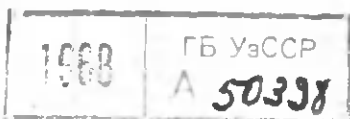


Қ. Ҳ. ҲОЖИМАТОВ
А. Р. АКРАМОВ

ЎЗБЕКИСТОННИНГ АСОСИЙ ЗИРАВОР ЎСИМЛИКЛАРИ



Ю

Ю 333:633
Х 59:

№ 22

Ўзбекистон КП Марказий Комитетининг
Бирлашган нашриети
Тошкент — 1968

Ҳожиматов Қ. Х. ва Акрамов А. Р.
Ўзбекистоннинг асосий зиравор ўсимликлари. Т., Ўзбекистон КП МҚнинг Бирлашган нашриети, 1968.
26 бет. Тиражи 12170

І. Соавт.

Ҳоджиматов Қ. Х. и Акрамов А. Р. Основные пряные растения Узбекистана.

633.88

КИРИШ

Ўзбекистон флорасида 4000 дан ортиқ ўсимлик турлари мавжуд бўлиб, шулардан 300 га яқини озиқ-овқат ва зиравор ўсимликлардир. Бу ўсимликлар бир неча юз йиллардан бери халқ томонидан овқатга солиниб ёки тўғридан-тўғри истеъмол қилиниб келинмоқда.

Урта Осиёнинг буюк мутафаккир олими Абу Али ибн Сино ҳар хил касалликларга чалинмаслик учун кўпроқ сабзавот, турли кўкат ва ўсимлик маҳсулотларини истеъмол қилиш зарурлигини таъкидлаган эди. Унинг ўзи эса юзлаб касалликларни ўсимликлардан тайёрланган дори-лар билан даволаган эди.

Маълумки, ҳар қандай овқатга хуштам бериш учун ўсимликнинг барги, пояси, гули, уруғи, илдизи ва пиёзи ишлатилади. Бу, биринчидан, таомни хуштам қилиб, одамнинг иштаҳа билан овқатланишига имкон берса, иккинчидан, уни ўсимликлар таркибидаги турли витаминлар, глюкозалар, танид моддаси, эфир мойлари, органик кислоталар ва минерал тузлар билан таъминлайди. Бу моддалар овқатнинг тез ва осон ҳазм бўлишида, одам организмига тез сингишида, турли касалликларга чалинмаслиги ва умуман одам организмида модда алмашинувининг яхшиланишида катта роль ўйнайди.

Баъзи зираворлар (қалампир, хрен, саримсоқ) бактерицидлик ҳамда антиокислителлик хусусиятига эга бўлади. Шу сабабли булар тайёрланган овқатларни узоқроқ вақт сақлаш имкониятини беради. Чунки улар бу давр ичида овқатда микроорганизмларнинг кўпайишига йўл қўймайди (балки, уларни ҳалок қилади ва ёғларнинг аччиқ бўлишига шароит яратиб бермайди).

Бундай ўсимликларнинг юқорида айтиб ўтилган хусусиятларини назарда тутиб, озиқ-овқат саноатида улардан турли-туман консервалар тайёрлашда, ширинликлар ишлаб чиқаришда ва кулинарияда кенг фойдаланса бўлади. Бундай қимматбаҳо хом ашё берувчи ўсимликларнинг кўпчилиги республикамизнинг чўл, адир ва яйловларида кенг тарқалган бўлиб, баъзи бирлари маданийлаштирилган.

Лекин, таомларда кўп ишлатиладиган ва баъзилари халққа, кулинарияга ҳамда озиқ-овқат саноатига ҳали ҳам етарлича маълум бўлмаган зиравор ҳисобланувчи ўсимликларни ўрганиш ва уларни турмушга татбиқ этишга ҳанузгача кам эътибор бериб келинмоқда. Ваҳоланки, улардан тўла фойдаланиш аллақачон зарурат бўлиб қолган.

Шу сабабли биз ушбу китобчада таомларда ишлатиладиган зиравор ўсимлик турларининг биологияси, тарқалиши ва ишлатилиши, шунингдек уларнинг озиқ-овқатлик хусусияти, маданий шароитда етиштириш тадбирлари, кимёвий таркиби, қай тариха йиғиштириб олиниши, қуритилиши ва сақланиши тўғрисида қисқача тўхталиб ўтамиз. Бундан ташқари маҳаллий аҳолининг зиравор ўсимликларни қай тарзда истеъмол қилишлари ҳақида ҳам бир неча сўз айтамиз.

Авторлар китобчани ёзишда ўзларининг шах-

сий кузатишлари ва тажриба якунларига асосландилар, шу билан бирга мавжуд адабиётларда келтирилган маълумотлардан ҳам фойдаландилар.

1. **Укроплар.** Булар соябонгулдошлар оиласига мансуб бўлиб, баландлиги 60—100 сантиметр келадиган бир йиллик ўсимликлардир. Республикамизда уларнинг 2 тури мавжуддир. Укропларнинг бир тури Қарши шаҳри атрофида учрайди. Иккинчи тури эса маданий шароитда кенг тарқалган.

Укроп апрель ойидан кеч кузгача гуллаб уруғ беради.

Укропнинг ер усти қисми ҳушбўй ҳидлидир. Шу сабабли у бутунлигича помидор, бодринг, карам, тарвуз ва бошқа маҳсулотларни тузлашда фойдаланилади. Унинг барра барглари эса ҳар хил салатларга ва овқатларга ишлатилади.

Укропнинг барра барглари ва уруғи медицинада уйқусизликка, овқат ҳазм қилиш аъзоларининг касалликларига ва геморой дардига қарши дори тайёрлашда қўлланилади. Халқ медицинасида эса сут безларининг фаолиятини яхшилашда ишлатилади.

Укропнинг уруғида 3—7 процент эфир мойи ва органик моддалар бор.

Укроп республикамизнинг сабзавотчилик хўжаликларида жуда кам миқдорда ва кишиларнинг томорқалари ҳамда ҳовлиларида экилади.

