

**KINZA (CORIANDRUM SATIUM) VA XALQ TABOBATIDAGI
AHAMIYATI**

Sobirova Muqaddas Botirovna

Mirzo Ulug’bek nomidagi O’zbekiston Milliy Universitetining Jizzax filiali
katta o’qituvchisi

Baxtiyorova Gavhar Odil qizi

Mirzo Ulug’bek nomidagi O’zbekiston Milliy Universitetining Jizzax filiali
talabasi

Annotatsiya: Salantro o’simligi uning geografik tarqalishi, kimyoviy tarkibi, dorivorlik xususiyati, salbiy oqibatlar va o’simlikni yetishtirish agrotexnikasini o’rganish orqali ushbu o’simlikni ko’paytirish choralari ko’rish.

Kalit so’zlar: Koriander, Riboflavin, Salantro, niatsin, konyunktivit, soyabon, b-karotin, efir moylari, oqsillar, cilantro.

Salantro o’simligi Soyobonguldoshlar oilasiga mansub bir yillik o’simlik. Balandligi 20-70 sm barglari mayda, iyun-iyul oylarida gullaydi, gullarining rangi oq yoki pushti bo’ladi. Gullash patida o’simlikning tepalarida 3-5 nurga ega bo’lgan soyabonlar paydo bo’ladi. Uning barglari ko’kat holida kinza deb ataladi va meva holatida koriander deb ataladi, mevalari faqat quritilgan holatda foydalaniladi. Koriander (Sativum) - zirika va texnik moylarning manbai sifatida, zirika va davolash vositasi sifatida rivojlangan soyabon oilasi. 40-70 sm balandlik bilan, uzun qattiq toshlar, egri qisqichbaqalar, katta - qisqa karer va tor chizikli bo'laklarga ega bo'lgan ildiz barglari. Gullar 3-5 nur, mayda, oq yoki rangpar

pushti rangli soyabonda yig'iladi. Iyul-iyul oylarida gullar, o'simlikni o'rganish juda oson bo'lgan noyob hidlar. Kinse urug'i to'p shaklidagi shaklning mevalari, iyuldan sentyabrgacha pishib etiladi. Ularda nozik-shirin ta'm va hidga ega.

Geografik tarqalishi. Vatani o'rta yer dengizi hisoblanadi. Rimliklar uni g'arb tomon va evropa markaziga olib borgan XV asrdan boshlab Amerika, Yangi Zelandiya va Avstraliyada tarqaldi. Hozirgi kunda kinza dearli hamma joyda o'stiriladi. Ayniqsa Rossiyada, janubi-sharq va markaziy mintaqalarda keng tarqalgan.

Kimyoviy tarkibi. Kinza o'simligi 100 gr yangi barglari tarkibida oqsillar-2,13 gr, yog'lar-0,52 gr, uglevodlar-0,87 gr suv-92,2 gr, riboflavin, niatsin, folat kabi organik moddalarni saqlaydi. O'simlikning bargi va mevasida HP-1,114 mg, K-0,31 mg, C-27 mg B guruh vitaminlari 1,01 mg, A-0,337 mg b-karotin-3,93 mg va menral elementlardan margenis-0,426 mg, mis-0,225 mg, rux-0,5 mg, natriy-46 mg, magniy-26 mg, kalsiy-67 mg kabilar bo'ladi. Uning tarkibida vitaminlar va minerallardan tashqari 11 xilefir moylari va 6 turdagi kislotalar mavjud. Kinza urug'i (koriander) moyi tarkibining 30% linalol, tortplinen, ntantten kabi moddalar tashkil etadi. Foydali xom ashyo, ham ko'katlar va o'simlik urug'i.Zavodda quyidagi moddalar mavjud:Efir moylari. Ko'p miqdorda mavjud bo'lib, o'simlikning asosiy tarkibiy qismi hisoblanadi.Naychalar va alkaloidlar. Inson tanasiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.Vitaminlar (A, E, RR, K, b) va iz elementlari. Jarohatlaydi va barglarida to'plangan.Minerallar (yod, natriy, fosfor, kaltsiy). Yurak mushaklarining ishi kaliysiz, yashil rangda juda ko'p miqdorda bo'lgan.Pektinalar, kraxmal, parhez tolasi va oqsil. Barcha organizm tizimlarining normal ishlashi uchun talab qilinadi.

