



TOPINAMBURNING KIMYOVIY TARKIBI VA UNING XALQ TABOBATIDA ISHLATILISHI

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ СВИНОГО ФАРША И ЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ

CHEMICAL COMPOSITION OF GROUND PORK AND ITS USE IN FOLK MEDICINE

*Ibrohimjon Rahmonovich Asqarov,
Andijon davlat universiteti. Kimyo fanlari doktori, professor,
Abdullajonova Yulduzxon Uchqunbek qizi
Andijon davlat universiteti 2-bosqich magistranti*

Annotasiya Maqolada topinambur o'simligini yetishtirish va o'simlikning o'ziga xosligi, kimyoviy tarkibi hamda o'simlik xom-ashyolaridan samarali foydalanish yo'llari yoritib berilgan.

Аннотация В статье описаны выращивание топинамбура и особенности растения, его химический состав, пути эффективного использования растительного сырья.

Annotation The article describes the cultivation of Jerusalem artichoke and the peculiarities of the plant, its chemical composition, and ways of effective use of plant raw materials.

Kalit so'zlar: topinambur, tugunak, quddus artishogi, yovvoyi kungaboqar, yernok, protein, qandli diabet.

Ключевые слова: артишок, топинамбур, дикий подсолнечник, тысячелистник, белок, сахарный диабет

Keywords: artichoke, Jerusalem artichoke, wild sunflower, yarrow, protein, diabetes

Kirish Topinambur yernok (*Helianthus tuberosus* L.) murakkab guldoshlarga mansub ko'p yillik o'simlik bo'lib, vatani shimoliy Amerika. Bo'yi 1,2—2,5, ba'zan 4 m gacha. Barglari bandli, tuxumsimon, gullari savatchato'pgulga yig'ilgan. Mevasi pista, 1000 dona pistasi vazni 7—8 g [1].

Topinamburning yer usti poyasi -6° , yer osti poyasidagi tuganaklar -20° ga chidaydi. Sho'rlanmagan tuproqlarda o'sadi, oziqaga boy. Tuganagi oziq ovqatga ham ishlatiladi.



Tarkibida 2,3% oqsil, 0,2% moy, 17,9% azotsiz moddalar, 1,3% kul va boshqa vitamin, mikroelementlar mavjud, shuningdek, 16-18% inulin undan qand (fruktoza), spirt ishlab chiqariladi, S vitaminlar, 100 kg palagida 22,5 ozuqa birligi va 1,8 kg hazm bo'luvchi protein bor. Topinambur yetishtirish uchun 25-50 g li tuganaklari ekiladi. Tuganagi yer ostida yaxshi saqlanadi, shu sababli uni zaruratga qarab kavlab olinadi.

Ushbu tugunak mevali o'simlikni yetishtirgan inson dorivor o'simlik bilan birga hovlisida o'zining shaxsiy tabibiga ega bo'ladi, desak xato bo'lmaydi. Nega deganda, topinambur tugunagi o'zida ko'p miqdorda oqsil saqlashi hamda inulin va insulinning tabiiy ko'rinishlarini mujassam etganligi bilan boshqa bir manzarali o'simliklardan ajralib turadi. Topinambur tugunagining tarkibida 2,3-2,5 % oqsil saqlashi bilan makkajo'xoridan ustun turadi. Tugunagi tarkibida yana 0,2% moy, 17,9 % azotsiz moddalar, 1,3 % kul, 16-18 % inulin, vitaminlar bir nechta guruhlari B₁, B₂, B₁₂ va C kabi inson organizmi uchun juda muhim bo'lgan biologik faol moddalari mavjud. B₁, B₂ va C vitamini miqdori lavlagi va sabzinikiga nisbatan 3 - 4 barobar ko'p bo'lib, 200 gr topinambur tugunak mevasini iste'mol qilish bilan organizmning 1 kunlik vitamin C ga bo'lgan ehtiyojini taminlaydi [2].

