

## БОДРИНГИ КЕЛИБ ЧИҚИШ ТАРИХИ, ШИФОБАХШЛИГИ ВА ЕТИШТИРИШ ТЕХНОЛОГИЯСИ

**Алламжарова Гульбахар Ахметовна**

**Қорақалпоғистон қишлоқ хўжалиги ва агротехнологиялар институти  
таянч докторанти**

**Ережепова Гульбахар Тажетовна**

**Қишлоқ хўжалиги фанлари фалсафа доктори, досент  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.18085785>**

Бодринг (*Cucumis sativus* L.) дунёдаги энг қадимий ва кенг тарқалган сабзавот экинларидан бири ҳисобланади. Унинг тарқалиш тарихи ва ҳозирги ҳолати қуйидагича:

Бодрингнинг келиб чиқиши Ҳимолай тоғ тизмалари этакларига (ҳозирги Ҳиндистон ва Непал ҳудудлари) бориб тақалади. Бу ерда у камида 3000 йил олдин маданийлаштирилган.

Ҳиндистондан шарққа — Хитойга ва ғарбга — Кичик Осиё (Туркия), Миср, Греция ҳамда Рим империясига тарқалган.

Бугунги кунда бодринг барча қитъаларда етиштирилади ва жаҳон бозорида муҳим ўрин тутди:

Этакчи давлатлар: 2025-йил маълумотларига кўра, дунёда энг кўп бодринг етиштирувчи давлат Хитой бўлиб, у жаҳон ҳосилининг 80% дан ортиғини таъминлайди. Кейинги ўринларда Туркия, Россия, Мексика ва Ўзбекистон туради.

Экспортёрлар: Энг йирик экспорт қилувчи давлатлар қаторига Испания, Мексика, Нидерландия ва Канада киради.

Ўзбекистондаги ўрни: Ўзбекистон дунёдаги энг йирик бодринг етиштирувчи топ-5 давлат қаторига киради. Мамлакатимизда бодринг ҳам очиқ далада, ҳам иссиқхоналарда (айниқса қиш ва баҳор мавсумларида) кенг кўламда етиштирилади.

**Бодрингнинг шифобахшлиги** унинг таркибида С, А, В1, В2, В3, В6 дармондориларнинг бутун бир мажмуи, шунингдек, кальций, темир, магний, рух ва яна кўплаб минерал моддалар мавжудлигидир, — дейди парҳезшунос шифокор А.Меллер. — Бу моддалар меъёр даражасида, яъни бир дона ўртача катталиқдаги бодрингда шу дармондориларга бўлган кунлик эҳтиёжнинг 9 фоизи мавжуд. Бодринг калорияси энг кам неъмат бўлгани учун дарров одамни тўқ тутгандек бўлади.

Шу боис, қатъий равишда парҳезга амал қилувчилар учун бодринг энг идеал маҳсулот ҳисобланади. Уни хоҳлаганча истеъмол қилиш ва очлик сезгисини тез босиш мумкин. Бироқ калорияси кам бўлишига қарамай, таркибида фойдали моддалар, антиоксидантлар кўплиги саломатлик учун айни муддао. Бодринг таркибида галловой, қаҳва, пумарин ва малла кислоталари каби ноёб моддалар мавжудлиги организмни нотўғри овқатланиш, нохуш экология, қуёшнинг ўткир нури ва кам ҳаракатлик туфайли келиб чиқадиган оксидланиш зарбасидан ҳимоя қилади. Шу боис, ҳар бир таомни бодринг билан қўшиб истеъмол қилган яхши. Бироқ унинг пўстини арчиш зарур эмас, арчилган бодрингнинг фойдали антиоксидантлари икки баробар камаяди.

Биз кўпинча бодрингдан салат қиламиз. Ҳолбуки, у ҳар қандай сабзавотли таомни бойитади, шу сабабли иссиқ таом пишай-пишай деб қолганда юпқа қилиб кесилган ёки бўлакланган бодринг қўшиб юборилса, таомнинг шифобахшлик хусусияти ортади. Қирғичдан чиқарилиб, саримсоқ шарбати ва туз қўшилган бодринг ҳар қандай сут-

қатиқ маҳсулотини “асал”га айлантириб юборади. Иссиқ кунларда бундай ичимлик ширин йогуртдан кўра фойдалидир.

Бодринглар бизнинг организмимизни, эҳтимол, саратондан ҳам ҳимоя қилар, — дейди А.Миллер. — Унинг таркибидаги С кунурбитацин моддаси экспериментларда ўзининг анча фаоллигини кўрсатди. У бодрингга озгина аччиқ таъм беради(ёб бўлмайдиган тахирликнинг бунга алоқаси йўқ). Профилактик таъсирга эга озгина аччиқ таъм ҳар қандай бодрингда бор.