Укроп сернам тупроқни севади. Унинг уруғи март-апрель ойларида 20—30 сантиметр кенгликда жўяклар олиниб, ҳар 100 квадрат метр жойга 80—100 грамм ҳисобида сепилади. Уруғининг унувчанлиги 50—80 процентни ташкил қилади. Ҳар 100 квадрат метр ердаги укропдан 6—8 килограмм уруғ олиш мумкин. Унинг барги териб олингандан кейин сояда қуритилади.

2. **Фенхель.** Фенхель соябонгулдошлар оила-сига мансуб бўлган бирйиллик ўсимликдир. Унинг баландлиги 1 метргача кўтарилади. Фенхель Ўзбекистонда учрайдиган ноёб ўсимликлардан бири бўлишига қарамай, маҳаллий аҳоли уни кўп истеъмол қилмайди. У июнь-июль ойларида гуллайди ва июль-август ойларида уруғ беради.

Фенхельнинг барглари салат ва ҳар хил овқатларга солинади. Майин илдизлари эса қайна-тилиб, турли таомларга қўшилади.

Саноатда фенхель уруғидан олинган эфир мойи чой тайёрлашда, конфетлар ишлаб чиқаришда, помидор, бодринг, тарвуз ва карамларни тузлашда ишлатилади.

Медицинада фенхель уруғидан кўз ва ичак касалликларини, буйрак ва грипп дардларини даволашда ишлатиладиган дори тайёрланади. Бундан ташқари, унинг уруғида витамин «А» ва «С» жуда кўп бўлади.

Фенхель уруғида 4—6 процент эфир мойи, 12—18 процент шакар моддалари, оқсил, танид моддалари ҳамда олма ва янтар кислоталари бўлади.

Фенхельни республикамизнинг сабзавотчилик хўжаликларида ва томорқаларда кўпайтириш лозим. Бунда экишга тайёрланган ернинг ҳар 100 квадрат метрига 40—50 грамм уруғ сепилади. Бир-икки ҳафтадан сўнг бу уруғлардан 50—90 проценти униб чиқади. Қатор ораларига ишлов бериш учун жўякларнинг оралиғи 15×20 сантиметр бўлиши керак.

Фенхель серсув тупроқни ва азотли ўғитларни севади.

Фенхель, агар ундан барг олиш учун экилса, май ойида ўриб олиниб, сояда қуритилади. Уруғини эса август ойининг охирида тўплаш маъқул.

3. Саримсоқ. Саримсоқ пиёзгулдошлар оиласига кирувчи, баландлиги 50—60 сантиметр бўлган икки йиллик ўсимликдир. У Ўзбекистоннинг ҳамма ерларида экиб, кўпайтирилади.

Саримсоқ биринчи йили барг чиқариб, бош тугади. Иккинчи йили эса шу бошлар тупроққа ўтқазилади, натижада ўсимлик гуллайди ва уруғ беради.

Саримсоқнинг барги турли салат ва овқатларга солинади. Унинг пиёзбошиси эса ўзбек таомларининг деярли ҳаммасида ишлатилади.

Маҳаллий аҳоли саримсоқни қазни тайёрлаш, помидор ва бодринг тузлашда ишлатади. Санотда эса саримсоқдан ҳар хил консервалар ва колбасалар тайёрлашда фойдаланилади.

Медицинада саримсоқдан нафас йўлида бўладиган ва ошқозон-ичак трактидаги касалликларни даволаш мақсадларида дори тайёрланади. Саримсоқ таркибида «В» «Д» ва қисман «С» витаминлари бўлади. Шунинг учун ҳам халқ медицинасида тиш милкида бўладиган айрим касалликларни даволашда ишлатилади. Саримсоқ фитонцидлик хусусиятга эга бўлгани сабабли уни ҳафтада бир-икки марта қабул қилиш тавсия этилади. Шундай қилинганда у оғиз бўшлиғида учрайдиган микробларни ўлдиради.

Республикамизда саримсоқнинг бир неча навлари экилади. Унинг уруғи эрта баҳорда, яхшилаб тайёрланган ернинг ҳар 100 квадрат метрига 200—250 грамм ҳисобидан экилади. Қатор оралиғи 20—30 сантиметр, жўяклардаги кўчатларнинг оралиғи эса 10—15 сантиметр бўлиши керак.

Саримсоқ баргини тўплаб, қуритиб ишлатиш унча яхши натижа бермайди. Уни барралик пайтида истеъмол қилиш керак.

Пиёзбошлари эса қазиб олингандан кейин қуёшда қуритилади ва қуруқ жойларда сақланади.

4. Петрушка. Петрушка соябонгулдошлар оиласининг бўйи 80 сантиметрга етадиган икки йиллик вакили ҳисобланади. Ўзбекистонда унинг бир тури учрайди. У июль ойида гуллаб, август ойида уруғ беради.

Петрушканинг барглари барралик пайтида ҳар хил салатларга, гўштли ва гўштсиз таомларга солинади. Саноатда эса турли вино ва пишлоқлар ишлаб чиқаришда қўлланилади.

Медицинада петрушкадан қон таркибини яхшилашда, ҳар хил жароҳатларни даволашда, илдиздан эса буйрак касалликларини даволаш учун дорилар тайёрлашда фойдаланилади.

Петрушка бошқа ўсимликлардан ўзининг витаминга бойлиги билан фарқ қилади. Унинг баргида «А» ва «В» витаминлари жуда кўп бўлади. Бундан ташқари унда минерал тузлар ҳам мавжуд. Уруғи таркибида эса 2—7 процент эфир мойи бор.

Петрушка уруғидан кўпайтирилади. Уруғ эрта баҳорда қатор оралари 35—40 сантиметр бўлган жўякларга экилади. Униб чиққан ниҳолларнинг оралиғи 15—20 сантиметр бўлиши талаб этилади.

Петрушканинг, асосан, барглари қадрланади. Шунинг учун унинг барги йнғиб олиниб, сояда қуритилади ва ҳаво ўтказмайдиган идишларда сақланади.

