



LOCAL MILLET PRODUCTS GROWN IN THE REPUBLIC OF KARAKALPAKISTAN

Taujanova Sh.Sh.

1st year student of the specialty "Food technology", Karakalpak State
University

Kurbanbaeva G.S.

Senior lecturer, Karakalpak State University

<https://doi.org/10.5281/zenodo.11524782>

ARTICLE INFO

Received: 03rd June 2024

Accepted: 07th June 2024

Online: 08th June 2024

KEYWORDS

Local cultures, millet,
Republic of
Karakalpakistan, growth,
agriculture, economy,
traditions, food security,
cultural heritage.

ABSTRACT

This article examines the important role of local millet crops in the Republic of Karakalpakistan. It describes the importance of millet cultivation for the agriculture, economy and cultural heritage of the region. According to the authors, millet cultivation not only ensures food security and economic development, but also forms part of a rich cultural heritage. Traditional methods of millet cultivation and their impact on the stability and well-being of the Republic of Karakalpakistan are also considered in the article.

QORAQALPOG'ISTON RESPUBLIKASIDA YETISHTIRILADIGAN MAHALLIY TARIQ MAHSULOTLARI

Taujanova Sh.Sh

Oziq-ovqat texnologiyasi 1-kurs talabasi, Qaraqolpoq Davlat Universiteti

Kurbanbaeva .G.S.

Katta o'qituvshi, Qaraqolpoq Davlat Universiteti

<https://doi.org/10.5281/zenodo.11524782>

ARTICLE INFO

Received: 03rd June 2024

Accepted: 07th June 2024

Online: 08th June 2024

KEYWORDS

Mahalliy madaniyatlar,
tariq, Qoraqalpog'iston
Respublikasi, o'sish, qishloq
xo'jaligi, iqtisodiyot,
an'analar, oziq-ovqat
xavfsizligi, madaniy meros.

ABSTRACT

Ushbu maqolada Qoraqalpog'iston Respublikasida mahalliy tariq ekinlarining muhim roli o'rganiladi. Unda tariq yetishtirishning mintaqa qishloq xo'jaligi, iqtisodiyoti va madaniy merosi uchun ahamiyati bayon etilgan. Mualliflarning ta'kidlashicha, tariq yetishtirish nafaqat oziq-ovqat xavfsizligi va iqtisodiy taraqqiyotni ta'minlaydi, balki boy madaniy merosning bir qismini tashkil etadi. Maqolada tariq yetishtirishning an'anaviy usullari va ularning Qoraqalpog'iston Respublikasi barqarorligi va farovonligiga ta'siri ham ko'rib chiqiladi.

Qoraqalpog'iston Respublikasida tariq yetishtirish muhim qishloq xo'jaligi tarmog'idir. Bu o'simlik mintaqaning og'ir iqlim sharoitlariga, masalan, yuqori harorat, past namlik va noqulay tuproq sharoitlariga moslashgan ekin turi hisoblanadi. Tariq qurg'oqchilikka juda chidamli va boshqa ekinlar uchun mos bo'lmagan unumdor tuproqlarda o'sishga



mo'ljallangan. Qoraqalpog'iston Respublikasida tariq yetishtirishda an'anaviy dehqonchilik usullaridan foydalaniladi. Fermerlar hosildorlik va mahsulot sifatining yuqori bo'lishini ta'minlash uchun avlodan-avlodga o'tib kelayotgan ilg'or texnologiyalar va bilimlardan foydalanmoqda [7].

Qoraqalpog'iston Respublikasida tariq mahsulotlari keng istemol qilinadi, chunki tariq to'yimli ozuqa hisoblanib, uni iste'mol qilganlarning salomatligi mustahkam bo'ladi. Quyida tariqning asosiy ozuqaviy foydalari keltirilgan:

