

SABZAVOT EKINLARINING AHAMIYATI VA POMIDOR

Azilov Xursand Gulmon o'g'li.

Qoraqalpog'iston qishloq xo'jaligi va agrotexnologiyalar instituti talabasi.

Annotatsiya; *Sabzavotlar odamlar hayotida juda katta ahamiyatga ega. Ular tarkibdagi vitamin va minerallarlar odamlarga doym o'zni tetik bardam baqvat yurishga katta yordam berib gina qolmay har-xil og'ir va yengil kasaliklarni davolashda ham ishtladi. Sabzavotlarning ichida eng ko'p ekiladigan pamidor o'zining qimmatbaho diyabetlik xususiyati bilan butun jahon miqyosida eng haridorgir mahsulot hisoblanadi.*

Kalit so'lar; *sabzavotlar, ekish, ahamiyatli, o'simlik, foydalari, parhezbob, antioksidantlar, davolashda, haridorgir, kasaliklarni, haridorgir.*

Tarixchilarning aytishicha sabzavotlarni ekish va o'stirishni odamzod hali tosh asridayoq o'zlashtirgan deyishadi. Avvaliga ibtidoiy odamlar shunchaki yovvoyi holda o'sib turgan meva va sabzavotlarni iste'mol qilgan. Keyinchalik ularning urug' va danaklarini saqlab, ekib ko'paytirish orqali asta-sekin dehqonchilikka o'rganishgan. Vaqt o'tishi bilan esa ekilayotgan narsalarning eng yaxshilari, hosildor, shirin va dorivorlari saralanib, seleksiya jarayoni amalga oshib borgan. Shu tariqa uzoq asrlar davomida odamlar sabzavotlarni biz bilgan bugungi ko'rinishga keltirdi.

Sabzavotlar qadimdan inson hayoti uchun juda ahamiyatli sanalgan. Qadimgi yunon yozuvchisi Nikandr karamni ilohiy o'simlik deb atagan, mashhur faylasuf va matematik Pifagor esa uni kishiga doimo tetiklik va quvnoqlik osoyishta kayfiyat bag'ishlovchi sabzavot deb atagan. Misrda esa qaynatilgan karam tansiq taom hisoblanib, uni ziyofat so'nggida dasturxoniga tortishgan. Tarix fanining otasi deb tan olingan Gerodot Misr piramidasini qurayotganda judda ko'p miqdorda piyoz, sarimsoq va sholg'om sotib olingan deb yozilgan. Misrliklar, Rimliklar hamda Yunonlar piyoz va sarimsoqqa katta ahamiyat bergan. Ular bunday sabzavotlarda g'ayritabiyy kuch bor deb o'ylashgan. Piyoz va sarimsoqning har ikkalasini ham ko'plab kassalliklarga qarshi ajoyib vosita sifatida qo'llashgan. Yana harbiylar kuch-qudratini oshirish maqsadida askarlarning ovqatiga piyoz va sarimsoqni ayamay solishgan degan ma'lumotlar bor.

Hozirgi kunda ham sabzavotlarning inson tanasi uchun foydalari juda katta: ular inson salomatligi va hayotini saqlashda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Sabzavotlar parhezbob va kasalliklarni davolash, oldini olishda, dori-darmonlarni, yog'li va yuqori kaloriyalik ovqatlarni va boshqa ko'p narsalarni davlashda foydasi juda ko'p.

Sabzavotlar – sersuv, etli va mazali bo'lib, odamlar doimiy iste'mol qiladigan o'tsimon o'simliklardir. Sabzavotchilik dunyo dehqonchiligida eng qadimiy asosiy va yetakchi tarmoqlardan hisoblanadi. Sabzi, sholg'om, sarimsoq, lavlagi 2 ming, karam, piyoz kabilar 4 ming yildan beri ekilib kelinadi.

Sabzavot mevalarida ortiqcha suv bor, ular bir vaqtning o'zida ochlikni ham, chanqovni ham qondira oladi. Agar siz nonushta uchun sabzavot iste'mol qilsangiz kun bo'yi o'zingizni kuchli va tetik his qilib yurasiz. Sabzavotlar tarkibidagi antioksidantlar foydali kimyoviy birikmalar bo'lib, ularning xususiyatlari hujayralarga tiklanish va yangilanishga yordam beradi. Bu esa insonlarning erta qarishini oldini oladi.