5. Кашнич — Кориандр. Кашнич бир йиллик ўсимлик бўлиб, баландлиги 50 сантиметр келадиган соябонгулдошлар оиласининг вакилларида ҳисобланади. У саноат учун эфир мойи берувчи асосий ўсимликлар жумласига киради. Шунинг-

дек, у ширинликларни, пишлоқ, колбаса ва турли хил ичимликларни (пиво, ликёр ва бошқаларни) хуштам қилишда ишлатилади. Бундан ташқари, кашничдан олинадиган эфир мойи хушбўй бўлгани туфайли ундан парфюмерияда, косметикада ва совун пиширишда фойдаланилади. Эфир мойидан ташқари кашнич уруғида ёғлар ҳам бўлиб, тўқимачилик саноатида ишлатилади.

Кашнич уруғидан медицинада шамоллашга ва қорин оғриғига қарши дори тайёрлашда фойдаланилади. Агар унинг уруғи сирка эритмаси билан аралаштирилиб, ёз пайтида гўшт ва гўштли маҳсулотларга қўшилса, уларни узоқ сақлайди.

Кашничнинг яхши пишган уруғи таркибида 0,3—1,18 процент эфир мойи, 20 процентгача ёғлар ҳамда «А» ва «С» витаминлари бўлади.

Кашнични республикамизнинг сабзавотчилик хўжаликларида кўплаб етиштириш мақсадга мувофиқдир. У март-апрель ойларида, яхши ишлов берилган ерларнинг ҳар 100 квадрат метрига 200—250 грамм ҳисобида экилади. Қатор оралиғи 25×45 сантиметр бўлиши керак. Бордию шу тадбирлар муваффақиятли равишда амалга оширилса, ҳар гектар ердан 5—12 центнер уруғ олиш мумкин.

6. Райҳон. Райҳон лабгулдошлар оиласига кирувчи, баландлиги 25—80 сантиметр келадиган бир йиллик ўсимлик бўлиб, Ўзбекистоннинг ҳамма областларида ўстирилади. Унинг садарайҳон, ошрайҳон, қорарайҳон каби навлари халқимизнинг узоқ йиллар давомида танлаш натижасида етиштирган меҳнати маҳсулидир.

Райҳон ёз давомида гуллаб, уруғи кузда пишди.

Райҳон ҳовли ва гулзорларни безатибгина

қолмай, унинг барглари ҳар хил суюқ овқатларга, қуритилгани эса мурабболарга ва пишлоқларга солинади.

Саноатда райҳоннинг қуритилган барглари консерваларга, кулинарияда эса турли парҳез таомларга қўшилса, яхши натижа беради.

Медицинада райҳондан ошқозон фаолиятини яхшилашда ва ўт пуфағи, буйракда бўладиган айрим касалликларни даволашда ишлатиладиган дорилар тайёрланади.

Халқ медицинасида эса турли жароҳатларни даволашда қўлланилади.

Райҳоннинг баргида 0,8—2,7 процентгача эфир мойи бўлади.

Райҳон оралиғи 20×20 сантиметр бўлган жўякларга эрта баҳорда экилади. Ҳар 100 квадрат метр ерга бир грамм уруғ сепади. Орадан 10—14 кун ўтгач, 60—80 процент уруғ униб чиқади.

Райҳон сернам тупроқни севади. Яхши ишлов берилган майдоннинг ҳар 100 квадрат метридан 6—12 килограмм қуруқ масса олиш мумкин.

Райҳон барглари ўз ранг ва сифатини йўқотмаслиги учун уни сояда қуритиб, қуруқ жойларда сақлаш керак.

7. Арпабодён. Арпабодён соябонгулдошлар онласига кирувчи икки йиллик ўсимлик бўлиб, баландлиги 70 сантиметргача етади. У республикамизнинг тоғларида ёввойи ҳолда кўплаб учрайди. Маданий ҳолда эса томорқаларда ўстирилади. Бу ўсимлик июнь ойида гуллаб, июль ойида уруғ беради.

Маҳаллий аҳоли арпабодённи жуда қадим замонлардан бери ҳар хил овқатларга ишлатиб келмоқда.

Унинг барча барглиридан ва ёш новдалари-

дан салат тайёрланади, помидор, бодриг ва карамни тузлашда фойдаланилади. Арпабодённинг меваси саноатда турли-туман ширинликлар (холва, нишолда) ва ичимликларни тайёрлаш ҳамда нон пиширишда, кулинарияда эса ҳар хил суюқ овқатларни тайёрлашда ва яхна гўштларни пиширишда ишлатилади.

Медицинада арпабодённинг ўзига хос ўрни бор. Ундан махсус препарат тайёрланиб, бу препарат ичак ва ошқозон касалликларига қарши ишлатилади.

Халқ медицинасида сийдик ва ел ҳайдовчи дори сифатида ишлатилади.

Арпабодён уруғининг таркибида 3—7 процентгача эфир мойи, 12—16 процент ёғ ва 10—12 процент оқсил моддалари мавжуд. Уни сабзавотчилик хўжаликларида экиб кўпайтирилса, яхши натижа беради. Бунинг учун қатор ораларни 30×40 сантиметр қилиб ҳар гектар ерга 6—10 килограмм уруғ экилади. Орадан икки ҳафта ўтгач, уруғнинг 85—90 проценти униб чиқади.

Арпабодён биринчи йилдаёқ уруғ беради. Ҳар гектар ердан 7—15 центнер ҳосил олиш мумкин. Ҳосил йиғиштириб олингач, қопларга солиниб, қуруқ жойда сақланилади.

8. **Хрен.** Хрен бутгулдошлар оиласининг баландлиги 150 сантиметргача борадиган кўп йиллик ўт ўсимликлар вакилларидан биридир. Бу ўсимлик бизда маданийлаштирилган, томорқаларда ҳам ўстирилади.

Хрен илдизи гўшдан ва балиқдан тайёрландиган таомларга ишлатилади. Ўсимликнинг илдизи органик моддаларга, минерал тузларга ва витаминларга бой бўлгани сабабли, у инсон саломатлиги учун жуда фойдали ҳисобланади.

