



O‘ZBEKISTONDA YETISHTIRILGAN MIRZOYI QIZIL VA SARIQ SABZI NAVLARINING TARKIBINI O‘RGANISH

Yoqubov Musaxon

Toshkent davlat agrar Universiteti Samarqand filiali doktoranti

Mahammadiyev Jasur

Toshkent davlat agrar Universiteti Samarqand filiali assistenti

Annotatsiya. Sabzavot tarkibida organizmdagi moddalar almashinuvi, insonning tashqi ko‘rinishiga o‘z ta‘sirini ko‘rsatuvchi A vitamini va beta-karotin mavjud. Masalan, insonda A vitamini yetishmovchiligi bo‘lsa, teri quriydi va sochda qazg‘oq paydo bo‘ladi. A vitamini ko‘z mushaklariga va to‘r pardasiga ta‘sir qiladi. Sabzi boshqa sabzavotlarga nisbatan yuqori shakar miqdori bilan mashhur. Bunga qaramay, sabzi diabet uchun ham foydalidir. Sabzini foydali sabzavot sifatida afzal ko‘rish mumkin.

Аннотация. Овощ содержит витамин А и бета-каротин, которые влияют на обмен веществ в организме и внешний вид. Например, если человеку не хватает витамина А, кожа становится сухой, а на волосах появляется перхоть. Витамин А влияет на мышцы глаз и сетчатку. Морковь известна своим высоким содержанием сахара по сравнению с другими овощами. Несмотря на это, морковь полезна и при диабете. Морковь можно предпочесть как полезный овощ.

Abstract. The vegetable contains vitamin A and beta-carotene, which affect the body's metabolism and appearance. For example, if a person lacks vitamin A, the skin becomes dry and dandruff appears on the hair. Vitamin A affects the eye muscles and retina. Carrots are known for their high sugar content compared to other vegetables. Despite this, carrots are also good for diabetes. Carrots can be preferred as a healthy vegetable.

Kalit so‘zlar: sabzi, tarkibi, vitaminlar, tur, turkum, mineral, ildizmeva, uglevod.

Ключевые слова: морковь, состав, витамины, вид, категория, минерал, корнеплод, углевод.

Keywords: carrots, composition, vitamins, type, category, mineral, root vegetable, carbohydrate.

Sabzi (*Daucus*) — soyabonguldoshlar oilasiga mansub ikki, qisman bir yillik o‘tsimon o‘simliklar turkumi, sabzavot ekini. Sabzining 60 dan ortiq turi bor. Bir turi (*D. carota*) — madaniy S. ekiladi. Bu tur G‘arb (O‘rta Yer dengizi havzasidan kelib





ISSN (E): 2181-4570 ResearchBib Impact Factor: 6,4 / 2023 SJIF(2023)-3,778 Volume-1, Issue-11

chiqqan 4 turxil — karotinli, sariq, oq, binafsharang Slar) va Osiyo (Afg'oniston va unga yaqin hududlardan kelib chiqqan 6 tur xil — sariq, binafsharang, qizil, to'q binafsharang, pushti, oq) kenja turiga bo'linadi.

Sabzi ajoyib parhez bop mahsulot bo'lib, unda ko'p vitaminlar bo'lib, 90 %ini suv tashkil qiladi va bu uning kaloriyasi juda pastligidan dalolat beradi. Sabzining 100 grammi 35 kKalni tashkil qilib, 1.3 grammini oqsillar, 0.1 grammini yog'lar va 6.9 grammini uglevodlar tashkil qiladi.

