



UO‘T:635.3.34.347

## BARGLI-KO‘KAT SABZAVOTLAR

*Hikmatov Azimjon Ahmadjon o‘g‘li - Sabzavot, poliz ekinlari va kartoshkachilik ilmiy-tadqiqot instituti 1-bosqich tayanch doktoranti,*

*Rasulov Faxriddin Faxmuddinovich - Sabzavot, poliz ekinlari va kartoshkachilik ilmiy-tadqiqot instituti ilmiy kotibi, q.x.f.f.d., katta ilmiy xodim*

**Kirish.** Bargli ko‘kat sabzavotlar - bu oziq-ovqat sifatida iste‘mol uchun barglardan foydalanadigan sabzavot ekinlari. Bu guruh ekinlarga iste‘mol uchun barglari ishlatiladigan bir yillik, ikki yillik va ko‘p yillik madaniy o‘simliklar kiradi.

Haqiqiy bargli sabzavotlarga quyidagi sabzavot ekinlari kiradi: salat (latuk), kress-salat, petrushka, portulak, shpinat, shavul, mangold, (bargli osh lavlagi), krapiva, lyebeda, endiviy (sikoriy), bargli gorchisa, bodring o‘ti, sabzavot fyenxeli, bargli selderey, poyali selderey, misuna (yupon karami), ta-soy, radikkьo (italyan sikoriysi), Xitoy shpinati, suv shpinati, pak-choy, kale, Portugal karami, rukkola, indau.

Ushbu bargli ko‘kat sabzavotlardan keng tarqalgani bu salat (latuk) bo‘lib, jaxonda va respublikamizda katta maydonlarda ekib yetishtirib kelinmoqda.

Salatbargning lotincha nomi *Lactuca Sativa* bo‘lib, murakkabguldoshlar oilasiga mansub. Salatbarg o‘simligiga Yevropa mamlakatlarida katta e‘tibor beriladi. U Yevropaga XVI asrda va Rossiyaga XVII asr oxirlarida kirib kelgan. O‘zbekistonda salatbarg o‘simligiga bo‘lgan e‘tibor juda ham kam. Ayniqsa, sabzavot ishlab chiqarishining 1 foizini tashkil etadi xolos. Lekin shunga qaramay, salatbarg ba‘zi qiziquvchi tomorqa egalari, fermer va dehqon xo‘jaliklarida yetishtirib kelinmoqda. Salatbarg o‘simligini ham boshqa sabzavot ekinlari chiqmay turib, erta bahorda arzon narxda, kam mehnat va xarajat sarflab aholiga servitamin salatbarg o‘simligini yetkazib berish mumkin.

Ko‘kat ekinlaridan bir yil mobaynida jon boshiga 18-20 kg yoki umu-miy sabzavot ekinlarini, ya‘ni mahsulotlaridan 16,5% iste‘mol qilish odam organizmi uchun zarur hisoblanadi. Shundan 3% ni salatbarg o‘simligi tashkil qiladi. Yevropa, Amerika va Osiyoning juda ko‘p mamlakatlarida doi-miy ravishda boshqa sabzavotlar singari salatbarg ham keng iste‘mol qilinadi. Salatbarg o‘simligi parhez taom bo‘lib, sovuqqa chidamli, tezpishar, kam xarajat, boshqa sabzavotlar hali iste‘molga chiqmasdan turib, 2-3 marta yangi ko‘k massa holida hosil beradi, yuqori sifatli va kam chiqimlilik bilan ko‘p mamlakatlarda yetishtirishga tatbiq etilgan.

Salatbarg parhez ko‘kat sabzavot bo‘lib, tarkibi S, Ye va K vi-taminlari va mineral tuzlari, oqsil, uglevodlar va organik birikmalarga juda boy. Uni muntazam iste‘mol qilib borish qon bosimini pasaytirishda, ichak kasalliklari, oshqozon yarasini davolashda hamda buyrakdagi toshlarni maydalashda katta yordam beradi.

Tarkibida laktusin moddasi ko‘p bo‘lganligidan nerv xastaliklarini davolashda katta ahamiyatga ega. Salatbarg tarkibida 1,2-2,3 mg/% oqsil, 0,4-1,2% qand, 32 mg/% kaliy tuzi, 108 mg/% kalsiy, 38 mg/%, 2,2% uglevod, V<sub>1</sub>-vitamin, V<sub>2</sub>-riboflavin, RR-nikotin kislota, R-rutin, A-korotin, Ye-tokoferol va K-fillixekol va boshqa moddalar bo‘lganligi sababli



ishtahani ochadi hamda ovqat hazm qilishni yaxshilaydi. Salatbargda Ye va K vitaminlar boshqa vitaminlarga ko‘ra ko‘proqdir.