Медицинада ундан оғриқни тўхтатишда,

йўтал ва зотилжам касалликларини даволашда фойдаланилади. Халқ медицинасида эса ревматизмга қарши ишлатилади.

Хрен илдизининг таркибида 0,05 процент эфир мойи, 0,32 процент ёғ, 3,5 процент протенин, 13 процент азотсиз моддалар, «С» витамини ва олтингурут бор.

Хрен жуда фойдали ўсимлик бўлгани учун уни сабзавотчилик хўжаликларида кўплаб етиштирмоқ керак.

Хрен фақат илдизидан кўпаяди. Унинг ён илдизчалари ва асосий илдизидан олинган бўлакчалар кўкариш хусусиятига эга. Илдиз бўлакчалари ва ён илдизчалар бир жойга тўплангач, қумга кўмиб қўйилади. Уларни эрта баҳорда олиб, яхши ишлов берилган ерларга жўяк оралиғи 50 сантиметр ва ўсимлик оралиғи 25—30 сантиметр қилиб ўтқазилади.

9. Қалампир. Қалампир итузумгулдошлар оиласига мансуб бўлган ва бўйи 60 сантиметр келадиган бир йиллик ўсимликдир. У республикамизнинг барча районларида экиладиган ўсимлик бўлиб, сутли овқатлардан бошқа ҳамма таомларда ишлатилади.

Кейинги йилларда қалампирнинг янги нави («Булғор қалампир») Ўзбекистоннинг сабзавотчилик хўжаликларида ва томорқаларда кўплаб экиладиган бўлиб қолди. Бу қалампир мевасининг юмалоқлиги, ширинлиги ва хуштаъмлиги билан узунчоқ ва аччиқ мевали қалампирдан бутунлай фарқ қилади. Булғор қалампирини суюқ овқатларда ва дўлма пиширишда кенг ишлатилади. Узунчоқ мевали, аччиқ қалампирдан эса турли-туман таомларга аччиқ таъм бериш ва иштаҳани очиш учун, шунингдек салатлар тайёрлашда фойдаланилади.

Қалампир саноатда айниқса консерваларни тайёрлашда, ичимликларни ишлаб чиқаришда сарфланади.

Медицина ва халқ табибчилигида шамоллашга қарши қўлланилади.

Шунн ҳам айтиш керакки, аччиқ мевали қалампирни кўп истеъмол қилиш ярамайди. Акс ҳолда жигар ва ўт пуфағи фаолнятининг бузилишига, асаб ва жинсий органлар фаолнятининг сусайишига олиб келади.

Қалампир бизнинг шароитимизда икки марта ҳосил беради. Унинг уруғи оралиғи 20×30 сантиметр бўлган қаторларга экилади. Ҳар 100 квадрат метр ерга 100—150 грамм уруғ сепилади. Уруғ униб чиққач, ҳар бир тупнинг оралиғи 15—25 сантиметр қилиб қолдирилади.

Қалампир нам ерни яхши кўрадиган ўсимликдир.

Булғор қалампирининг меваси яшиллик пайтида истеъмол қилиниши маъқул. Чунки бу пайтда «С₁» «Р₁» «В₁» «В₂» витаминларининг миқдори анча кўп бўлади. Қалампирнинг аччиқ нави эса меваси қип-қизил бўлиб пишгандан сўнг йиғиб олинади, шода-шода қилиб шамолда қуритилгач, қуруқ ерларда сақланади.

10. **Зира.** Зира соябонгулдошлар оиласига мансуб бўлиб, бўйи 40—70 (100) сантиметр баландликда ўсадиган кўп йиллик ўсимликдир. У республикамизнинг Қашқадарё, Сурхондарё, Сирдарё ва Самарқанд областларидаги адир ва тоғ ён бағирларида учрайди. Зира май-июль ойларида гуллаб, уруғи июнь-июль ойларида пишади. У маданийлаштирилганда ҳаётининг 4-йилдан бошлаб гуллаб, уруғ бера бошлайди.

Зира жуда қадим замонлардан бери Урта Осиё ва Шарқ халқларининг севиб истеъмол қи-

ладиган ўсимликларидан ҳисобланади. Халқимиз орасида тез-тез эшитилиб турадиган «зиравор» деган сўздан ҳам буни билиб олиш мумкин. К. Маҳмудов ўзининг «Ўзбек таомлари» номли китобида зиранинг 250 хил овқатга солиб ишла-тилиши мумкинлиги тўғрисида ёзган. Ҳақиқатан ҳам маҳаллий аҳоли ўзининг сеvimли таомлари бўлмиш палов, шовла, қовурдоқ, кабоб ва ҳока-золарни пиширишда, шунингдек қазни ва ҳасил тайёрлашда зира уруғини жуда қадимдан ишла-тиб келади.

Шарқнинг машҳур донишманд олими Ибн Сино зирадан ошқозон ва ичак, жигар ва сийдик йўллари касалликларини даволаш учун дори тайёрлаган.

Биз истеъмол қиладиган зира ёввойи ҳолда ўсадиган зира ўсимлигидан олинади.

Кейинги йилларда Ўзбекистон ССР Фанлар академияси Ботаника институтининг илмий ходимлари зирани маданийлаштириш устида иш олиб бормоқдалар. Бунинг натижасида уни кў-пайтириш мумкинлиги амалда исботланмоқда.

Зира уруғининг ўзига хос хушбўйлиги унинг таркибидаги эфир мойига боғлиқдир.

Эфир мойининг миқдори табiiй зира уруғи-нинг таркибида 2,75—3,0 процент бўлса, мада-нийлаштирилган зира уруғида 4,0—4,2 процент-гача бўлади.

Зира шўрхок бўлмаган тупроқларнинг ҳам-масида ўсаверади.

Уруғ кеч кузда, оралиғи 20×25 сантиметр бўлган жўяклар олиниб, ҳар 100 квадрат метр ерга 100—150 граммдан экилади. Ўсимлик ҳосил бера бошлагач, тигиз ўсимлик тупларини кўчат қилиб ўтқазса ҳам бўлади.

