgilangan. SHuningdek, ildizmevada uzunligi 2,0 sm gacha, chuqurligi 0,5 sm dan katta bo'lmagan yoriqchali sabzilar saralangan navlarida bo'lmasligi kerak, saralanmaganlarida esa chegaralanmaydi. Bundan tashqari standartda ildizmevaga yopishgan tuproq miqdori 1,0% dan ortiq bo'lmasligi ko'rsatib qo'yilgan.





Lavlagi. Lavlagi eng qadimgi ekinlardan biri sanaladi. Ildizmevali boshqa sabzavotlarga nisbatan xo'raki lavlagi yuqori ovqatlik qiymatiga ega bo'lganligi bilan ajralib turadi. Lavlagi qandga boy, undagi asosiy qand saxaroza hisoblanadi. Uning tarkibida saxaroza (10%), azotli moddalar (1,7%), mineral moddalar (1%) va S (20- 30 mg%), V1, V2, R, RR vitaminlari bor. Lavlagi fosfor va kaliy elementlari miqdori bo'yicha sabzavot o'simliklari orasida birinchi o'rinlarni egallaydi. Lavlagining davolash xususiyati borligi ham aniqlangan. U organizmda oshqozon-ichak faoliyatini yaxshilaydi, aterosklerozning oldini oladi va moda almashinuvini tartibga solishda ishtirok etadi. Lavlagi ildizmevasi etining rangi bo'yicha to'q-qizg'ish va qora-qizil rangli bo'ladi.

B Oq halqalarining ko'p bo'lishi lavlagining ozuqaviy va ta'm ko'rsatkichlarining pastligidan dalolat beradi. O'zbekistonda xo'raki lavlagining faqat bitta Bordo 237 navi rayonlashtirilgan. Bu nav o'rtapishar, hosildor, ildizmevasi yumaloq shaklli, to'q-qizil rangda bo'ladi. Standart talabi bo'yicha lavlagilarning ikkala tovar navi ham yangi, butun, sog'lom, toza, qishloq xo'jalik zararkunandalari bilan zararlanmagan ortiqcha namliklarsiz, yorilmagan, shakli va rangi bo'yicha shu botanik navga mos, uzilganda o'zida qolgan bandining uzunligi 2,0 smdan ortiq bo'lmasligi kerak. Saralanmagan tovar navlarida bitgan yoriqchalar bo'lishiga va shaklida ham badburush bo'lmagan o'zgarishlar bo'lishiga yo'l qo'yiladi. Hidi va ta'mi esa shu botanik navga xos, begona hidlarsiz va ta'mlarsiz bo'lishi kerak. Lavlagilar uchun ichki tuzilishi, etining holati muhim ko'rsatkich hisoblanadi. Lavlagi ildiz mevasining eti suvli, botanik naviga qarab to'q-qizil turli tovlanuvchan bo'lishi kerak. Ba'zi navlarida esa oq xalqalar bo'lishiga ruxsat etiladi. Sabzillardagi singari lavlagilarning ham o'lchamlari katta ko'ndalang kesimining diametriga qarab aniqlanadi. Saralangan lavlagilarda katta ko'ndalang kesimining diametri 5,0-10,0 sm bo'lishi kerak. Bu ko'rsatkich saralanmagan lavlagilar uchun esa 5,0-14,0 sm qilib belgilangan.

Lavlagilarning sifatini baholashda ham standartda keltirilgan ko'rsatkichlardan ozroq darajada bo'lsada chetlanishlarga ruxsat etiladi. Masalan, tekshirilayotgan lavlagilar massasida katta ko'ndalang kesimining diametri bo'yicha belgilangan o'lchamdan 1,0 sm katta bo'lmagan chetlanishlarga ega bo'lgan sabzilar miqdori saralangan tovar navlarida bo'lmasligi kerak, saralanmagan tovar navlarida esa ularning miqdori 10,0% gacha bo'lishiga ruxsat etiladi. SHuningdek, chuqurligi 0,3 sm dan ortiq bo'lmagan mexanik jarohatlarga ega, yoriqlari bitgan, sal so'ligan lavlagi ildiz mevalarining umumiy miqdori saralangan tovar navlarida 5,0% gacha bo'lishiga ham ruxsat etiladi. Qizil lavlagi salomatlik va uzoq umr ko'rishga katta ta'sir ko'rsatadi. Tarkibidagi vitamin A va vitamin R tomirlarni qayishqoq va mayin qiladi, yurak-tomir kasalliklari, ayniqsa, gipertonik xastaliklar rivojlanishining oldini oladi. Lavlagida «betain» degan organik modda bor. U qondagi xolesterin darajasini pasaytiradi, jigar ishini me'yorlashtiradi.



Bu ne'mat tarkibidagi vitamin S organizmning infeksiya va shamollash kasalliklariga qarshilik kuchini oshirib, immunitetning mustahkamlanishida ko'maklashadi. Zamonaviy tabobatda qizil lavlagi me'da-ichak, jigar, o't yo'llari kasalliklarini davolashda ishlatiladi. Sharbati — kuchli o't haydash xususiyatiga ega. Pishirilgani — qabziyatda yaxshi yordam beradi, bu ne'mat ayniqsa kamqonlikda foydali. Sharbati hazm jarayonini yaxshilash barobarida moddalar almashinuvida ham faol ishtirok etadi. Qandli diabet, qabziyat, kamqonlik, ateroskleroz, tireotoksikoz singari dardlarni tuzatishda yordam beradi.



Vasabi - bu yapon oshxonasida ziravor sifatida ishlatiladigan taom Yaponiya evtremasi. U nihoyatda achchiq, kuchli va achchiq ta'mga ega, burun teshigi bo'ylab uzatiladigan va yonish hosil qiluvchi xushbo'y hidlar bilan. Bu qimmatbaho taom, shuning uchun uni odatda kichik qismlarda sushiga botirish uchun iste'mol qilinadi. Bu S vitaminining muhim manbai, shuningdek yallig'lanishga qarshi xususiyatlarga ega.



Sholg'om - bu ildiz Brassica rapa, eramizdan avvalgi 1500 yilda etishtirila boshlangan Hindistonda tug'ilgan tur. Hozirgi vaqtda bu butun dunyoda ishlab chiqarilgan va har xil idishlarda ishlatiladigan taom uning ozgina achchiq va achchiq ta'mi.



Sholgʻom karamdoshlar yoki butguldoshlar oilasiga mansub ikki yillik oʻsimlik. Sovuqqa chidamli, issiqqa uncha talabchan emas, shu bilan bir qatorda qurgʻoqchilikka ham ancha chidamli.

Turli mexanik tuproqlarda oʻsadi va yaxshi hosil beradi. Uning rivojlanishi va yuqori hosil berishi uchun qumoq, unumdor tuproqlar kerak. AQSH, Yaponiya, Xitoy, Irlandiya, Isroil, Rossiya, Shvetsiya, Angliya, Belgiya va boshqa Yevropa davlatlari sabzavotchiligida sholgʻom asosiy ekinlardan biri hisoblanadi.

Yurtimiz hududida turli **viloyatlarda** sholgʻomning **4 ta navi** ekiladi.



ADABIYOTLAR:

1. S.M.Mustafayev "Botanika" Toshkent-2002
2. O'.Paratov, Q.Jumayev "Yuksak o'simliklar sistematikasi" Toshkent-2003
3. 3.Xalq so'zi gazetasi 9-oktabr 2020 nashr