Salat ko‘p miqdorda organik kislotalarni, ayniqsa olma, limon hamda xushbo‘y moddalarning mavjudligi ishtahani yaxshilashga va ovqatni hazm bo‘lishiga imkon beradi. Uning tarkibida fitonsidlar, antibakterial xususiyatiga ega bo‘lgan moddalar bo‘lib, ular oshqozon ichak yo‘llarini zararsizlantirishda, organizmni yuqumli (infeksion) kasalliklarga chidamliligini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

Salatbarg oziq-ovqat uchun mos bo‘lgan to‘pbarg hosil qiladi. Bu ekin turi eng tez yetiladigan salat ekiniga mansubdir. Barglarni 30-40 kundan so‘ng iste‘mol qilish mumkin bo‘ladi. O‘simlik to‘pbarg hosil qilgandan so‘ng gul hosil qiluvchi poyasini tashlaydi. Salatbarg sovuqqa chidamli o‘simlik bo‘lib ochiq maydonlarda ko‘kat mahsuloti erta ko‘klamdan aprel oxiri may oylari boshlarida yetilib, toki kech kuz – noyabr oyining o‘rtalarigacha hosil berish davri davom etadi.

O‘simlikni unib chiqishi ob-havoga, iqlimga bog‘liq, salat o‘simligi ob-havo yaxshi kelgan yillari yanvar oyining oxiri, fevral oyining boshlarida unib chiqadi.

Salatbarg o‘simligining urug‘i +5 °S da unib chiqadi, o‘sishi uchun maqbul harorat +15...+20°S. Lekin +12...+14°S haroratda, zichroq boshchalar hosil bo‘ladi. +20 °S dan yuqori harorat poyalar hosil bo‘lishini tezlashtiradi. Sovuqqa chidamli navlar qisqa muddatli sovuqlarga 5-6 °S haroratgacha chidaydi. Yarovizatsiya davri salatbarg o‘simligida 2-5 °S haroratda bo‘lib o‘tadi va u Salatbargni yosh nihollarini qisqa muddatli 6-8° S haroratda sovuqdan mulcha himoya qiladi. Qish kelmasdan dekabr oyi issiq kelgan yillari salatbarg o‘simligi ertaroq unib chiqishi mumkin, bunday vaqtlarda ularni qo‘shimcha quruq aralashmalar bilan mulcha qilib ko‘miladi. Ob-havo unchalik sovuq bo‘lmagan yillari yosh nihollar juda ham yaxshi qishlab chiqadi va juda erta hosil beradi.

Salatbarg bandsiz yirik barglardan iborat past to‘pbarg yoki salat boshi hosil qiladi, so‘ngra shoxlangan gulpoya chiqaradi. Bargi silliq, yashil, och yashil yoki to‘q yashil rangda bo‘ladi. Poyasi sersuv. Birinchi yili gulpoya chiqarganda yoki kuchli rivojlangan vaqtda poya uzunligi 60-120 sm gacha bo‘lishi mumkin. Gul to‘plami-savatcha, guli mayda, sariq, ikki jinsli fakultativ o‘zidan changlanadi. Uning normal unuvchanligi 80% bo‘lib, 3-4 yilgacha saqlanadi.

Mamalakatimizda eng ko‘p ekiladigan Ko‘k-shox navi ertapishar nav bo‘lib, o‘svu davri 54 kun. Bargi o‘rtacha, silliq, suvli, qirralari mayda tishli, yashil rangli, degustasion bahosi 4,8 ball. Hosildorligi 2,1-3,2 kg/m<sup>2</sup>. Kasalliklarga chidamli. Levistro F<sub>1</sub> duragayi katta, yaltiroq, kuchli gofirovka qilingan barglar hosil qiladi. Ekinning o‘rtacha yetilish davri 60 dan 80 kungacha. Ochiq joylarda yoz mavsumi davomida yetishtirish tavsiya etiladi. Bu duragay keng tarqalgan kasalliklarga chidamli. Duragay transportda tashishga chidamli va u yangiligini uzoq vaqt saqlaydi.

Biz 2023 yilda Sabzavot, poliz ekinlari va kartoshkachilik ilmiy tadqiqot instituti tajriba maydanida bargli ko‘kat sabzavotlarni akvaponika usulida yetishtirish bo‘yicha tadqiqotlar olib bormoqdamiz. Tadqiqotning asosiy maqsadi, yuqori sifatli, ekologik toza bargli ko‘kat sabzavot mahsulotlarini yetishtirishda yer, suv va mineral o‘g‘it kabi



resurslarini tejoychi akvaponika texnologiyasini asosiy elementlarini ishlab chiqshdan iborat.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Ostonaqulov T.E., Zuyev V.I., Qodirxo‘jayev O.Q. Sabzavotchilik kitobi. Toshkent 2009 y.
2. Aripova Sh.R. Salatbarg yetishtirish. Agrobank -100 kitob to‘plami. 2021 y.
3. Mavlyanova R.F., Shokirov A.J., Ibrohimov B.A., Xakimov R.A. va boshqalar. Sabzavot yetishtirish kitobi. 2023 y.