Зира шоналаш ва гуллаш даврида 3—4 мар-

та суғорилади. Шунда унинг ҳар гектаридан 12—15 килограммгача уруғ олиш мумкин. Уруғни тўплаб олгандан сўнг ҳаво ўтказмайдиган идишларда, қуруқ жойда сақлаш керак.

11. **Анис.** Анис соябонгулдошлар оиласига кирувчи бир йиллик маданий ва подир ўсимликлардан бўлиб, унинг бўйи 20—25 сантиметрга етиб боради. Май-июнь ойида оппоқ гуллаб, июнь-июль ойида меваси пишади.

Ўсимлик барралик пайтида унинг барглари турли хил овқатларга ишлатилади. Уруғидан эса нон пиширишда, ширинликлар ва ҳар хил ичимликларни тайёрлашда, кулинарияда шўрва ва яхна гўштларини пиширишда фойдаланилади. Кишилар уни помидор, бодринг, карам ва тарвуз тузлашда ишлатадилар.

Медицинада аниснинг уруғи ва мойи нафас йўлларини ва ошқозон-ичак фаолиятини яхшилашда ҳамда турли дорилар тайёрлашда ишлатилади. Бундан ташқари анис мойлари парфюмерияда ва косметикада кенг қўлланилади.

Анис уруғининг таркибида 6 процентгача эфир мойи бор. Уни республикамизнинг сабзавотчилик хўжаликларида кўплаб етиштирса бўлади. Анис уруғини эрта баҳорда ҳар 100 квадрат метр майдонга 150—200 грамм ҳисобида экилади. Уруғ 2—3 ҳафтадан кейин 70—90 процентгача униб чиқади. Агар ниҳоллари ораси 20—30 сантиметр қилиб ишлов берилса, ҳосилдорлик анча яхши бўлади. Шунда унинг ҳар гектаридан 6—8 килограммдан уруғ олиш мумкин.

Анис баргини овқатга ва турли хил салатларга ишлатиш учун барралик пайтида, яъни шоналаш пайтигача тўплаб олиш керак. Уруғи тўла пишган даврда эса ўсимликни батамом ўриб, уни янчиб олган маъқулдир.

12. Алқорўти. Алқорўти соябонгулдошлар оиласига мансуб бўлган кўп йиллик ўсимликдир. Унинг бўйи 1—1,5 метргача етади, июнь-июль ойларида гуллаб, август-сентябрь ойларида уруғ беради.

Алқорўти республикамизнинг Тошкент, Фаргона, Самарқанд, Қашқадарё областларида ва Сурхондарё областининг Сарийосиё районида жуда кўп тарқалган. У маҳаллий аҳолининг қадим замонлардан буён истеъмол қилиб келаётган ўсимликларидан ҳисобланади. Алқорўти турли озиқ-овқатларни тайёрлашда ишлатилишдан ташқари сутли ва мойли маҳсулотларнинг 1—3 ҳафта мобайнида ачиб кетишига йўл қўймайди ва хушхўр қилади. Шунингдек, алқорўтининг барглари қатиқ, сарийёғ, пишлоқ ва чалоп тайёрлаганда ишлатилади. Унинг ер устидаги қисми эфир мойи ҳамда витаминга бой бўлгани сабабли ундан бодринг, помидор ва карам тузлашда фойдаланилади.

Алқорўти фақат тоғли ерлардан олиб келиниб истеъмол қилинади. Унинг юқорида айтиб ўтилган хусусиятларини назарда тутиб, алқорўтини кўпайтириш ишини республикамизнинг сабзавотчилик хўжаликларида кенг йўлга қўйиш лозим.

Алқорўти уруғидан кўпайтирилади.

Унинг барглари гуллашдан олдин йиғиштириб олиниб, соя жойда яхшилаб қуритилади, сўнгра шиша идишларда, қуруқ жойларда сақланади.

13. Ялпиз. Лабгулдошлар оиласига мансуб бўлган ва 60—100 сантиметргача баланд кўтарилиб тик ўсадиган бу кўпйиллик ўсимликнинг республикамиз флорасида тўрт тури мавжуд. Ялпизлар Ўзбекистоннинг барча областларидаги

намли ва захли ерларда, ариқ бўйларида, дарё қиргоқларида ва тоғ олди қисмларидан токи тоғнинг ўрта минтақасигача бўлган жойларда учрайди.

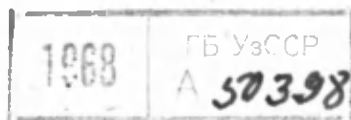
Ялпизнинг деярли ҳамма қисмида 0,3—3 процентгача эфир мойи бўлади, саноатда ва халқ хўжалигида, асосан, барги қадрланади. Эрта баҳорда унинг барра барглари териб олиниб, турли-туман овқат тайёрланади ёки ҳар хил овқатларга солинади, шунингдек турли-туман сатлатларни тайёрлашда ишлатилади.

Маҳаллий аҳоли эрта баҳорда, эндигина кўкариб чиққан ялпизларни териб сомса ёпади ва чучвара пиширади. Баъзан терилган ялпизларни яхшилаб ювиб ташлаб, устига туз сепади-да, нон билан истеъмол қилади. Саноатда эса ялпиздан олинadиган эфир мойи турли ширинликлар, ичимликлар ва шарбатларга солинади, парфюмерияда ҳар хил атрлар ва совунлар тайёрлашда ишлатилади.

Медицинада ва халқ табибчилигида ялпизнинг деярли ҳамма турлари нафас йўллари ва овқат ҳазм қилиш органларининг фаолиятини яхшилашда, фармакологияда эса дориларни хушбўй қилишда қўлланилади.

Маҳаллий аҳоли ялпиз баргларини қуритиб, қуруқ мевалар: ўрик, шафтоли ва бошқаларга аралаштиради. Натижада мева ҳар хил ҳашарот личинкаларининг зарарли таъсиридан сақланади.