Sabzi provitamin A, karotin, mineral moddalarni manbai hisoblanadi. Sabzi yurak-qon tomir sistemasiga yaxshi ta'sir qiladi, kamqon odamlarga foydasi bor. Sabzini yaxshi navlarini tarkibida karotin ko'p bo'ladi, mag'zi suvli, mayin va o'zagi kichkina bo'ladi. Ildizmevasining shakli va uzunligiga qarab xo'raki sabzilar yassi-dumaloq shaklli, uzunligi 3-5 sm-Parij mushak sabzisi; ildizmevasi silindirsimon va konussimon, uzunligi 8-20 sm Geranda, Nantskiy va Shantane, qizil mirzoyi, mushak, ildizmevasi urchuqsimon cho'ziq uzunligi 20-45 sm Valeriya sariq mirzoyi navlariga bo'linadi.

Sabzining ildizmevasi yangi, butun, toza, shakli qing'ir-qiyshiq bo'lmasligi, rangi bir tusli, shu botanik navga xos, bandining uzunligi ko'pi bilan 2 sm bo'lishi kerak. Ildizmevasining eng katta ko'ndalang kesimini diametri 2,5 sm dan 6 sm gacha bo'lishi kerak. Bir partiya standart sabzi orasida 10% gachasi belgilab qo'yilgan kattaliklardan 0,5 sm farq qilishi mumkin. Sabziga yopishgan tuproq 1% dan oshmasligi kerak.

FAOning 2020 yilgi ma'lumotlariga ko'ra; Sabzi yetishtirish dunyoda qariyb 1,1 million gektar maydonda amalga oshiriladi va jahon sabzi ishlab chiqarish 40,9 million tonnani tashkil etdi. Xitoy dunyo mamlakatlari orasida sabzi yetishtirishda muhim ulushga ega. 18,1 million tonna ishlab chiqarish bilan Xitoy umumiy ishlab chiqarishning 44,2 foizini ta'minlaydi. Sabzi yetishtirishda o'z so'ziga ega bo'lgan davlatlar qatorida O'zbekiston (2,87 million tonna, ulush 7 foiz), AQSh (1,58 million tonna, 3,8 foiz ulush), Rossiya (1,36 million tonna, 3,3 foiz) va Ukraina (862 ming tonna) bor. tonna, 2,1% ulush). Turkiya (591 ming tonna, ulushi 1,4%) sabzi yetishtirish bo'yicha dunyo davlatlari orasida Qozog'iston va Yaponiyadan keyin 11-o'rinda turadi.

Sabzi yaxshi uglevod bo'lib, kaltsiy, fosfor, temir va magniy kabi minerallarning manbai. Sabzi namligi 88,8%, uglevod miqdori 6%, oqsil miqdori 0,7%, yog' miqdori 0,5%. Bundan tashqari, umumiy shakar 5,6%, tola 2,4%, kaltsiy 34 mg/100 g, temir 0,4





ISSN (E): 2181-4570 ResearchBib Impact Factor: 6,4 / 2023 SJIF(2023)-3,778 Volume-1, Issue-11

mg/100 g, mis 0,02 mg/100 g, magniy 9 mg/100 g, fosfor 25 mg/100g, natriy 40 mg/10 g. , sink 0,2mg/100g, karotin 5,33mg/100g, tiamin 0,04mg/100g, riboflavin 0,02mg/100g, niatsin 0,2 mg/100 g va vitamin C ning tarkibi 4 mg/100 g avtomobil va energiya qiymati. 126 kJ/100 g deb xabar qilingan. Sabzi tarkibida karotinoidlar va xun tolasining katta miqdori mavjud.

Bu biologik faol birikmalarga boy muhim ildiz sabzavotlaridan biridir. So'nggi yillarda A vitaminining kashshofi bo'lgan b-karotinning saratonga qarshi faolligi, shuningdek, tabiiy antioksidantlarning muhim manbai sifatida qabul qilinishi tufayli sabzi va uning mahsulotlarini iste'mol qilish ortdi.