O'zbekistonda sabzavot ekinlari ichida pomidor eng ko'p ekiladi. Pomidor mevalarining keng miqyosda ishlatilishi ularning yuqori oziqaviy qiymati bilan belgilanadi. Mevalari yangiligicha hamda qayta ishlangan holda iste'mol qilinadi. Ulardan turli sharbatlar, tomat qaylasi, pyure, souslar, marinadlar va ko'plab mahsulotlar tayyorlanadi. Pomidor mevalari yuqori parhezboqlik va shifobaxshlilik xususiyatlariga ham ega. Pomidor mevalarini kundalik ratsionda iste'mol qilish inson organizmiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. O'zbekistonda pomidor ekini jami sabzavotlar yetishtiriladigan maydonlarning 40% dan ortig'ini egallaydi. Aholini pomidor mevalari va qayta ishlash korxonalarini xomashyo bilan ta'minlashni yo'lga qo'yish uchun ushbu ekin hosildorligini oshirish zarur. Buning uchun istiqbolli, mahalliy tabiiy iqlim sharoitlariga moslashgan navlarni tanlash hamda ularning urug'larini ishlab chiqarishni yo'lga qo'yish bilan erishish mumkin. Respublikamizda so'nggi yillarda aholini oziq-ovqat va boshqa qishloq xo'jaligi, xususan, sabzavot mahsulotlariga bo'lgan ehtiyojini to'la qondirish maqsadida sabzavotchilik tarmog'ida keng qamrovli chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. Sabzavot ekinlari, jumladan, pomidor yetishtirishning yangi innovatsion texnologiyalari joriy etilmoqda. Pomidorning hozirda 1000 dan ortiq turli-tuman navlari yaratilgan bo'lib, ular

ochiq va himoyalangan maydonlarda (masalan issiqxonalarda) yetishtirilmoqda. Ochiq maydonda pomidor maksimal hosildorligi 100-150 t/ga ni tashkil etsa, zamonaviy issiqxonalarda bu ko'rsatkich 600 t/ga ni tashkil qilishi mumkin.

Hozirgi kunda ko'pgina qishlq aholisining sabzavot ekinlarini yetishtirish to'g'risida bilimlari kamligi yoki ular qo'llab kelayotgan usullari jund, eskirib qolganligi tufayli yaxshi natijaga erishishlari qiyin bo'lmoqda. Ammo muhtaram Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev 2020-yil 29-dekabr kuni Oliy Majlisga yo'llagan Murojaatnomasida: "Kambag'allikni qisqartirish va qishloq aholisi daromadlarini ko'paytirishda eng tez natija beradigan omil bu, qishloq xo'jaligida hosildorlik va samaradorlikni keskin oshirish hisoblanadi", – dedilar. Haqiqatdan ham bu qishloq xo'jaligida istiqomat qiladigan aholi uchun juda foydali ish.

Xususan aholini sabzavot mahsulotlariga bo'lgan ehtiyojini to'la qondirish uchun ularni yetishtirishni keskin ko'paytirish lozim. Sabzavot mahsulotlarining asosiy qismi yozning oxirgi va kuzda yetiladi. Lekin aholini sabzavot mahsulotlari bilan ta'minlanishdagi bunday mavsumiylikni yo'qotish uchun himoyalangan yer sabzavotchilik maydonlarini oshirish, shimoliy viloyatlarda va mintaqalarni ta'minlash uchun janubda sabzavot yetishtirishni ko'paytirish, ochiq yerda sabzavot yetishtirish mavsumini uzaytirish, mahsulotlarni yaxshi holatda va uzoq saqlanishini tashkil etish kerak bo'ladi. Bu orqali biz odamlarning sabzavot ekinlariga bo'lgan talabini qondirib, mamlakatimiz rivoji uchun ulkan hissa qo'shgan bo'lardik.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Z. Bo'stanov, I. Abdullaev, F. Turdiyeva Sabzavotchilik Andijon-2013 y.
2. H. Bo'riev A. Abdullaev Tomorqa Sabzavotchiligi Toshkent 1987 y.
3. D. Y. Yormatova, M. Y. Ibrohimov, D. S. Yormatova Meva-sabzavotchilik Toshkent 2008 y.
4. Prezident Shavkat Mirziyoyev 2020-yil 29-dekabr kuni Oliy Majlisga yo'llagan Murojaatnomasidan.
5. www.uzbaza.uz Mevalar va sabzavotlar haqida qiziqarli ma'lumotlar.
6. www.uz.m.wikipedia.org Pomidor.