Республикамизда ялпиз запаслари катта. Уни, асосан, вегетатив, яъни илдиз пояларини қаламча қилиш йўли билан кўпайтириш мумкин. Бу усул билан кўпайтирилганда, қатор оралиғи 30×40 сантиметрли жўяклар тортилади ва ҳар 100 квадрат метр майдонга 1000—1500 кўчат



ўтқазилади. Шундай қилинганда ҳар 100 квадрат метр ердан 15—20 килограмм қуруқ ялпиз барги тўплаш мумкин.

14. Лимонўт. Бу ўсимлик лабгулдошлар оиласига кирувчи, 30—60 сантиметргача бўй чўзиб ўсадиган кўп йиллик ўт бўлиб, Тошкент ва Сурхондарё областларининг тоғолди ва тоғнинг ўрта қисмидаги дарахтлар тагида кўплаб ўсади. У июнь-август ойларида гуллайди ва июль-сентябрь ойларида уруғ беради.

Ўсимликнинг ҳиди лимоннинг ҳидига ўхшаб кетгани учун уни, кўпинча, лимонли мелисса деб ҳам атайдилар.

Лимонўт республикамизда кам истеъмол қилинадиган ўсимликлардан ҳисобланади. Агар унинг барги салат, шарбат, сутли маҳсулотлар, шўрва ва бошқа таомларни тайёрлашда ишлатилса, лимон мазасини беради.

Медицинада лимонўтдан одам организмнинг бўшашиб кетишига қарши, юрак ва ошқозон касалликларини, нафас йўллариининг яллиғланиб қолиш касалликларини даволашда, шунингдек компресс қилиш ва бошқа мақсадларда фойдаланилади. Айниқса ундан тайёрланган препарат қорин ва ичакда тўпланиб қолган газларни ҳайдаш учун ишлатилади.

Лимонўтнинг таркибида 0,1—0,25 процент эфир мойи бўлади. У ер танламайди, фақат суғориб турилса бас. Эрта баҳорда ерни юмшатиб ҳар 100 квадрат метр майдонга 2—5 грамм уруғ сепилади. Уруғ 3—4 ҳафтада 20—90 процентгача униб чиқади. Унинг қатор оралиғи 30×40 сантиметр бўлиши лозим.

Лимонўтнинг барглари у то шоналагунга қадар йиғиб олинади.

15. Кўкат-иссоп. Бу лабгулдошлар оиласига

оид кўп йиллик ўсимлик бўлиб, баландлиги 20—65 сантиметргача етади. У биринчи йилдаёқ уруғ беради. Кўкат июль-август ойларида гуллайди ва уруғи август-сентябрь ойларида пишади.

Кўкат Ўзбекистонда кам ўстирилади. Уни фақат Самарқанд, Тошкент ва Сурхондарё областларининг тоғли халқларигина турли таомлар учун ишлатадилар.

Медицинада кўкатдан нафас йўлларида учрайдиган касалликларни ва ревматизмни даволашда, шунингдек гижжани туширишда ишлатиладиган дорилар тайёрланади.

Саноатда эса уни вино-ликёр тайёрлашда ишлатса бўлади.

Кўкатнинг ер усти қисмларида 0,3—1,2 процент эфир мойлари бор.

Ҳозирги вақтда Ўзбекистон ССР Фанлар академияси Ботаника институтининг илмий ходимлари бу ўсимликни Тошкент областида маданий ўсимлик сифатида ўстириш бўйича тажриба ишлари олиб бормоқдалар. Дастлабки ишлар яхши натижалар бермоқда.

Кўкат уруғидан, қаламчасидан ва илдиз бўлақларида кўпайтирилади. Уруғи кузда ёки эрта баҳорда қаторларни оралиғи 25 сантиметр бўлган жўякларга экилади. Кўчатларнинг оралиғи 30—40 сантиметр бўлиши керак.

Кўкат ҳосили июль-сентябрь ойларида йиғиштириб олинади. Унинг, асосан, барглари қадрланади. Агар юқоридаги тадбирлар амалга оширилса, ҳар 100 квадрат метр ердан 25—40 килограмдан қуритилган хом ашё олиш мумкин.

16. Кийикўтлари. Бу лабгулдошлар оиласига кирувчи, баландлиги 30 сантиметр келадиган ўт бўлиб, республикамизда уларнинг 7 тури ўсади. Кийикўтларининг баъзи турлари бир йиллик ва

баъзи турлари икки йиллик бўлиб, уларни Ўзбекистоннинг барча тоғли районларининг адир ва тоғ ён бағирларидаги жойларда учратилади.

Кийикўти июнь-июль ойларида гуллаб, мевалари июль-август ойларида пишади.

Кийикўти маҳаллий аҳолининг ғоят сеvimли зираворларидан ҳисобланиб, турли хил таомларда ишлатилиб келади. Саноатда эса кийикўти турли-туман гўштли ва балиқ консерваларни, ширинликларни ва шарбатларни ишлаб чиқаришда ишлатилади.

Кийикўти халқ медицинасида юрак санчиш касалига қарши қайнатиб ичилади. Бундан ташқари қуритилган барглари талқон қилиниб, қуруқ меваларни ҳашарот личинкаларидан сақлаш учун сепилади.

Кийикўтининг, асосан, барглари қадрланади. У жуда қимматбаҳо ўсимликлигига қарамай, ҳа-нузгача эътибордан четда қолиб келмоқда. Аслида эса бу ўсимлик таомларга солинадиган мурч ва лавра баргларидан ҳам устунлик қилади. Гуллаган пайтида унинг барглари таркибида 0,8—1,5 процент эфир мойи бўлади.

Кийикўтининг гуллаган даврида тўпланган барглари соя ерда қуритилганидан сўнг шиша ёки чинни идишларда, қуруқ жойда сақланади.

17. Мармараклар. Мармараклар лабгулдошлар оиласи вакилларидан бўлиб, бўйи 130 сантиметргача ўсади. У республикамизнинг барча районларида учрайди. Ўзбекистон флорасида бу икки йиллик ўсимликнинг 17 тури мавжуд бўлиб, фақат 2 тури катта аҳамиятга эгадир.

Маҳаллий аҳоли бу ўсимликни маврак, зиғрак, кўпчилиги эса мармарак деб атайди.