O'zbekistonda xalq seleksiyasida sabzining Mushak 195(ertapishar) va Nurli (o'rtapishar), Mirzoyi qizil 228, Mirzoyi sariq 304(o'rta ertagi), Nant 4, Shantane 2461(o'rtagi) va ziynatli, KaskadeF1, Puma F1 va boshqa navlari va duragaylari ekiladi. Davlat reestriga sabzining quyidagi nav va duragaylari kiritilgan. Abako F1, Aurantina F1, Baraka, Bolteks F1, Ziynatli, Kaskade F1, Karson F1, Kanada F1, Komt F1, Kupar F1, Mirzoyi jyoltaya 304, Mirzoyi krasnaya 228, Monanta F1, Mshak 195, Nantskaya 4, Nanko F1, Rosita F1, Farovon, Shantane 246.

Xulosa: Yovvoyi sabzi mevasi tarkibida 1,6% gacha efir moyi, yog', flavonoidlar, kumarinlar va boshqa moddalar bo'ladi. Ekma sabzi ildizmevasi vitaminlarga ancha boy. Uning tarkibida 20 mg % karotinoidlar, B1, B2, C vitaminlar, pantoten va folat kislotalar bor. Vitaminlardan tashqari, ildizmevada yana flavonoidlar, antotsianlar, 15 % gacha qandlar, kumarin va boshqa birikmalar bo'ladi.

Sabzi mevasining asosiy ta'sir qiluvchi biologik faol birikmalari uning tarkibidagi efir moyi, kumarinlar va flavonoidlar kompleksi hisoblansa, ildizmevasiniki — vitaminlar (birinchi galda karotin) kompleksi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Jabbar, S., Abid, M., Hu, B., Hashim, M. M., Lei, S., Wu, T., ve dig. (2015). *Exploring the potential of thermosonication in carrot juice processing*. Journal of Food Science and Technology, 52, 7002 e7013.
2. Sharma, K. D., Attri, S., Karki, S., Thakur, N. S. (2012). Chemical composition functional properties and processing of carrot—a Review. Food Sci. Technol, (49), 22–32.
3. Guo, M., Zhanga, L., Hea, Q, Arabid, S. A., Zhaoa, H., Chena, W., Yea, X.,Liua, D. (2020). Synergistic antibacterial effects of ultrasound and thyme





ISSN (E): 2181-4570 ResearchBib Impact Factor: 6,4 / 2023 SJIF(2023)-3,778 Volume-1, Issue-11

essential oils nanoemulsion against *Escherichia coli* O157:H7. *Ultrasonics - Sonochemistry* 66 (2020) 104988.

4. Yoqubov, M., Mahammadiyev, J., & Eshonqulova, A. (2023). SABZI VA OLMADAN TAYYORLANGAN MAHSULOTLARNING TARKIBINI O'RGANISH. *Academic research in educational sciences*, 4(SamTSAU Conference 1), 872-876.

5. Tursunova, Z. (2023). USING INNOVATIVE AND INTERACTIVE METHODS IN NATIVE LANGUAGE AND READING LITERACY CLASSES. *Modern Science and Research*, 2(10), 777-779.

6. O'G'Li, M. N. J., & Mahammadiyev, J. N. O. G. L. (2022). QISHLOQ XO'JALIK MAHSULOTLARINI SAQLASHNING XALQ XO'JALIGIDAGI AHAMIYATI. *Academic research in educational sciences*, (Conference), 485-488.

7. Mahammadiyev, J., Yoqubov, M., & Eshonqulova, A. (2022). QISHLOQ XO'JALIGI PESTITSIDLARIDA ISHLATILADIGAN GERBITSID VA INSEKTITSIDLARNI SAQLASHDA KAPSULALASHNING AHAMIYATI. *Евразийский журнал медицинских и естественных наук*, 2(6), 277-279.

8. Makhammadiev, J. (2020). *Mikrokapsulyasyonda emulsifiye damlaciklarin korunmasında kullanılacak polimerlerin sentezi* (Master's thesis).

9. Nurmanova, I., & Mahammadiyev, J. (2023). APPLICATION OF MICROENCAPSULATION TECHNOLOGY IN THE FIELD OF TEXTILES. *International Bulletin of Applied Science and Technology*, 3(6), 712-715.