- Oziq moddalarga boy: Tariq uglevodlar, oqsillar, xun tolasi, vitaminlar va minerallar kabi muhim oziq moddalarning yaxshi manbai hisoblanadi. U niatsin, tiamin va foliy kislotasi kabi B vitaminlari, shuningdek magniy, fosfor va marganets kabi minerallarni o'z ichiga olgan har tomonlama oziqlanish profilini ta'minlaydi.
- Glyutensiz: Tariq tabiiy ravishda glyutensiz bo'lib, kleykovina intoleransi bo'lgan odamlar uchun mos don qiladi. Bu bug'doy va boshqa kleykovina o'z ichiga olgan donlarga xavfsiz va to'yimli alternativ hisoblanadi va turli xil parhez ehtiyojlarini qo'llab-quvvatlaydi.
- Proteinda ko'p: kichik don bo'lishiga qaramay, tariq yuqori proteinga ega. U barcha muhim aminokislotalarni o'z ichiga oladi, bu o'simlik ovqatlari orasida kam uchraydigan to'liq protein hisoblanadi.
- Past glisemik indeks: Tariq nisbatan past glisemik indeksga (GI) ega, ya'ni iste'mol qilinganidan keyin qon shakar darajasining tez o'sishiga olib kelmaydi. Bu diabet bilan kasallanganlar yoki qon shakar darajasini barqarorlashtirishga intilayotganlar uchun ideal tanlovdir [8].
- Yurak-sog'lom: Tariq yurak-qon tomir salomatligini yaxshilash bilan bog'liq bo'lgan magniy, kaliy va tola kabi yurak uchun foydali oziq moddalariga boy. Tariqni muntazam iste'mol qilish qon bosimini pasaytirishga, xolesterin darajasini pasaytirishga va yurakning umumiy faoliyatini qo'llab-quvvatlashga yordam beradi.
- Ovqat hazm qilish salomatligi: Tariqda topilgan xun tolasi muntazam ichak harakatini qo'llab-quvvatlash va ich qotishining oldini olish orqali ovqat hazm qilish salomatligini yaxshilaydi. Bundan tashqari, tariq foydali ichak bakteriyalarini oziqlantirib, sog'lom ichak mikrobiomasiga hissa qo'shadigan prebiyotik xususiyatlarni o'z ichiga oladi.
- Antioksidant xususiyatlari: Tariq tarkibida turli xil antioksidantlar, jumladan, fenolik birikmalar, flavonoidlar va E vitamini mavjud bo'lib, ular hujayralarni oksidlovchi stressdan himoya qiladi va saraton va yurak-qon tomir kasalliklari kabi surunkali kasalliklar xavfini kamaytiradi [2].

Ko'rinib turganidek, tariq muhim oziq moddalar manbai bo'lib, mintaqaning oziq-ovqat xavfsizligini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. U oqsil, tola, temir va boshqa foydali moddalarga boy. Tariq mahsulotlari mahalliy oshxonada keng qo'llaniladi va qoraqalpoqlarning an'anaviy madaniyatida alohida o'rin tutadi.

Shuningdek, Qoraqalpog'iston Respublikasida tariq yetishtirish muhim iqtisodiy va ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lib, mahalliy hamjamiyatlarning turmush tarzini shakllantiradi va viloyat qishloq xo'jaligi iqtisodiyotiga turli yo'llar bilan hissa qo'shadi. Birinchidan, tariqchilik Qoraqalpog'iston qishloqlarida aholining katta qismini ish bilan ta'minlaydi. Tariq yetishtirish, ekish va hosilni yig'ib olishdan tortib, qayta ishlash va sotishgacha bo'lgan davrda ish o'rinlarini yaratish hamda fermerlar va ishchilar uchun daromad keltiruvchi bir qator



tadbirlarni o'z ichiga oladi. Ikkinchidan, Qoraqalpog'istondagi ko'plab kichik fermerlar uchun tariq yetishtirish muhim daromad manbai va tirikchilikni diversifikatsiya qilishda xizmat qiladi. Boshqa ekinlar qatorida tariq yetishtirish va chorvachilik bilan shug'ullanish orqali fermerlar mavsumiy tebranishlar va bozor o'zgaruvchanligi bilan bog'liq xavflarni yumshatib, iqtisodiy qiyinchiliklarga chidamliligini oshirishi mumkin.

Shuningdek, tariq ishlab chiqarish mahalliy va mintaqaviy oziq-ovqat tizimlariga hissa qo'shib, bozorlarni turli xil don va don mahsulotlari bilan ta'minlaydi. Qoraqalpog'istonda tariq mahsulotlari ichki savdoga qo'yilib, qo'shni viloyatlarga eksport qilinib, o'sish va rivojlanishni rag'batlantiradigan savdo tarmoqlari va iqtisodiy birjalarni qo'llab-quvvatlamogda.

Yana da tariq Qoraqalpog'istonda, ayniqsa, turli xil oziq-ovqat manbalaridan foydalanish cheklangan qishloq va chekka hududlarda oziq-ovqat xavfsizligi va oziq-ovqat bilan ta'minlashda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Oziq moddalarga boy asosiy ekin sifatida tariq insonlar va oilalarning salomatligi va farovonligiga hissa qo'shib, zarur vitaminlar, minerallar va xun tolasi bilan ta'minlaydi.