Мармаракнинг барглари суюқ овқатларга ва мурабболарга солинади. Унинг қуритилган барг-

ларидан турли хил консерваларни тайёрлашда, ароқ-ликёр ишлаб чиқаришда фойдаланиш мақсадга мувофиқдир.

Медицинада мармарак нафас йўлларида ва овқат ҳазм қилиш аъзоларида содир бўлган баъзи касалликларни даволашда ишлатилади.

Халқ медицинасида эса ўпкада бўладиган айрим касалликларни даволашда фойдаланилади.

Мармаракнинг қуритилган баргида 2,5 процентгача эфир мойи, уруғида 20 процентгача ёғ бўлади. Унинг уруғидан олинадиган ёғ ўзининг таъми билан овқатга ишлатиладиган пахта мойидан юқори туради.

Мармарак ёғи таркибида иод сони кўп бўлгани сабабли тезда қуриб қолиш хусусиятига эга. Шунинг назарда тутиб, саноатда уни юқори сифатли алиф мойлари тайёрлашда ишлатса бўлади.

Республикамиз шароитида бу ўсимликни экиб кўпайтириш ва ҳар томонлама чуқур ўрғаниш лозим.

Мармаракни лалмикор ва суғориладиган ерларга уруғидан экиб кўпайтириш мумкин. Бунинг учун ер кузда ёки эрта баҳорда шудгорланиб, 25×25 сантиметр ораликда жўяклар олинади, кейин ҳар 100 квадратметр майдонга 10—15 грамм уруғ уч сантиметр чуқурликда экилади. Эрта баҳорда экилган уруғ 3—4 ҳафтадан сўнг 95 процентгача униб чиқади.

Агар мармаракка яхши ишлов берилса, ҳар 100 квадрат метр майдондан 35 килограммгача қуруқ барг олиш мумкин. Бордию, у лалмикор ерларда етиштирилса, ҳар гектар майдондан 114 килограмм ёғ олинади. Ваҳоланки, худди шундай шароитда ҳар гектар ердаги кунгабоқардан 110 килограмм ёғ олинади.

Мармарак баргини май ойида, яъни ўсимлик гуллагунига қадар йиғиштириб олиб, сояда қури-тиш, сўнгра эса идишларга солиб, қуруқ жойда сақлаш керак.

18. Пиёзи анзур. Бу пиёзгулдошлар оиласига кирувчи, бўйи 60—150 сантиметр келадиган кўп йиллик ўсимлик бўлиб, май-июнь ойларида гуллайди ва июнь-июль ойларида уруғи пишади. Пиёзи анзур Омонқўтон, Зарафшон ва Ҳисор тоғларининг тоғолди қисмларида учрайди.

Бу ўсимлик фитонцидлик хусусиятига эга. Унинг пиёзидан тайёрланган салат иштаҳани очади, ошқозоннинг овқат ҳазм қилиш қобилия-тини оширади.

Табиий ҳолда ўсувчи пиёзи анзурлардан ҳо-зирги вақтда Самарқанд ва Шаҳрисабз шаҳар-ларининг консерва заводлари консервалар тайёр-ламоқда. Бундай консерваларга талаб жуда куч-ли бўлгани учун уларнинг табиий бойликлари камайиб кетмоқда. Шу сабабли уни тоғолди қисмлардаги ерларда маданийлаштириш мақсад-га мувофиқдир.

Пиёзи анзур уруғидан, асосий ва ён пиёзла-ридан кўпайтирилади.

19. Зирklar. (Қорақандлар). Маҳаллий аҳо-ли зирк ва қорақанд деб атайдиган бу ўсимлик-лар зиркгулдошлар оиласига кирувчи ва баланд-лиги 3 метргача етиб ўсадиган буталардан ибор-атдир. Ўзбекистонда уларнинг 5 тури учрайди. Зирklar республикамизнинг деярли ҳамма тоғли раёнларида тарқалган. Улар июнь-июль ойла-рида гуллаб, июль-сентябрь ойларида мева бе-ради.

Турли-туман миллий таомларда қоразирк ва қизилзирк деб аталадиган турларининг мевалари

ишлатилади, бошқа турлари эса боғ ва кўчаларни безаш учун кўпайтирилади.

Ўрта Осиё халқлари зиркни қадим замонлардан бери ҳар хил овқатларга ва мураббобларга солиб келишига қарамай, саноатда кўп қўлланилмайди. Ҳолбуки, унинг мевасидан турли-туман шарбатлар ва мураббобларни тайёрлашда, консерва ишлаб чиқаришда фойдаланиш мумкин.

Халқ медицинасида унинг меваларидан тайёрланган қиём билан қон босими ошган беморлар даволанади.

Республикамизда зиркнинг запаслари жуда катта. Уни суғориладиган ерларда ва лалмикорлик хўжаликлар яқинида кўпайтириш хавфли. Чунки, у бошоқли экинларда учрайдиган занг замбуруғи касаллигининг тарқалишига шароит яратади. Шунинг учун зиркни галла экинлари экилмайдиган ерларда кўпайтириш лозим.

Зирк меваларини тўлиқ пишган даврида йиғиштириб олиб, қуритиш ва идишларга солиб қўйиш керак.

20. Тотим. Бу тотимгулдошлар оиласига кирувчи бута ёки дарахт бўлиб, бўйи 1—4 метрга, айрим ҳолларда 8 метргача етиб боради. У июнь-июль ойларида гуллаб, меваси сентябрь-октябрь ойларида пишади.

Ўзбекистонда Фарбий Ҳисор, Зарафшон тоғ тизмасининг жанубий ёнбағирлари ва Тўпаланг дарёсининг водиси тотимнинг энг кўп тарқалган районлари ҳисобланади.

Тотимнинг меваси турли-туман таомларга ишлатилади. У таомга нордон маза беради, иштаҳани очиб, овқат ҳазм қилишни кучайтиради. Бу ўсимликни кавказ халқлари энг яхши зиравор деб ҳисоблайдилар ва кўплаб гўштли та-

омларга ишлатадилар. Унинг мевасида витаминлар, вино кислотаси ва танид моддаси бор.