**Етиштириш технологияси.** Бодринг иссиқсевар ўсимлик, уруғи тупроқ ҳарорати 14—15° бўлганда уна бошлайди, 25—30° да яхши кўкаради. Бодрингнинг эртапишар, ўртапишар ва кечпишар навлари бор. Эртапишари очиқ далага апрел ойининг биринчи ярмида, ўртапишари май охирларида, кечпишари июннинг ўртаси ва июлнинг бошида экилади. Бодринг эгаторасини 120 — 140 см дан олиб, якка қаторлаб ёки 210—240 см дан олиб, кўш қаторлаб ҳар уяга 2—3 кун ивитиб қуйилган 5 — 8 дона уруғ ташлаб экилади. Қаторлаб экилганда туп оралиғи 35—40 см, тўғри бурчакли уялаб экилганда 70 см қилинади. Бодринг кўкариб чиққач, эртагиси 30—40 кунда, кечкиси 50—60 кунда гуллайди, туккан меваси 8—10 кунда етилади. Меваси оч яшил бўлиб, уруғи пишганда сарғишқунғир тусга киради. Ер ҳайдаш олдидан гектарига 25 — 30 т гунг, 100 кг дан азотли ва фосфорли ўғитлар солинади. Уруғи униб чиққач, уяда биттадан ниҳол қолдириб яганаланади, суғориб чопиқ қилинади. Иқлим ва тупроқ шароитига қараб ҳар 5—12 кунда суғорилади. Бодринг шўрланмаган, сизот сувлари чуқур жойлашган ерларда яхши усади. Мевасини ҳар куни ёки кун оралатиб териш керак. Меваси куклигича, тузланган ва консерва ҳолида истеъмол қилинади. Шарбати тиббиётда дори-дармон сифатида ишлатилади.

Ўзбекистонда селекция йули билан яхшиланган қуйидаги навлари экилади: Марғилон 822. Кечпишар, палаги узун, барги уртача, беш бурчакли. Меваси цилиндрсимон, бўйи 16—18 см, эни 5—6 см, оғирлиги 130—240 г, тўқ яшил, учидан бошланадиган оқ йўллари бор, баъзан йўллари бўлмайдди. Гектаридан 300—350 ц ҳосил беради. Ўзбекистон 740. Ўртапишар, палаги уртача, барги майда, тўқ яшил, усти чўтир. Меваси цилиндрсимон, бўйи 10—13 см, эни 4—5 см, оғирлиги 100 — 180 г, ялтироқ яшил. Учидан бошланадиган оқ йўллари мевасининг ярмигача боради. Гектаридан 340—375 ц ҳосил беради. Қўйлиқ 262. Эртапишар, палаги ўртача, барги тўқ яшил, тўғарак, бўлакли. Мевасининг бўйи 10 — 11 см. эни 3—4 см, оғирлиги 105—110 г, тўқ яшил. Эртаги қилиб экилганда гектаридан 330—350 ц, кечки қилиб экилганда 120—160 ц ҳосил беради. Шунингдек, Эртаги 645, Ҳисор 132 навлари ҳам серҳосиллиги б-н ажралиб туради. Бодринг иссиқхоналарда етиштирилганда 1 мг майдондан 20—35 кг ҳосил олинади.

### **Adabiyotlar, References, Литературы:**

1. Буриев Х.Ч. //Очиқ жойда сабзавот экинлари етиштиришнинг прогрессив технологиялари. – Тошкент, Ўзбекистон миллий энциклопедияси, 2002.
2. Ершова В.Л., Долготер В.И. Возделывание огурца. //Инфор. лист: Достижения науки и передового опыта – X1 пятилетке. – Кишинев, 1984.

3. Зуев В.И. и др. Огурцы и овощные тыквы. // Интенсивная технология возделывания овоще-бахчевых культур и картофеля. Учебное пособие – Ташкент Мехнат, 1987.
4. Зуев В.И., Абдуллаев А.Г. Бодринг ва ошқовоқлар. //Сабзавот экинлари ва уларни етиштириш технологияси. – Т.: Ўзбекистон, 1997.
5. Арамов М.Х. Научный центр по селекции и семеноводству овощных культур на юге Узбекистана. // Основные направления и перспективы селекции семеноводства овощных, бахчевых культур и картофеля. Международная научно-практическая конференция.- 2-5 июля 2001. Тезисы докладов. – Ташкент-Термез, 2001.
6. Болотских А.С., Говорунов А.П. Индустриальные технологии выращивания и уборки интенсивных сортов огурца в УССР. – Киев: Укр.НИИНТИ, 1980.
7. S.A.Yunusuov, F.O.Bolikulov Нетрадиционные способы выращивания огурцов на открытых площадках. <https://www.ijrte.org/portfolio-item/C11181083S19/>