Topinambur o'simligidan oziq-ovqat sifatida tugunagidan uy bekalarimiz bemalol qaynatib turli taomlar, pyurelar, salatlar tayyorlashlari mumkin. Mazasi, ta'mi qolaversa tarkibi bilan kartoshkadan hech qolishmaydigan bu o'simlikdan bahor faslida ko'proq iste'mol qilib turilsa, immunitetni oshiradi, ayni bahor faslida organizmda kamayib ketgan provitaminlar, B guruh vitaminlari ayniqsa, vitamin C, inulin va insulinning o'rnini tabiiy ravishda to'ldirib beradi. Nafaqat tugunagining, balki yashil massasining ham kimyoviy tarkibi nihoyatda boy masalan 100 kg palagida 22,5 gr ozuqa birligi, 1,8 kg hazm bo'luvchi proteinlar bor. Topinambur poyasining kimyoviy tarkibini makkajo'xori poyasining kimyoviy tarkibi bilan solishtirib ko'rish orqali bu o'simlikning qanchalik ahamiyatli ekanligini bilib olishimiz mumkin bo'ladi. Masalan topinambur poyasi tarkibida suv 70,5%, protein 3,3% protein, yog' 0,7 %, azotsiz ekstraktiv moddalar 15,7%, klechatka 6,3%, kul moddasi 3,5% bo'lsa, makkajo'xori tarkibida esa suv 77,5 %, protein 2,7%, yog' 0,6%, azotsiz ekstraktiv modda 11,3%, klechatka 6,6%, kul moddasi 1,3% ni tashkil etadi [3].

Topinamburning yorqin buyumlari foydali xususiyatlarning ta'sirli ro'yxatiga ega-ovqat hazm qilish uchun ijobiy ta'sir ko'rsatadi, ichki sekretsia ishlarini qayta tiklaydi va yaxshilaydi, semirib ketish muammolari va nazoratsiz tana vaznida vaznni tuzatishga yordam beradi, immunitet tizimining qarshiligini oshiradi, qon shakllantirish tizimini barqarorlashtiradi, qon aylanishini o'rnatadi; to'qimaning holatini yaxshilaydi, tomirlarning devorlarini mustahkamlaydi, bo'g'implarni kuchaytiradi.

Topinamburni qadimda bejiz yoshartiruvchi vosita deb hisoblashmagan. Chunki o'simlikning umumiy quvvatni oshiruvchi xususiyatlari beqiyosdir. Yernokdan doimiy ravishda me'yor bilan iste'mol qilib yurilsa, moddalar almashinuvini yaxshilaydi, organizmda, bo'g'implarda tuz yig'ilishini, qandli diabetning 2-darajali turlarini, me'da-ichak, ichak xastaliklari, anemiya, ateroskleroz, buyrak, tosh kasalliklari kelib chiqishini, oldini oladi. Asab kasalliklarini oldini olishda ham samrali xisoblanadi. Oyoq og'rig'i, oyoqni shishiga bog'liq bo'lgan kasalliklarga davodir [4].

Quyidagi vitaminlar va kislotalar ildizda mavjud: HP - 1,3 mg, beta karotin - 0,012 mg, foliy kislotasi - 18,8 mg gacha, E - 0,15 mg, tiamin (B₁ vitamini) - 0,07 mg, piridoksin (B₆ vitamini) - 0,23mg, A vitamini - 2 mkg, C vitamini - 6 mkg.

1- Jadval Topinamburning ozuqaviy qiymati 100 gramm mahsulot uchun quyidagi ko'rsatkichlarda ifodalanadi

Kimyoviy nomi	Mg/ml
Uglevodlar	- 13 g
Kaloriya	- 62 kkal
Oqsil	- 2.2 g
Yog'	- 0,05 g

Zarridagi parhez tolalarining tarkibi 3,8 gramm. Suv bir qutulashiladigan maydalangan suv - 82% gacha, kraxmal, organik kislotalar massa 0,1% gacha uchratish mumkun.

Topinamburning kelib chiqishi, vitaminlar, qimmatbaho oziq-ovqat tolalari, organik kislotalar bilan to'ldirilgan o'simliklar kelib chiqqan o'simlik mahsulotlari bilan to'ldirilganligini hisobga kerak. Topinamburda deyarli yog'lar bo'lmagan, ammo sabzavotli



oqsilning umumiy nisbati mavjud. Kraxmalning mavjudligi mahsulotning to'yismliligini ko'rsatadi.

Topinambura foydalari inson tanasi uchun topinamburning foydasini izchil ko'rib chiqilganda, ichki tizimlarning ichki tizimlari quyidagilarga ta'sir qiladi- Impoflik tolalari tufayli, tuproqni ovqat hazm qilish traktiga foydali ta'sir ko'rsatadi. Kislotalarning ta'siri me'da sekretsiasining kislotaligi pasayishiga yordam beradi. Ushbu ildiz zavodi oshqozon osti beziga ijobiy ta'sir ko'rsatadi, uning ishini barqarorlashtirish va bu organizmdagi umumiy yuklarni, shuningdek jigarda yumshatadi.