Тотимнинг баргида 25—30 процентгача танид моддаси бўлади. Бу модда пирағаллол қаторига кирганлиги учун фармацевтикада танин моддаси олинадиган манба ҳисобланади.

Халқ медицинасида тотим баргларининг қайнатмаси ангина пайтида томоқни чайиш учун ва меъда касалликларини даволашда қўлланилади. Тиш милки жароҳатланган вақтда тотимнинг мевасидан тайёрланган тишқоли билан даволанади. Шунингдек, тотим қўланса ҳидни йўқотади. Шу сабабли оғизни у билан чайиш яхши натижа беради.

Бу ўсимлик бошқа ўсимликлар унча ўса олмайдиган камсув, камтупроқли ва тоғ жинсларининг емирилишидан ҳосил бўлган шағаллик жойларда яхши ўсади.

Тотимнинг фойдали хусусиятларини ҳисобга олиб, уни республикамизнинг тоғли районларида кўпайтириш зарур. У, асосан, уруғидан кўпаяди, бундан ташқари ён илдизлари ҳам янги ўсимлик бериш қобилиятига эга.

Тотим уруғи куз пайтида экилади. Кўчатлар оралиғи эса 2×3 метр бўлиши керак.

Зиравор ўсимликларни йиғиштириш, қуритиш ва сақлаш усуллари

Биз юқорида республикамизда ёввойи ҳолда ўсадиган ва маданийлаштирилган айрим зиравор ўсимликлар тўғрисида қисқа-қисқа маълумотлар бериб ўтдик.

Биз танишган ҳар бир ўсимлик овқатга солиб ёки тўғридан-тўғри истеъмол қилинар экан, унинг қайси даврда одам организми учун зарур

бўлган моддаларга бой бўлишини ҳам билиб қўйиш керак. Баъзи ўсимликлар, масалан, ялпиз, кашнич, райҳон, кийикўти ва бошқаларнинг барглари асосан барралик даврида ва қуритилган ҳолда истеъмол қилинади. Айрим ўсимликлар (зира, анис, арпабодён ва бошқалар)нинг эса уруғлари овқатга солинади. Кўпчилик ўсимликлар, чунончи, қалампир ва зиркларнинг мевалари истеъмол этилади.

Шунинг учун, барги ишлатиладиган ўсимликларнинг барглари улар гуллагунга қадар, мевалари қадрланадиган ўсимликларнинг мевалари витамин, органик ва минерал моддаларга бой бўлган даврда, уруғлари истеъмол қилинадиган ўсимликларнинг уруғлари эса тўла пишган даврда йиғиштириб олинади.

Ҳосилни йиғиштириб олишда ўткир пичоқ ва ўроқдан фойдаланилади. Акс ҳолда, маҳсулотнинг сифати бузилади ва ўсимлик қуриб қолади. Масалан, Қашқадарё областининг тоғли районларида зира уруғининг яхши пишмаган даврда қўл билан юлиб ва кетмон билан чопиб олиниши мазкур ўсимлик ўсадиган майдонларнинг ҳатто йўқ бўлиб кетишига олиб келмоқда.

Истеъмол қилинадиган ўсимликларнинг кўпчилигидан икки ва уч марта ҳосил олиш мумкин. Ўсимлик ҳар гал ўриб олинганда уни жуда тагидан ўриш ярамайди. Акс ҳолда илдиздаги ўсиш нуқтасига ва куртақларга шикаст етади.

Агар зиравор ўсимликлар қуритиб олинган бўлса, у ҳолда сояда қуритилади, чунки қўёшда қуритилганда, биринчидан, ўсимлик ўзининг яшил рангини йўқотади, иккинчидан, эфир мойлари тез учиб, шунингдек, витаминлар, органик моддалар, минерал тузлар ва турли хил кислоталар эса парчаланиб кетади.

Маҳсулот қуритилгандан сўнг қуруқ жойда сақланади. Бунинг учун зираворлар сақланадиган уйларнинг иссиқлик ҳарорати 16—20 даражадан ошмаслиги зарур.

Ҳар бир тур ўсимликдан тайёрланган маҳсулот алоҳида шишадан, чиннидан ва сополдан ясалган идишларда ёки целлофандан тайёрланган халталарда, ҳаво кирмайдиган ҳолда (уйда сўрилар устида ёки шкафлар ичида) сақланиши керак. Яна шуниси ҳам борки, зираворлар солинган идишларга қуёш нурининг тўғридан-тўғри тушишига йўл қўймаслик лозим.

Бу ўринда шуни таъкидлаб ўтиш зарурки, зираворлар солинган идишлар вақти-вақти билан кўздан кечириб турилади. Агар идишларнинг деворлари терлаган бўлса, бу зираворлар старлича қуритиб олинмаганидан дарак беради. Бундай ҳолда уларни яна қайта қуритиб олиш керак. Умуман сақлаш учун тайёрланган зираворларнинг намлиги 12—15 процентдан ошмаслиги лозим.

Агар юқорида айтиб ўтилганларга қаттиқ риоя қилинса, йиғиштириб олинган зираворларни 2—3 йилгача бемалол сақлаш мумкин.

На узбекском языке

К. Х. ХОДЖИМАТОВ, А. Р. АКРАМОВ

ОСНОВНЫЕ ПРЯНЫЕ РАСТЕНИЯ УЗБЕКИСТАНА

Объединенное издательство
ЦК Компартии Узбекистана
Ташкент — 1968

Редактор Ш. Тоҳиров
Техредактор В. Зубовская Корректор Ф. Шахмаева

Теришга берилди 30/V-1968 й. Босишга рухсат этилди
10/X 1968 й. Қоғоз формати 84×108^{1/32}. Босма листи 0,88.
Шартли босма листи 1,47. Нашриёт ҳисоб листи 0,94.
Тиражи 12170. Нашр № 125. Р 02900. Заказ № 6964.
Баҳоси 4 тийин.

Ўзбекистон КП Марказий Комитети Бирлашган нашриётининг
босмаҳонаси. Тошкент. «Правда Востока» кўчаси, уй № 26.