

O'zbekiston Respublikasi
Oliy va o'rta mahsus ta'lim vazirligi
Namangan Davlat Universiteti
Kumyo-Biologiya fakulteti 3-kurs
talabasi

Dilrabo Haydarova

Kelajak ovozi ko'rik tanlovi uchun Grek yong'og'i
haqida lavhalar

Toshkent 2010

Juglans Redia (Grek yong'og'i) ning halq ho'jaligidagi ahamiyati, ishlatilishi va tarkibi.



- Grek yong'og'i O'rta osiyoning tog'li rayonlarida keng tarqalgan.
- U baland bo'yli. Kop yillik daraxt bo'lib yong'oqdoshlar oilasiga mansub.



Yong'oq tanasi



Bargida



- Efir
- Glikozid
- Flavonoid

- Tuyilgan barg



- Quritilgan barg



Barg damlamasi miya va yurak tomirlarini, sklerozda, moddalar almashinuvida, organizm va qondagi shakar miqdorini kamaytirishda o'pka silida qo'llaniladi.

- Retsep:

1 choy qoshiq bargiga 1 stakan qaynoq suv quyib 1 soat damlanadi, dokadan o'tkaziladi va kuniga 4 mahal ovqatdan oldin 0.5 stakandan ichiladi.



Yong'oq mag'zi



- Oqsil -18%
- Shakar—78%
- Yog'-75%
- A provitamin
- C,E,P,K vitaminlar
- Minerallar:
- K, Ca, Mg, P, Mn, Cu, Zn kabi makro- va mikroelementlar

- Yong'oqdan sifatli o'simlik moyi olinadi. Yong'oq mag'zi tarkibida linol, lenolen, olein, palmitin, stearin, laurin, miristin, arahin kabi yog' kislotalari bor. Moydagi yog' kislotalar antiskleroz hususiyatiga ega bo'lib, yurak-qon tomirlari va jigar kasalliklariga shifo.

- Retsep: 10 ta mag'iz, 2 ta maydalangan sarimsoq piyoz, kungaboqar moyi.
- Ushbu "Omega-3" dorivor aralashma fibrin tolalarini eritadi va chandiqni tuzatadi.

Yetilmagan yong'oq mevasi



- May-iyun oylaridagisi, pichoq bilan kesa oladigan holatida halq tabobatida keng qo'llaniladi.



Kimyoviy tarkibi.

- 4-5% vitaminlar
- 0.33 mg karotin
- 3% efir moyi
- Askorbin kislota, mineral tuzlar, oshlovchi moddalar va yod mavjud

Spiritli eritma tayorlash



- Yetilmagan yong'oq mevasini terib olinadi.

- Amaliyot uchun 30 dona yong'oqni olinadi.



- Yong'oqni qirish uchun tayorlanadi



- Qirg'ichdan maydalab o'tkazib olamiz

- 40% etil spirti eritmasiga solib berkitib qo'yamiz va o'zini germetik berkitib qorong'u joyda saqlaymiz.



- Eslatma:
- Eritma saqlashning maksimal muddati uch yil

- Maqsad: Organizmda yod balansini tiklash, rak kasalini oldini olish va immun sistemani tiklash.
- Sirtli eritmani tarkibi:
 - a) C, B, P vitaminlar, galatanin alkolid, klichatka, oshlavchi moddalar, flovonoidlar.
 - b) makroelementlar K, Ca, Mg, P, Fe, Mn, Cu, Zn.
- Eritmani inson salomatligiga ta'siri.
 - Eritma biologik aktiv moddalar va kimyoviy elementlarga boy bo'lgani uchun organizmda kasallik chaqiruvchi patogen miroblarini o'ldiradi. Immun tizimini keskin oshiradi. Endokirin bezlar faoliyatini kuchaytiradi, onkogen hujayralarni nobud qiladi.

Vareniyalar tayyorlash



- Yetilmagan yong'oqni olib qirgib maydalaymiz

- So'ngra 4 soat davomida shakarli suvda qaynatamiz



- Tayyor vareniyani
kanservalab
qo'yamiz



- Bahor oylarida ertalab bir choy qoshiqdan iste'mol qilib turish bilan immun sistemani tiklashga muvofiq bo'lamiz



- Vareninyani ko'pincha yod etishmaganda istemol qilish tavsiya etiladi.



Spiritli eritma

- 1 tonna yong'oqni yetishtirish, shuncha bug'doy yoki uzumni etishtirishdan arzonidir.



- Yong'oq 7-5 yoshdan ba'zi navlari 2-3 yoshdan boshlab hosil beradi. Hosildorlik gektariga 2.5-3 tonnani tashkil etadi.