Endokrin tizim Qonda uglevodlarning qonga singilini so'ndirishning pasayishi natijasida testa orzaryali foydalanish effektidan kelib chiqadi. Bu homila va oziq-ovqat tolalari tomonidan to'yinganlik uchun hissa qo'shadi. Tabiiy inulinning mavjudligi inson tanasining hujayralarining hujayralarini energiya bilan to'ldirishga yordam beradi, ammo glyukozadan ortiqcha tiqilib qolishiga to'sqinlik qiladi. Qandli diabetda kemalar azoblanadi va topinamburning tasdiqlangan xususiyatlaridan biri qon tomir devorlarini mustahkamlashdir. Yuqori kremniy miqdori tufayli bu ildiz o'simlik tananing bo'g'imlari va yumshoq to'qimalari uchun foydalidir. Topinamburdan foydalanish bo'g'imlarning sog'lig'ini tiklash va himoya qilishga yordam beradi va terining egiluvchanligini oshirishga yordam beradi [5].

Immunitet tizimi "C vitamini", shuningdek foydali kislotalar tarkibi yuqori immunomodulyator bilan topinammurizmni amalga oshiradi. Agar siz suvni nok idishlarni doimiy parhezga aylantirsangiz, tanadagi tabiiy himoya xususiyatlarini ishlab chiqish mumkin, bu organizmning har qanday yuqumli kasalliklarga nisbatan kuchayishi mumkin. Ildizning ildizida etarlicha foliy kislotasi va E vitaminining ekstrakti bor.

Shunday qilib, ildiz bilan ovqatlanish bilan xiralashgan hujayralar va boshqa halokatli o'zgarishlarning jadal rivojlanishiga yo'l qo'ymaslik mumkin. Topinamburdan foydalanib, to'qimalarning yoshlarini saqlab qolgan foydali moddalarni qoplash tufayli terining, tirnoq, sochlarning sifatini yaxshilash mumkin.

Xulosa Ona zaminimizdagi har o't, har giyoh shifobaxsh. Shuni anglagan holda tabiatdagi har o'sib-ungan giyohni har taraflama o'rganish, muhofaza qilish, o'simlik



zaxiralaridan oqilona foydalanish siz-u bizning burchimizdir. Hozirgi kunda dunyo miqyosida dorivor o'simliklar xom ashyosidan olinadigan tabiiy dori darmonlarga bo'lgan talab ortmoqda. Shunday ekan, insonlar manfaatlarini ko'zlab, har bir giyoh xususiyatlarini o'rganib, ularning plantatsiyalarini yaratish hamda ko'paytirish ulardan yuqori sifatli dorivor o'simlik xom-ashyo zaxirasini tashkil etish zarur. Ushbu mahsulotlar yurtimiz aholisini ta'minlash bilan birga eksport qilish, jahon miqyosida O'zbekistonning tabiiy dorivor o'simliklari xom-ashyosi bila taminlash oldimizda turgan dolzarb vazifalardan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar

12. Ataboyeva X.N., Xudayqulov J.B., O'simlikshunoslik. Toshkent 2018.
13. Эшпулатов Ш.Я., Тешабоев Н.И., Мамадалиев М.З.У. Евразийский Союз Ученых, 2021 Интродукция, свойства и выращивание лекарственного растение стевия в условиях ферганского долины
14. Saminov A.A. O'g'li, Nasriddinova D.K. Qizi., Zanjabil o'simligini ochiq maydonlarda yetishtirish texnologiyasi //Science and innovation. – 2022. – T. 1. – №. D3. – C. 26-30.
15. Saminov A.A. O'g'li, Abdug'aniyeva D.O'. Qizi., Nazirova B.H. Qizi. Dollar daraxtining yetishtirish texnologiyasi //Science and innovation. – 2022. – T. 1. – №. D3. – C. 297-300.
16. Anvarjonovich D.Q., Saminov A.A., Xusanboyev G'.A., The importance of fungicides and stimulants in preparing seed grains First page : (415) Last page : (419) Article DOI : 10.5958/2278-4853.2021.00272.X