Ishlatilishi. Urug'lari diabet, oseteoporoz, ovqat hazm qilish va konyunktivitni davolash hamda oldini olish uchun ishlatiladi. Artirit, revmatizim qorin og'rig'i teri kasalliklari va kamqonlikni oldini oladi. Urug'idan

tayyorlangan damlama ko'zning qizarishi, qichishini va yallig'lanishini yengillashtiradi. Kinza barglari immnitutni normal saqlashga yordam beradi.

Salbiy jihatlari. Shuvoq, Qizilmiya, zira, arpabodiyon kabilarga allergiyasi bo'lgan odamlardarda bu o'simlikga ham allergiyasi bo'lishi mumkin. Urug'i qon bosimini pasaytiradi, qondagi qand miqdorini pasaytirib yuboradi. Urug'lar tarkibiga alkaloidlar va taniqli moddalar va yashil qismlarda ko'p miqdorda yashil qismlarda A, E, K, RR vitaminlari, B, Pallatik va linolenik kislotalar mavjud. Kaliy Killa - mineral, yurak mushaklarining yaxshi ishlashi uchun juda ko'p miqdorda. Ushbu zavodda sezilarli darajada, natriy, yod, fosfor va kaltsiy mavjud. Bundan tashqari, ziravorlar kraxmal va oqsillar, dekil aldegil, oziq-ovqat tolalari va pektinlar, glyukoza va fruktozani aniqlay oladi. Vatan Corlander Sharqiy O'rta er dengizi deb hisoblanadi. Ular hamma joyda, markalarda, ham dabada, dala va deraza toklarida, balkonlarda va deraza tarmog'ida kimo o'stiradilar. Urug'lar to'g'ridan-to'g'ri ho'l unumdor tuproqqa ekilgan, uyda ho'l talaşda gullash mumkin. Donalar tuproqqa 1-1,5 sm, bir-biridan 5-10 sm masofada joylashgan. Ekishning namligini saqlash uchun plyonka bilan qoplash yaxshiroqdir. Asirlari 2-2,5 haftada paydo bo'ladi. Agar biz atigi 2 ta sharoitni ta'minlasak - quyosh nuri va suvning ko'pligi, keyinchalik yosh varaqalarga borish mumkin bo'ladi. Masalan, ommaviy qo'nish bilan, mamlakat hududida mikroblarning paydo bo'lishidan 3 hafta o'tgach, ko'katlar to'liq to'planishi mumkin. Cilantro uchun butun vegetativ davrning davomiyligi 2 oy. Biroq, ko'pchilik yangi ko'katlar hidini yoqtirmaydi. Siz o'simliklar, qarigan urug'larning gullashini kutishingiz va kelajakda ularni tayyorlashni kutishingiz mumkin. Bundan tashqari, quritilgan urug'lar va barglar hid va didni o'zgartiradi, chunki ular ko'proq muxlislar juda ko'p. Mevalarning to'liq pishishi kerakligini yodda tutish kerak. Urug'lar va barglar soyada, yaxshi shamollatilgan xonada quritiladi va zich qopqoqlar yoki metall qutilarda shisha idishlarda saqlanadi. Urug'larni