Va nihoyat, Qoraqalpog'istonda tariq yetishtirish ekologik jihatdan barqaror qishloq xo'jaligi amaliyotlarini, jumladan almashlab ekish, tuproqni saqlash va suvni boshqarishni targ'ib qiladi. Mahalliy aholining bilimlaridan foydalanish va dehqonchilik texnikasini mahalliy ekologik sharoitga moslashtirish orqali fermerlar atrof-muhit degradatsiyasini yumshata oladi va iqlim o'zgarishiga chidamlilikni oshiradi.

Umuman olganda, Qoraqalpog'iston Respublikasida tariq yetishtirishning iqtisodiy va ijtimoiy ta'siri qishloq xo'jaligi ishlab chiqarishidan tashqarida ham, jamiyatni rivojlantirish, madaniyatni saqlash va atrof-muhitni muhofaza qilishning kengroq jihatlarini qamrab oladi. Barqaror qishloq xo'jaligi va qishloq turmush tarzini qo'llab-quvvatlash bo'yicha sa'y-harakatlar davom etar ekan, tariq mintaqa qishloq xo'jaligi landshaftining asosiy toshi bo'lib qolmogda, bu esa kelgusi avlodlar uchun barqarorlik va farovonlikni ta'minlaydi.

Xulosa. Qoraqalpog'iston Respublikasida yetishtiriladigan mahalliy tariq ekinlari viloyat qishloq xo'jaligi, iqtisodiyoti va madaniy hayotida muhim o'rin tutadi. Tariq yetishtirish nafaqat oziq-ovqat xavfsizligi va iqtisodiy taraqqiyotni ta'minlaydi. Tariq mahsulotlari nafaqat aholi ehtiyojini qondiribgina qolmay, eksport qilinib, mahalliy iqtisodiyot rivojiga xizmat qilmogda. Umuman olganda, mahalliy tariq ekinlari Qoraqalpog'iston Respublikasi barqarorligi va farovonligini mustahkamlashda muhim o'rin tutadi.

References:

1. Atabayeva, X. N., & Xudayqulov, J. B. (2018). O'simlikshunoslik. Darslik. Toshkent-2018.
2. Gafarova, S. (2022). DONLI EKINLARINING BIOLOGIK XUSUSIYATLARI VA AHAMIYATI. *Общественные науки в современном мире: теоретические и практические исследования*, 1(25), 95-98.
3. Jo'raev, A. A. (2024, February). BAHORGI YUMSHOQ BUG 'DOY NAVLARINING HOSILDORLIGIGA EKISH MUDDAT VA ME'YORLARINING TA'SIRI. In *Proceedings of International Conference on Educational Discoveries and Humanities (Vol. 3, No. 3, pp. 82-88)*.



4. Kurbanbayeva, G. . (2023). INNOVATIVE WAYS OF INCREASING GRAIN PRODUCTIVITY IN THE AGRICULTURE. *Journal of Agriculture & Horticulture*, 3(9), 21–24. Retrieved from <https://internationalbulletins.com/intjour/index.php/jah/article/view/1332>
5. Kurbanbaeva Gulshad, & Askarova Khurshida. (2024). GRAIN AND GRAIN STRUCTURE. *American Journal of Applied Science and Technology*, 4(03), 29-33. <https://doi.org/10.37547/ajast/Volume04Issue03-06>
6. Kurbanbaeva , G. ., & Dauletiyarova , M. (2024). QORAQALPOG'ISTON RESPUBLIKASIDA BIOSTIMULYATORLARNI BOSHOQLI DON EKINLARGA QO'LLASH VA HOSILDORLIGINI OSHIRISH. *Евразийский журнал академических исследований*, 4(4), 146–151. извлечено от <https://in-academy.uz/index.php/ejar/article/view/30147> DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10990737>
7. LDOSHEV, H. (2013). O SIMLIK MAHSULOTLARI YETISHTIRISH TEXNOLOGIYASI.
8. Uzaqbergenov, A., & Matjanova, X. Q. (2023). QORAQALPOG 'ISTON SHAROITIDA TARIQ YETISHTIRISH. *PROSPECTS OF DEVELOPMENT OF SCIENCE AND EDUCATION*, 1(12), 17-20.