yig'ishda ular mutlaqo quruq edi, chunki achitmagan holda yoqimsiz hid va ta'mga ega. Ushbu ziravor yumshoq, yumshoq, korianderni davolash asosan tananing normal ishlashini ta'minlash uchun yo'naltirilganligi tushuniladi. Foydali fazilatlar o'simlikning bir qismi bo'lgan moddalarga bog'liq. Avvalo, oshqozon-ichak trakti va siydik tizimida koriander giyohvand moddalarining foydali ta'siri mavjud. Gazizani yaxshilash, shishirish va boshqa dispeptik hodisalardan xalos bo'lish, xoleretik effekt, shlaklardan tozalash - ta'sir doirasi juda keng. Kinza yordam berishga qodir: xoleretik ta'sirga ega, u turg'un hodisalarni samarali ravishda yo'q qiladi va organning ishini faollashtiradi. Buning uchun uni nafaqat ziravor sifatida qo'shishi mumkin, balki ovqatlanishdan oldin yoki keyin choy va ichimlik shaklida pishirilishi mumkin. Kinse diuretik ta'siri tufayli, maysa infuzioni shishish va profilaktikani buyrakni tozalash uchun muvaffaqiyatli ishlatiladi. Bunday holda, u bo'sh oshqozonda va ovqatdan keyin choy ichishi mumkin. Bezaklar va infuziyalar pufitda, siydik pufagining yallig'lanishi bilan yaxshi olib tashlanadi. Uzoqdan foydalanish buyrak toshlarini maydalash va ohista olib tashlashda yordam beradi. Yunonchli og'iz hididan tortib, korianderning bir nechta quruq mevalarini chaynashdan xalos bo'lishga imkon beradi. Siz o'simlikni yangi shaklda, shunchaki chaynash va quritilgan va quritilgan, turli xil infuziyalar va choyshablarni va ichki va tashqi tomondan olib ketishingiz mumkin. Shekyardan tayyorgarlik asabiy kasalliklari, depressiya, epileptik olib qo'yish, tinchlantiruvchi sifatida olib borishni maslahat beradi. Bechora psixika bilan 1 litr qizil quruq sharobni olish tavsiya etiladi va ularni 100 g quruq mevalarni quyish tavsiya etiladi. Qorong'i joyda 7 kun turing. Alomatlarining yo'qolishidan bir kuniga 3 marta 100 ml oling. Bunday infuzion uyqusizlik, xavotirli, xayolparast holatlarga yordam beradi. Bu juda yaxshi ta'sirga ega va stressli vaziyatlarda katta foyda keltiradi. Koriander qon aylanish tizimida foydalidir. Bu kuchli yurak urishi, aritmiya va yuqori yurak urishiga

yordam beradi. Bunday holda, bir nechta quruq urug'larni aniqlash kifoya. Nashr va barglarning infuzionasi freeks va pigment dog'lari bilan teriga yordam beradi. Koriander urug'i, ziyofat paytida paydo bo'lishi mumkin bo'lgan mastlikni pasaytirish uchun ishlatiladi, shuningdek keyingi kunni yo'q qilish uchun ishlatiladi. Avval spirtli ichimliklarni namlash va ularni bayramga yoki undan keyin eyish kerakmi yoki undan keyin, unga bog'liq emas - qimirlamaydi yoki anigerdan zarar etkazmaydi. Quruq urug'lar og'izdan alkogol hidi bilan muvaffaqiyatli uziladi - bir nechta novdalar etarli. Ularni sinchkovlik bilan chaynash kerak va ichmaslik va ichmaslik kerak. Retsept Infuzion Urug'lar: 10 osh qoshiqni mayda talqin qilish. 1. Quritilgan mevalar va 400 ml qaynoq suv quyung. 1 soat davomida turib, shundan keyin u tortiladi.

Foydalanilgan adabiyot:

1. [https://chrome-effect.ru/uz/insulation/kinza-polza-i-vred-rasteniya-ego-vyrashchivanie-poleznye/https://](https://chrome-effect.ru/uz/insulation/kinza-polza-i-vred-rasteniya-ego-vyrashchivanie-poleznye/)
2. dostavo4ka.uz/uz/product/4382/kinza-puchok-o8hvu3.html
3. <https://agrobaza.uz/kinza-p-2042/>
4. <https://zarnews.uz/uz/post/kokatlar-inson-tanasiga-qanchalik-foydali-ekanini-bilasizmi>
5. <https://hiddenshell.ru/uz/kinza-i-koriandr-eto-odno-i-to-zhe-rastenie-kinza-i-koriandr/>
6. Собирова М., Муродова С. Технология получения элиситора, эффективно влияющего на биологические свойства *Cynara Scolymus L.-M.*: Научное обозрение. биологические науки, 2022. №1. с. 68-72
7. Sobirova M. Determination of stimulant properties of local rhizobacteria-based bioproducts against *Cynara scolymus L.*//The American Journal of Agriculture and Biomedical Engineering//. 2022. – 4 (02), p. 26-30.

8.Sobirova M., Murodova S. Effects of biopraparites on cynara scolymus L., micro and macroelements, and quantity of flavonoids // In E3S Web of Conferences//. 2021. Vol. 258.

9. Mamatkulova I.E, Abduraimov O.S. O‘zbekiston florasidagi ayrim dorivor va ziravor turlarning ahamiyati. (Apiaceae Lindl.) “Fan, ta’lim va texnikani innovatsion rivojlantirish masalalari” Xalqaro ilmiy-amaliy onlayn anjuman materiallari to‘plami (2022 yil 12 aprel, Andijon).